

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara dengan jumlah padat penduduk dimana dalam jumlah kecil penduduk dalam kategori remaja sebanyak 65 juta jiwa. Badan Pusat Statistik memproyeksikan jumlah remaja di Indonesia pada tahun 2014 yang terdiri dari (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 50,9% laki-laki dan 49,1% perempuan (BPS, 2014). Masa remaja adalah periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual (Kemenkes RI, 2014). Masa remaja menurut WHO (dalam Sarwono, 2011) adalah individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Pada masa remaja terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan relatif lebih mandiri.

Beberapa faktor yang mempengaruhi cepat lambatnya pertumbuhan dan perkembangan remaja antara lain nutrisi yakni zat dalam makanan yang dibutuhkan organisme untuk dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan fungsinya, genetik yang merupakan sifat keturunan yang bersifat tetap atau tidak berubah seperti jenis kelamin, ras, rambut, pertumbuhan fisik, sikap tubuh dll, kondisi kesehatan dimana keadaan sejahtera bebas dari penyakit atau kecacatan, sosial dimana remaja lebih banyak memiliki waktu di luar rumah berkumpul dengan teman sebaya serta membentuk kelompok dan mengekspresikan segala potensi yang dimiliki, perilaku nutrisi yakni dimana remaja memilih zat makanan yang ia sukai tanpa mengetahui baik atau buruknya, dan faktor lingkungan yang merupakan salah satu faktor terhadap pembentukan dan perkembangan individu (More, 2014).

Selama masa remaja, remaja mengembangkan otonominya sendiri. Mereka kerap kali menolak nilai-nilai orangtua mereka untuk mengembangkan nilai-nilainya sendiri. Nilai-nilai yang berkaitan dengan makanan dan makan juga tidak terkecuali, dan banyak remaja mengubah kebiasaan makan mereka. Kebiasaan makan bersifat personal dan terbentuk berdasarkan selera serta ketersediaan

makanan. Remaja memilih makanan yang disukai tanpa terlalu memperdulikan konsekuensi jangka panjang seperti masalah kesehatan, ketertarikan remaja kepada *junk food* karena daya tarik rasanya dan mengikuti kelompok sebayanya tanpa memperdulikan nutrisinya (More, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh *Health Education Authority* menunjukkan bahwa usia 15 – 20 tahun adalah konsumen terbanyak yang memilih makanan cepat saji, keadaan tersebut mencerminkan masyarakat Indonesia dimana pada golongan usia tersebut termasuk dalam kategori pelajar. Pada golongan usia tersebut memiliki aktivitas yang tinggi, dengan tingginya aktivitas maka mengakibatkan seseorang melakukan pemilihan makanan. Pemilihan makanan oleh remaja dapat terjadi karena faktor pendidikan orang tua serta pekerjaan orang tua, dimana semakin tingginya pendidikan serta pekerjaan orang tua akan berpengaruh terhadap asupan makanan yang di makan oleh anaknya. Semakin sibuk orang tua maka cara praktis dalam memberikan informasi serta pemilihan makanan dilakukan secara instan. Hal lain seperti uang saku yang diberikan orang tua serta pengetahuan yang dimiliki oleh remaja mendasari remaja untuk memilih makanan yang ada di lingkungan sekitar (Sihaloho, 2012).

Junk food merupakan sebutan untuk makanan modern yang diperkenalkan oleh Michael Jacobson pada tahun 1972. *Junk food* adalah semua makanan yang dikonsumsi dan tidak memberikan manfaat bahkan justru merugikan kesehatan, dapat pula makanan yang sebenarnya sehat tetapi di konsumsi berlebihan. *Junk food* merupakan semua jenis makanan yang mengandung gula, lemak, dan kalori dalam jumlah yang tinggi tetapi memiliki sedikit kandungan vitamin, mineral, asam amino, dan serat. Kebiasaan mengkonsumsi *junk food* dapat memiliki efek yang berbahaya bagi kesehatan tubuh (Meditias, 2015).

Remaja pada saat ini lebih suka pada suatu makanan tertentu, dalam waktu lama sehingga tubuhnya tidak mendapatkan asupan gizi yang bervariasi terutama zat gizi besi, dan dapat terjadi anemia. Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal, untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin. Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kekurangan zat besi sehingga pembentukan sel-sel darah merah dan fungsi lain dalam tubuh terganggu (Adriani&Wirajatmadi, 2012).

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia pada remaja di Indonesia yaitu 18,4% penderita berumur 15-24 tahun. Seseorang terkena anemia apabila hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari 13 g% untuk pria dan wanita kurang dari 12 g%. 13 persen anak laki-laki dan 27 persen anak perempuan memiliki kadar ferritin serum rendah, yang menunjukkan cadangan zat besi yang rendah, kadar darah vitamin C, folat, riboflavin, dan tiamin semuanya rendah, 8 persen anak laki-laki dan 11,5 persen anak perempuan memiliki konsentrasi kolesterol plasma diatas 5,2 mmol/L (Adriani & Wirajatmadi, 2012).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan yang dilakukan dengan wawancara terhadap dua kelas yang terdiri dari 60 siswa diantaranya sering mengkonsumsi *junk food* seperti mie instan, makanan ringan, gorengan serta minuman bersoda ataupun minuman seduh seperti pop ice, nutrisari, dsb makanan tersebut di konsumsi saat jam istirahat, usai olahraga, bahkan saat dimana guru tidak dapat mengajar (jam kosong). Dari survei tersebut terdapat 40 siswa yang sering merasakan pusing, mata berkunang-kunang, sulit berkonsentrasi terhadap pelajaran, bahkan 10 diantaranya pernah tak sadarkan diri (pingsan) saat waktu upacara dan olahraga. Dari rata-rata siswa yang di wawancarai mereka tidak tahu bahwa kebiasaan mengkonsumsi *junk food* dapat menyebabkan anemia di karenakan remaja yang lebih suka pada suatu makanan tertentu, dalam jangka waktu lama ketika tidak mau mengkonsumsi makanan lain akan terserang anemia, sehingga tubuhnya tidak mendapatkan asupan gizi yang bervariasi. Hal tersebut dapat memicu terjadinya penurunan produksi sel darah merah.

Dari data tersebut menggambarkan bahwa masalah konsumsi *junk food* dan anemia pada remaja masih cukup tinggi. Tingginya prevalensi anemia pada remaja dan pola asupan makanan yang berkaitan dengan terjadinya anemia dipengaruhi oleh pengetahuan remaja tentang kebiasaan mengkonsumsi *junk food* dan anemia. Hal inilah yang melatarbelakangi peneliti untuk melakukan penelitian tentang “ Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Junk Food* Dengan Anemia Gizi Besi Pada Remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan Tahun 2017”.

I.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di paparkan dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan”.

I.2.1 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan dari penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan pengetahuan *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan ?
2. Apakah ada hubungan usia remaja dengan anemia gizi besi di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan ?
3. Apakah ada hubungan uang saku dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan ?
4. Apakah ada hubungan pendidikan orang tua dengan anemia gizi besi pada remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan?
5. Apakah ada hubungan pekerjaan orang tua dengan anemia gizi besi pada remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan?
6. Apakah ada hubungan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan ?
7. Apakah ada hubungan banyaknya jenis *junk food* yang di konsumsi dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan ?
8. Bagaimna gambaran distribusi frekuensi jenis kelamin pada remaja di SMANegeri 4 Tangerang Selatan ?
9. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi usiapada remaja di SMANegeri 4 Tangerang Selatan ?
10. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi uang saku pada remaja di SMANegeri 4 Tangerang Selatan ?
11. Bagaimana gambran distribusi frekuensi pendidikan orang tua siswa di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan?
12. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi pekerjaan orang tua siswa di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan?

13. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi pengetahuan *junk food* remaja di SMA Negeri 4 tangerang Selatan?
14. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi pengetahuan anemia gizi besi remaja di SMA Negeri 4 tangerang Selatan?
15. Bagaimana gambaran distribusi kebiasaan konsumsi *junk food* remaja di SMA Negeri 4 tangerang Selatan?
16. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi jenis *junk food* yang di konsumsi remaja di SMA Negeri 4 tangerang Selatan?

I.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi dan melihat gambaran distribusi frekuensi jenis kelamin, usia, uang saku, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, pengetahuan *junk food*, pengetahuan anemia gizi besi, kebiasaan konsumsi *junk food*, banyaknya jenis *junk food* yang dikonsumsi dan anemia gizi besi pada remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan, Tahun 2017.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan pengetahuan *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan
2. Mengetahui hubungan usia remaja dengan anemia gizi besi di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan
3. Mengetahui hubungan uang saku dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan
4. Mengetahui hubungan pendidikan orang tua dengan anemia gizi besi pada remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan
5. Mengetahui hubungan pekerjaan orang tua dengan anemia gizi besi pada remaja SMA Negeri 4 tangerang Selatan
6. Mengetahui frekuensi konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan
7. Mengetahui hubungan jenis *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja SMA Negeri 4 tangerang Selatan

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Akademis

Manfaat akademis yang diharapkan adalah bahwa hasil penelitian dapat dimanfaatkan dalam pengembangan keilmuan dibidang Kesehatan Masyarakat khususnya terkait dengan kebiasaan konsumsi *junk food* terhadap kejadian anemia gizi besi pada remaja.

I.4.2 Praktis

Manfaat secara praktis memberikan masukan kepada SMA Negeri 4 Tangerang Selatan tentang penyediaan makanan yang di jual di kantin sekolah, untuk dapat menghimbau pengelola kantin untuk mengurangi makanan *junk food* yang dijual serta dapat memberikan pengetahuan kesehatan, bahaya tentang *junk food* serta anemia gizi besi kepada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan.

I.5. Ruang Lingkup

Penelitian tentang Hubungan Konsumsi *Junk Food* dengan Anemia Gizi Besi pada Remaja SMA Negeri 4 Tangerang Selatan tahun 2017 merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2017 di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan.

Penelitian ini menggunakan data primer yang diambil dengan cara pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb). Selain itu untuk karakteristik responden, kebiasaan konsumsi *junk food* serta pengetahuan tentang *junk food* dan pengetahuan anemia gizi besi dalam bentuk kuesioner. Pengambilan data dibantu oleh mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan UPNVJ tingkat akhir dalam pemeriksaan kadar Hemoglobin (HB).