

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah usia 10-24 tahun dan belum menikah. (Kemenkes RI, 2015)

Dalam masa bonus demografi saat ini, Indonesia memiliki lebih dari 68% penduduk usia produktif daripada usia tidak produktif. Kelompok usia produktif terdiri dari 183,36 juta orang, atau 68,7% dari total penduduk, dan kelompok remaja perempuan berusia 10–24 tahun sebanyak 33,287.944 orang, atau 12,42% dari total penduduk (Kemenkes RI, 2019).

Produktifitas remaja sekolah didefinisikan sebagai keinginan untuk menjalankan peran sebagai siswa dan dapat berprestasi dalam hal akademik, non-akademik, kreatif, dan frekuensi belajar. Tidak hanya menyelesaikan tugas dengan cepat, tetapi juga dapat mengatur waktu, tetap fokus, dan mencapai tujuan secara efisien adalah semua aspek produktivitas. Mengembangkan produktivitas di masa remaja adalah penting, tetapi itu adalah proses yang berkelanjutan dan membutuhkan usaha. Remaja dapat mengembangkan kebiasaan produktif yang akan bermanfaat dalam jangka panjang untuk pencapaian pribadi, karier, dan kehidupan sehari-hari mereka jika mereka sadar, disiplin, dan berusaha secara konsisten. Remaja juga harus terlibat dalam aktivitas yang membuat mereka termotivasi dan senang. Mengembangkan minat, hobi, atau bakat tertentu dapat meningkatkan motivasi dan dorongan untuk melakukan berbagai kegiatan. Remaja akan secara alami menjadi lebih produktif dan bermotivasi ketika mereka merasa terhubung dengan apa yang mereka lakukan. Selama perjalanan mengembangkan produktivitas remaja, remaja juga dapat belajar tentang pentingnya mengelola stres dan mengatasi rasa sakit (Eka Putri Vania 2023).

Kejadian Anemia terutama pada remaja dapat berakibat terhadap menurunnya produktivitas remaja dan kemampuan remaja dalam bidang akademis disekolah, selain itu juga akibat anemia pada remaja dapat menghambat pertumbuhan fisik termasuk berat badan dan tinggi badan yang kurang dibanding remaja seumurnya. Anemia akan berdampak pada penurunan konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja, produktivitas dan penurunan imunitas yang mana dapat berpengaruh pada status kesehatan remaja(WHO 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi prevalensi anemia dunia berkisar 50-80%. Kasus anemia di dunia diperkirakan 1,32 miliar jiwa atau sekitar 25% dari populasi manusia di dunia, angka tertinggi benua Afrika sebanyak 44,4%, benua Asia sebanyak 25% -33,0% dan terendah di benua Amerika utara sebanyak 7,6%. Anemia pada kelompok remaja putri berdasarkan baseline survei nutrition internasional (NI) di Jawa Barat tahun 2018 tergolong tinggi 41,93% (revy lestari, 2022). Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, di Jawa Barat prevalensi anemia pada remaja umur 15-24 tahun sebesar 32%. Prevalensi anemia di Kabupaten Sumedang jumlahnya cukup besar dengan jumlah 2.485 ribu (20,6%) dari 12.064.15 jiwa(Dinas kesehatan kabupaten sumedang 2023)

Anemia atau kekurangan sel darah merah yaitu suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin (protein yang membawa oksigen) dalam sel darah merah berada di bawah normal.Sel darah merah itu sendiri mengandung hemoglobin yang berperan untuk mengangkut oksigen dari paru – paru dan mengantarkan ke seluruh bagian tubuh(Hasdianah, & Suprpto, 2016).

Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Remaja putri yang menderita anemia kebugarannya juga akan menurun, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitasnya(Sayekti et al. 2015)

Anemia juga merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia. Resiko

anemia gizi besi ini dapat menyebabkan produktivitas rendah, daya tahan tubuh terhadap penyakit menurun, kemampuan belajar anak sekolah rendah, Jalan pintas untuk penentuan anemia menggunakan Hb sebagai indikator telah disarankan oleh WHO dan anemia gizi ditetapkan sebagai masalah kesehatan masyarakat Indonesia secara universal(Mariana¹, 2, and Padila 2018)

Status gizi adalah gambaran kondisi tubuh sebagai akibat pemanfaatan zat gizi dari makanan yang dikonsumsi. Status gizi sangat penting karena berhubungan dengan produktivitas, kecerdasan, dan kreativitas, yang tentunya berdampak pada kualitas sumber daya manusia. (Abdullah, A., Dewi, A. P., Muharramah, A. & Pratiwi, 2022).Masalah gizi pada anak sekolah kelompok remaja perlu mendapatkan perhatian khusus karena pengaruhnya besar pada tumbuh kembang dan dampaknya pada masalah gizi saat dewasa (Yaco.N, 2021)

Pentingnya masalah gizi remaja akan berdampak pada status gizi dan masalah kesehatan lainnya. Status gizi kurang dapat mempengaruhi reproduksi dan status gizi lebih dapat menyebabkan risiko penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung, dan penyakit lainnya. Remaja putri sering melakukan diet yang berdampak pada pola makan mereka, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mereka.(Rahmat 2022).

Penelitian di Sulawesi menunjukkan ada keterkaitan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hal ini dikarenakan remaja putri mempunyai kebiasaan kurang mengkonsumsi makanan sumber zat besi dan rata-rata mempunyai orang tua dengan tingkat pendidikan yang rendah sehingga pengetahuan dalam pemenuhan asupan zat gizi yang seimbang menjadi kurang(Nurazizah et al. 2022).

Makanan yang dikonsumsi oleh remaja dapat berdampak pada kesehatan mereka, terutama masalah gizi saat dewasa dan berusia lanjut. Pola makan remaja ini menentukan jumlah zat gizi yang dikonsumsi untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Remaja juga membutuhkan lebih banyak nutrisi daripada usia lainnya karena mereka lebih banyak bergerak. Remaja yang kurang gizi sangat rentan terhadap penyakit infeksi karena efek kurang sendiri yang sering terjadi. Hal

ini disebabkan oleh sistem kekebalan tubuh yang menurun sebagai akibat dari kekurangan nutrisi tubuh(Widawati W, 2018).

Kondisi gizi dan kesehatan remaja akan dipengaruhi oleh makanan yang mereka konsumsi. Makanan yang tidak sehat dan pola makan yang tidak sehat tentunya dapat menyebabkan masalah kesehatan pada remaja, baik kekurangan gizi maupun kelebihan gizi. Status gizi remaja sangat jarang terpantau, yang merupakan salah satu alasan mengapa menangani masalah gizi pada remaja tidak sesuai dengan standar(Arum, P., Werdhiharini, A. E. & Perwiraningrum, 2018).

Remaja adalah kelompok usia yang rentan secara gizi karena pertumbuhan dan perkembangan fisik yang pesat dan kebutuhan akan zat gizi yang lebih besar dari anak-anak. Namun, remaja cenderung melakukan pola konsumsi yang salah, yang berarti mereka mengonsumsi lebih dari yang mereka butuhkan(Widnatusifah1 et al., 2020)

Pola konsumsi remaja akan menentukan jumlah zat gizi yang diperlukan oleh remaja untuk pertumbuhan dan perkembangan. Pola konsumsi yang buruk akan mempengaruhi asupan zat gizi yang dikonsumsi remaja, yang akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan yang tidak ideal, serta status gizi remaja (Mokoginta, F. S., Budiarmo, F., & Manampiring, 2016)

Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan dengan alur pertama mengunjungi Dinas Kesehatan Sumedang untuk meminta surat izin penelitian untuk ke puskesmas dan pihak sekolah Sman Tanjungsari, setelah muncul surat izin dari dinas kesehatan Sumedang lalu kembali mengunjungi Puskesmas Tanjungsari dan didapatkan data siswi yang mengalami anemia yang terbanyak dari antara SMA lainnya yang berada di daerah Tanjungsari yaitu di SMAN Tanjungsari siswi angkatan kelas X dengan anemia berat (2 orang), anemia sedang(35 orang), anemia ringan(24 orang).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Tingkat Produktivitas Belajar dan Status Gizi Pada Remaja Putri Terhadap Anemia Di Sman Tanjungsari?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat produktifitas belajar dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMAN Tanjungsari

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran tingkat produktifitas belajar remaja putri di SMAN Tanjungsari
- b. Mengetahui gambaran bagaimana status gizi pada remaja putri di SMAN Tanjungsari
- c. Mengetahui gambaran status anemia berdasarkan kadar hemoglobin remaja putri di SMAN Tanjungsari
- d. Mengetahui gambaran tingkat produktifitas belajar dan status gizi remaja putri terhadap kejadian anemia di SMAN Tanjungsari

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan tentang Tingkat produktifitas belajar dan status gizi pada remaja putri dengan anemia, juga dapat menjadi salah satu referensi studi keilmuan dan menjadi bahan rujukan penelitian serupa dimasa depan. Untuk penulis sendiri, bermanfaat untuk mengetahui dan mempelajari Tingkat produktifitas belajar pada remaja dan status gizi yang seharusnya diperlukan agar tidak terjadi anemia pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman baru dengan cara memberikan informasi data dan melakukan pemeriksaan secara langsung pada siswi di Sman Tanjungsari.

2. Bagi Instansi

Memberikan referensi bacaan dari hasil penelitian ini misalnya untuk penelitian selanjutnya dan untuk menambah wawasan pengetahuan tentang produktivitas belajar dan status gizi remaja putri dengan anemia.

3. Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan produktifitas belajar remaja dengan anemia dan meningkatkan kesadaran siswi untuk tetap menjaga gizi agar status gizi baik dan tidak terjadi anemia