BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa yang rentan terhadap masalah gizi. Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa yang disertai dengan perkembangan semua aspek atau fungsi dalam memasuki masa dewasa. Kebutuhan zat besi pada remaja baik perempuan maupun lelaki meningkat sejalan dengan cepatnya pertumbuhan dan bertambahnya massa otot dan volume darah. Pada remaja perempuan kebutuhan lebih banyak dengan adanya menstruasi (Sartika & Anggreni, 2021). Berdasarkan Permenkes Nomor 28 Tahun 2019 tentang angka kecukupan gizi yang dianjurkan untuk masyarakat Indonesia, kebutuhan zat besi pada remaja perempuan usia 13-18 tahun adalah 15 mg/hari (Kemenkes RI, 2019). Masalah kesehatan yang sering dialami remaja putri adalah anemia. Anemia yang paling banyak terjadi di Indonesia adalah anemia defisiensi besi (Mahmudiono et al., 2021).

Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan karena kurangnya zat besi yang ada di dalam darah yang akhirnya menyebabkan adanya reduksi sel darah merah dalam tubuh.. Remaja merupakan salah satu kelompok rentan yang seringkali menderita anemia, terutama anemia defisiensi besi karena keunikan gaya hidupnya (Saraswati et al., 2020). Anemia dikatakan menjadi suatu masalah kesehatan masyarakat apabila prevalensinya diatas 20% (Rusmiati et al., 2021). Berdasarkan hasil Riskesdas, pada tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia dan terdapat 84,6% wanita usia remaja (15-24 tahun) yang mengalami anemia. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik (Kemenkes RI, 2018). Kementerian Kesehatan telah melakukan intervensi spesifik dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Selain itu, Kemenkes RI juga melakukan penanggulangan anemia melalui edukasi dan promosi gizi seimbang, fortifikasi zat besi pada bahan makanan serta penerapan hidup bersih dan sehat. Hal-hal yang

harus dilakukan kepada para remaja adalah memastikan gizinya terpenuhi, fisiknya kuat, rutin olahraga (Kemenkes RI, 2021). Selain itu, untuk wilayah Provinsi Bali khususnya di Kota Denpasar berdasarkan penelitian (Sriningrat et al., 2019) tentang prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Denpasar diketahui bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Denpasar sebesar 45,9%. Kejadian anemia pada remaja putri di Kota Denpasar cenderung terjadi pada remaja putri dengan asupan energi kurang, asupan protein kurang,asupan zat besi kurang dan asupan vitamin C kurang, status gizi kurus, siklus menstruasi pendek, durasi panjang, aktivitas tinggi dan pendapatan orang tua rendah.

Salah satu pencegahan utama anemia pada remaja putri adalah dengan memperbaiki perilaku konsumsi pangan pada remaja, namun sangat sulit jika hanya melalui perbaikan konsumsi pangan. Remaja merupakan salah satu kelompok tertentu yang upaya peningkatan zat besinya tidak cukup jika hanya dengan perubahan perilaku konsumsi pangan. Oleh sebab itu, salah satu program penanggulangan yang dilakukan pemerintah adalah suplementasi tablet tambah darah. Pemerintah telah mencanangkan program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) pada wanita usia subur yang bertujuan untuk mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi pada siswi Sekolah Menengah Atas (SMA) dan siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP). Terdapat dua kegiatan pokok dalam program ini, yaitu pemberian Informasi, Edukasi, dan Konseling (KIE) seperti penyuluhan, promosi, kampanye tentang anemia dan pemberian tablet tambah darah secara rutin (Kemenkes RI, 2016). Dalam praktiknya, program ini belum berjalan efektif karena tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri masih rendah. Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu tolak ukur keberhasilan program (Taye et al., 2015).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, jumlah remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah sebanyak 76.2% dan jumlah remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah di sekolah sebanyak 80.9%. Provinsi Bali memiliki cakupan remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah yaitu sebesar 95% pada tahun 2018. Provinsi Bali terdiri dari Sembilan kabupaten dengan cakupan remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah terendah

berada di Kabupaten Buleleng sebesar 74.5%. Di Kota Denpasar, remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah baru mencapai 99%. Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan memperbaiki sikap remaja putri. Salah satu faktor yang mempengaruhi sikap remaja putri dalam pencegahan anemia adalah pengetahuan remaja tentang anemia (Runiari & Hartati, 2020).

Menurut Notoatmodjo dalam (Hidayat, 2017) sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor predisposisi, faktor pendukung dan faktor pendorong. Pengetahuan merupakan salah satu unsur faktor predisposisi yang memengaruhi sikap. Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting dalam sikap pencegahan anemia pada remaja putri, karena tingkatan pengetahuan remaja putri memengaruhi sikapnya, semakin tinggi pendidikan atau pengetahuannya, semakin tinggi kesadaran untuk mencegah terjadinya anemia (Notoatmodjo, 2007). Pengetahuan gizi merupakan pemahaman mengenai makanan dan komponen zat gizi, sumber zat gizi, makanan yang aman dikonsumsi, dan cara yang tepat untuk mengolah bahan makanan, serta pola hidup sehat. KIE atau Komunikasi, Informasi, dan Edukasi merupakan salah satu kegiatan dalam program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Defisiensi Besi pada Remaja (Larasati et al., 2021). Pemberikan KIE dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan perubahan pola makan sehingga asupan zat besi bisa tercukupi dan remaja dapat terhindar dari anemia (Zulaekah & Widajanti, 2010).

Pengetahuan gizi yang baik tentang anemia akan memengaruhi sikap remaja putri dalam memilih bahan makanan sumber zat besi, menghindari makanan penghambat zat besi, dan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah (R. D. Putri et al., 2017). Berdasarkan penelitian (Lestari & Aulia, 2017) tentang hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam mengkonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi menyatakan bahwa Dari 38 orang yang berpengetahuan baik 21 orang (55,3%) yang mengkonsumsi 17 orang (44,7%) yang tidak mengkonsumsi tablet besi (Fe),sedangkan dari 48 orang yang berpengetahuan tidak baik 15 orang (31,2%) yang mengkonsumsi 33 orang (68,8%) yang tidak mengkonsumsi tablet besi (Fe). Dengan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilaip-*value* sebesar 0,030. Hal ini menunjukkan p-*value*< 0,05

yang berarti bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan prilaku remaja putri dalam mengkonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi.

Didukung oleh penelitian (Safitri & Maharani, 2019) tentang hubungan pengetahuan gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 13 Kota Jambi, berjumlahh 50 sampe dengan rentang usia 13-15 tahun diketahui sebagian besar (56%) remaja putri memiliki pengetahuan baik tentang gizi dikarenakan pengetahuan mengenai gizi pada remaja dapat diperoleh dari berbagai sumber terutama media (elektronik, cetak, internet) yang saat ini cukup berkembang dan mudah diakses sebagai sumber informasi. Kejadian anemia pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar (70%) remaja putri tidak mengalami anemia. Hasil uji statistik dengan menggunakan chisquare diperoleh nilai (p-*value*=0,035 < alpha 0,05) Hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan gizi terhadap kejadian anemia. Dari hasil penelitian ini diharapkan pihak SMP Negeri 13 bekerjasama dengan Puskesmas Tahtul Yaman dalam memberikan edukasi melalui penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pola makan gizi seimbang pada remaja putri.

Dari latar belakang diatas pengamat tertarik untuk mengamati gambaran pengetahuan dan sikap pencegahan anemia defisiensi besi pada remaja putri di SMP Negeri 6 Denpasar?

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah adalah :

Bagaimanakah pengetahuan dan sikap pencegahan anemia defisiensi besi remaja putri di SMP Negeri 6 Denpasar?

C. Tujuan Pengamatan

1. Tujuan umum :
   Mengetahui pengetahuan dan sikap pencegahan anemia defisiensi besi pada remaja putri di SMP Negeri 6 Denpasar
2. Tujuan khusus :
   a. Menilai tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia desifiensi besi
   b. Menilai sikap remaja putri tentang pencegahan anemia defisiensi besi

D. Manfaat Pengamatan

1. Manfaat praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan, serta menjadi referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian di atas.

2. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak sekolah agar siswi lebih mengetahui tentang anemia defisiensi besi dan dapat melakukan pencegahan terhadap anemia defisiensi besi. Serta dapat sebagai sumber informasi mengenai gambaran pengetahuan dan sikap pencegahan tentang anemia defisiensi besi pada remaja putri sehingga dapat digunakan dalam penelitian yang lebih lanjut.