

SKRIPSI

**GAMBARAN ASUPAN NUTRISI YANG MENGANDUNG ZAT BESI
PADA ANAK USIA SEKOLAH KELAS IV DAN V YANG
MENGALAMI ANEMIA DI SDN 42 BERINGIN
AIR DINGIN PADANG**

Penelitian Keperawatan Anak



Oleh:



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2009

ABSTRAK

Anemia adalah terjadinya defisiensi sel darah merah yang dapat disebabkan oleh hilangnya sel darah merah yang terlalu banyak atau pembentukan sel darah merah yang terhambat. Akibat dari anemia pada anak sekolah dapat mengakibatkan kemampuan memecahkan masalah rendah, gangguan perilaku, tingkat IQ yang rendah, menurunkan prestasi belajar, olahraga serta mudah terkena infeksi dan parasit. Faktor terjadinya anemia pada anak usia sekolah disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi yang mengandung zat besi. Tujuan penelitian ini untuk melihat gambaran asupan nutrisi yang mengandung zat besi dengan kejadian anemia pada anak usia sekolah. Penelitian ini dilakukan di SD 42 beringin kelurahan air dingin padang mulai dari bulan Oktober 2008 hingga Maret 2009. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan jumlah sampel 40 orang. Instrumen yang digunakan adalah format recall 24 jam. Hasil penelitian dihitung dengan menggunakan program komputer SPSS.11 dengan analisa univariat. Hasil penelitian didapatkan 70,0% anak dengan asupan yang mengandung zat besi katagori rendah dan 30,0% anak dengan asupan makanan yang mengandung zat besi katagori tinggi. Untuk meningkatkan kadar Hb pada anak sekolah diperlukan asupan nutrisi yang cukup mengandung zat besi dan perlunya pengobatan terhadap penyakit infeksi dan parasit pada anak-anak yang mengalami anemia serta perlunya menanamkan pola hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah sedini mungkin.

Kata kunci : Anemia, asupan nutrisi, Zat besi

Daftar pustaka : 20 (1991-2007)

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anemia adalah terjadinya defisiensi sel darah merah yang dapat disebabkan oleh hilangnya sel darah merah yang terlalu banyak atau pembentukan sel darah merah yang terlalu lambat (Ganong, 1990). Anemia ini terdiri dari beberapa jenis, salah satunya adalah anemia defisiensi besi (Ngastiyah, 2005). Anemia defisiensi besi adalah keadaan dimana kandungan besi tubuh total turun dibawah tingkat normal. Defisiensi besi ini merupakan jenis anemia paling sering menyerang pada semua jenis umur baik pada ibu hamil, balita, anak usia sekolah, remaja, bahkan lansia (Brunert & Suddarth's,2002).

Anemia defisiensi yang terjadi pada anak usia sekolah disebabkan oleh malnutrisi energi protein (MEP), dan yang mengalami sindrom malabsorpsi lainnya (Ngastyah,2004). Selain itu defisiensi Fe pada anak juga disebabkan oleh kombinasi kekurangan di dalam makanan dan kebutuhan yang relatif meningkat karena mereka sedang berada dalam kondisi pertumbuhan yang pesat (Sediaoetama, 2004). Pada daerah-daerah tertentu penyebab anemia defisiensi besi pada anak usia sekolah disebabkan oleh investasi cacing, terutama oleh cacing tambang. Cacing tambang menempel pada dinding usus dan memakan darah. Akibat gigitannya sebagian darah hilang dan dikeluarkan dari dalam badan bersama tinja. Jumlah cacing yang sedikit belum

menunjukkan gejala klinis tetapi bila dalam jumlah yang banyak yaitu lebih dari 1000 ekor maka orang yang bersangkutan dapat menjadi anemia (Priyadi, 2008).

Anemia defisiensi besi tidak dapat dianggap gejala yang tidak membahayakan karena dapat mengakibatkan gangguan pembentukan mielin sehingga anak akan menunjukkan keterlambatan motorik, pendengaran, dan penglihatan (Puspongoro, 2006). Akibat dari kekurangan zat besi dapat menyebabkan terganggunya transportasi O₂ ke dalam jaringan sehingga zat-zat makanan yang masuk ke jaringan terganggu yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak (Sediaoctama, 2004).

Akibat lain dari anemia defisiensi besi bisa terlihat pada kemampuan memecahkan masalah yang rendah, gangguan perilaku, dan tingkat IQ yang rendah (Soedjatmoko, 2008), selain itu anemia defisiensi besi pada anak usia sekolah dapat menurunkan prestasi belajar, olahraga dan produktivitas kerja serta mudah terkena infeksi karena daya tahan tubuh menurun. Sehingga lambat laun berdampak pada pembangunan manusia yang rendah dibanding dengan negara lain, termasuk kualitas sumber daya manusia yang rendah (Soedjatmoko, 2008).

Pengaruh defisiensi Fe dapat mengganggu Hb yang merupakan alat transportasi yang diperlukan untuk mengangkut O₂ ke dalam jaringan sehingga mengganggu suplai nutrisi ke jaringan. Sedangkan vitamin A dapat membawa sintesa protein yang merupakan faktor penting dalam proses

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa sebagian besar (70.0 %) responden yang mengalami anemia mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi pada kategori rendah yaitu kurang dari 10 mg/hari.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang didapat dari hasil penelitian maka penulis mengajukan beberapa saran:

1. Diharapkan kepada petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan tentang gizi terutama tentang asupan nutrisi yang mengandung zat besi.
2. Diharapkan pada dinas pendidikan melalui pihak sekolah untuk meningkatkan dan memberikan pendidikan tentang makanan yang bergizi pada para siswa serta melanjutkan pemberian makanan tambahan pada anak sekolah.
3. Perlunya penelitian lebih lanjut dan mendalam untuk melihat faktor lain yang berhubungan dengan kejadian anemia pada anak usia sekolah terutama faktor keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sinita. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia: Jakarta
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta: Jakarta
- Arisman. 2004. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. EGC: Jakarta
- Bakta, I made. 2006. *Hematologi Klinik Ringkas*. EGC: Jakarta
- Bruner & Suddarth, 2001. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Vol 2*. EGC: Jakarta
- Depkes RI. 2007. *Buku Pedoman Stimulasi Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta
- Guyton, Arthur C. 1991. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. EGC: Jakarta
- Herijanto. 2000. *Malaria: Epidemiologi Patologi, Manifestasi Klinis dan Penanganan*. EGC: Jakarta.
- Hoffbrand, AV. 2005. *Kapita Selekta Hematologi*. EGC: Jakarta
- Lee, S Won. 2006. *The Prevalence and Evaluation of Anemia Asosiated with Tuberculosis*. J Korean Med Sci diakses dari <http://jkms.org/2006/pdf/121028.pdf> pada tanggal 10 Maret 2009
- Mutschler, ernest. 1991. *Dinamika Obat*. EGC: Jakarta
- Ngastiah. 2000. *Perawatan Anak Sakit*. EGC: Jakarta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Rineka Cipta: Jakarta
- Sediaoetama, Ahmad J. 2004. *Ilmu Gizi*. Dian Karya: Jakarta
- Siswono. 2004. *Pulas = Anemia?*. Diakses dari <http://www.gizi.net/cgi-bin/berita/fullnews.cgi?newsid1099033770.15587>.
- Sudigdo, Sastroasmoro. 2002. *Dasar-dasar Metodologi Klinis*. Sugeng: Jakarta
- Sujiningsih. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. EGC: Jakarta