

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hb adalah molekul yang terdiri atas empat kandungan heme (berisi zat besi) dan empat rantai globin (alfa, beta, gamma dan delta), berada didalam eritrosit dan bertugas untuk mengangkut oksigen. (Sutedjo,2009).

Hb merupakan bagian utama dari sel darah merah dan mengikat oksigen, bila seseorang memiliki jumlah sel darah merah di bawah batas normal atau kadar Hb rendah sel-sel tubuh tidak akan mendapatkan oksigen yang cukup, sehingga timbul gejala anemia berupa kelelahan. (Febrianty, dkk, 2013).

Nilai normal kadar Hb pada berbagai umur dan jenis kelamin. Pria : 14-16 g/dL dan Wanita : 12,5-15 g/dL (Kusumawardani, 2010) Ambang batas yang dikeluarkan oleh WHO (2008), yaitu wanita berusia di atas 14 tahun dikatakan normal apabila Hb-nya > 12 dan dikatakan anemia apabila Hb-nya ≤ 12 .

Anemia merupakan masalah gizi yang mempengaruhi jutaan orang di dunia dan tetap menjadi tantangan besar bagi kesehatan manusia. Prevalensi anemia diperkirakan 9% di negara-negara maju, sedangkan di negara berkembang prevalensinya 43%. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization* (WHO) (2013), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%.

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014).

Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana rendahnya koefisien Hb atau hematokrit berdasarkan nilai ambang batas (referensi) yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb, meningkatnya kerusakan eritrosit (hemolisis), atau kehilangan darah yang berlebihan. (Bloom,2002)

Kraemer (2007) menyatakan bahwa penyebab anemia adalah akibat faktor gizi dan non gizi. Faktor gizi terkait dengan defisiensi protein, vitamin, dan mineral, sedangkan faktor non gizi terkait penyakit infeksi. Namun, lebih dari 50% kasus

anemia yang tersebar diseluruh dunia secara langsung disebabkan oleh kurangnya masukan zat besi.

Kurangnya asupan gizi pada remaja putri umumnya kekurangan zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, lemak dan kekurangan zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral. Kurangnya zat gizi makro dan mikro 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. Zat besi diperlukan dalam pembentukan darah untuk sintesa Hb. Pada dasarnya asupan zat gizi pada tubuh harus tercukupi khususnya pada remaja (Muchtadi, 2009).

Salah satu hal yang menyebabkan kadar Hb menurun yaitu pola makan. Pola makan adalah perilaku seseorang dalam memenuhi kebutuhan makan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pemilihan makanan (Khumaidi, 2009). Pola makan yang tidak sehat pada remaja terjadi karena kurangnya pengetahuan gizi, sehingga remaja tidak mampu memenuhi keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan untuk proses pembentukan Hb. Hal ini akan terjadi dalam jangka waktu lama sehingga menyebabkan kadar Hb terus berkurang dan menimbulkan anemia (Brown JE, 2011).

Anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktifitas kerja yang rendah (Sayogo, 2006).

Darah juga dapat diartikan juga dengan cairan, air merupakan bahan pokok dalam pembentukan darah, cairan limpa, kencing, air mata, cairan susu dan semua organ lain yang ada dicontohkan dalam tubuh manusia. Dari uraian di atas, sangat jelas peran air bagi kehidupan, dari mulai adanya makhluk hidup di bumi (berasal dari kedalaman laut), bagi kelangsungan hidupnya (air diperlukan untuk pembentukan organ dan menjalankan fungsi organ) dan memulai kehidupan

(terutama bagi kelompok hewan - air tertentu yang khusus -sperma) (Departemen agama, 2006)

Allah menciptakan semua makhluk hidup dari air tercantum dalam Surah Al-anbiya ayat 30 yang berbunyi :

“Dan apakah orang-orang kafir tidak mengetahui bahwa langit dan bumi keduanya dahulunya menyatu, kemudian Kami pisahkan antara keduanya; dan Kami jadikan segala sesuatu yang hidup berasal dari air; maka mengapa mereka tidak beriman?”

Dalam pandangan islam menjaga kadar Hb hukumnya wajib karena sesuai dengan kaidah fiqih Bahaya-bahaya tersebut menurut pandangan islam harus dihilangkan karena untuk menjaga *Maqashid Al-Syariah* khususnya *hifdz an-nafs* maka dari itu kaidah fikih dalam mempertahankan kadar Hb adalah sebagai berikut

“Kemudarata harus dilenyapkan”

Sehubungan dengan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengajukan penelitian mengenai “Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Hb pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2018 Universitas YARSI dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam”

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas sehingga timbul pertanyaan, bagaimana hubungan pola makan terhadap kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI. Maka dari itu diperlukan penelitian yang mengkaji lebih dalam mengenai hubungan pola makan terhadap kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- 1.3.1 Apakah ada hubungan antara pola makan dengan kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI?
- 1.3.2 Berapa angka kadar Hb berdasarkan pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI?
- 1.3.3 Bagaimana pandangan Islam terhadap hubungan pola makan dengan kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2018 Universitas YARSI?

1.4 Tujuan penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Meneliti hubungan pola makan terhadap kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI.

1.4.2 Tujuan Khusus

- 1.4.2.1 Mengetahui apakah ada hubungan antara pola makan dengan kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI
- 1.4.2.2 Mengetahui berapa angka kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI berdasarkan pola makan
- 1.4.2.3 Mengetahui pandangan Islam terhadap hubungan antara pola makan dengan kadar Hb pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2018 Universitas YARSI

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat bagi peneliti

- 1.5.2.1 Menambah wawasan bagi peneliti
- 1.5.2.2 Mengetahui cara membuat penelitian yang baik dan benar
- 1.5.2.3 Mengetahui gambaran kadar Hb dengan pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI
- 1.5.2.4 Hasil penelitian bisa dijadikan bahan rujukan dan pembanding untuk penelitian selanjutnya

1.5.2 Manfaat bagi Institusi

Hasil penelitian dapat dijadikan bahan pustaka dan literatur bagi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

1.5.3 Manfaat bagi masyarakat

Hasil penelitian dapat memberikan informasi pada masyarakat tentang hubungan sarapan pagi dengan kadar Hb.

1.5.4 Manfaat bagi agama

Mengembangkan ilmu kedokteran Islam yang berguna untuk kemashlahatan umat.