

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja adalah periode kehidupan dari usia yang berlangsung dari usia 9 – 10 tahun sampai usia 18 tahun (Istiany & Rusilanti, 2014). Pada masa remaja terjadi pertumbuhan fisik yang sangat cepat sehingga secara relative meningkatkan kebutuhan zat gizi yang dihitung persatuan berat badan bila dibanding dengan periode kehidupan yang lain. Pemenuhan asupan gizi pada remaja harus dilakukan dengan baik agar masa pertumbuhan yang cepat tersebut dapat berlangsung secara optimal (Briawan, 2014). Berbagai faktor berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan zat gizi remaja, salah satu diantaranya adalah pengetahuan gizi. Pengetahuan gizi mampu mempengaruhi cara berpikir seseorang dalam menentukan sikap dan praktek pemilihan makanan, sebagai sumber zat gizi yang dibutuhkan. Pengetahuan remaja tentang anemia dan zat besi adalah penting untuk menjaga pemenuhan kebutuhan zat besi dalam pola makan sehari-hari (Ngantu & Rochmawati, 2015).

Anemia gizi besi secara umum menjadi masalah utama Indonesia, termasuk pada kelompok remaja terutama remaja putri. Hasil penelitian Badan Penelitian (Balitbang Kemenkes RI) tahun 2013 mengungkapkan prevalensi anemia pada kelompok balita 28,1%, anak-anak 29%, ibu hamil 37,1% remaja perempuan dan wanita usia subur 22,7%. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mengungkapkan bahwa anemia lebih banyak diderita oleh perempuan, dengan prevalensi 27,2% pada perempuan kelompok usia 15-24 tahun prevalensinya lebih tinggi lagi 32,0%.

Salah satu penyebab kejadian anemia gizi besi remaja adalah kurangnya asupan zat gizi besi, yang salah satunya berhubungan dengan faktor pengetahuan gizi, khususnya terkait zat besi, berdasarkan hasil penelitian Aulia Anisa, dkk (2018) SMAN 11 Kota Semarang memiliki kejadian anemia sebesar 21,9 %.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengetahuan dan kecukupan zat besi remaja pada siswa SMAN 11 Kota Semarang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengetahuan dan kecukupan zat besi siswa SMAN 11 Kota Semarang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsi pengetahuan dan kecukupan zat besi siswa SMAN Kota 11 Semarang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan pengetahuan zat besi pada siswa SMAN 11 Kota Semarang.
2. Mendeskripsikan kecukupan zat besi pada siswa SMAN 11 Kota Semarang.
3. Membahas secara deskriptif hubungan antara pengetahuan dan kecukupan zat besi siswa SMAN 11 Kota Semarang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian akan di sampaikan kepada pihak sekolah agar dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler pendidikan gizi, dalam program UKS (Usaha Kesehatan sekolah).

2. Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman melakukan penelitian dan menerapkan ilmu yang diperoleh selama kuliah, terutama terkait pengetahuan dan kecukupan zat besi pada remaja.

3. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini akan dipublikasikan agar dapat meningkatkan pengetahuan zat besi dan kecukupan zat besi remaja.

