

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama di negara berkembang yang diperkirakan 30% atau 2 Milyar orang di dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada remaja dan ibu hamil. Prevalensi anemia secara global sekitar 51%, prevalensi untuk balita sekitar 43%, anak usia sekolah 37%, pria dewasa hanya 18% dan wanita tidak hamil 35% (WHO 2015). Saat ini anemia merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia, (Kementerian Kesehatan RI, 2016), khususnya anemiadefisiensi besi (Listiana, 2016).

Anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar 37,1%, mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Kementrian Kesehatan, 2018). Remaja putri merupakan kelompok rentan mengalami anemia (Srivastava et al., 2016). Prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri tahun 2019 di Kota Kendari umur 12-19 tahun yaitu 36,00%.

Satu diantara tiga remaja putri di Indonesia menderita anemia. Hal ini karena masa remaja adalah masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Selain itu remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan sehingga membutuhkan zat besi lebih tinggi (K. M. Putri, 2019).

Program penanggulangan anemia selama ini lebih terfokus pada ibu hamil, padahal remaja putri adalah calon ibu yang harus sehat agar melahirkan bayi sehat sehingga akan tumbuh dan berkembang menjadi sumber daya manusia yang tangguh dan berkualitas (Suryani et al., 2017).

Anemia gizi besi dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi, kekurangan zat gizi yang berperan dalam penyerapan zat besi, pengetahuan gizi tentang anemia, durasi tidur dan pola makan (Indartanti & Kartini, 2014)(Basith et al., 2017)(Martini, 2015).

Durasi tidur yang pendek atau kurang akan memberikan dampak buruk bagi tubuh. Hal ini dikarenakan proses biologis yang berlangsung pada saat tidurkan mengalami suatu gangguan juga diantaranya pembentukan hemoglobin yang terganggu sehingga kadarnya menjadi rendah dari nilai normal(Mawo et al., 2019).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa usia, pendidikan, dan status kerja perempuan memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan pengetahuan gizi yang berhubungan dengan anemia (Mamta & Devi, 2014).

Remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badannya, sehingga banyak remaja putri yang membatasi konsumsi makan dan banyak pantangan terhadap makanan (Utami et al., 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Lenny Sinaga (2013) menyatakan ada hubungan pola makan dengan anemia pada remaja putri (Sinaga, 2013).

Anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktivitas kerja, pertumbuhan terhambat, tubuh mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran tubuh berkurang, semangat belajar dan prestasi menurun. Pada saat akan menjadi calon ibu maka akan menjadi calon ibu yang beresiko tinggi untuk kehamilan dan melahirkan, dampak anemia pada ibu hamil diantaranya perdarahan waktu melahirkan sehingga dapat menyebabkan kematian ibu (Astuti et al., 2017).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul Hubungan Pengetahuan Gizi, Durasi Tidur dan Pola makan Makan dengan anemia pada Remaja di SMA 6 Kendari.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada hubungan antara pengetahuan gizi, durasi tidur, dan pola makan dengan anemia pada remaja di SMAN 6 Kendari?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi, durasi tidur, dan pola makan dengan anemia pada remaja di SMAN 6 Kendari.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui prevalensi anemia pada remaja putrid di SMA 6 Kendari
- b. Untuk mengetahui pengetahuan gizi tentang anemia pada remaja di SMAN 6 Kendari
- c. Untuk mengetahui durasi tidur pada remaja di SMAN 6 Kendari
- d. Untuk mengetahui pola makan pada remaja di SMAN 6 Kendari
- e. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi tentang anemia pada remaja di SMAN 6 Kendari
- f. Untuk mengetahui hubungan antara durasi tidur dengan anemia pada remaja di SMAN 6 Kendari
- g. Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan anemia pada remaja di SMAN 6 Kendari

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan pengetahuan gizi serta informasi dalam bidang kesehatan, khususnya tentang anemia remaja, dan menambah literatur untuk melakukan kajian dan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Dinas Kesehatan Kota Kendari

Hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada pihak pengambil kebijakan untuk meningkatkan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja.

b) Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah tentang faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada siswi dan dapat menjadi evaluasi kegiatan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penelitian, tahun	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Mawo, P, R., Rante, S.D.T., & Sasputra, I. N (2019)	Cross Sectional Regresi	Uji analisis data dengan Chisquare untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kadar hemoglobin dan didapatkan nilai $p=0,00$	Metode yang digunakan	Variabel penelitian
2.	Mamta, M., & Devi, L. T. (2014).	<i>Descriptive study</i>	Prevalensi keseluruhan anemia pada wanita kelompok usia reproduksi ditemukan 92,5% dan sekitar setengah dari subjek jatuh dengan kategori anemia ringan (10-11 gm/dl). Sesuai bagian pengetahuan gizinya khawatir tentang 52,5% memiliki pengetahuan gizi rata-rata tentang anemia (penyebab, tanda & gejala & skor rata-rata keseluruhan adalah 6,92)	Variabel pengetahuan gizi	Metode yang digunakan
3	Sinaga, L. V. (2013).	<i>Crosssectional</i>	Proporsi anemia remaja putri di SMA Dharma Pancasila adalah 23,0%, dan	Metode yang digunakan	Variabel penelitian

			ada pengaruh asupan zat besi ($p=0,045$) terhadap anemia, sedangkan asupan protein, folat, vitamin C, konsumsi teh dan kopi tidak berpengaruh terhadap anemia.		
4	Wiqodatul Ummah, Woro Tri Utami (2022)	<i>Crosssectional</i>	Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan (X1) dengan anemia pada ibu hamil (Y), dimana nilai nilai t hitung variabel pola makan (X1) sebesar $8.812 > t$ tabel 2.056. Hasil analisis hubungan kualitas tidur dengan anemia pada ibu hamil didapatkan nilai t hitung sebesar $3.648 > t$ tabel 2,056 yang menunjukkan hubungan signifikan.	Metode yang digunakan	Populasi yang diukur
5	Wadasari, DY (2022)	<i>Crosssectional</i>	Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara anemia dengan status gizi, pola menstruasi, pengetahuan dan sikap remaja.	Metode	Varibel