

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Batasan usia remaja Indonesia usia 11-24 tahun dan belum menikah (Sarwono, 2011).

Masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial. Masa ini merupakan peralihan dari masa anak ke masa dewasa sehingga terjadi banyak perubahan dari segi fisik karena bertambahnya massa otot dan lemak pada jaringan tubuh serta perubahan hormonal. Kondisi ini tentu mempengaruhi kebutuhan gizinya. Masa remaja mengalami kecepatan pertumbuhan sehingga perlu dilakukan pemantauan status gizi untuk mengidentifikasi remaja baik yang berisiko gizi kurang maupun gizi lebih untuk selanjutnya dilakukan intervensi untuk perbaikan gizinya sebelum terjadi komplikasi penyakit lain. Pemenuhan kebutuhan gizi pada masa ini perlu diperhatikan karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan pada remaja akan sangat mempengaruhi asupannya. Pada usia remaja tubuh memerlukan zat gizi tidak hanya untuk pertumbuhan fisiknya saja tetapi juga untuk perkembangan organ tubuh khususnya organ seksualnya. Oleh karena itu tubuh memerlukan zat gizi makro seperti karbohidrat, lemak dan protein serta zat gizi mikro baik vitamin maupun mineral (Pritasari dkk, 2017).

Secara umum pola konsumsi pangan remaja yang baik adalah bila perbandingan komposisi energi dari karbohidrat, protein dan lemak adalah 50-65% : 10- 20% : 20-30%. Komposisi ini tentunya dapat bervariasi, tergantung umur, ukuran tubuh, keadaan fisiologis dan mutu protein makanan yang dikonsumsi (Hardiansyah dkk, 2012). Kurangnya asupan gizi pada remaja putri umumnya kekurangan zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, lemak dan kekurangan zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral dapat menyebabkan tubuh menjadi kurus

dan berat badan turun drastis, pendek, sakit terus menerus dan anemia. Remaja sangat membutuhkan asupan zat besi untuk membentuk sel darah merah (Kaimudin dkk, 2017).

Sebagian besar remaja putri mengalami kasus defisiensi besi dikarenakan asupan makanan yang rendah nutrisi. Asupan makanan yang rendah nutrisi pada remaja terutama terjadi pada remaja putri yang menghindari protein hewani, melewati jadwal makan, diet dan sebagainya. Selain itu bila remaja putri juga melakukan diet yang hanya mengonsumsi lauk nabati, olahraga berlebihan, perdarahan haid yang banyak akan menyebabkan anemia (Briawan, 2013).

Islam mengajarkan untuk mengatur gaya hidup yang sehat untuk menjaga kesehatan jiwa dan raga, seperti mengatur pola makan yang baik dan tidak berlebihan, mengonsumsi makanan yang halal dan *thayyib*, tidak minum minuman beralkohol, istirahat yang cukup, dan teratur dalam berolahraga (Basyuni MM, 2009). Dalam Agama Islam telah mengajarkan tentang makanan yang baik. Salah satunya disinggung dalam Q.S. Al- Baqarah (2):168 yang memiliki kandungan bahwa manusia hendaklah memilih makanan yang halal dan baik bagi tubuhnya, tidak hanya dari segi kualitas tetapi juga dari segi kuantitas. Salah satu ciri makanan yang baik adalah makanan yang memiliki kandungan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh (Ilham, Oktorina S, dan Haqiqi, 2017).

Sebagian besar wanita dan pria memiliki pemahaman yang kurang benar tentang anemia. Anemia dipahami sebagai kurang darah oleh wanita dan pria (masing-masing 73% dan 63%). Kesalahan pemahaman ini lebih membahayakan untuk wanita di kemudian hari dibanding untuk pria. Hanya 8% wanita dan 3% pria yang dapat menjawab dengan benar pertanyaan tentang arti anemia (SDKI, 2017).

Dalam Q.S. Al-Mujadalah (58):11, telah dijelaskan bahwa Allah SWT akan mengangkat derajat orang yang berilmu. Jadi dalam Islam dengan mempunyai ilmu pengetahuan maka seorang insan manusia diharapkan dapat dengan mudah mengenal Allah SWT. Dan tentunya menambah keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT (Supriatna E, 2019).

Pengetahuan tentang anemia yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang kebiasaan makan yang baik, dan kurangnya pengertian tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan serta pemenuhan kebutuhan zat gizi yang tidak seimbang akan menimbulkan masalah kecerdasan dan produktifitas pada remaja (Ngatu Raga dan Rochmawwati, 2015).

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana kadar hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal pada remaja putri adalah  $>12$  g/dl. Remaja putri dikatakan anemia jika kadar hemoglobin  $<12$  gr/dl (Proverawati dkk, 2011). Angka prevalensi anemia secara nasional pada semua kelompok umur adalah 21,70%. Prevalensi anemia pada perempuan relatif lebih tinggi yaitu 23,90% dibanding laki-laki dengan 18,40%. Prevalensi anemia berdasarkan lokasi tempat tinggal menunjukkan tinggal di pedesaan memiliki persentase lebih tinggi sebesar 22,80% dibandingkan tinggal di perkotaan sebesar 20,60%, sementara prevalensi anemia pada perempuan usia 15 tahun atau lebih adalah sebesar 22,70% (Risikesdas, 2013).

Anemia pada remaja dapat membawa dampak kurang baik bagi remaja, anemia yang terjadi dapat menyebabkan menurunnya kesehatan reproduksi, perkembangan motorik, mental, kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar, tingkat kebugaran menurun, dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal (Andriani M. dan Wirjatmadi B, 2013).

Dalam penentuan status gizi, tidak dapat dilakukan dengan satu kategori, misalkan hanya menggunakan tinggi badan atau berat badan saja, tetapi harus menggunakan beberapa kategori seperti: tinggi badan dengan umur, berat badan dengan umur atau berat badan dengan tinggi badan. Dalam menentukan status gizi remaja saat ini dapat dilakukan pengukuran antropometri dengan menggunakan IMT, yaitu dengan membagi BB (kg) dengan TB (m) dikuadrat-kan (Arisman, 2010).

Oleh karena itu, dari uraian diatas penulis tertarik untuk membuat penelitian mengenai hubungan pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka didapatkan rumusan masalah yaitu bagaimana gambaran pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018 dan tinjauannya menurut pandangan Islam?

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana gambaran pengetahuan anemia pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018?
2. Bagaimana gambaran asupan kalori pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018?
3. Bagaimana gambaran IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018?
4. Bagaimana hubungan asupan kalori terhadap IMT mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018?
5. Bagaimana hubungan pengetahuan anemia terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018?
6. Bagaimana hubungan pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018 menurut pandangan Islam?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

- Tujuan Umum

Diketuinya hubungan pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018

- Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran pengetahuan anemia pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018

2. Mengetahui gambaran asupan kalori pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018
3. Mengetahui gambaran IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018
4. Mengetahui hubungan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018
5. Mengetahui hubungan pengetahuan anemia terhadap IMT mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018
6. Mengetahui hubungan pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018 menurut pandangan Islam

### **1.5 Manfaat Penelitian**

1. Bagi Masyarakat  
Memberikan informasi kepada masyarakat khususnya mengenai hubungan pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas YARSI.
2. Bagi Peneliti  
Peneliti akan mendapat pengalaman dan menambah mengenai gambaran pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi dan untuk memenuhi persyaratan kelulusan sebagai mahasiswa kedokteran Universitas YARSI.
3. Bagi Universitas YARSI  
Sebagai bahan masukan bagi civitas akademika Universitas YARSI, dan sebagai bahan pustaka untuk menambah informasi mengenai hubungan pengetahuan anemia dan asupan kalori terhadap IMT pada mahasiswi.