

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global serius yang banyak mempengaruhi remaja (WHO, 2019). Persoalan gizi menjadi persoalan yang dianggap masalah utama dalam tatanan kependudukan dunia, termasuk di Indonesia (Hutagalung, 2016). Kejadian anemia pada remaja akibat asupan gizi yang buruk di Indonesia memiliki prevalensi sebesar 32% (Kemenkes RI, 2021). Perilaku yang sering menyebabkan remaja putri mudah terkena anemia adalah melakukan diet yang salah untuk menurunkan berat badan, seperti mengurangi asupan protein hewani (Kemenkes RI, 2018). Kebiasaan tidak baik remaja putri diantaranya mengonsumsi jajanan rendah gizi, kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, kebiasaan melewatkan sarapan (Rusman, 2018). Konsumsi sayur dan buah yang kurang merupakan perilaku gizi remaja yang kurang baik (Nuryani, 2019). Setiap bulannya remaja putri akan mengalami menstruasi sehingga zat besi dalam tubuh akan semakin berkurang (Kusmawati *et al.*, 2019). Remaja putri terkadang mengalami gangguan menstruasi yang lebih lama sehingga perdarahan yang terjadi lebih banyak (Kemenkes RI, 2018). Dalam *Theory of Planned Behavior* dipaparkan bahwa perilaku manusia terbentuk karena adanya niat/intention. Niat remaja putri dalam perilaku pemenuhan gizi untuk mencegah anemia dapat dilihat dengan *Theory of Planned Behavior*. Niat adalah kepercayaan/keyakinan dan seberapa besar usaha yang akan digunakan dalam melakukan perilaku, sehingga dengan niat diharapkan seseorang melakukan suatu perilaku (Nursalam, 2015). Niat dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku (*attitude*

toward the behaviour), norma subyektif (*subjective norm*) dan persepsi kontrol perilaku (*perceived behavioural control*) (Ajzen, 2005). Perilaku pemenuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri berbasis teori *theory of planned behavior* belum dapat dijelaskan.

Menurut WHO dalam *Global Health Observatory* (GHO) pada tahun 2019, prevalensi wanita usia produktif dengan anemia diketahui mencapai sebesar 29.6%. WHO menyebutkan Asia Tenggara merupakan wilayah dengan prevalensi kejadian anemia tertinggi yaitu 42% dengan prevalensi lebih tinggi di Indonesia sebesar 23% jika dibandingkan dengan Malaysia (21%) dan Singapore (22%) (WHO, 2015). Indonesia menurut data dalam *Global Health Observatory* (GHO) pada tahun 2019 memiliki prevalensi yang cukup tinggi terkait kejadian anemia pada wanita usia produktif yaitu mencapai 31.2% (WHO, 2020). Berdasarkan data Riskesdas (2018), usia remaja adalah salah satu kelompok yang rentan, anemia pada remaja di Indonesia mencapai prevalensi sebesar 32% (Kemenkes RI, 2021). Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur menyebutkan 3 – 4 remaja dari 10 remaja menderita anemia. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik (Dinkes Prov Jatim, 2021). Dinas Kesehatan Pemerintah Kabupaten Sidoarjo (2021) menyebutkan bahwa 32,9% remaja mengidap anemia. Dalam penelitian Puspita (2020) ditemukan 17 dari 26 remaja putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo mengalami anemia (Puspita, 2020). Keinginan remaja putri untuk memiliki tubuh langsing membuat mereka membatasi dalam mengkonsumsi makanan, sementara itu dalam sehari manusia kehilangan zat besi 0,6 mg melalui feses (tinja) dan setiap bulannya remaja putri akan mengalami menstruasi sehingga zat besi akan hilang 1,3 mg per hari

(Kusmawati *et al.*, 2019). Riskesdas (2018) mencatat terkait prevalensi proporsi konsumsi buah/sayur pada usia 15-19 tahun di Jawa Timur mencapai sebesar 10,64 % remaja tidak mengonsumsi per hari dalam seminggu, 63,86% mengonsumsi hanya 1-2 porsi, mengonsumsi 3-4 porsi sayur/buah sebesar 20,80%, dan hanya 4,7% yang mengonsumsi sebanyak lebih dari 5 porsi. Sementara rekomendasi WHO dalam mengonsumsi buah dan sayur adalah sebesar 400 g/hari atau setara dengan 5 porsi sajian buah (Riskesdas Jatim, 2018).

Perilaku gizi remaja yang kurang baik bisa menimbulkan masalah kesehatan (Nuryani, 2019). Perilaku yang tidak baik diantaranya seperti diet tidak sehat, melewatkan sarapan, konsumsi *fast food*, kurang konsumsi buah dan sayur (Nuryani, 2019). Perilaku pemenuhan gizi yang kurang baik merupakan penyebab anemia secara tidak langsung (Kusmawati *et al.*, 2019). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan menggunakan media google form kepada 20 remaja putri dengan rentang usia 16-22 tahun di Kota Sidoarjo, didapatkan data bahwa 90% memiliki pengetahuan yang cukup baik terkait anemia dan 60% memiliki pemahaman yang cukup dalam pemenuhan gizi yang baik, namun hasil studi perilaku sangat berisiko terkena anemia. Didapat 45% jarang mengonsumsi sayuran hijau setiap hari, 75 % remaja putri juga jarang mengonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C, sering mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak 55%. Sebagian dari remaja putri membatasi makanan yang masuk ke dalam tubuh karena takut gemuk. Beberapa hal ini merupakan perilaku yang dapat menyebabkan risiko anemia pada remaja dan berpengaruh pada kesehatan. Asupan sayur dan buah-buahan yang mengandung vitamin C merupakan cara pencegahan anemia karena berfungsi untuk

meningkatkan penyerapan zat besi (Wahyuni, 2019), sedangkan daging dan bahan pangan hewani yang jarang dikonsumsi karena diet kurang tepat dan takut gemuk memiliki kandungan zat besi untuk menunjang pemenuhan kebutuhan gizi (Fuada *et al.*, 2019).

Remaja dengan anemia akan merasakan letih, lesu dan kelelahan sehingga berdampak pada produktivitas dan kreativitasnya. Selain itu, anemia juga dapat meningkatkan terhadap kerentanan penyakit pada saat dewasa serta akan melahirkan generasi yang bermasalah gizi (Kemenkes RI, 2021). Berdasarkan penelitian sebelumnya bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian anemia (Banowati & Adiyaksa, 2017). Penelitian oleh Martini (2015) menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki status gizi baik beresiko sekurang-kurangnya 1,380 kali untuk mengalami anemia sedangkan yang memiliki status gizi yang buruk memiliki risiko lebih besar yaitu 6,781 kali untuk mengalami anemia.

Dalam rangka memperbaiki gizi masyarakat khususnya remaja putri, Direktorat Gizi Masyarakat menyusun program gizi dalam rencana aksi kegiatan yang telah dilakukan dalam kurun 2015-2019 yaitu Pemberian Tablet Tambah Darah. Program ini dilakukan melalui sekolah, fasilitas kesehatan, dan lain-lain. Namun untuk pelaksanaan program ini tidak sepenuhnya berjalan dengan baik dan menyeluruh (Kemenkes RI, 2020). Riskesdas (2018) mencatat terkait cakupan pemberian TTD remaja putri Kabupaten Sidoarjo sebesar 65,21%. Angka ini terbilang rendah dibandingkan dengan daerah lain seperti Kabupaten Mojokerto (73,92%) dan Kabupaten Ngawi (86,27%) (Riskesdas Jatim, 2018). Pemerintah juga menyusun modul "Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada

Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)" pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018), akan tetapi sosialisasi masih kurang digencarkan.

Ajzen (2005) mengemukakan *Theory of Planned Behavior* dimana perilaku manusia terbentuk karena adanya niat/ intention. Niat atau keyakinan remaja putri dalam pemenuhan gizi untuk mencegah anemia dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku (*attitude toward the behaviour*) yang merupakan suatu reaksi atau respon remaja putri tentang kesiapan untuk melakukan tindakan pemenuhan gizi. Kemudian norma subyektif (*subjective norm*) berkaitan dengan keyakinan terhadap pengaruh sosial/orang lain untuk melakukan atau tidak melakukan tindakan pemenuhan gizi dan kontrol perilaku yang dipersepsikan (*perceived behavioural control*) mengacu pada persepsi kemudahan atau kesulitan remaja putri dalam melakukan tindakan pemenuhan gizi untuk mencegah anemia. Apabila remaja putri memiliki sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol yang baik untuk pemenuhan gizi maka diharapkan niat/intention akan muncul sehingga akan timbul perilaku kesehatan pemenuhan gizi sebagai pencegahan anemia pada remaja putri.

1.2 Rumusan Masalah

Faktor apa saja yang berhubungan dengan perilaku pemenuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri berdasarkan *Theory of Planned Behavior*?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis faktor yang berhubungan dengan perilaku pemenuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri berdasarkan *Theory of Planned Behavior*.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis hubungan antara sikap dengan niat pemenuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri
- 2) Menganalisis hubungan antara norma subjektif dengan niat pemenuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri
- 3) Menganalisis hubungan antara persepsi kontrol dengan niat pemenuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri
- 4) Menganalisis hubungan antara niat dengan perilaku pemenuhan gizi untuk pencegahan anemia pada remaja putri

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjelaskan tentang perilaku remaja putri dalam pemenuhan gizi sebagai pencegahan anemia dengan pendekatan *Theory of Planned Behavior* yang dapat digunakan sebagai informasi ilmiah dan landasan pengembangan Ilmu keperawatan khususnya Keperawatan Maternitas dan Anak

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Masyarakat

Menambah informasi masyarakat khususnya pada remaja untuk meningkatkan pengetahuan mengenai perilaku dalam pemenuhan gizi sebagai pencegahan anemia

2) Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai acuan dan bahan evaluasi serta masukan bagi puskesmas dan tenaga ahli untuk lebih peduli dan meningkatkan pengetahuan masyarakat seperti

melalui penyuluhan tentang perilaku pemenuhan gizi sebagai pencegahan anemia bagi remaja

3) Bagi Peneliti

Peneitian ini dapat menjadi pengalaman dalam menambah wawasan keilmuan serta sebagai pengembangan diri khususnya di bidang penelitian lapangan.