

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan kelompok dengan rentang usia 10-18 tahun (Kemenkes RI, 2014) yang mengalami perubahan-perubahan hormonal, emosional bahkan kognitif dalam pertumbuhannya sehingga banyak membutuhkan asupan zat gizi secara khusus (Doloksaribu, 2019). Pada masa ini, mereka cenderung ingin menjaga bentuk badannya sehingga melakukan diet ketat yang berdampak pada kurangnya asupan zat gizi makro dan mikro. Penelitian remaja di SMA Negeri 1 Bambanglipuro membuktikan bahwa ada hubungan pola diet remaja dengan status gizi ($p=0,000$). Pada penelitian ini, sebanyak 25 responden yang mempunyai pola makan buruk dengan berat badan kurang (T. B. Rahayu & Fitriana, 2019). Penerapan pola diet yang salah pada remaja karena adanya persepsi yang salah terhadap bentuk tubuh. Hal ini dapat berdampak pada kurangnya asupan zat gizi. Kurangnya asupan zat gizi dalam jangka waktu yang lama berdampak status gizi kurang dan defisiensi zat besi yang menyebabkan remaja putri mengalami anemia (Ayudinanti, 2021).

Berdasarkan data WHO (2020), diketahui bahwa prevalensi anemia pada remaja putri didunia adalah sebesar 32,8%. Prevalensi anemia tertinggi di Asia Tenggara adalah sebesar 45,8%. Indonesia merupakan salah satu negara di Asia Tenggara. Berdasarkan (Risksedas, 2018), prevalensi kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia meningkat dari 18,40% pada tahun 2013 menjadi 32% pada tahun 2018. Salah satu provinsi di Indonesia adalah provinsi Banten dengan prevalensi anemia pada tingkat nasional sebesar 23% pada remaja putri dan 12% pada remaja laki-laki (Dinkes Provinsi Banten, 2018). SMAN 4 Kabupaten Tangerang merupakan salah satu SMA yang berada di Provinsi Banten. Prevalensi anemia pada siswi tahun 2021 sebesar 25% (Firmansyah et al., 2021).

Anemia defisiensi besi merupakan suatu kejadian dimana terjadi penurunan kadar hemoglobin kurang dari 12 g/dl. Hal ini disebabkan

karena berkurangnya kadar zat besi di dalam tubuh sehingga pembentukan sel darah merah (eritrosit) terganggu. Kurangnya kadar hemoglobin dalam darah dapat menimbulkan beberapa gejala seperti lemah, letih, lesu, lelah dan lalai (Hendra & Rahmad, 2015). Dampak jangka panjang anemia pada remaja putri dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terinfeksi penyakit, dapat menurunkan konsentrasi dalam menerima pelajaran karena kurangnya oksigen ke sel otot dan sel otak sehingga dapat berdampak pada prestasi belajar dan produktivitas kerja/kinerja (Kemenkes RI, 2018).

Penyebab anemia defisiensi besi pada remaja putri antara lain percepatan tumbuh, asupan besi yang tidak adekuat dan diperberat oleh kehilangan darah akibat menstruasi (Fitriany & Saputri, 2018). Selain itu, konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi juga menyebabkan anemia. Bahan makanan yang bersifat *inhibitor* zat besi antara lain adalah bahan makanan yang mengandung oksalat, tanin, fitat dan kalsium. Contoh bahan makanan yang mengandung *inhibitor* zat besi yaitu teh, kopi, coklat, daun singkong, kacang mete, kacang kedelai dan kacang tanah (Nurbadriyah., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh (S. F. Simanungkalit & Luh Desi P, 2019) menunjukkan bahwa sebanyak 51,2% remaja yang sering konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi mengalami anemia sebanyak 46,6%, sedangkan 48,8% remaja yang jarang mengkonsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi mengalami anemia sebanyak 26,2%. Pada penelitian, ada hubungan antara pola konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi ($p=0,009$) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Depok. Upaya pencegahan anemia pada remaja putri, salah satunya adalah dengan mengurangi konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi. Konsumsi bahan makanan sumber zat besi dan pembatasan konsumsi *inhibitor* zat besi dapat dilaksanakan apabila seseorang memiliki pengetahuan yang baik tentang zat besi. Pengetahuan adalah salah satu faktor yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh (Martini, 2015) di SMAN 1 Metro menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia. Pada penelitian ini,

terdapat 52,2% remaja putri dengan pengetahuan kurang yang mengalami anemia. Hal ini dapat terjadi karena remaja dengan pengetahuan yang kurang mempunyai risiko 2,3 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan baik.

Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan anemia. Berdasarkan penelitian (Sinha F. Simanungkalit & Simarmata, 2019), 50% remaja yang memiliki pengetahuan anemia yang baik dan memiliki kebiasaan konsumsi *inhibitor* zat besi yang jarang sebanyak 48,8% responden. Selain itu, media yang digunakan dalam penyuluhan juga dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden. Penelitian yang dilakukan oleh (Damanik, 2019) menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media booklet. Pada penelitian ini, peningkatan pengetahuan dari 53,3% responden sebelum diberikan penyuluhan (*pretest*) yang kurang pengetahuannya meningkat menjadi 93,3% responden dengan pengetahuan baik setelah diberikan penyuluhan (*posttest*). Berdasarkan penelitian (Fadhilah et al., 2022) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan media video, yaitu dari 16,6% responden sebelum penyuluhan meningkat menjadi 18,8% responden setelah penyuluhan.

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, perlu adanya penelitian “perbedaan pemberian media *booklet* dan video terhadap konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi dan status anemia pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang”.

12 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan masalah pada latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat masalah anemia yang menyangkut apakah ada perbedaan pemberian media *booklet* dan video terhadap konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi dan status anemia remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang?

13 Tujuan

13.1 Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisa perbedaan pemberian media *booklet* dan video terhadap konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi dan status anemia remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang.

13.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi konsumsi bahan makanan *Inhibitor* zat besi pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan gizi melalui media *booklet*.
2. Mengidentifikasi konsumsi bahan makanan *Inhibitor* zat besi pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan gizi melalui media video.
3. Mengidentifikasi status anemia pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan gizi melalui media *booklet*.
4. Mengidentifikasi status anemia pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan gizi melalui media video.
5. Menganalisis perbedaan pemberian media *booklet* dan video terhadap konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang.
6. Menganalisis perbedaan pemberian media *booklet* dan video terhadap status anemia pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang.

14 Manfaat Penelitian

141 Bagi Peneliti

1. Peneliti dapat meneliti perbedaan pemberian penyuluhan gizi melalui media *booklet* dan video terhadap konsumsi bahan makanan *inhibitor* zat besi dan status anemia pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang.
2. Peneliti mendapatkan pengalaman penelitian dari pembuatan proposal, pengambilan data, pengolahan data, pembahasan hasil, serta mempresentasikan hasil dan pembahasan penelitiannya.
3. Mengaplikasikan ilmu yang sudah didapatkan dalam perkuliahan dan dibagikan ke masyarakat.

142 Bagi SMAN Negeri 32 Kabupaten Tangerang

1. SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang dapat mengetahui gambaran asupan *inhibitor* zat besi dan status anemia pada remaja putri di SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang.
2. Siswi SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang dapat mengetahui gambaran kejadian anemia dan gambaran pencegahan anemia.

143 Bagi STIK Sint Carolus

1. Menjalin relasi yang baik antara Institusi STIK Sint Carolus dengan SMA Negeri 32 Kabupaten Tangerang.
2. Menambah kepustakaan bagi STIK Sint Carolus Sebagai bahan informasi dan pengembangan bagi penelitian selanjutnya.
3. Sebagai bahan informasi dan pengembangan ilmu bagi mahasiswa lain dan peneliti berikutnya.