

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum pernah menikah. Perbedaan definisi tersebut menunjukkan bahwa tidak ada kesepakatan universal mengenai batasan kelompok pada usia remaja. Namun begitu, masa remaja itu diasosiasikan dengan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisisi kemampuan (*skill*) untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi (*abstract reasoning*) (WHO, 2015).

Remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja putra dimana kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14-15 tahun pada remaja putri, sedangkan pada remaja putra satu atau dua tahun berikutnya (WHO, 2011). Pada masa remaja banyak terjadi perubahan baik biologis, psikologis, maupun sosial. Resiko penyakit yang dialami remaja seperti anoreksia, kehamilan, konsumsi alkohol, obesitas, gangguan reproduksi, dan anemia (Arisman, 2009).

Anemia adalah suatu kondisi tubuh di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari kadar normal (WHO, 2011). Di Indonesia prevalensi anemia Tahun 2018 pada perempuan usia >15 tahun sebesar 22,7 % (Riskesdas, 2018), di Kabupaten Gianyar prevalensi anemia menurut profil Kesehatan Kabupaten Gianyar Tahun 2018 pada perempuan >15 tahun sebesar 19,7 %. Sedangkan di Kota Denpasar menurut Wredyarini (2018) dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Sarapan Pagi dan Aktivitas Fisik dengan Status Anemia pada Remaja Putri yang Mengikuti Ekstrakurikuler Menari dan Olahraga di SMAN 5 Denpasar, mendapatkan hasil sebanyak 54,5% mengalami anemia dan 45,5% tidak mengalami anemia. Dari data tersebut menunjukkan bahwa kasus anemia masih banyak terjadi di kalangan remaja putri.

Marina,dkk. (2015) dalam penelitiannya yang berjudul Konsumsi Tanin dan Fitat Sebagai Determinan Penyebab Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 10 Makassar, ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan remaja putri mengalami anemia yaitu kebiasaan makan, yang akan mempengaruhi konsumsi pangannya. Kebiasaan makan yang biasa dilakukan oleh remaja yaitu melakukan pemilihan makanan, yang biasanya tidak didasarkan pada kandungan gizinya, melainkan didasarkan pada kesenangan dan kegiatan sosialisasi agar tidak kehilangan status. Konsumsi remaja terhadap makanan yang serba instant dan kurang bergizi akan menyebabkan terjadinya masalah gizi, baik itu masalah kekurangan gizi maupun kelebihan gizi. Selain itu kekurangan akan zat gizi mikro seperti besi (Fe) dapat menyebabkan masalah gizi berupa anemia, yang dominan diderita oleh remaja putri. Kekurangan Fe dalam tubuh dapat disebabkan karena konsumsi makanan

mengandung Fe yang kurang maupun seringnya remaja mengonsumsi sumber makanan yang mengandung inhibitor Fe.

Masthalina, dkk (2015) dalam penelitiannya yang berjudul Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor dan Encancer Fe) terhadap Status Anemia Remaja Putri yang dilakukan di Madrasah Aliyah Al-Aziziyah mendapatkan 47,6% biasa mengonsumsi makanan sumber inhibitor Fe dan mengalami anemia, sedangkan 47,6% kadang-kadang mengonsumsi sumber inhibitor dan mengalami anemia dan 4,8% tidak pernah mengonsumsi sumber inhibitor dan mengalami anemia.

Selain dari segi konsumsi, pengetahuan dan sikap remaja putri memengaruhi dari konsumsi makanan remaja putri, baik konsumsi makanan yang akan membantu penyerapan ataupun makanan yang akan menghambat dari Fe di dalam tubuh. Sugiartini dan Wikayanti (2019) dalam jurnalnya yang berjudul Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Tambah Darah untuk Mengatasi Anemia, mendapatkan hasil 40% responden yang memiliki pengetahuan cukup, hampir seluruhnya yaitu 96% memiliki sikap positif, sebagian kecil yaitu 4% memiliki sikap negatif, 60% responden yang memiliki pengetahuan kurang, seluruhnya yaitu 100% responden memiliki sikap positif.

Untuk melindungi wanita usia subur (remaja putri) dari kekurangan gizi dan mencegah terjadinya anemia gizi besi, maka wanita usia subur (remaja putri) perlu mengonsumsi tablet tambah darah. Selain itu untuk mencegah kejadian anemia, pola konsumsi juga perlu diperhatikan terutama remaja putri sebaiknya mengonsumsi makanan tinggi kandungan Fe nya.

SMAN 5 Denpasar merupakan salah satu sekolah negeri di Denpasar yang anak didiknya adalah remaja. Wawancara terbatas yang dilakukan terhadap

beberapa siswa mengatakan bahwa mereka mendapatkan tablet Fe secara rutin di sekolah, tetapi mereka enggan mengkonsumsinya karena berbagai alasan diantaranya: tidak suka minum tablet, merasa tidak enak/mual setelah minum tablet Fe, dan mereka tidak merasakan dampak apa-apa bila minum ataupun tidak minum tablet Fe. Sedangkan penelitian sebelumnya yang dilakukan Wredyarini (2018) mendapatkan 54,5% remaja putri di SMAN 5 mengalami anemia.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti memilih SMAN 5 Denpasar sebagai tempat penelitian, karena untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah dan Konsumsi Makanan Inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah dan konsumsi makanan inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah dan konsumsi makanan inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Untuk menilai pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah di SMAN 5 Denpasar.
- b. Untuk menilai sikap remaja putri tentang tablet tambah darah di SMAN 5 Denpasar.

- c. Untuk menentukan konsumsi makanan inhibitor Fe pada remaja putri di SMAN 5 Denpasar.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam perkembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah dan konsumsi makanan inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar.

##### **2. Manfaat praktis**

###### **a. Bagi peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam mengkaji tentang gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah dan konsumsi makanan inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar.

###### **b. Bagi instansi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan atau kontribusi data bagi pengembang ilmu pengetahuan dan penerapannya, khususnya di bidang gizi, instansi terkait dan bagi para peneliti lainnya yang ingin melakukan penelitian lebih dalam dan serius mengenai pengetahuan sikap tentang tablet tambah darah pada remaja putri.

###### **c. Bagi masyarakat luas**

Sebagai bahan informasi bagi masyarakat mengenai gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah dan konsumsi makanan inhibitor fe di SMAN 5 Denpasar.