

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seribu dua ratus juta orang atau 19% dari populasi total remaja di dunia menghadapi permasalahan gizi yang cukup serius yang berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangan remaja serta kehidupan mereka saat dewasa nanti. Sebagian besar permasalahan remaja, terutama pada remaja putri sering terabaikan. Kekurangan zat besi merupakan gangguan yang paling sering terjadi. Hal ini terjadi pada dua tahun kehidupan awal dan pada fase remaja. Zat besi merupakan mineral yang berperan penting dalam metabolisme. Kekurangan zat besi dapat mempengaruhi motorik, kognitif dan emosi (WHO, 2007).

Masa remaja merupakan waktu terjadinya perubahan-perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik dan mental. Pada masa itu remaja bertanggung jawab menentukan makanan sendiri, tidak lagi ditentukan orang tua, sekaligus persiapan untuk menjadi orang dewasa (Soekirman, 2006:108).

Menurut (Maeyer dalam Sudoyo, 2006:622) diperkirakan lebih dari 30% penduduk dunia menderita anemia dengan sebagian besar tinggal di daerah tropik dengan penderita terbesar adalah wanita usia 15-49 tahun sebanyak 59%. Survey terhadap mahasiswi di Perancis membuktikan bahwa 16% mahasiswi kehabisan cadangan besi, sementara 75% menderita kekurangan zat besi.

Anemia cenderung berlangsung di negara berkembang (Arisman, 2004:144). Hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) menyatakan bahwa di Indonesia anemia terjadi pada remaja putri sebanyak 57,1%, ibu hamil 50,9%, ibu nifas 45,1% balita 40,5%. Dari semua kelompok umur tersebut, wanita mempunyai resiko lebih tinggi menderita anemia terutama remaja putri (Depkes RI, 2005:71). Dibandingkan dengan Bantul, Kulon Progo dan kota Yogyakarta, Sleman merupakan daerah tertinggi kejadian anemia pada remaja usia 15-24 tahun sebanyak 97 dari total 121 pasien yang hingga menjalani rawat inap di beberapa rumah sakit di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (Dinkes DIY, 2011).

Menurut (Tan, 2006:8) Kebanyakan wanita tidak mengkonsumsi jumlah zat besi yang memadai. Alasan utama tidak mengkonsumsi jumlah zat besi karena mereka berusaha menurunkan berat badan. Diet para wanita pun rendah, jumlah makanan yang dimakan terbatas dan konsumsi rata-rata kurang dari 1800 kalori menyebabkan kekurangan gizi.

Anemia pada remaja jika tidak tertangani dengan baik dapat berdampak sangat luas karena berhubungan dengan produktivitas dan konsentrasi belajar. Remaja yang mengalami anemia kemudian hamil akan mengalami resiko komplikasi pada waktu hamil dan melahirkan, seperti perdarahan dan infeksi berdampak pada kematian. Dengan demikian intervensi gizi untuk menurunkan kejadian anemia perlu dilakukan (Soekirman, 2006:108).

Anemia didefinisikan sebagai suatu penurunan massa sel darah merah, atau total hemoglobin, kadar hemoglobin normal pada wanita yang sudah menstruasi adalah 12g/dl dan untuk wanita hamil 11g/dl. Anemia pada umumnya menunjukkan gejala-gejala seperti keletihan, mengantuk, kelemahan, pusing, nafsu makan berkurang dan perubahan *mood* (Varney,

2006:127). Penyebabnya antara lain ras, merokok, tempat tinggal dataran tinggi, lamanya menstruasi, dan pola konsumsi protein yang rendah (Varney, 2006:127 ; Tan, 2006:8)

Protein adalah zat paling penting dalam setiap organisme. Protein terdiri atas rantai-rantai panjang asam amino. Salah satu fungsi protein adalah bahan pembentuk hemoglobin (Almatsier, 2004:96). Pola konsumsi protein yang rendah akan mempengaruhi asupan zat besi dalam tubuh, sedangkan defisiensi zat besi akan menyebabkan anemia (Poedjiadi, 2002:81).

Menurut Rochadi Tawaf, standar yang ditetapkan oleh FAO (*Food Association Organization*), konsumsi protein hewani bangsa Indonesia minimal sebesar 6 gr/kapita/hari. Saat ini masyarakat di Indonesia hanya mengkonsumsi protein hewani sebanyak 4,19 gr/kapita/hari. Hanya mencapai 4,19 gr/kapita/hari artinya berdasarkan norma gizi minimal bangsa ini baru mengkonsumsi 69,8% protein hewani (www.republika.co.id diperoleh tanggal 16 Desember 2011 jam 20.00 wib). Angka Konsumsi energi di DIY sudah melampaui standar, yaitu sebesar 1.835,93 kkal/kap/hari sedangkan angka konsumsi protein masih belum memenuhi angka standar karena baru mencapai angka 51, 04 gr/kapita/hari (Dinkes Provinsi DIY, 2010).

Upaya pemerintah dalam penanggulangan anemia dimulai sejak anak usia sekolah, wanita usia subur/remaja putri hingga ibu hamil. Pada anak usia sekolah, penanggulangannya yaitu memonitor berat badan, suplementasi Fe-folate, tes Hb bila perlu (di daerah endemik malaria), pemberian obat cacing, dan pengenalan aneka ragam makanan protein hewani. Penanggulangan pada

wanita usia subur/remaja putri meliputi pemberian suplemen Fe-folate dan pendidikan gizi aneka ragam makanan protein. Pada ibu hamil diberikan Fe 1 atau 30 tablet pertama dan Fe 3 sebanyak 90 tablet, dan dilakukan pemeriksaan hemoglobin (Depkes RI, 2010:74-75)

Pelayanan kebidanan merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan. Peran bidan sebagai pendidik memberikan penyuluhan kesehatan kepada individu keluarga dan masyarakat tentang masalah kesehatan khususnya yang berhubungan dengan kesehatan perempuan (Sofyan, 2006:123). Bidan memberi penyuluhan tentang kebutuhan gizi remaja putri sebagai tindakan preventif terhadap anemia dan promotif pola konsumsi yang baik.

Menurut penelitian Russel (2010) didapatkan hasil bahwa kekurangan protein akan mempengaruhi infeksi kekebalan tubuh. Penelitian Arumsari (2008) yang dilakukan pada peserta program pencegahan dan penanggulangan anemia di Kota Bekasi diperoleh data bahwa faktor resiko yang mempengaruhi anemia diantaranya frekuensi konsumsi telur. Menurut penelitian Herdata (2002) yang dilakukan pada siswi SMP 14 Semarang didapatkan hasil bahwa kadar hemoglobin mempengaruhi kesegaran jasmani. Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 23 Februari 2012 yang dilakukan pada siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta, dari 10 siswi yang diamati dan diwawancara menunjukkan hasil pola konsumsi protein 4 orang (40%) dengan pola konsumsi baik yaitu 3-4 kali mengkonsumsi makanan dengan lauk yang mengandung protein, sedangkan 6 orang lainnya (60%) kurang

mengonsumsi protein dengan rata-rata mengonsumsi protein hanya 2 kali sehari dengan alasan jarang sarapan dan mengonsumsi protein hanya pada waktu makan siang dan makan malam. Enam orang terlihat conjunctiva pucat, keluhan subyektifnya yaitu mengeluh mudah lelah, kunang-kunang saat bangun dari posisi jongkok dan konsentrasi berkurang yang merupakan tanda gejala anemia.

Berdasarkan data di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Pola Konsumsi Protein dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta Tahun 2012”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, penulis merumuskan masalah penelitian yaitu:

“Apakah ada hubungan pola konsumsi protein dengan kejadian anemia pada siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta tahun 2012?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan diketahui apakah ada hubungan pola konsumsi protein dengan kejadian anemia pada siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta tahun 2012.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya pola konsumsi protein pada siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta tahun 2012.
- b. Diketuinya kejadian anemia pada siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta tahun 2012.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Bahan acuan untuk mengembangkan ilmu kesehatan reproduksi dan gizi pada siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta tahun 2012.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Siswi Kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Tahun 2012.

Memberi motivasi kepada para wanita khususnya para siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta tahun 2012 agar memperbaiki dan meningkatkan pola konsumsi protein yang cukup sehingga kejadian anemia pada wanita dapat dicegah.

- b. Bagi STIKES A.Yani Yogyakarta

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah kepustakaan dan meningkatkan pemahaman serta memperluas wawasan tentang hubungan pola konsumsi protein dengan kejadian anemia.

c. Bagi Peneliti

Meningkatkan ilmu pengetahuan, memperoleh informasi ilmiah, menerapkan teori penelitian dan dapat menganalisis hubungan pola konsumsi protein dengan kejadian anemia pada wanita, khususnya siswi kelas x SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta tahun 2012.

d. Bagi Peneliti selanjutnya

Menambah referensi bagi mahasiswa pada bidang pendidikan khususnya kebidanan yang dapat digunakan sebagai studi dan bahan acuan untuk penelitian berikutnya dalam mencapai hasil yang lebih baik.

e. Bagi Bidan

Memberi masukan bagi bidan untuk lebih memperhatikan masalah anemia pada wanita sebagai usaha preventif terhadap masalah anemia yang dapat mengakibatkan kematian pada kehamilan dan persalinan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel. 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Jenis Penelitian	Sampel	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1	Russel (2010) “Protein-Energy malnutrition during early childhood and periodontal disease in the permanent dentition of Haitian adolescent 12-19 years”.	Metode <i>non eksperimen</i> dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Remaja di Haiti usia 12-19 tahun.	Kekurangan protein mempengaruhi kekebalan tubuh	Perbedaan dengan penelitian sekarang adalah materi, tempat waktu, dan respondennya adalah siswi kelas x SMA N 1 Tempel. Metode penelitian menggunakan <i>observasional analitik</i>	Persamaan dengan penelitian sekarang pada variabel terikat yaitu protein. Pendekatan waktu <i>cross sectional</i>
2	Arumsari (2008) “Faktor Resiko Anemia pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) di Kota Bekasi”.	Desain penelitian yang digunakan adalah <i>cross sectional study</i> .	siswi SMP VII dan SMK Teratai Putih Global II.	Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa faktor resiko pengaruh anemia adalah usia, status menstruasi dan frekuensi konsumsi telur serta sayur.	Perbedaan dengan penelitian sekarang adalah materi, tempat,waktu dan respondennya adalah siswi kelas x SMA N 1 Tempel. Variabel bebas yang diteliti Arumsari adalah faktor resiko anemia sedangkan pada peneliti adalah pola konsumsi protein	Persamaan dengan penelitian sekarang pada variabel terikatnya yaitu anemia.

3	Herdata (2002) "Pengaruh Suplemen Besi pada Remaja Putri Anemia terhadap Pertumbuhan dan Tingkat Kesegaran Jasmani".	Metode penelitian kendali acak dengan pendekatan waktu <i>cross sectional</i> .	remaja putri siswi SMP N 14 Sema rang yang menderi ta anemia.	Hasil analisis data diperoleh kesimpulan bahwa suplemen besi meningkatkan kadar haemoglobin (pencegah anemia) dan berpengaruh pada indeks kesegaran jasmani.	Perbedaan dengan penelitian sekarang adalah materi, tempat dan waktu, serta respondennya adalah siswi kelas x SMA N 1 Tempel tahun 2012. Metode penelitian menggunakan metode <i>observasional analitik</i> .	Persamaan dengan penelitian sekarang adalah sama-sama meneliti tentang anemia. Pendekatan waktu <i>cross sectional</i>
---	--	---	---	--	---	--
