

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi psikologis dan sosial dari usia kanak-kanak ke usia dewasa yang berlangsung dari usia belasan ke usia awal dua puluhan.. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi cepat tidaknya suatu pubertas antaranya seperti gizi, genetik, kondisi kesehatan, sosial, perilaku konsumsi, dan faktor lingkungan. Mariana & Khafidhoh (2013), menyatakan bahwa perubahan perilaku gizi pada remaja dikarakteristikan seperti sangat mudah tergiur pada modernisasi dan teknologi atau sering mencoba-coba hal baru. Masa remaja adalah masa yang lebih banyak membutuhkan zat gizi.

Remaja membutuhkan asupan zat gizi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Masalah gizi yang biasa dialami pada masa remaja salah satunya adalah anemia, Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi atau jumlah hemoglobin berada dibawah batas normal. Gejala yang sering dialami antara lain lesu, lemah, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat, Anemia dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar karena kurangnya konsentrasi. (Indartanti & Kartini (2014)

Selain anemia gizi, masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri adalah kurang energi kronik (KEK). Masalah tersebut dapat mengakibatkan pertumbuhan tubuh baik fisik ataupun mental tidak sempurna seperti yang seharusnya. KEK disebabkan oleh kurang asupan gizi, terutama energi protein, dalam jangka waktu yang lama atau menahun. Keadaan ini biasanya berhubungan dengan perilaku gizi remaja yang kurang baik, seperti ingin melakukan diet dengan tujuan untuk memperoleh bentuk tubuh yang langsing, tetapi caranya salah. Seseorang dikatakan menderita risiko kurang energi kronis bilamana lingkaran lengan atas LILA <23,5 cm. (Ruaida & Marsaoly 2017).

Anak-anak, perempuan, dan wanita usia reproduksi merupakan golongan yang mudah sekali terkena anemia. Sekitar 60% yang mengalami anemia terjadi di negara berkembang. (WHO, 2014) dengan demikian 46% negara memiliki pendekatan khusus dalam mengatasi anemia pada kalangan remaja perempuan (Tambunan, Araya & Safitri 2016)

Menurut Riskesdas (2018) pada Provinsi Jawa Tengah proporsi Kekurangan Energi Kronik (KEK) tertinggi pada wanita tidak hamil yang berumur 15-19 tahun sebesar 36,3% , Sedangkan pada proporsi Anemia pada wanita umur 15-24 tahun sebesar 32%.

Penulis menetapkan untuk mengambil sampel penelitian di SMAN 11 Semarang yang merupakan salah satu SMA favorit di Semarang dan belum pernah dilakukan penelitian mengenai tentang pengetahuan KEK dan Anemia pada siswi SMAN 11 Semarang.

Berdasarkan uraian latar belakang penulis tertarik untuk melakukan kajian tentang Pengetahuan KEK (Kekurangan Energi Kronik) dan Anemia pada remaja putri pada siswi Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 11 Semarang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengetahuan remaja siswi SMAN 11 Semarang, tentang KEK (Kekurangan Energi Kronik) dan Anemia ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan pengetahuan Siswi SMAN 11 Semarang tentang KEK (Kekurangan Energi Kronik) dan Anemia

1.3.1 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mendeskripsikan pengetahuan Siswi SMAN 11 Semarang tentang Anemia

1.3.2.2 Mendeskripsikan pengetahuan Siswi SMAN 11 Semarang tentang KEK (Kekurangan Energi Kronik).

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi siswi

Hasil penelitian ini akan dipublikasikan kepada kelompok remaja, agar dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mereka tentang KEK dan Anemia, khususnya anemia gizi besi, dengan adanya penelitian tersebut siswa menjadi bertanya dan belajar tentang KEK (Kekurangan Energi Kronik) dan Anemia

1.4.2 Bagi institusi Pendidikan di SMAN 11 Semarang

Hasil penelitian ini akan diserahkan kepada pihak sekolah, agar dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk mengembangkan program pendidikan gizi dalam Upaya Kesehatan Sekolah (UKS). Tujuannya untuk menanggulangi dan mencegah kejadian Anemia dan KEK, pada siswa SMAN 11 Semarang. Kegiatan ini bisa dilakukan bekerja sama dengan Puskesmas atau Dinas Kesehatan setempat.

1.4.3 Bagi Peneliti

Dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang diperoleh dari perkuliahan serta mendapatkan pengalaman nyata pada saat melakukan penelitian.