

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja menurut WHO (2018) yaitu penduduk dengan rentang usia antara 10-19 tahun. Menurut Permenkes tahun 2014, remaja merupakan penduduk dengan rentang usia antara 10-18 tahun. Fase remaja ini rentan terhadap resiko penyakit karena terjadi perkembangan tubuh yang pesat sehingga diperlukan sumber gizi yang cukup. Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang akan meneruskan cita-cita bangsa untuk memimpin dan mengatur pada masa yang akan datang. Selain memiliki jiwa semangat, unggul dan kompetitif, maka remaja harus sehat untuk mewujudkan cita-cita bangsa di masa depan. Saat ini, remaja beresiko tinggi terkena anemia khususnya pada remaja putri.

Remaja putri merupakan calon ibu, jika mengalami anemia pada saat hamil dapat menyebabkan kelahiran yang buruk, maka dari itu remaja diharapkan tidak mengalami anemia. Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terjadi di dunia. Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal. Anemia defisiensi zat besi adalah anemia yang sering terjadi pada remaja, karena kebutuhan zat besi yang tinggi untuk pertumbuhan dan perkembangan. Remaja yang mengalami anemia biasanya terlihat pucat, pusing, dan cepat merasa lelah.

Anemia dipengaruhi oleh asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik. Faktor ketidakseimbangan zat gizi menjadi penyebab anemia pada remaja. Faktor lain yang mempengaruhi status anemia pada remaja putri yaitu pengetahuan, pola makan dan perilaku konsumsi tablet tambah darah (Subratha & Ariyanti, 2020). Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya anemia yaitu pengetahuan tentang anemia, meskipun terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia (Kusnadi, 2021). Pengetahuan remaja putri tentang anemia akan mempengaruhi kejadian anemia dan perilaku dalam mencegah terjadinya anemia. Anemia defisiensi besi rentan terjadi pada remaja putri dikarenakan meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah pada masa menstruasi juga dapat meningkatkan risiko

anemia. Anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stres, haid, atau terlambat makan. Penyebab anemia selain karena pengetahuan juga dikarenakan oleh asupan gizi. Asupan gizi sangat dipengaruhi oleh pola makan atau kebiasaan makan individu (Sulistyoningtyas, 2018).

Remaja pada umumnya memiliki karakteristik kebiasaan makan yang tidak sehat, seperti melewatkan sarapan, mengonsumsi makanan rendah zat gizi, diet yang tidak sehat, malas minum air putih, dan sering mengonsumsi makanan cepat saji yang menyebabkan remaja tidak mampu memenuhi kebutuhan zat gizi yang diperlukan tubuh untuk proses sintesis pembentukan hemoglobin. Remaja mulai dapat membeli dan mempersiapkan makanan untuk mereka sendiri, dan biasanya remaja lebih suka makanan serba instan yang berasal dari luar rumah seperti makanan cepat saji. Konsumsi makanan cepat saji yang tinggi dapat mengakibatkan peningkatan kemungkinan terjadinya anemia karena pada makanan cepat saji mengandung mikronutrien rendah (Yahya et al., 2022).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, di Indonesia prevalensi anemia pada remaja sebesar 32% yang artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020, prevalensi remaja putri yang mengalami anemia yaitu 42%. Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso pada tahun 2018 yaitu terdapat 39,2% remaja putri yang mengalami anemia.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru di SMP Negeri 3 Bondowoso diperoleh hasil bahwa terjadi anemia pada siswi di sekolah tersebut. Selain itu, Unit Kesehatan Sekolah (UKS) juga penuh karena banyak siswi yang mengeluh pusing dan wajahnya terlihat pucat. Upaya yang dilakukan oleh sekolah saat ini yaitu pemberian tablet tambah darah tiap hari Jumat. Tablet tambah darah yang diberikan harus langsung diminum saat itu juga, namun banyak dari siswi tersebut yang membawa pulang tablet tambah darah dan tidak diminum. Alasannya karena efek yang ditimbulkan setelah minum tablet tambah darah menyebabkan pusing yang cukup lama dan mual. Kemudahan dalam mendapatkan makanan cepat saji terdapat pada sekolah yang terletak di daerah perkotaan. SMP Negeri 1 Bondowoso, SMP Negeri 2 Bondowoso dan SMP

Negeri 3 Bondowoso terletak di daerah perkotaan. SMP Negeri 1 dan 2 tidak pernah dilakukan cek kadar Hb sehingga tidak diketahui persentase anemianya. Pada tahun 2022 SMP Negeri 3 Bondowoso pernah melakukan cek kadar Hb untuk mengetahui apakah siswi tersebut anemia atau tidak. Sebanyak 32,6% siswi SMP Negeri 3 Bondowoso mengalami anemia.

Berdasarkan uraian diatas terkait dengan permasalahan yang ada, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Bondowoso”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan pengetahuan dan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Bondowoso?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Bondowoso.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pengetahuan pada remaja putri di SMP Negeri 3 Bondowoso.
2. Mengidentifikasi konsumsi makanan cepat saji pada remaja putri di SMP Negeri 3 Bondowoso.
3. Mengetahui hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Bondowoso.
4. Mengetahui hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Bondowoso.