

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan proses pertumbuhan yang cepat, kebutuhan gizi juga meningkat terutama zat besi (Putri, dkk, 2022). Kekurangan zat besi secara global menjadi penyebab utama anemia (Suryani, dkk, 2015). Anemia dapat terjadi diberbagai kelompok usia antara lain usia sekolah, remaja, wanita usia subur, dan ibu hamil (Yani, 2023). Anemia, yang sering muncul pada remaja, menjadi perhatian khusus karena remaja putri akan menjadi calon ibu yang hamil dan melahirkan. Upaya menjaga kesehatan remaja, termasuk pemenuhan kebutuhan gizi, memiliki peran kunci dalam pembangunan kesehatan nasional (Khobibah, 2021).

Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi atau jumlah hemoglobin berada dibawah batas normal (Wulandari, 2020). Anemia terjadi akibat kadar hemoglobin atau eritrosit lebih rendah daripada normalnya. Kadar hemoglobin pada wanita kurang dari 12,0 gram/100 ml (Fitriasnani, dkk 2020). Anemia pada remaja putri dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan otak, menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, gangguan konsentrasi, kelelahan, penurunan prestasi belajar, dan produktivitas kerja rendah (Pandiangan, 2022). Kesehatan remaja putri yang bebas anemia mendukung keberhasilan gerakan 1000 hari pertama kehidupan (HPK) untuk kelahiran bayi sehat (Kemenkes, 2016).

Prevalensi anemia remaja secara global berkisar 40-88%, WHO mencatat angka kejadian sekitar 53,7% pada remaja putri di Negara berkembang. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga menunjukkan bahwa prevalensi tertinggi terjadi pada putri usia 10-18 tahun, mencapai 57,1%. Risiko anemia pada remaja putri meningkat dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018. Di Provinsi Jawa Timur tahun 2020, 42% remaja perempuan mengalami anemia, sementara di Kabupaten Sidoarjo angkanya mencapai 32,9% pada tahun 2020, melebihi target nasional 28%. Data terbaru dari SMAN 1 Krembung tahun

2023 menunjukkan prevalensi anemia remaja putri sebesar 44,4%, juga melebihi target nasional.

Beberapa dampak anemia pada remaja berakibat pada gangguan pertumbuhan fisik dan mental, menurunkan konsentrasi belajar, mudah terkena penyakit infeksi, berat badan lahir rendah (BBLR). Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk mengalami anemia (Kulsum, (2020). Kondisi ini terjadi karena siklus menstruasi bulanan dan pertumbuhan pesat remaja putri, yang meningkatkan kebutuhan zat gizi, khususnya zat besi. Kekurangan zat besi dan ketidakseimbangan konsumsi gizi dapat menjadi pemicu anemia, yang esensial untuk pertumbuhan fisik, mental, dan intelektual remaja putri (Losong & Andini, 2017).

Penyebab anemia adalah kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, yaitu protein, vitamin c dan zat besi (Astriningrum, Hardinsyah dan Nurdin, 2017). Remaja putri pada umumnya memiliki kebiasaan makan tidak sehat antara lain kebiasaan tidak makan pagi, malas minum air putih, diet tidak sehat karena ingin langsing (mengabaikan sumber protein, karbohidrat, vitamin dan mineral) kebiasaan ngemil dan makanan siap saji, serta remaja putri akan mengalami menstruasi yang menyebabkan mereka kehilangan zat besi (Purba, 2018). Hal tersebut menyebabkan remaja tidak mampu memenuhi zat gizinya yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses sintesis pembentukan hemoglobin, bila ini terjadi dalam jangka yang lama akan menyebabkan Hb terus berkurang dan mengakibatkan anemia (Suryani, 2015). Pada dasarnya, anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Bila makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai gizi yang baik, maka status gizi juga baik, sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia (Tania, 2018).

Selain itu faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri adalah pengetahuan. Menurut Dieniyah (2019) pengetahuan seseorang akan sangat berpengaruh dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi individu yang bersangkutan

termasuk status anemia. Pengetahuan remaja tentang gizi sering diabaikan hal ini akan berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan zat gizi. Karena itu, pengetahuan yang baik pada remaja putri terkait anemia, dapat mengembangkan sikap positif dalam mencegah anemia.

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia dengan cara memberikan penyuluhan. Penyuluhan merupakan upaya perubahan perilaku manusia yang dilakukan melalui pendekatan edukatif. Adanya kegiatan penyuluhan gizi diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja tentang anemia, sehingga pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia meningkat yang dapat berpengaruh pada pencegahan terjadinya anemia.

Penggunaan media merupakan metode efektif dalam penyuluhan gizi. Ada beberapa macam media yang dapat digunakan untuk penyuluhan gizi antara lain power point, poster, leaflet, animasi video, dan booklet. Media booklet merupakan salah satu media penyuluhan yang berisi tulisan dan gambar yang dikombinasikan sehingga menarik bagi pembacanya (Nikmah, dkk, 2021).

Berdasarkan penelitian Muwakhidah, 2021 memperoleh hasil bahwa pengetahuan remaja putri meningkat 90% setelah di beri penyuluhan gizi menggunakan media booklet. Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan (Adilla, 2020) menunjukkan ada perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media booklet dalam mencegah anemia. Berdasarkan penelitian Tauhidarahmi, 2019 menunjukkan terdapat perbedaan asupan protein, vitamin c, dan zat besi setelah diberikan penyuluhan dengan media booklet.

Media booklet mempunyai kelebihan untuk menyampaikan pesan secara terperinci karena mengulas lebih banyak pesan yang disampaikan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan remaja (Sari, 2019). Namun, seiring dengan perkembangan teknologi sebagian besar orang memiliki smartphone. Oleh karena itu penelitian ini menggunakan e-booklet. E-booklet menyajikan modul dengan tampilan elektronik yang menarik dan muda dipahami sehingga dapat membuka setiap halaman seperti buku. E-booklet terbukti dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri karena dapat memuat teks dan gambar lebih banyak (Muwakhidah, M., Fatih, F. D., & Primadani, T., 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas mengapa di sekolah SMAN 1 Krembung dipilih sebagai tempat penelitian karena prevalensi anemia pada remaja putri masih cukup tinggi yaitu mencapai 44.4% dari 248 remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 120. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara pada remaja putri sebanyak 60% belum mengetahui tentang anemia dan memiliki perilaku kurang baik terhadap pemilihan bahan makanan yang seharusnya dilakukan agar tidak menimbulkan masalah gizi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Apakah Ada Perbedaan Pengetahuan, Sikap Dan Asupan Gizi (Protein, Vitamin C Dan Zat Besi) Pada Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Tentang Anemia Dengan Media E-Booklet Di SMA Negeri 1 Krembung Sidoarjo?

C. Tujuan

1) Tujuan umum

Mengetahui perbedaan pengetahuan, sikap dan asupan gizi (protein, vitamin C dan zat besi) pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet di SMA Negeri 1 Krembung Sidoarjo.

2) Tujuan Khusus

- a) Mengetahui perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- b) Menganalisis perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- c) Mengetahui perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- d) Menganalisis perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- e) Mengetahui perbedaan asupan protein pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.

- f) Menganalisis perbedaan asupan protein pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- g) Mengetahui perbedaan asupan vitamin C pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- h) Menganalisis perbedaan asupan vitamin C pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- i) Mengetahui perbedaan asupan zat besi pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.
- j) Menganalisis perbedaan asupan zat besi pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat mengedukasi remaja putri sehingga terjadi perubahan pengetahuan, sikap dan asupan gizi (protein, vitamin C dan zat besi) pada remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi untuk menambah pengetahuan dalam penanganan tentang anemia pada remaja putri.

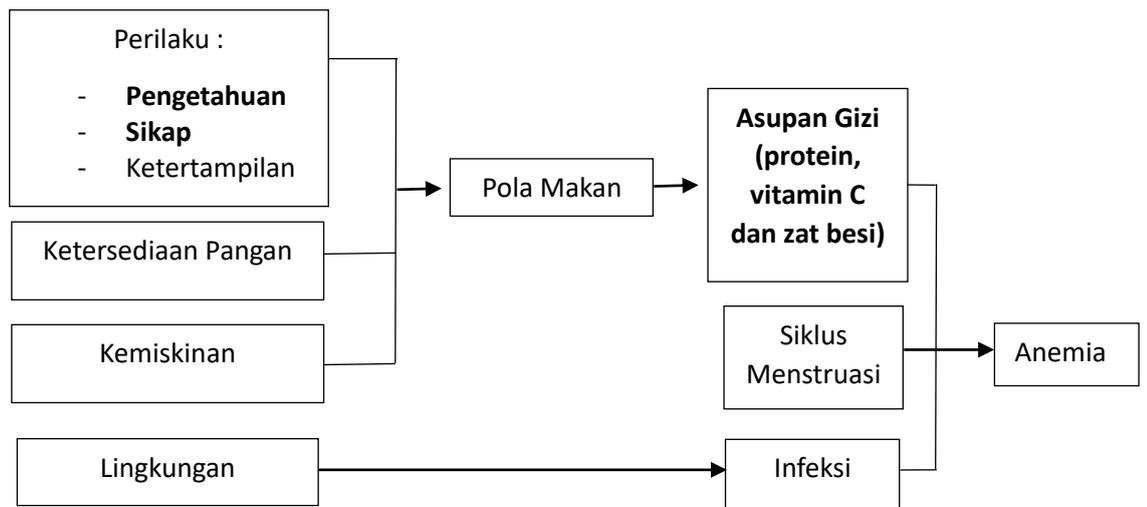
b. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan perubahan perilaku pada remaja putri yang berdampak positif bagi kesehatannya.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan informasi yang bermanfaat bagi peneliti

E. Kerangka Konsep



Gambar 1.1 Kerangka Konsep

Keterangan :

Font Tebal : Variabel yang di teliti

Font Biasa : Variabel yang tidak di teliti

Perilaku (pengetahuan, sikap, keterampilan) yang kurang baik seperti pemilihan makanan yang tidak sehat, dapat mempengaruhi pola makan sehingga asupan gizi (protein, vitamin c, dan zat besi) tidak mencukupi atau belum memenuhi kebutuhan yang dapat mengakibatkan anemia. Makanan bergizi diperlukan untuk membantu proses terjadinya pembentukan sel darah merah yang akan mengakibatkan jumlah hemoglobin (Hb) di dalam tubuh.

F. Hipotesis

1. Terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet di SMA Negeri 1 Krembung Sidoarjo.
2. Terdapat perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet di SMA Negeri 1 Krembung Sidoarjo.
3. Terdapat perbedaan asupan protein remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet di SMA Negeri 1 Krembung Sidoarjo.
4. Terdapat perbedaan asupan vitamin C remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet di SMA Negeri 1 Krembung Sidoarjo.
5. Terdapat perbedaan asupan zat besi remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan tentang anemia dengan media e-booklet di SMA Negeri 1 Krembung Sidoarjo.