

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi yang paling umum di seluruh dunia, terutama disebabkan oleh defisiensi besi. Anemia sangat tinggi (berkisar antara 80- 90%) pada anak-anak prasekolah, remaja, ibu hamil dan menyusui. Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Bila oksigen yang diperlukan tidak cukup, maka akan menyebabkan sulitnya berkonsentrasi, sehingga berdampak pada menurun nya prestasi pada siswa, daya tahan fisik rendah sehingga mudah lelah, aktivitas fisik menurun, mudah sakit karena daya tahan tubuh rendah (Suryani, Hafiani, dan Junita, 2015).

Menurut World Health Organization (WHO), yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada usia 12-24 Tahun. Anemia gizi pada remaja putri menjadi salah satu penyebab tingginya kematian pada saat melahirkan dan tingginya insiden bayi dengan berat badan yang rendah. Hal penting dalam mengontrol anemia pada ibu hamil adalah dengan memastikan remaja mampu memenuhi kebutuhan zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses sintesis pembentukan hemoglobin (Suryani, Hafiani, dan Junita, 2015).

Proporsi anemia pada remaja perempuan lebih besar dibandingkan pada remaja laki-laki (WHO,2017). Menurut WHO (2017), prevalensi anemia pada remaja di Indonesia sebesar 32%. Berdasarkan data Riskedas (2013), remaja putri mengalami

anemia yaitu 37,1% namun mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada Riskesdas (2018), dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15- 24 tahun dan 25- 34 tahun. Anemia dapat dicegah dengan meningkatkan konsumsi makanan bergizi dan menambah pemasukan zat besi ke dalam tubuh, contohnya dengan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).

Anemia gizi besi dapat menyebabkan cepat lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar menjadi rendah dan dapat menurunkan produktivitas belajar di sekolah. Anemia gizi besi adalah keadaan dimana terjadi penurunan jumlah eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin (Permata, Dardjito, dan Anandari, 2016).

Hemoglobin adalah satu protein yang mengandung senyawa besi hemin. Hemoglobin mempunyai daya ikat terhadap oksigen dan karbondioksida. Dalam menjalankan fungsinya membawa oksigen keseluruh tubuh, hemoglobin di dalam SDM mengikat oksigen melalui suatu ikatan kimia khusus. Hemoglobin yang tidak atau belum mengikat oksigen disebut deoksihemoglobin atau deoksiHb. Hemoglobin yang mengikat oksigen disebut oksihemoglobin atau HbO₂ (Yuni, 2019).

Hemoglobin merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah dan dapat diukur secara kimia. Jumlah Hb/100ml darah dapat digunakan sebagai indeks kapasitas pembawa oksigen ke darah. Hemoglobin mempunyai dua fungsi pengangkutan penting dalam tubuh manusia, yaitu pengangkutan oksigen dari paru-paru ke jaringan perifer dan pengangkutan karbondioksida dari jaringan perifer ke organ respirasi untuk

selanjutnya diekskresikan keluar tubuh. Jika kadar Hemoglobin kurang dari normal (anemia), maka akan menyebabkan komplikasi termasuk kelelahan dan stress pada organ tubuh. Dampak anemia bagi remaja antara lain mudah lelah, penurunan konsentrasi belajar, dan kurang bersemangat. Banyak faktor yang menentukan produksi kadar hemoglobin dalam tubuh manusia seperti faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya termasuk usia, ras, jenis kelamin. Sedangkan faktor eksternal diantaranya kondisi demografis, sosial ekonomi, gaya hidup, dan status gizi (Alifah, 2017).

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak menjadi dewasa, ditandai dengan perubahan fisik dan mental. Perubahan fisik ditandai dengan berfungsinya alat reproduksi seperti menstruasi untuk remaja wanita dan mimpi basah untuk remaja pria. Pada masa remaja pertumbuhan fisik terjadi sangat cepat, kategori anak remaja adalah usia 12-19 tahun. Dalam usia tersebut laju pertumbuhan remaja wanita mengalami percepatan terlebih dahulu karena tubuhnya memerlukan persiapan menjelang usia reproduksi, sementara remaja pria baru dapat menyusul dua tahun kemudian. Puncak pertambahan berat badan dan tinggi badan wanita tercapai pada usia 12,1-12,9 tahun. Sementara pria pada usia 14,1- 14,3 tahun (Febry, Pujiastuti, & Fajar, 2013).

Remaja sangat beresiko menderita anemia khususnya kurang zat besi. Diperkirakan 25 persen remaja Indonesia mengalami anemia. Meski tidak menular namun anemia sangat berbahaya karena bisa mempengaruhi derajat kesehatan calon bayinya kelak. Anemia terjadi bila jumlah sel darah merah berkurang. Dengan berkurangnya hemoglobin atau darah merah tadi, tentu kemampuan sel darah merah untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh berkurang. Akibatnya, tubuh kita kurang

mendapat pasokan oksigen, yang menyebabkan tubuh lemas dan cepat lelah (Yuni, 2019).

Menurut Badan Kesehatan Dunia World Health Organization (WHO), anemia pada remaja putri di seluruh dunia sampai saat ini masih cukup tinggi, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makanan. Tahun 2010, pemerintah telah mencanangkan target penurunan angka kejadian anemia pada remaja hingga 20%. Tidak dapat dipungkiri anemia memang merupakan salah satu masalah kesehatan di Indonesia yang sulit ditanggulangi (Alifah, 2017).

Remaja putri membutuhkan lebih banyak asupan gizi terutama zat besi dikarenakan setiap bulannya mengalami haid yang berdampak pada kurangnya asupan zat besi dalam darah, sehingga bila tidak terpenuhi akan menyebabkan defisiensi zat besi. Defisiensi besi ini akan menjadi faktor penyebab anemia sehingga mempengaruhi aktifitas dan system reproduksi dan menyebabkan mudah keletihan, sulit berkonsentrasi dan berkurangnya produktivitas (Sibagariang E. E., 2014).

Anemia defisiensi besi merupakan jenis anemia terbanyak didunia, terutama pada negara miskin dan berkembang. Anemia defisiensi besi merupakan gejala kronis dengan keadaan hipokromik (konsentrasi hemoglobin kurang), mikrositik yang disebabkan oleh suplai besi kurang dalam tubuh. Pada keadaan normal kebutuhan besi orang dewasa 2-4 g besi, kira-kira 50 mg/kg BB pada laki-laki dan 35 mg/kg BB pada wanita dan hamper dua per tiga terdapat dalam hemoglobin (Tarwoto & Wasnidar, 2019).

Berdasarkan penelitian dari Handayani, Sugiarsih (2022) bahwa kejadian anemia pada remaja putri di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang tahun 2018 yaitu sebesar 38,8%. Determinan yang ditemukan persentasenya paling banyak yaitu: status gizi normal Pola makan baik, tidak mengonsumsi Fe, dan pengetahuan rendah. Kejadian anemia pada remaja putri banyak ditemukan pada responden yang memiliki pola makan kurang serta tidak mengonsumsi Fe.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Asiffa (2020), mengenai gambaran kadar hemoglobin pada mahasiswi (Studi di Program Studi D III Analisis Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang) diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kadar hemoglobin dalam kategori anemia yaitu sebanyak 10 orang (66,6%) dengan kadar hemoglobin terendah yaitu 8,3 g/dl. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya kadar hemoglobin responden diantaranya adalah pola makan, pola menstruasi dan asupan tablet zat besi (Fe). Berdasarkan hasil survei pola makan rutin menunjukkan bahwa dari 15 responden diperoleh sebagian besar memiliki pola makan yang tidak rutin yaitu 10 orang (66,6%). Selain itu, pada survei asupan tablet zat besi (Fe) menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden tidak rutin mengonsumsi tablet Fe yaitu 12 orang (80%). Hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi dan pengetahuan mengenai tablet Fe serta manfaat tablet Fe yang dikonsumsi pada saat menstruasi.

Salah satu perubahan fisiologis yang dialami wanita adalah menstruasi. Siklus menstruasi adalah menstruasi yang periodik dan terus menerus (Prathita et al., 2017). Periode ini tipikal dengan asumsi panjang normal siklus menstruasi berlangsung sekitar

4 hari hingga sampai 7 hari, dan kebanyakan wanita punya siklus normal 21 hari samapi dengan 35 hari dan berapa banyak darah yang hilang dalam setiap rentang siklus antara 15-80 ml. Sedangkan perdarahan hebat disebut perdarahan menstruasi berat (HMB) bila jumlah darah yang keluar lebih dari 80 mililiter (Jha et al., 2020).

Remaja putri mengalami menstruasi yang memberikan pola setiap bulannya. Menstruasi berarti siklus dan lamanya masa menstruasi yang dialami remaja, atau dapat dijelaskan lebih detail dengan mengetahui berapa lama waktu yang dibutuhkan dari menstruasi terakhir hingga menstruasi berikutnya. Panjang normal satu siklus adalah 28 hari. Kebanyakan wanita memiliki siklus bulanan 3-5 hari, namun ada pula yang mengalami waktu 7-8 hari. Semua wanita memiliki siklus periode adat secara konsisten. Dimana diperkirakan sekitar 80cc atau lebih sebagai kondisi medis yang tidak diinginkan, ukuran umum dari tumpahan darah adalah sekitar 16cc (Lestari dkk., 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti laksanakan pada tanggal 25 September 2023 di SMA Islam Sudirman Ambarawa Kabupaten Semarang. Jumlah siswi SMA Islam Sudirman Ambarawa sejumlah 670 siswi seluruhnya dari kelas X sampai kelas XII. Berdasarkan wawancara dengan kemahasiswaan di SMA Islam Sudirman Ambarawa diperoleh informasi bahwa siswi belum pernah diadakan pengecekan hemoglobin di sekolah, sehingga siswi belum mengetahui berapakah kadar hemoglobin mereka. Setelah dilakukan pengecekan kadar hemoglobin pada siswi kelas XI MIPA 1 sampai kelas XI MIPA 4 di SMA Islam Sudirman Ambarawa terhadap 60 siswi, 40 siswi diantaranya mengalami anemia. Dari 40 siswi yang mengalami anemia didapatkan karena memiliki kebiasaan yang tidak baik seperti tidak mengkonsumsi tablet penambah

darah.

Siswi yang mengalami gejala anemia tidak mengetahui kondisi ini karena tidak pernah memeriksakan kadar Hbnya. Kasus siswi menjadi sesuatu yang menarik untuk dilakukan dikaji secara detail apakah hal ini menyebabkan anemia pada siswi. Melihat informasi dan gambaran di atas, peneliti merasa tertarik untuk mengarahkan penelitian tentang gambaran kadar Hemoglobin pada siswi di SMA Islam Sudirman Ambarawa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dirumuskan permasalahan pada penelitian ini, yaitu “Bagaimana Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Siswi di SMA Islam Sudirman Ambarawa?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Gambaran kadar hemoglobin pada siswi di SMA Islam Sudirman Ambarawa.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui karakteristik pada siswi di SMA Islam Sudirman Ambarawa berdasarkan Usia
- b. Mengetahui kadar Hb pada siswi di SMA Islam Sudirman Ambarawa.

- c. Mengetahui gambaran kadar Hb pada siswi di SMA Islam Sudirman Ambarawa.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menerapkan mata kuliah keperawatan khususnya tentang hubungan antara pola menstruasi dengan kadar hemoglobin pada siswi, sehingga dapat memperluas pemahaman dan informasi peneliti dalam menangani permasalahan secara logis dan sistematis.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan atau referensi penting untuk mengarahkan penelitian berkelanjutan mengenai gambaran kadar Hb pada siswi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diyakini akan bermanfaat bagi landasan-landasan pendidikan untuk digunakan sebagai semacam cara pandang dan untuk pengambilan strategi dalam memilih rencana pendidikan yang akan tersebar sehingga dapat dilaksanakan dengan baik oleh lembaga-lembaga pendidikan.

4. Bagi Siswi

Hasil penelitian ini diyakini dapat memberikan masukan dan data logis mengenai gambaran kadar Hb pada siswi. Sehingga siswi dapat mengetahui nilai kadar Hbnya dan dapat memutuskan bagaimana cara untuk mengatasinya.