

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan kebutuhan yang mendasar bagi setiap orang karena tanpa tubuh yang sehat, maka setiap manusia akan sulit melaksanakan aktivitasnya. Namun masih banyak orang yang tidak terlalu memperhatikan kesehatannya dengan menganggap ringan penyakit yang dialami oleh tubuh. Gejala awal seperti mudah lelah, wajah pucat dan berkurangnya konsentrasi menjadikan anemia sebagai salah satu penyakit yang kurang diperhatikan. Menurut Kaimudin dkk. (2017) kebanyakan penderita tidak menyadarinya, bahkan ketika tahu pun masih menganggap anemia sebagai masalah yang ringan. Pada kenyataannya menurut *World Health Organization* (WHO) anemia merupakan salah satu dari 10 masalah kesehatan terbesar di abad modern ini. Data WHO pada tahun 2019 bahwa wanita usia subur usia 15-49 tahun memiliki prevalensi anemia sebesar 29,9% atau setara dengan lebih dari 500 juta wanita usia subur yang mengalami anemia.

Menurut Chaparro & Suchdevv (2019) pada tahun 2016 wanita usia subur (WUS) merupakan salah satu kelompok yang paling banyak terkena anemia dengan prevalensi 39% dan 46% pada ibu hamil. Menurut Laporan Nasional Riskesdas (2018) wanita Indonesia yang berumur 15 - 24 tahun memiliki prevalensi anemia sebesar 32 %. Wanita pada usia subur menjadi kelompok yang banyak terkena anemia dikarenakan terjadinya siklus menstruasi pada wanita setiap bulannya, selain itu program diet yang salah juga dapat mengakibatkan anemia. Penderita anemia di DKI Jakarta sendiri memiliki prevalensi sebesar 15% dan prevalensi anemia tertinggi di DKI Jakarta pada tahun 2007 terdapat pada kelompok dewasa yaitu wanita diatas 17 tahun dan wanita hamil (59.1%) (Yulianasari, 2009). Berdasarkan data awal terdapat 49% dari 50 orang mahasiswi Biologi Universitas Negeri Jakarta (UNJ) yang memiliki kadar Hemoglobin (Hb) di bawah normal, yang menunjukkan Anemia menurut Bridges & Pearson (2008) adalah suatu keadaan ketika kadar Hb darah berada di bawah batas normal. Menurut WHO (2001) batas normal kadar Hb adalah 12.1-15.1 g/dL pada wanita dan pada pria 13.8-17.2 g/dL. Tubuh membutuhkan sel-sel darah merah yang sehat untuk

membawa oksigen yang cukup bagi sel di seluruh tubuh. Menurut Suryani & Junita (2015) kekurangan kadar Hb menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh sehingga oksigen yang diperlukan tidak cukup. Ketika tubuh kekurangan oksigen maka kerja organ akan terganggu dan dampaknya aktivitas tubuh tidak akan maksimal.

Banyak faktor yang menyebabkan seseorang mengalami anemia, salah satunya adalah pola makan. Menurut Fitriani (2014) anemia dapat terjadi karena pola makan yang tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh. Pola makan yang kurang baik seperti tidak sarapan, dan sering mengonsumsi makanan siap saji dapat menyebabkan penyakit anemia (Suryani, 2015). Pola makan yang kurang baik seringkali terjadi pada mahasiswi, dengan aktivitas akademik maupun non akademik yang cukup padat mengakibatkan mahasiswi melewatkan waktu makan. Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan pada mahasiswi Biologi UNJ, sarapan merupakan waktu makan yang paling sering dilewatkan oleh sebagian besar mahasiswi. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Dewi & Mulyati (2014) yang membuktikan bahwa remaja putri paling sering melewatkan sarapan dibandingkan waktu makan lainnya. Data awal menunjukkan bahwa mahasiswi yang jarang sarapan sebanyak 49% dari 50 orang, 18% tidak pernah sarapan dan 33% selalu sarapan. Selain sering melewatkan sarapan, 78% dari total mahasiswi yang diwawancarai hanya makan 1-2 kali dalam sehari. Aktivitas yang padat, tugas yang cukup banyak, dan sedikitnya jenis makanan yang tersedia di kantin kampus merupakan beberapa alasan dari mereka sering melewatkan sarapan dan frekuensi makan yang sedikit. Pola makan kurang baik tersebutlah yang dapat menjadi salah satu faktor terjadinya anemia pada mahasiswi Biologi di UNJ.

Menurut Zuercher & Kranz (2012) pola makan pada anemia dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, status sosial ekonomi serta gaya hidup. Hasil penelitian Myrnawati & Anita pada tahun 2017 menyatakan bahwa diantara faktor yang membentuk pola makan, pengetahuan memiliki regresi yang lebih tinggi dibandingkan faktor yang lain seperti gaya hidup dan status ekonomi. Menurut Prayoga (2013) kemampuan kognitif akan membentuk cara berpikir seseorang dan menggunakan pengetahuan yang dimiliki untuk menjaga kesehatannya.

Pengetahuan tentang anemia menjadi hal yang cukup penting bagi seseorang untuk mencegah penyakit anemia, karena dengan memiliki pengetahuan anemia maka akan mempunyai perilaku hidup sehat seperti pola makan yang baik dengan harapan terhindar dari anemia. Menurut Aisah & Hastono (2010) tingkat pendidikan formal akan meningkatkan sikap seseorang dalam pencegahan anemia yang didasari oleh pengetahuan yang dimilikinya. Aisah dan Hastono juga menjelaskan bahwa pengetahuan yang baik dapat diperoleh dari pendidikan formal yang menentukan individu bersikap. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya dan sikap pencegahan terhadap anemia pun tinggi sehingga mengurangi peluang terkena anemia.

Menurut UU RI No. 20 Tahun 2003 dan UU RI No. 12 Tahun 2012, Pendidikan tinggi merupakan jenjang yang paling tinggi dalam pendidikan formal yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi dengan peserta didiknya adalah mahasiswa/i. Artinya, mahasiswa ataupun mahasiswi diasumsikan memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi. Setiap mahasiswa/i memiliki spesifikasi pengetahuan yang berbeda sesuai dengan Program Studi (Prodi) yang diambil. Mahasiswi Prodi Pendidikan Biologi UNJ yang secara khusus telah menerima pengetahuan mengenai sistem sirkulasi yang diperoleh melalui mata kuliah wajib Anatomi Fisiologi Manusia, serta mata kuliah pilihan Ilmu Gizi dan Kesehatan. Menurut Kemenristekdikti (2019) umumnya seorang mahasiswi di Jakarta dengan jenjang pendidikan D1 hingga S1 berusia 19-23 tahun dan berdasarkan Risesdas (2018) wanita memiliki resiko lebih tinggi dibandingkan laki-laki, maka mahasiswi berpeluang memiliki prevalensi anemia yang tinggi. Atas dasar pengetahuan yang telah diperoleh dan sebagai kelompok yang paling beresiko terkena anemia, diharapkan mahasiswi Prodi Pendidikan Biologi Universitas Negeri Jakarta memiliki pengetahuan tentang anemia dan pola makan yang baik untuk mencegah terjadinya penyakit anemia. Berdasarkan latar belakang di atas perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang anemia dengan pola makan mahasiswi Prodi Pendidikan Biologi Universitas Negeri Jakarta.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana pengetahuan tentang anemia pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Biologi UNJ?
2. Bagaimana pola makan mahasiswi Program Studi Pendidikan Biologi UNJ?
3. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan pola makan pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Biologi UNJ?

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi pada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan pola makan pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Biologi UNJ.

## **D. Perumusan Masalah**

Masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan pola makan pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Biologi UNJ?”.

## **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan pola makan pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Biologi UNJ.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat diperoleh manfaat sebagai berikut:

1. Memberikan informasi kepada mahasiswi mengenai hubungan pengetahuan anemia terhadap pola makan.
2. Bagi peneliti, dapat dijadikan sumber informasi dan referensi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengetahuan anemia dan pola makan.