

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah, atau konsentrasi hemoglobin, jatuh di bawah nilai cut-off yang mapan, akibatnya mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen disekitar tubuh. Anemia merupakan indikator gizi buruk dan kesehatan yang buruk (WHO, 2014). Anemia merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia terutama Negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi (WHO 2013).

Menurut data hasil Riskesdas (2013), prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7%, dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014).

Penyebab paling umum anemia diseluruh dunia adalah defisiensi besi, akibat negatif yang berkepanjangan keseimbangan zat besi, yang disebabkan oleh asupan zat besi atau penyerapan makanan yang tidak adekuat, kebutuhan zat besi meningkat selama masa pertumbuhan dan peningkatan kerugian zat besi akibat menstruasi dan cacing (worm usus) infestasi (WHO, 2014).

Menurut WHO, Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung resiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (Pusdatin,2014). Remaja yang masih dalam proses mencari identitas diri seringkali, 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 khususnya zat besi yang akan berdampak pada terjadinya anemia (Sarwono,2008).

Gizi (*nutrition*) merupakan suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak dapat digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal organ-organ, serta menghasilkan energy (Supariasa, dkk. 2014).

Pengetahuan gizi merupakan sesuatu yang diketahui tentang makanan dalam hubungannya dengan kesehatan optimal. Pengetahuan gizi yang tidak memadai, kurangnya pengertian dalam kebiasaan makan yang baik, dan kurangnya pengertian tentang kontribusi gizi dari berbagai jenis makanan serta pemenuhan kebutuhan zat gizi yang tidak seimbang akan menimbulkan masalah kecerdasan, kurangnya kemampuan kerja yang sangat berdampak pada kualitas sumber daya manusia dan generasi penerus. Peningkatan pengetahuan gizi bisa dilakukan dengan program pendidikan gizi yang dilakukan oleh pemerintah. Program pendidikan gizi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap kebiasaan makan (Soekirman,2008).

Berdasarkan edukasi gizi yang dilakukan di SMA Negeri 1 Singosari terhadap Tim Remaja Asik, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hasil edukasi terhadap perilaku gizi (pengetahuan, sikap dan keterampilan) setelah 6 bulan apakah masih konsisten baik.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana perilaku gizi (tingkat pengetahuan, sikap dan keterampilan) remaja asik SMA Negeri 1 Singosari setelah diberi edukasi gizi seimbang ?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### a. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku gizi (pengetahuan, sikap dan keterampilan Remaja Asik SMAN 1 Singosari yang telah diberi edukasi gizi melalui konsep 4 pilar gizi seimbang.

#### b. Tujuan khusus

- Mengetahui Perilaku Gizi Remaja Asik SMA Negeri 1 Singosari Malang setelah diberi edukasi gizi melalui konsep 4 pilar gizi seimbang.
- Mengetahui Pengetahuan Remaja Asik SMA Negeri 1 Singosari Malang setelah diberi edukasi gizi melalui konsep 4 pilar gizi seimbang.
- Mengetahui Sikap Remaja Asik SMA Negeri 1 Singosari Malang setelah di beri edukasi gizi melalui konsep 4 pilar gizi seimbang.
- Mengetahui Keterampilan Remaja Asik SMA Negeri 1 Singosari Malang setelah diberi edukasi gizi melalui konsep 4 pilar gizi seimbang.

### **D. Manfaat**

#### a. Praktis

Dapat digunakan sebagai bahan penilaian dan evaluasi perilaku gizi (pengetahuan, sikap dan keterampilan).

#### b. Teoritis

Dapat mengetahui perilaku gizi (pengetahuan, sikap dan keterampilan) Remaja Asik SMA Negeri 1 Singosari terhadap gizi seimbang.

### E. Kerangka konsep

