

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan utama di masyarakat yang sering dijumpai di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Kelainan tersebut merupakan penyebab disabilitas kronik yang berdampak besar terhadap kondisi kesehatan, ekonomi, dan kesejahteraan sosial. Penduduk dunia yang mengalami anemia berjumlah sekitar 30% atau 2,20 miliar orang dengan sebagian besar diantaranya tinggal di daerah tropis. Prevalensi anemia secara global sekitar 51% (Suryani, Hafiani, & Junita, 2015).

Kasus anemia sangat menonjol pada anak-anak sekolah terutama remaja putri. Remaja putri berisiko tinggi menderita anemia, karena pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan zat besi akibat adanya pertumbuhan dan mensturasi. Aktifitas sekolah maupun aktifitas ekstrakuler yang tinggi akan berdampak pada pola makan yang tidak teratur, selain itu kebiasaan mengkonsumsi minuman yang menghambat absorpsi zat besi akan mempengaruhi kadar hemoglobin seseorang (Dinkes, 2012, dalam Umi, 2017). Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi atau jumlah hemoglobin berada dibawah batas normal (Dea, 2014).

World Health Organization (WHO) (2017) menyebutkan anemia adalah suatu kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis seseorang bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Penyebab anemia umumnya karena kekurangan pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asamfolat, vitamin B12 dan vitamin A. Peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, kelainan bawaan yang mempengaruhi sintesis hemoglobin, kekurangan produksi sel darah merah dapat menyebabkan anemia (Siska, 2017).

Ketidakseimbangan dalam mengkonsumsi zat besi juga merupakan penyebab anemia pada remaja (Titin, 2014). Selain itu faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri adalah pengetahuan. Pengetahuan remaja tentang anemia akan mempengaruhi pola konsumsi makanan yang berakibat pada status gizi (Ely, 2017).

Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi anemia di negara berkembang sebesar 24,8 %. Berdasarkan data Riskesdas 2013 proporsi anemia pada perempuan (23,9%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (18,4%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 18,4% tahun 2013. Sedangkan berdasarkan data Riskesdas 2018, proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (20,3%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% tahun 2018.

Remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi terkena anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena remaja putri mengalami siklus menstruasi setiap bulan dan cenderung memiliki kebiasaan makan yang salah, melakukan diet yang tidak seimbang mengurangi makan untuk menjaga penampilannya. Pola kebiasaan makan yang salah inilah dapat menyebabkan tubuh kekurangan zat-zat penting seperti zat besi (Masthalina, H et al., 2015).

Menurut Taufik (2016), dampak anemia pada remaja putri dan status gizi yang buruk memberikan kontribusi negatif bila hamil pada usia remaja ataupun saat dewasa yang dapat menyebabkan kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah, kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Selain itu, anemia juga mempunyai dampak negatif terhadap perkembangan fisik dan kognitif remaja (WHO, 2008). Prevalensi anemia yang tinggi pada remaja jika tidak tertangani dengan baik maka akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir premature, dan bayi dengan berat lahir rendah (Robertus, 2014, dalam Umi, 2017).

Anemia pada remaja juga dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional yang dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktifitas kerja yang rendah (Sayogo, 2006).

Menurut nurbaiti (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi anemia salah satunya adalah pengetahuan tentang anemia, pengetahuan tentang anemia dan gizi yang rendah akan meningkatkan kejadian anemia pada remaja putri. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Martini (2015) di MAN 1 Metro Tanjung Karang, yang menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan yang kurang mempunyai risiko 2,3 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan baik.

Selain pengetahuan, sikap juga merupakan salah satu faktor penyebab kejadian anemia, sikap yang positif terhadap pencegahan anemia gizi besi akan mempengaruhi seseorang untuk mencegah dan menanggulangi anemia. Penelitian yang dilakukan Titin (2015) menunjukkan bahwa responden yang mempunyai sikap kurang terdapat 89 (78,8%) mengalami anemia.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap manusia menurut Azwar (2010) adalah pengalaman pribadi yaitu pembentukan kesan atau tanggapan terhadap objek merupakan proses kompleks dalam diri individu yang melibatkan individu yang bersangkutan, untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat.

Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia adalah dengan memberikan edukasi gizi, hal ini dikarenakan semakin tinggi pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan. Edukasi gizi adalah pendekatan edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap individu atau kelompok, menurut Fitrianti (2016) edukasi bisa dilakukan melalui beberapa media dan metode untuk mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Teori ini sejalan dengan penelitian Rizqi W (2019), berdasarkan penelitian diperoleh nilai signifikan $p=0,000$ terhadap pengetahuan dan sikap remaja sebelum dan sesudah diberikannya edukasi, yang berarti bahwa pemberian edukasi gizi mengenai anemia berpengaruh terhadap pengetahuan. Selain itu penelitian Siti Zulaekah (2012) juga menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya pendidikan gizi, dimana Hasil uji paired samples t-test menunjukkan ada perbedaan bermakna pengetahuan gizi awal dan akhir ($p<0,05$).

Pemberian edukasi gizi pada remaja putri diharapkan dapat menambah pengetahuan dan sikap remaja putri tentang gizi khususnya tentang anemia, dan diharapkan dapat mengubah pola makan sehingga asupan gizi menjadi lebih baik. Pemikiran yang terbuka dan karakteristik remaja yang masih dalam tahap belajar secara tidak langsung akan memengaruhi kebiasaan mereka. Dengan pendidikan gizi, remaja akan lebih mengenal kebiasaan baik dalam hal pemenuhan kebutuhan asupan gizi, sehingga dapat mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari (Verarica Silalahio, 2016).

Salah satu media yang digunakan untuk edukasi kepada remaja adalah booklet. Menurut Puspitaningrum (2017) seseorang melalui indera dan paling banyak disalurkan ke dalam otak melalui indera pandang. Kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia diperoleh melalui indera pandang, 13% melalui indera pendengaran, dan 12% lainnya tersalur melalui indera yang lain, sama halnya dengan penggunaan *booklet* akan mudah tersalurkan karena memiliki rentan 75%-87%, dari hasil penelitian Puspitaningrum (2017). Menurut Roza (2012), Booklet memiliki dua kelebihan dibandingkan dengan media lain yaitu dapat dipelajari setiap saat karena didesain dalam bentuk buku serta memuat informasi lebih banyak.

Dalam penelitian ini digunakan metode *Systematic review* yang merupakan metode penelitian yang berupa ulasan kembali mengenai topik tertentu yang menekankan pada pertanyaan tunggal yang telah diidentifikasi secara sistematis, dinilai, dipilih dan disimpulkan menurut kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya. Tujuan dari penelitian dengan menggunakan metode *systematic review*, maka penulis ingin menelaah pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* dan *non booklet* terhadap pengetahuan dan sikap anemia pada remaja putri dengan menggunakan studi literatur yang didapatkan dari hasil-hasil penelitian yang hampir serupa.

B. Rumusan Masalah

Apakah edukasi gizi dengan media booklet lebih berpengaruh dibandingkan dengan media non booklet dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja putri tentang anemia?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan media booklet dan non booklet terhadap tingkat pengetahuan dan sikap anemia pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan media booklet dan non booklet terhadap pengetahuan pada remaja putri.
- b. Menganalisis pengaruh edukasi gizi dengan media booklet dan non booklet terhadap sikap pada remaja putri.

D. Manfaat

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat memberikan edukasi gizi, informasi dan meningkatkan pengetahuan remaja, merubah sikap remaja untuk mendukung mencegah anemia pada remaja putri.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Remaja

Penelitian ini dapat memperluas wawasan atau pengetahuan para remaja yang berdampak positif bagi kesehatannya dan untuk mencegah remaja mengalami anemia. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya.

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada penyedia layanan kesehatan, sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan guna memberikan edukasi kepada remaja untuk mencegah kejadian anemia pada remaja putri.

c. Bagi Peneliti

Menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman peneliti di bidang gizi masyarakat khususnya tentang pengaruh edukasi gizi dengan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap anemia pada remaja putri.