

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan gizi terjadi karena pada perilaku makan seseorang yang tidak tepat, yaitu adanya ketidak seimbangan antara asupan energi dengan angka kecukupannya sehingga akan berdampak pada status gizi. Status gizi merupakan gambaran kondisi tubuh sebagai akibat pemanfaatan zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi (Rahmat, 2022).

Remaja merupakan kelompok usia 10-18 tahun yang membutuhkan berbagai perhatian karena berkaitan dengan persiapan menjadi ibu (Hildana *et al.*, 2022). Remaja putri seringkali melakukan diet yang berdampak pada kekurangan asupan zat gizi, diet yang dilakukan remaja putri dapat mempengaruhi pola makan sehingga dapat menimbulkan efek negatif bagi tubuh remaja (Danty *et al.*, 2019).

Faktor yang menyebabkan status gizi pada remaja adalah pola konsumsi yang tidak sesuai dapat menimbulkan masalah kesehatan sehingga menurunkan nafsu makan, mengganggu sistem pencernaan dan berakibat terjadi masalah gizi (Islaamy *et al.*, 2021). Pada umumnya remaja tidak memperhatikan asupan yang dikeluarkan dan yang dikonsumsi, sehingga menyebabkan permasalahan gizi yaitu kelebihan berat badan, jika asupan energi yang keluar lebih banyak maka akan mengakibatkan kekurangan gizi (Hafiza *et al.*, 2020)

Status gizi remaja secara Nasional prevalensi IMT/U remaja usia 13-15 tahun sangat kurus dan kurus adalah 8,7%, normal 79,3%. Gemuk dan obesitas 11,9%. Pada remaja umur 16-18 tahun yang mengalami status gizi sangat kurus dan kurus yaitu 8,1% normal 7,8%, gemuk dan obesitas 13,5%. Provinsi Lampung yang memiliki status gizi (IMT/U) pada remaja umur 13-15 tahun di Provinsi memiliki status gizi sangat kurus dan kurus yaitu 8,84%, normal 79,28%, gemuk dan obesitas 11,9%. Pada umur 16-18 tahun yang mengalami

status gizi sangat kurus dan kurus yaitu 7,5%, normal 80,9% gemuk dan obesitas 11,6%. Data di kabupaten Lampung Barat, prevalensi status gizi pada remaja umur 13-15 tahun sangat kurus dan kurus yaitu 11,35%, normal 74,69%, gemuk dan obesitas 13,96%. Pada umur 16-18 tahun yang memiliki status gizi sangat kurus dan kurus 5,6%, normal 73,06%, gemuk dan obesitas 21,35% (Kemenkes RI, 2018).

Provinsi Lampung yang memiliki status gizi (IMT/U) pada remaja umur 16-18 tahun di Provinsi memiliki status gizi buruk yaitu 1,8%, gizi kurang yaitu 5,5% normal 84,5%, gemuk yaitu 6,4% dan obesitas 1,8% (SKI, 2023).

Dampak yang terjadi pada masalah gizi pada remaja dapat mempengaruhi produktivitas dan kinerja. Kemudian dampak pada status gizi dapat menyebabkan masalah kesehatan. Status gizi kurang dapat menyebabkan berpengaruh terhadap reproduksi dan status gizi lebih dapat menyebabkan penyakit degeneratif, penyakit jantung, diabetes mellitus, hipertensi serta beberapa jenis penyakit lainnya (Rahmat, 2022).

Remaja putri adalah seseorang kelompok yang rawan mengalami defisiensi zat besi atau menderita anemia. Anemia sering menyerang remaja putri dikarenakan keadaan stress, terlambat makan atau haid (Podungge *et al.*, 2021). Pada saat menstruasi, volume darah yang hilang selama menstruasi berkisar 25- 30 cc perbulan dan zat besi yang hilang selama menstruasi sebanyak 0,5 mg/hari atau 12,5-15 mg remaja yang menderita anemia ketika hamil beresiko melahirkan berat bayi lahir rendah (BBLR) dan stunting (Kemenkes, 2020).

Faktor yang menyebabkan anemia karena rendahnya asupan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin yaitu asam folat, protein, vitamin C, vitamin E, vitamin A dan vitamin B12 (Astuti, 2020). Faktor lain yang menentukan anemia remaja adalah pengetahuan tentang gizi besi, lama menstruasi, pola makan, status sosial ekonomi dan penyakit infeksi (Anwar *et al.*, 2021).

Menurut *World Health Organization (WHO)* menyebutkan penduduk di dunia mengalami anemia dan banyak diderita oleh remaja putri. Cakupan anemia dikalangan remaja masih cukup tinggi yaitu sebesar 29% (WHO, 2019). Prevalensi anemia di Indonesia secara nasional mencapai 21,7%,

dengan penderita anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita pada usia 15-24 tahun. Provinsi Lampung tercatat sebagai peringkat pertama di wilayah Sumatera untuk prevalensi anemia berdasarkan profil Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2016 yaitu sebanyak 69,7% dengan defisiensi besi, angka tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan angka anemia gizi nasional yaitu sekitar 63,3% (Kumalasari *et al.*, 2019). Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Lampung tahun 2013, prevalensi anemia di Provinsi Lampung yakni 25,9% pada remaja putri dan 21,6% pada laki-laki (Dinkes Lampung, 2013).

Prevalensi anemia di Lampung pada usia 15-24 tahun sebesar 15,5% dan untuk anemia perempuan yaitu 18,0% sedangkan laki-laki yaitu 14,4% (SKI, 2023).

Dampak dari anemia gizi besi akan lebih serius efeknya karena remaja putri nantinya akan hamil dan melahirkan anak, sehingga dapat menimbulkan bahaya kematian ibu dan kelahiran prematur (Kemenkes RI, 2018). Dampak anemia juga dapat menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan otak, menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah sakit dan menurunnya produktivitas kerja (Astuti, 2020). Salah satu faktor yang dapat menyebabkan anemia pada remaja adalah tingkat pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dapat mengakibatkan persepsi yang salah tentang anemia, mempengaruhi perilaku, gaya hidup dan makanan sehari-hari. Pemilihan makanan yang tidak tepat berpengaruh terhadap ketidakcukupan asupan gizi terutama asupan zat besi (Budiarti *et al.*, 2021).

Kejadian ini semakin memperparah situasi kesehatan pada remaja, mengingat remaja merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Asupan makanan yang bergizi seimbang sangat penting untuk proses tumbuh kembang yang sehat. Apabila kebiasaan makan baik, dengan mengonsumsi makanan sehat dan bergizi seimbang maka kebiasaan tersebut akan mempengaruhi hingga dewasa nanti. Begitu juga sebaliknya jika pola makan tidak sehat pada masa remaja, maka pola makan tersebut akan terbentuk hingga dewasa (Roehan, 2015).

Penyebab lainnya timbulnya masalah gizi pada remaja adalah pengetahuan gizi yang kurang. Sehingga pengetahuan gizi mempengaruhi pemilihan dan penyediaan makanan dan minuman. Jika pengetahuan gizi meningkat, maka ada kecenderungan untuk lebih hati-hati dalam mengkonsumsi makanan dan minuman (Pesantren *et al.*, 2017).

Tingkat literasi gizi remaja mempunyai korelasi atau hubungan yang positif dan signifikan dengan asupan makan. Hal ini berarti menunjukkan semakin baik tingkat literasi gizi remaja dalam makanan seperti porsi, label makanan, perhitungan nilai gizi, pengelompokan makanan, dan keterampilan konsumsi makanan, maka asupan makanan remaja akan semakin membaik juga (Syafei, 2019).

Faktor ekonomi dan pengetahuan kesehatan gizi menjadi pangkal terjadinya prevalensi masalah gizi masih tergolong tinggi di Indonesia. Literasi gizi adalah salah satu kemampuan seorang untuk mendapatkan, memproses, serta memahami informasi tentang nutrisi, serta tujuan utama dari literasi gizi ini adalah memahami makanan sehingga meningkatkan kemampuan seseorang untuk membuat keputusan tentang makanan dan menjaga kesehatan, ini juga mencakup tentang kesadaran mana makanan yang harus di hindari dan mengapa (Velasquez-Velencia *et al.*, 2018). *Progress international literacy study (PIRLS)* menunjukkan ternyata masih banyak pelajar di Indonesia yang memiliki kemampuan literasi rendah untuk wilayah Asia, Indonesia dengan skor 51,7, di Filipina dengan skor 52,6, Thailand dengan skor 65,1, Singapura 74,0 dan Hongkong 76,5. Hasil penelitian internasional tersebut menunjukkan bahwa kemampuan literasi gizi pelajar di Indonesia secara umum tergolong masih rendah (Khazarizmi, 2019).

Data dari *World's Most Literate Nations* menunjukkan jika tingkat literasi penduduk Indonesia berada pada urutan 60 dari 61 negara di dunia. Penelitian yang mengukur literasi gizi pertama kali dikembangkan oleh (Zoellner *at al.*, 2009) dan memahami bahwa status literasi gizi berimplikasi pada bagaimana seseorang mencari informasi gizi. Penelitian yang dilakukan oleh Weiss, *et.al* (2005) mengatakan bahwa pengembangan NVS di Indonesia sudah mulai dilakukan, namun masih terbatas dan belum terpublikasikan. Begitu pula,

secara khusus penelitian yang mengembangkan alat ukur literasi gizi untuk Lampung Barat sendiri belum ada yang melakukan.

Penelitian yang dilakukan Yuni (2022). Di SMA Negeri 1 Way Tenong, Lampung Barat menunjukkan prevalensi kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Way Tenong, Lampung Barat yaitu lebih dari setengah sampel 140 (53,0%). Remaja putri yang memiliki status gizi kurus dan gemuk berturut mempunyai resiko 2,24 kali dan 3,89 kali untuk terkena anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki status gizi normal. Penelitian yang dilakukan oleh (Asyiva, 2023). Di SMAN 01 Liwa Lampung Barat menunjukkan mayoritas subjek yaitu sebanyak 74 orang dengan persentase sebesar 85,1% memiliki status gizi baik.

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti terdapat 4 orang memiliki status gizi normal dan 6 orang berstatus gizi lebih. Hingga saat ini belum ada penelitian yang mengkaji anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan gambaran literasi tentang gizi pada siswi khususnya pada SMAN 01 Liwa. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan menjadi acuan terkait anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan literasi gizi dalam penyusunan program perbaikan gizi bagi kelompok usia remaja.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana tentang gambaran status gizi, anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan literasi tentang gizi pada remaja putri di SMAN 01 Liwa Kabupaten Lampung Barat 2024?

C. Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran status gizi, anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan literasi gizi pada remaja putri di SMAN 01 Liwa Kabupaten Lampung Barat 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran status gizi remaja putri kelas X dan XI di SMAN 01 Liwa Lampung Barat.

- b. Mengetahui anemia gizi besi remaja putri kelas X dan XI di SMAN 01 Liwa Lampung Barat.
- c. Pengetahuan anemia pada remaja putri kelas X dan XI di SMAN 01 Liwa Lampung Barat.
- d. Mengetahui literasi gizi remaja putri kelas X dan XI SMAN 01 Liwa Lampung Barat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi tentang status gizi, anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan literasi gizi pada remaja putri di SMAN 01 Liwa Lampung Barat.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan untuk sekolah dalam upaya perbaikan status gizi, anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan literasi gizi pada remaja putri di SMAN 01 Liwa Lampung Barat.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan dengan rancangan penelitian yang deskriptif yang bertujuan mengetahui status gizi, anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan literasi gizi pada remaja putri di SMAN 01 Liwa Lampung Barat. Penelitian ini dilakukan pada remaja putri yang ber usia 15- 18 tahun yang terdaftar di SMAN 01 Liwa Kabupaten Lampung Barat. Penelitian dilakukan pada dibulan April 2024 di SMAN 01 Liwa Lampung Barat. Variabel pada penelitian ini adalah status gizi, anemia gizi besi, pengetahuan gizi dan literasi gizi.