

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **a. Latar Belakang**

Salah satu permasalahan gizi defisiensi gizi mikro pada remaja adalah masalah anemia zat gizi besi atau defisiensi besi. Anemia merupakan suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (Hb) tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologi tubuh, remaja putri didiagnosis mengalami anemia apabila kadar Hb kurang dari 12 g/dl (Simanungkalit, 2019)

Prevalensi anemia di Indonesia meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2018 dengan kejadian anemia gizi besi pada tahun 2017 sebanyak 72,3%. dengan proporsi anemia berada pada kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Berdasarkan Kemenkes (2018) terdapat 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan di Indonesia mengalami anemia dan kebanyakan disebabkan karena defisiensi zat besi.

Masa remaja merupakan masa yang kecepatan pertumbuhannya tinggi, hal ini menyebabkan kebutuhan energi dan protein juga meningkat. Dilihat dari faktor jenis kelamin, prevalensi anemia pada remaja putri lebih tinggi jika dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini diakibatkan karena wanita memiliki resiko yang tinggi untuk mengalami anemia, terutama pada remaja putri. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar mengalami anemia jika dibandingkan dengan remaja putra (Fadila & Kurniawati, 2018).

Penyebab prevalensi anemia yang tinggi pada remaja putri disebabkan banyak faktor antara lain konsumsi zat besi yang tidak cukup dan absorpsi zat besi yang rendah, pendarahan, penyakit malaria, infeksi cacing maupun infeksi lainnya. Selain itu remaja putri mengalami siklus menstruasi setiap bulan (Heather A Eicher-Miller, 2009 dalam Sya'Bani & Sumarmi 2016). Pada masa remaja terjadi peningkatan kebutuhan Fe. Peningkatan kebutuhan ini utamanya disebabkan karena pertumbuhan pesat yang sedang dialami dan terjadinya kehilangan darah akibat menstruasi. Kebutuhan Fe juga meningkat karena dibutuhkan untuk pertumbuhan fisik, mental, dan intelektual. Selain itu, kurangnya mengkonsumsi

sumber makanan hewani yang merupakan sumber Fe yang mudah diserap juga dapat menyebabkan terjadinya anemia gizi (Fikiwati, Ahmad & Sri, 2011)

Menurut Silalahi dkk (2016) menyatakan bahwa kurangnya asupan gizi besi pada remaja dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan remaja mengenai pangan sumber zat besi dan peran besi bagi remaja. Berdasarkan hasil penelitian Listiana (2016) menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan kurang berisiko 2,298 kali untuk mengalami anemia jika dibandingkan dengan remaja putri yang berpengetahuan baik. Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian Yenie & Laksmi (2018) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri mengenai anemia dengan adanya kejadian anemia. Remaja putri dengan pengetahuan anemia kurang berisiko 2,22 kali mengalami anemia. Selain itu berdasarkan penelitian Listiana (2016) menyatakan bahwa remaja putri yang memiliki sikap yang kurang mendukung peluang 2,544 kali mengalami anemia jika dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki sikap mendukung. Hal ini juga didukung berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Titin (2015) yang menyatakan bahwa 78,8% remaja putri yang mengalami anemia memiliki sikap tergolong kurang.

Pentingnya pengetahuan konsumsi zat besi, protein dan vitamin c untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri, salah satunya dengan kegiatan edukasi terhadap remaja putri mengenai anemia tentang betapa pentingnya konsumsi zat besi dan vitamin C untuk meningkatkan terbentuknya sel darah merah sehingga tidak kekurangan sel darah merah. Pengetahuan tersebut penting dalam memenuhi kebutuhan pada saat masa remaja pubertas seperti itu, untuk meningkatkan imun tubuh, dan juga membantu dalam kinerja agar optimal. Kurangnya pengetahuan pada saat mengkonsumsi protein heme dibarengi dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung tanin, sehingga kerja zat besi terhambat dengan adanya tanin tersebut.

Remaja putri yang mengalami kekurangan zat-zat gizi terutama zat besi dalam konsumsi setiap harinya dapat menjadi penyebab yang paling umum dari kejadian anemia. Anemia yang terjadi pada remaja putri dapat menjadi penyebab faktor kematian ibu dan tingginya kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Suryani, Hafiani & Juanita, 2015). Hal ini didukung dengan hasil penelitian Supriyanto, Paramashanti & Astiti (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kejadian BBLR dengan stunting. Anak yang memiliki riwayat

BBLR memiliki risiko 6,16 kali lebih besar mengalami stunting dibandingkan bayi yang lahir dengan berat badan normal. Anak dengan stunting dapat menghambat perkembangan kognitif, prestasi sekolah, produktivitas ekonomi di masa dewasa dan hasil reproduksi ibu (Aumartini, 2020).

Anemia akibat kekurangan zat gizi besi juga berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan remaja. Anemia dapat mengakibatkan darah tidak cukup untuk mengikat dan juga mengangkut oksigen yang berasal dari paru-paru ke seluruh tubuh. Jika oksigen yang diperlukan oleh tubuh tidak tercukupi hal ini dapat menyebabkan prestasi belajar menurun, daya tahan fisik menjadi rendah dan mudah lelah, menurunnya aktifitas fisik, jika daya tahan tubuh rendah dapat menyebabkan remaja rentan terjangkit penyakit (Suryani, Hafiani & Junota, 2015).

Setelah ditinjau bahwa dampak yang ditimbulkan dari anemia cukup besar, maka untuk mengurangi prevalensi anemia dalam rangka menciptakan sumber daya manusia yang lebih baik diperlukan adanya upaya pencegahan agar dapat mencegah kurang gizi pada ibu hamil serta generasi selanjutnya. Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dengan pendistribusian TTD sangat bergantung pada program pemerintah. Berdasarkan hal tersebut, peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan gizi diharapkan dapat memperbaiki perilaku dan sikap remaja putri dan meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Abu Baker dkk (2021) didapatkan bahwa pemberian intervensi berupa penyuluhan gizi mengenai anemia gizi besi berdampak meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik tentang anemia defisiensi besi pada remaja putri di Jordan. Hal ini juga didukung oleh penelitian Jalambo dkk (2016) yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik remaja putri mengenai anemia defisiensi besi di Malaysia.

Dalam melakukan penyuluhan gizi adanya media atau alat peraga sangat penting untuk memperjelas pesan dan agar efektivitas pendidikan gizi semakin meningkat (Jatmika dkk, 2019). Menurut Notoatmodjo (2005) media yang dapat digunakan dalam promosi kesehatan salah satu diantaranya adalah menggunakan media cetak leaflet. Leaflet adalah media berupa lembaran dan dapat dilipat dalam penyampaian informasi atau pesan kesehatan (Fitriana, 2015). Dalam penelitian Herman dkk (2020) didapatkan bahwa penggunaan leaflet Kemenkes berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan pola konsumsi sayur

dan buah pada remaja. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Usmaran dkk (2019) bahwa terdapat pengaruh penggunaan media leaflet dalam pendidikan gizi terhadap pengetahuan remaja gizi lebih. Lebih jauh lagi berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Hannanti, H dkk (2021) didapatkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan responden terhadap penggunaan media edukasi gizi menggunakan leaflet.

Berdasarkan data (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2022) 32% remaja putri di Jawa Timur mengalami anemia. Berdasarkan hasil studi pendahuluan menyatakan bahwa 50% remaja putri di Kecamatan Pagerwojo mengalami anemia, dengan demikian peningkatan pengetahuan dan sikap diperlukan sehingga dapat menurunkan prevalensi anemia di Kecamatan Pagerwojo serta mencegah terjadinya kejadian anemia pada remaja putri di masa yang akan datang, mengingat dampak yang ditimbulkan dari anemia pada remaja putri sangat besar. Sehingga berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berupa perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pemberian leaflet tentang anemia zat gizi besi pada siswa putri di SMPN 1 Pagerwojo Kabupaten Tulungagung

## **b. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut “ Apakah terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pemberian e-leaflet tentang anemia zat gizi besi pada siswa putri di SMPN 1 Pagerwojo Kabupaten Tulungagung?”

## **c. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mempelajari perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah pemberian e-leaflet tentang anemia zat gizi besi pada siswa putri di SMPN 1 Pagerwojo Kabupaten Tulungagung

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mempelajari perbedaan pengetahuan siswa putri sesudah dan sebelum pemberian e-leaflet tentang anemia zat gizi besi
- b. Mempelajari perbedaan sikap siswa putri sesudah pemberian e-leaflet tentang anemia zat gizi besi

- c. Mempelajari kesesuaian media e-leaflet dengan pengetahuan dan sikap siswa putri

#### **d. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Meningkatkan pengetahuan tentang teori yang dapat membantu perkembangan ilmu pengetahuan gizi, khususnya dalam bidang gizi masyarakat.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **e. Bagi Remaja Putri**

Hasil penelitian ini Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam menerapkan pengetahuan peneliti terkait anemia defisiensi besi pada remaja putri.

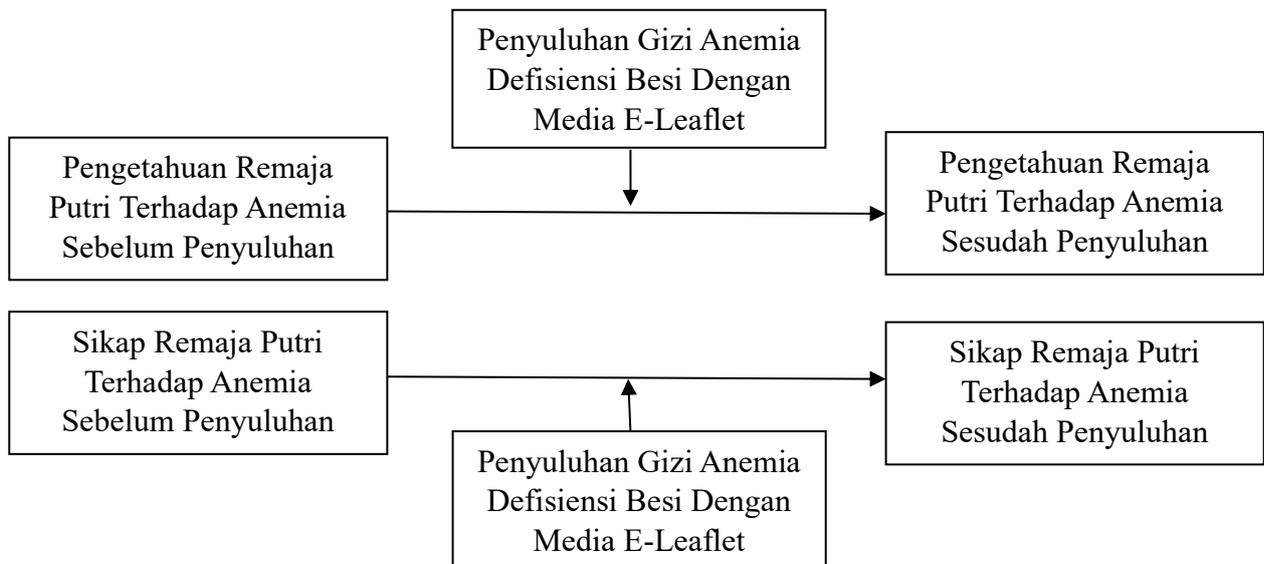
###### **f. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Diharapkan siswa dapat lebih memahami materi atau topik yang disampaikan terkait anemia defisiensi besi sehingga dapat lebih termotivasi dalam mencegah kejadian anemia di masa yang akan datang.

###### **g. Bagi Peneliti**

Dapat digunakan sebagai acuan perbaikan program dalam melakukan pemberian e-leaflet tentang anemia zat gizi besi pada siswa putri di SMPN 1 Pagerwojo Kabupaten Tulungagung.

#### h. Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Penyuluhan gizi anemia defisiensi besi dengan media leaflet pada remaja putri akan berpengaruh pada pengetahuan, sikap remaja dalam mencegah anemia dengan memperhatikan zat gizi dalam bahan makanan terutama bahan makanan yang mengandung zat besi.

#### i. Hipotesis

1. Terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian e-leaflet tentang anemia zat gizi besi pada siswa putri di SMPN 1 Pagerwojo Kabupaten Tulungagung.
2. Terdapat perbedaan sikap sebelum dan sesudah pemberian e-leaflet tentang anemia zat gizi besi pada siswa putri di SMPN 1 Pagerwojo Kabupaten Tulungagung.