

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini banyak terjadi perubahan pada diri seseorang, baik fisik maupun mental, sehingga harus diimbangi dengan kecukupan nutrisi. Namun jika tidak, dapat menyebabkan terjadinya beberapa permasalahan gizi pada remaja, seperti obesitas, Kekurangan Energi Kronik (KEK), anemia dan lainnya (Andani et al., 2020). Zat besi adalah zat gizi mikro yang sangat diperlukan oleh tubuh dan memiliki peranan penting dalam pembentukan hemoglobin atau sel darah merah. Untuk menjaga keseimbangan besi dalam tubuh, seorang wanita membutuhkan asupan zat besi lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Wanita memiliki cadangan besi tubuh 25-30%, sebanyak 20% wanita memiliki cadangan besi tubuh sebesar 250–400 mg dan kurang dari 5% memiliki cadangan besi tubuh lebih dari 400 mg. (Fitria et al., 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi anemia pada remaja di dunia adalah 4,8 juta dan di Indonesia sebesar 23%. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), angka kejadian anemia di Indonesia pada remaja ini masih tinggi. Untuk Jawa Barat sendiri angka kejadian anemia pada kelompok remaja mencapai 41,5% pada tahun 2018. Anemia pada remaja putri di

Kabupaten Bandung ini masih merupakan masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya yaitu 17% (Mulyati & Yanti, 2022).

Anemia ialah suatu kondisi dimana adanya penurunan kadar hemoglobin atau sel darah merah pada tubuh, yang mana apabila kondisi ini dibiarkan akan menyebabkan masalah kesehatan pada penderita (Andani et al., 2020). Anemia dapat menimbulkan gejala seperti lesu, lemah, letih, lelah dan cepat lupa. Selain itu juga anemia dapat menyebabkan mudahnya terkena infeksi dikarenakan adanya penurunan daya tahan tubuh. Anemia ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya ialah defisiensi besi, defisiensi mikronutrien lainnya (folat, riboflavin, vitamin A dan vitamin B12), infeksi akut dan kronik (malaria, TBC, HIV dan kanker) dan kelainan bawaan yang mengganggu sintesis hemoglobin serta produksi sel darah merah (hemoglobinopati). Namun, penyebab terbesar dari semua anemia di dunia adalah defisiensi besi sebesar 50%.

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar menderita anemia dibandingkan remaja putra karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Anemia gizi besi pada remaja menjadi berbahaya jika tidak ditangani dengan baik, terutama untuk persiapan hamil dan melahirkan pada saat mereka dewasa (Amir & Djokosujono, 2019). Dampak lain yang ditimbulkan pada remaja putri ini ialah pertumbuhan terhambat, mudah terserang infeksi, kebugaran dan kesegaran tubuh berkurang, menurunnya semangat belajar yang mengakibatkan prestasi menurun (Apriyanti, 2019).

Remaja termasuk dalam kelompok usia yang memiliki resiko tinggi mengalami anemia karena kehilangan besi sebesar 1,3 mg/hari setiap menstruasi, ditambah lagi jika asupan besi yang dikonsumsi tidak memadai. Salah satu kelompok umur yang cenderung mengalami kehilangan zat besi dengan jumlah diatas rata-rata ialah remaja putri, karena pada remaja ini memiliki pola haid yang lebih banyak dengan kecenderungan waktu yang lebih lama pula. Adanya peningkatan kebutuhan zat besi yang banyak untuk tubuh dan tidak adanya asupan zat besi yang cukup akan menjadikan remaja berpeluang besar mengalami anemia (Handayani & Budiman, 2022). Sehingga dalam hal ini remaja membutuhkan penanganan untuk memenuhi asupan zat besi.

Upaya untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja ialah dengan mencukupi kebutuhan nutrisi. Selain itu, pemerintah Indonesia juga menjalankan program pemberian suplemen besi atau yang sering dikenal dengan Tablet Fe yang dibagikan secara gratis melalui Puskesmas. Dengan adanya program pemberian Tablet Fe ini diharapkan dapat menekan angka kejadian anemia. Kemenkes RI (2018), menyebutkan bahwa pemberian Tablet Fe pada remaja putri di Indonesia tahun 2018 sebesar 48,52%. Namun cakupan di wilayah Jawa Barat itu sendiri hanya mencapai 16,7% dari target capaian sebesar 52%. Hal itu dipicu juga akibat adanya penurunan minat konsumsi yang diakibatkan dari efek samping yang ditimbulkan pada saat mengonsumsi Tablet Fe (Mulyati & Yanti, 2022). Efek samping yang dapat ditimbulkan pada saat mengonsumsi Tablet Fe ini seperti perut terasa tidak enak, mual, susah BAB dan tinja berwarna hitam, namun efek samping ini merupakan gejala yang ringan dan tidak membahayakan.

(Fitriany & Saputri, 2018). Selain itu terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi konsumsi tablet *Fe* pada remaja ialah pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga dan efek samping (Yunita et al., 2018).

Pengetahuan adalah hasil sebuah rasa keingintahuan manusia terhadap sesuatu hal dan hasrat untuk meningkatkan harkat hidup sehingga kehidupannya menjadi lebih baik dan nyaman yang berkembang sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan di masa sekarang dan di masa depan (Teviani, 2017). Menurut teori Lawrence Green, pengetahuan merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku. Perubahan perilaku akan terbentuk secara bertahap, diawali dengan perubahan pengetahuan (Listiana, 2016). Pengetahuan seseorang mengenai pencegahan anemia akan mempermudah terbentuknya perilaku seseorang dalam mengkonsumsi tablet *Fe*. Pengetahuan dari semua peristiwa yang terjadi pada seseorang akan mendapatkan sebuah pengalaman dan membentuk keyakinan, kesadaran serta sikap atau kecenderungan dalam berperilaku mengkonsumsi tablet *Fe*.

Lestari (2015) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa kesadaran remaja dalam upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet *Fe* masih rendah terbukti dengan survey anemia yang dilakukan di SMAN 2 Banguntapan Bantul menunjukkan hanya 12,5% siswi yang mengkonsumsi tablet *Fe*. Kurangnya minat untuk mengkonsumsi tablet *Fe* sebagai suplemen penambah darah dipengaruhi oleh pengetahuan remaja putri. Sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe*.

Upaya pencegahan anemia pada remaja melalui pendekatan kelompok sebaya diharapkan dapat memberikan hasil yang lebih optimal, karena melalui kelompok sebaya berkembang kegiatan diskusi, sharing, dan edukasi, serta terjadi proses yang dinamis dalam kelompok. Model intervensi melalui kelompok sebaya perlu dikembangkan dan diharapkan lebih efektif dan efisien dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat khususnya remaja dalam mengonsumsi tablet *Fe* (Astuti & Suryani, 2020)

Pemberian edukasi gizi seimbang pada remaja dapat menjadi salah satu media penyampaian informasi gizi kepada remaja lainnya melalui mekanisme pendidik sebaya, sehingga pesan gizi seimbang dapat disampaikan secara efisien. Pendidik sebaya adalah proses menyebarluaskan informasi tertentu kepada teman sebaya dengan harapan dapat memengaruhi sikap dan tindakan teman sebayanya. Pemberian edukasi gizi pada usia remaja diupayakan melalui media yang menarik agar penyampaian materi dapat diterima dengan mudah dan menghindari adanya kejenuhan remaja. Pada kelompok remaja pemberian intervensi dalam kurung waktu yang lama dengan penggunaan pajanan media yang sering berpeluang lebih besar dalam merubah perilaku sehat pada kelompok remaja (Nuryani & Paramata, 2018).

Teori D. Wawan (2010) dalam (Suryani, 2020), pengetahuan terbentuk salah satunya karena adanya rasa ketertarikan terhadap materi atau ilmu yang ada, sehingga seseorang akan mulai menaruh perhatian atau tertarik pada suatu objek. Kelompok diskusi kecil atau Small Group Discussion bersifat menarik karena

dalam diskusi kelompok semua kelompok dapat bebas berpartisipasi dan bebas mengemukakan pendapat dalam penyelesaian permasalahan.

Penelitian dari (Nugraheni & Kartini, 2018) menyatakan bahwa setelah diberikan intervensi berupa pendidikan gizi metode diskusi kelompok pada kelompok intervensi hasil uji menunjukkan terdapat perbedaan tingkat pengetahuan pada kedua kelompok ($p=0,001$) sehingga hasil penelitian ini menunjukkan bahwa diskusi kelompok cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden. Kegiatan diskusi kelompok dapat menjadi sarana untuk bertukar pikiran serta saling diskusi sehingga kelompok dapat mencapai hasil yang diinginkan.

Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Ghasemi et al., 2019) yang menyatakan bahwa diskusi kelompok mempunyai dampak yaitu transfer informasi yang mudah antara rekan-rekan, pemahaman rekan yang baik tentang sosial dan budaya kelompok sasaran lingkungan, dan partisipasi aktif dalam semua tahapan perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa pendidikan sebaya lebih efektif daripada pendidikan guru, karena perasaan nyaman remaja dengan rekan-rekan mereka dalam berbicara satu sama lain, terutama tentang isu-isu sensitif.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Linggar Kabupaten Bandung, terdapat kasus anemia pada remaja ini sebanyak 30%. Pihak Puskesmas menuturkan bahwa sebagian besar kasus anemia ini terdapat di dalam sekolah yang masih tercakup oleh wilayah kerja Puskesmas.

Hasil penuturan pihak Puskesmas juga salah satu sekolah yang mempunyai kasus anemia tertinggi ialah SMAN 1 Rancaekek dibandingkan dengan empat sekolah lainnya yang masih tercakup dalam wilayah kerja Puskesmas. Hasil wawancara terhadap 18 orang siswi di SMAN 1 Rancaekek yang terdiri dari 6 orang siswi kelas X, 6 orang siswi kelas XI dan 6 orang siswi kelas XII dengan hasil 4 orang siswi kelas X rutin mengonsumsi tablet *Fe* setiap minggu, 2 orang siswi kelas XI rutin mengonsumsi tablet *Fe* setiap minggu dan 1 orang siswi kelas XII rutin mengonsumsi tablet *Fe* setiap minggu. Sehingga hasil keseluruhannya ialah 7 orang siswi yang rutin mengonsumsi Tablet *Fe* setiap minggu dan 11 orang siswi menyatakan tidak rutin mengonsumsi tablet setiap minggu. Menurut penuturan siswi yang tidak rutin mengonsumsi tablet *Fe* ini dikarenakan mereka tidak tahu manfaat serta kegunaan tablet *Fe* sehingga memilih untuk tidak diminum. Selain itu juga ada yang mengatakan bahwa adanya rasa mual, tidak nafsu makan akibat mual dan sering lupa.

Sehingga berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh diskusi kelompok terhadap pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe* di SMAN 1 Rancaekek Kabupaten Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang yang telah saya tulis diatas, maka dari itu saya merumuskan masalah yaitu apakah ada pengaruh diskusi kelompok terhadap pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe* di SMAN 1 Rancaekek Kabupaten Bandung?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh diskusi kelompok terhadap pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe* di SMAN 1 Rancaekek Kabupaten Bandung

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi motivasi mengonsumsi tablet *Fe* sebelum dilakukan diskusi kelompok pada remaja putri di SMAN 1 Rancaekek Kabupaten Bandung.
- b. Mengidentifikasi motivasi mengonsumsi tablet *Fe* setelah dilakukan diskusi kelompok pada remaja putri di SMAN 1 Rancaekek Kabupaten Bandung.
- c. Mengidentifikasi pengaruh diskusi kelompok terhadap pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe* di SMAN 1 Rancaekek Kabupaten Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan dan dapat memberikan informasi yang bermanfaat tentang pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe*.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi Klien

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah informasi dan wawasan remaja putri agar mengonsumsi tablet *Fe* sehingga terhindar dari kejadian anemia.

b. Manfaat bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai referensi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet *Fe* serta sebagai program terhadap pencegahan anemia pada remaja putri.

c. Manfaat bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan serta menjadi data dasar untuk penelitian selanjutnya dan untuk pengembangan ilmu dalam ranah keperawatan sehingga dapat lebih baik lagi.

1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah keperawatan maternitas. Dalam penelitian ini, fokusnya pada variabel diskusi kelompok terhadap pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe*. Jenis penelitian yang digunakan ialah *Pra-eksperimental* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design* dan pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas XII di SMAN 1 Rancaekek. Instrument penelitian yang akan digunakan ialah kuesioner pengetahuan yang terdiri dari 12

pernyataan untuk mengetahui pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi tablet *Fe*. Tempat penelitian ini di SMAN 1 Rancaekek.