

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masalah gizi di Indonesia masih didominasi oleh masalah Kurang Energi Protein (KEP), anemia, Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), Kurang Vitamin A (KVA) dan obesitas terutama di kota besar.<sup>(1)</sup> Diperkirakan sekitar 800 juta penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada anak-anak, remaja dan ibu hamil.<sup>(2)</sup>

Menurut *World Health Organization* pada tahun 2011 Prevalensi anemia tertinggi di dunia adalah di wilayah Asia Tenggara sebesar 41,5% dan yang terendah terdapat di wilayah Amerika Serikat sebesar 16,5 %.<sup>(2)</sup> Prevalensi anemia di Asia Tenggara pada remaja putri umur 10-19 tahun didapatkan di India 90%, Bhutan 58,6%, Nepal 46%, Myanmar 45,2%, Bagladesh, dan Sri Langka 40% , Indonesia 30 %, dan Thailand 17%.<sup>(3)</sup>

Menurut data Riskesdas pada tahun 2007 prevalensi anemia di Indonesia didapatkan 14,8%, perempuan beresiko tinggi mengalami anemia 19,7% menurut acuan SK Menkes.<sup>(4)</sup> Pada tahun 2013 didapatkan prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7%, dan didapatkan pada remaja putri usia 13-18 tahun sebesar 22,7 % mengalami anemia.<sup>(5)</sup> Berdasarkan tingkat provinsi prevalensi anemia yang tertinggi yaitu, Sulawesi Tenggara sebesar 31,2%, Maluku sebesar 29,1%, Maluku Utara sebesar 25,8% dan Sumatera Barat tertinggi nomor empat sebesar 25,4%.<sup>(4)</sup>

Anemia dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Adapun gejala yang sering dialami antara lain lesu, lemah, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat.

Anemia dapat menimbulkan dampak pada remaja yang antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar karena kurangnya konsentrasi.<sup>(6)</sup> Selain itu anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna.<sup>(7)</sup>

Secara umum anemia pada remaja terjadi karena rendahnya asupan zat besi (Fe). Sekitar dua per tiga zat besi dalam tubuh terdapat dalam sel darah merah hemoglobin. Kekurangan besi mengakibatkan kurangnya kadar Hb dan akan menyebabkan anemia yang berpengaruh terhadap produktivitas kerja, penampilan kognitif dan sistem kekebalan. Kehilangan zat besi (Fe) terjadi karena konsumsi makanan kurang seimbang atau gangguan absorpsi besi.<sup>(8)</sup> Kekurangan zat besi (Fe) juga dapat disebabkan oleh pendarahan, penyakit malaria, infeksi kecacingan, sering melakukan donor darah, dan melakukan aktivitas fisik yang berat.<sup>(9),(10)</sup>

Selain asupan zat besi, asupan asam folat juga mempengaruhi terjadinya anemia. Asam folat dibutuhkan oleh tubuh khususnya untuk metabolisme DNA, pembentukan sel darah merah dan sel darah putih dalam sumsum tulang, dan untuk pematangannya. Kekurangan asam folat tentunya akan menyebabkan gangguan metabolisme DNA, menghambat pertumbuhan, menyebabkan anemia megaloblastik dan gangguan darah lainnya. Kekurangan Asam Folat dapat terjadi karena kurangnya konsumsi, terganggunya absorpsi, kebutuhan metabolisme meningkat, pembelahan sel yang cepat, pengaruh obat-obatan dan kecanduan alkohol.<sup>(8)</sup>

Pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada masa remaja menyebabkan banyak perubahan termasuk ragam gaya hidup dan perilaku konsumsi remaja. Remaja yang masih dalam proses mencari identitas diri, seringkali mudah tergiur oleh modernisasi dan teknologi karena adanya pengaruh informasi dan komunikasi.

Sehingga pengetahuan yang baik yang diketahui seringkali diabaikan, khususnya pengetahuan tentang gizi pada remaja. Hal ini akan berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan zat gizi yang akan berdampak pada terjadinya anemia.<sup>(11)</sup> Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menstimulasi atau merangsang terhadap terwujudnya sebuah perilaku kesehatan. Apabila remaja mengetahui atau memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan terhindar dari risiko dari terjadinya anemia.<sup>(12)</sup>

Selain itu sikap juga dapat menstimulasi perilaku kesehatan. Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap remaja masa kini dalam mencegah terjadinya anemia masih kurang baik ditandai dengan asupan zat besi dan kebutuhan zat gizi masih kurang pada masa pertumbuhan, serta remaja sering memperhatikan bentuk tubuh sehingga banyak membatasi konsumsi makanan. Sikap bukan merupakan suatu tindakan akan tetapi predisposisi tindakan atau perilaku.<sup>(13),(14)</sup>

Menurut pendapat Lawrence W Green bahwa masalah kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi (pengetahuan, dan sikap), pendorong (fasilitas, sarana, dan prasarana), dan pendukung (tokoh masyarakat, dan peraturan perundang-undangan) yang nantinya akan mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang.<sup>(14)</sup>

Salah satu yang dapat merubah perilaku kesehatan remaja dengan cara penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi tersebut merupakan upaya pembangunan kesehatan yang harus menekankan pada upaya promosi dan preventif.<sup>(15)</sup> Kegiatan promosi kesehatan merupakan kegiatan paling dasar untuk meningkatkan pengetahuan, serta kegiatan promosi ini juga dapat dilakukan untuk pencegahan anemia pada remaja putri. Penyuluhan gizi dapat mengembangkan pengertian, dan sikap yang positif

terhadap gizi agar remaja dapat memiliki dan membentuk kebiasaan makan yang baik dalam kehidupan sehari-hari.<sup>(16)</sup> Kelompok usia remaja merupakan kelompok sasaran strategis karena masih berada pada proses belajar sehingga mudah menyerap pengetahuan. Penyuluhan membutuhkan media yang sangat penting digunakan untuk memperjelas pesan-pesan gizi. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media *leaflet*, media ini dapat dijadikan sebagai informasi dan dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi pembaca.<sup>(16)</sup>

Penelitian Haryono pada tahun 2015 terdapat pengaruh pendidikan anemia gizi audio visual tanpa atau dengan leaflet dalam meningkatkan pengetahuan anemia gizi pada remaja putri p-value 0,00 <0,05. Penelitian Asyri pada tahun 2015 menjelaskan bahwa penggunaan media *leaflet* dalam penyuluhan gizi mampu meningkatkan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan p-value 0,00 <0,05.<sup>(17)</sup> Penelitian Meidayanti tahun 2015 penyuluhan dengan menggunakan media leaflet dapat menyebabkan peningkatan terhadap sikap tentang pencegahan anemia pada remaja dengan p-value 0,021 <0,05.<sup>(13)</sup> Penelitian Kusuma 2014 adanya perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan setelah penyuluhan kesehatan anemia dengan p-value 0,044 <0,05.

Berdasarkan Dinas Kesehatan Kota Padang SMK Negeri 3 Padang termasuk kedalam masalah kesehatan terutama yang mengalami anemia. Pada tahun 2015 siswi di SMK Negeri 3 Padang memiliki prevalensi anemia sekitar 37%, sedangkan pada tahun 2016 prevalensi anemia sekitar 27%. Dari hasil penelitian Isman tahun 2017 di SMKN 3 Padang sebesar 50% remaja putri mengalami anemia.<sup>(18)</sup> Penelitian Tria 2017 di SMKN 4 Padang sebesar 52,6% remaja putri mengalami anemia.<sup>(19)</sup> Selain itu dari hasil penelitian Ramadani pada tahun 2015 ditemukan sebanyak

55,9% responden diusia remaja dalam keadaan anemia yang disebabkan karena kekurangan zat besi, pendarahan, abortus, persalinan yang lama dan sulit, sampai dengan kematian.<sup>(20)</sup> Menurut *World Health Organization* prevalensi anemia termasuk kategori berat apabila prevalensi anemia  $\geq 40\%$ , sedang 20-30%, ringan 5-19,9% dan normal  $< 5\%$ .<sup>(10)</sup> Setelah dilakukan studi pendahuluan di SMK Negeri 3 Padang dengan melakukan wawancara mengenai pengetahuan anemia kepada 10 siswi didapatkan sebesar 70% siswi mempunyai pengetahuan rendah serta dilihat dari konsumsi remaja dalam satu hari kebutuhan zat besi dan asam folatnya masih cukup rendah. Selain itu masih kurangnya intervensi yang dilakukan dari pihak kesehatan maupun sekolah.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Konsumsi Sumber Fe dan Asam Folat dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2018”.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dapat dirumuskan masalah apakah ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang konsumsi sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang konsumsi makanan sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui rata-rata skor pengetahuan tentang konsumsi makanan sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi dan kontrol
2. Diketahui rata-rata sikap tentang konsumsi makanan sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol
3. Diketahui perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol tentang konsumsi makanan sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia
4. Diketahui perbedaan rata-rata skor sikap sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol tentang konsumsi makanan sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia
5. Diketahui perbedaan perubahan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol tentang konsumsi makanan sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia
6. Diketahui perbedaan perubahan rerata sikap sebelum dan sesudah antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol tentang konsumsi makanan sumber Fe dan Asam folat dalam pencegahan anemia

### 1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai masukan mengenai pecegahan anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang.

## 2. Bagi Masyarakat

Memberikan pengetahuan tentang anemia gizi pada remaja putri dan dapat mengambil tindakan agar tidak terkena anemia gizi melalui pengaturan pola makan yang sehat.

## 3. Bagi Peneliti

Memberi kesempatan pada peneliti untuk meningkatkan keterampilan dalam menganalisis masalah yang terjadi di masyarakat khususnya masalah yang terkait dengan kejadian anemia gizi pada remaja yang berkaitan dengan makanan sumber Fe dan Asam Folat.

### 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang sumber Fe dan Asam Folat pada remaja anemia di SMK Negeri 3 Padang Tahun 2018. Dengan Sasaran penelitian adalah siswi kelas X di SMK Negeri 3 Padang tahun 2018. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan desember 2017- Agustus 2018 dengan desain penelitian *Quasy eksperiment*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner kepada responden.

