

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Istilah remaja berasal dari bahasa Belanda dari kata *adolescence* yang berarti masa tumbuh menjadi dewasa (remaja). Istilah *adolescence* mempunyai arti yang luas mencakup kematangan mental, emosional, dan fisik (Hurlock, 2019). Remaja adalah anak usia 10-24 tahun yang merupakan usia antara masa kanak-kanak dan masa dewasa dan sebagai titik awal proses reproduksi, sehingga perlu dipersiapkan sejak dini (Romauli, 2018). Masa remaja adalah masa yang dimana lebih banyak membutuhkan zat gizi. Remaja membutuhkan asupan gizi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Gizi merupakan suatu proses dimana organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui digesti, absorpsi, transportasi penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak diperlukan untuk mempertahankan kehidupan pertumbuhan dan menghasilkan energi (Supariasa, 2020).

Belakangan ini asupan gizi pada remaja putri umumnya banyak yang mengalami kekurangan zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, lemak dan kekurangan zat mikro seperti vitamin dan mineral. Kurangnya zat gizi makro dan mikro dapat menyebabkan tubuh menjadi kurus dan berat badan turun drastis, pendek, sakit terus menerus dan anemia. Remaja sangat membutuhkan asupan zat gizi untuk membentuk sel darah merah. Zat gizi diperlukan dalam pembentukan darah untuk sintesa hemoglobin. Hal ini terjadi karena setiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi yang berdampak kekurangan zat besi dalam darah. Pada dasarnya asupan zat gizi pada tubuh harus tercukupi khususnya pada remaja (Muchtadi, 2019).

Prevalensi anemia pada remaja putri menurut SKI (survei kesehatan

Indonesia) 2023, prevalensi anemia pada remaja putri berusia 12-18 tahun mencapai sekitar 33.5%. Angka ini menunjukkan penurunan dibandingkan dengan data sebelumnya pada Riskesdas 2018, di mana prevalensinya adalah 48.9%. Upaya Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk mengurangi angka anemia, salah satunya adalah program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri. Berdasarkan SKI 2023, cakupan konsumsi TTD menunjukkan peningkatan, namun masih ada tantangan dalam memastikan remaja putri mengonsumsi TTD secara teratur dan sesuai dosis yang direkomendasikan. Cakupan Konsumsi TTD Berdasarkan SKI 2023, dari 78.2% remaja putri yang mendapatkan TTD, hanya 2.1% yang mengkonsumsinya ≥ 52 butir dalam setahun. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran namun masih perlu ditingkatkan lebih lanjut (SKI, 2023).

Penyebab umum anemia adalah asupan zat besi yang tidak mencukupi. Sekitar dua pertiga zat besi dalam tubuh ditemukan dalam sel darah merah, yaitu hemoglobin. Faktor lain yang mempengaruhi risiko anemia antara lain faktor gaya hidup seperti merokok, konsumsi alkohol, status sosial ekonomi dan karakteristik demografi, pendidikan, jenis kelamin, usia dan wilayah. Daerah perkotaan atau pedesaan berperan dalam ketersediaan fasilitas kesehatan dan ketersediaan pangan yang pada gilirannya mempengaruhi pelayanan kesehatan dan asupan zat besi (Fadhilah, 2019)

Salah satu kunci untuk mengatasi anemia adalah penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan dalam hal ini merupakan salah satu bentuk penyuluhan gizi sebagai tindakan mengubah pengetahuan atau sikap tentang makan. Kelompok generasi muda merupakan kelompok kegiatan yang paling penting karena masih

dalam proses belajar dan mudah menyerap informasi. Penelitian mengenai peran penyuluhan gizi menunjukkan adanya dampak positif terhadap pengetahuan gizi. Pengetahuan atau kebijaksanaan merupakan tingkat terpenting dalam membentuk aktivitas manusia (Syakir, 2018).

Ketidakseimbangan asupan zat gizi bisa menjadi penyebab anemia yaitu kurangnya kadar hemoglobin pada remaja, contoh ketidakseimbangan asupan energi, protein dan zat gizi mikro seperti zat besi, asam folat, vitamin B12, vitamin C akan mengakibatkan kondisi anemia (Pangestuti, 2017).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan praktek pada remaja putri yang mengalami anemia mengalami peningkatan yang lebih baik melalui intervensi penyuluhan gizi. Pengetahuan tentang gizi merupakan kepentingan esensial bagi seseorang dalam memilih gaya hidup sehat dan terbebas dari penyakit (Jalambo, 2017).

Prevalensi anemia pada remaja putri di kota Jakarta sangat tinggi yaitu mencapai 43%. Kemenkes RI (2018), menyebutkan anemia remaja putri menjadi masalah kesehatan bila prevalensinya $\geq 20\%$, sehingga perlu untuk melakukan penelitian lanjutan untuk mengetahui pokok permasalahan anemia pada remaja putri di kota Jakarta (Suryani, 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan di kecamatan cimanggis bahwasanya jumlah remaja putri di desa cimanggis ada 65 orang sedangkan jumlah remaja putri yang berumur 12-18 tahun ada 30 orang. Dari hasil wawancara bersama bidan devia bahwa sebelumnya pernah dilakukan penyuluhan tentang kenakalan remaja dan Kesehatan reproduksi di tahun tahun 2023 dan belum pernah dilakukan penyuluhan gizi sehingga masih banyak remaja yang belum mengetahui penyuluhan gizi untuk mencegah anemia.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam mencegah anemia. Apabila hal tersebut tidak diatasi maka kondisi ini dapat mengganggu konsentrasi belajar dan prestasi remaja, khususnya wanita, serta berdampak negatif pada kesehatan remaja secara keseluruhan. Oleh karena itu, peran penyuluhan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya pemantauan status gizi guna mencegah terjadinya anemia. Variabel yang terkait dalam penelitian ini adalah pengetahuan remaja.

Dari latar belakang ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh penyuluhan posyandu tentang gizi terhadap tingkat pengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia di posyandu remaja".



Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam mencegah anemia. Apabila hal tersebut tidak diatasi maka kondisi ini dapat mengganggu konsentrasi belajar dan prestasi remaja, khususnya wanita, serta berdampak negatif pada kesehatan remaja secara keseluruhan. Oleh karena itu, peran penyuluhan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya pemantauan status gizi guna mencegah terjadinya anemia. Variabel yang terkait dalam penelitian ini adalah pengetahuan remaja.

Dari latar belakang ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh penyuluhan posyandu tentang gizi terhadap tingkat pengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia di posyandu remaja".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti akan melakukan penelitian “Adakah pengaruh pemberian penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui rata-rata pengaruh pemberian penyuluhan gizi dengan tingkatpengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia di posyandu remaja.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi rata-rata pengetahuan remaja putri tentang gizi dalam mencegah anemia sebelum dilakukan penyuluhan di posyandu remaja.
- 2) Mengidentifikasi rata-rata pengetahuan remaja putri tentang gizi dalam mencegah anemia setelah diberikan penyuluhan di posyandu remaja.
- 3) Menganalisa pengaruh pemberian penyuluhan gizi dalam mencegah anemia terhadap pengetahuan remaja putri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Untuk menambah wawasan khususnya di bidang asupan zat gizi dan anemia pada remaja dimana remaja putri yang khususnya remaja yang sangat beresiko terkena anemia.

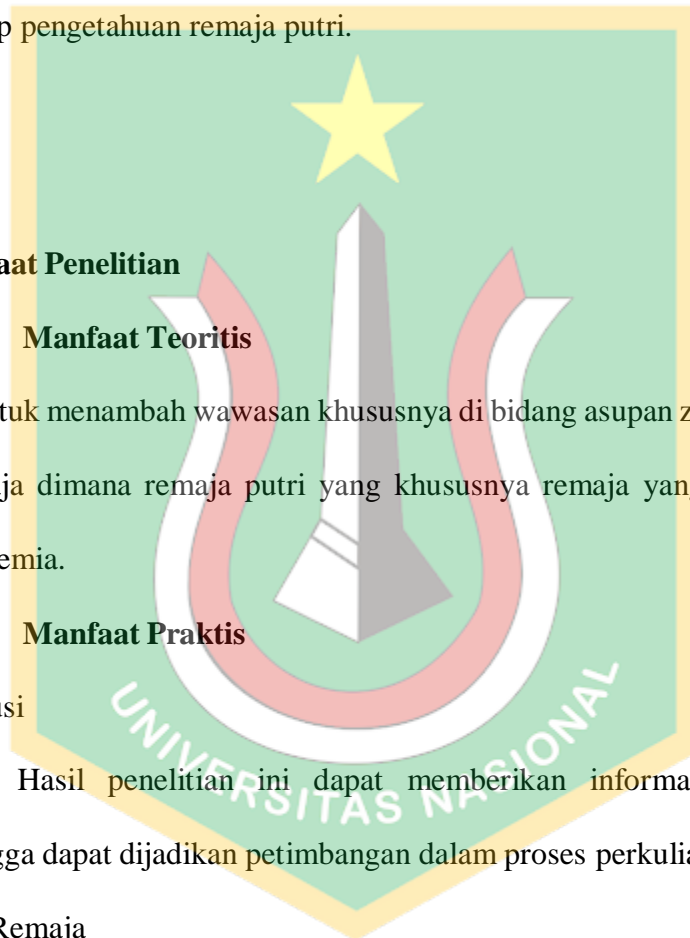
1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Institusi

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi institusi, sehingga dapat dijadikan pertimbangan dalam proses perkuliahan.

- 2) Bagi Remaja

Untuk menambah tingkat pengetahuan khususnya di bidang asupan zat gizi dan anemia pada remaja dimana remaja putri yang khususnya remaja yang sangat beresiko terkena anemia.



3) Bagi Pihak Posyandu Remaja

Memberikan masukan bagi posyandu remaja agar lebih memperhatikan remaja yang memiliki gejala anemia, karena dapat berpengaruh terhadap penurunan prestasi belajar remaja.

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan dasar untuk penelitian selanjutnya.

