

BAB I : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja atau *adolescence* adalah manusia yang berusia 10 sampai dengan 19 tahun.⁽¹⁾ Masa remaja sering digambarkan sebagai waktu dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, di mana seseorang akan mengalami perubahan termasuk psikologis, ekspektasi dan persepsi sosial, serta perkembangan fisik dan pematangan seksual.⁽²⁾ Pada masa pertumbuhan ini remaja rawan mengalami masalah kesehatan. Maka dari itu sangat penting untuk memperhatikan kebutuhan gizi pada remaja. Anemia salah satu yang sering dirasakan oleh banyak remaja.⁽³⁾

Konsentrasi sel darah merah yang lebih rendah dalam darah dikenal sebagai anemia. Dengan kata lain seperti darah yang memiliki kadar hemoglobin lebih rendah dari rata-rata.⁽³⁾ Remaja dianggap anemia apabila kadar hemoglobin darahnya tidak melebihi 12 gr / dL. Kurangnya zat besi menjadi penyebab anemia yang sering terjadi di kalangan remaja.⁽⁴⁾

Indonesia saat ini mengalami masalah *triple burden malnutrition* yaitu stunting, *wasting*, dan anemia. WHO melaporkan bahwa pada tahun 2021, 29,9% wanita dalam rentang usia 15-49 tahun yang berusia produktif mengalami anemia. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), anemia menyerang 32% remaja berusia antara 15 dan 24 tahun pada tahun 2018, sementara untuk usia 5 hingga 14 tahun, prevalensi anemia adalah 26,8%.⁽⁵⁾ Berdasarkan data Survei Kesehatan

Indonesia (SKI) pada tahun 2023 didapatkan bahwa berdasarkan kelompok umur 5-14 tahun sebanyak 16,3% dan 15-24 tahun sebanyak 15,5% mengalami anemia.

Perempuan lebih berpotensi mengalami anemia daripada laki-laki. Hal tersebut dikarenakan perempuan biasanya kehilangan zat besi dua kali lebih banyak selama siklus menstruasi.⁽⁶⁾ Pola makanan yang tepat serta konsumsi zat besi yang banyak sangat diperlukan oleh remaja dikarenakan masih dalam tahap pertumbuhan. Anemia bisa disebabkan oleh tidak teraturnya siklus menstruasi. Selain itu, anemia juga bisa disebabkan oleh darah yang terlalu banyak keluar ketika masa menstruasi.⁽⁷⁾

Anemia bagi remaja putri mempunyai resiko yang merugikan, remaja yang mengalami anemia dapat menyebabkan terganggunya fungsi kognitif dan kerja fisik seperti gangguan pada kemampuan belajar, menurunnya kemampuan bekerja dan aktivitas fisik.⁽⁸⁾ Selain itu, anemia juga berdampak jangka panjang pada saat hamil, bersalin, dan pasca salin. Selain itu, ada kemungkinan anak yang dilahirkan nantinya akan memiliki berat badan lahir rendah (BBLR) atau panjang lahir tidak lebih 48 cm. Dengan demikian, siklus malnutrisi dapat terus berlanjut dan bayi yang baru lahir beresiko tinggi mengalami stunting.⁽⁹⁾

Program suplementasi zat besi merupakan upaya pemerintah untuk memerangi anemia pada wanita. Upaya ini tercantum pada Peraturan Bersama antara Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI, Menteri Kesehatan, Menteri Agama RI, dan Menteri Dalam Negeri RI Nomor 6/X/PB/2014; Nomor 73 Tahun 2014; Nomor 41 Tahun 2014; Nomor 81 Tahun 2014 tentang Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah.

Program pemberian tablet tambah darah dilakukan dengan bekerja sama antara Kementerian Kesehatan, Kementerian Ketenagakerjaan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, dan Kementerian Agama. Penyediaan tablet tambah darah dilakukan oleh pihak Direktorat Jenderal Kefarmasian dan Alat Kesehatan, sehingga dapat disalurkan ke institusi Pendidikan seperti SMP dan SMA atau yang sederajat melalui UKS (Usaha Kesehatan Sekolah). Selain itu, juga ke perusahaan-perusahaan dengan sasaran tenaga kerja wanita (nakerwan), dan kepada calon pengantin melalui Kantor Urusan Agama (KUA) atau tempat ibadah lainnya yang melakukan konsultasi pranikah oleh calon pengantin. Program ini diberikan kepada wanita hamil diberikan 90 butir Tablet Tambah Darah (TTD) dan wanita usia subur (WUS) sebanyak 52 butir.

Menurut laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 ditingkat nasional, hanya 2,1% TTD yang dikonsumsi sebanyak 52 butir atau lebih oleh remaja dengan usia 12-15 tahun. Di Sumatera Barat, persentase remaja putri berusia 10-19 tahun yang mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 52 butir atau lebih hanya sebesar 0,97%. Sebaliknya, hanya 0,63% TTD yang dikonsumsi sebanyak 52 butir oleh remaja yang berusia 12-15 tahun dan persentase remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah kurang dari 52 butir adalah 99,37%.⁽⁵⁾

Berdasarkan data dari Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023 didapatkan remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah ≥ 52 butir hanya sebanyak 11,5% dalam satu tahun. Pemanfaatan zat besi (Fe) dapat terhambat pada remaja putri yang tidak mengonsumsi tablet suplemen darah sesuai resep. Remaja putri menolak untuk mengonsumsi tablet suplemen darah karena berbagai alasan.

Berdasarkan data SKI 2023 alasan remaja putri menolak mengonsumsi tablet tambah darah yaitu tidak tahu, tidak diberi oleh petugas, merasa tidak perlu dan tidak bermanfaat, rasa dan bau tidak enak, menganggap sebagai obat, persediaan tablet tambah darah kosong, dan menimbulkan efek samping sebanyak. Kalaupun dikonsumsi itupun hanya pada saat mengalami haid saja.⁽¹⁰⁾

Sikap remaja mempengaruhi kesediaan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah.⁽¹¹⁾ Dalam psikologis sosial sikap terhadap anemia menjadi konsep yang penting, melibatkan pertimbangan sikap baik dari individu maupun kelompok terhadap kondisi anemia. Kepatuhan mereka untuk meminum tablet penambah darah akan meningkat jika mereka memiliki sikap yang positif terhadap tablet tersebut.⁽¹²⁾

Pengetahuan juga berdampak pada keputusan remaja untuk mengonsumsi obat penambah darah. Sikap ataupun perilaku mereka ketika menggunakan tablet penambah darah dapat dipengaruhi oleh pengetahuan teman sebayanya.⁽¹³⁾ Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia yaitu indeks masa tubuh, asupan suplementasi zat besi, dan keadaan menstruasi. Selain itu, pengetahuan juga menjadi faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri.⁽¹⁴⁾

Berdasarkan penelitian Listiana didapatkan bahwa gadis remaja dengan pendidikan rendah 3 kali lebih mungkin mengalami anemia dibandingkan remaja putri dengan Pendidikan tinggi.⁽¹⁴⁾ Sejalan dengan penelitian R. Putra, dkk didapatkan bahwa edukasi gizi meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai anemia pada siswi.⁽¹⁵⁾ Menurut Mayguspın, dkk pendidikan gizi berpengaruh terhadap pengetahuan dan konsumsi TTD pada remaja putri.⁽¹⁶⁾

Remaja putri dapat mencegah terjadinya anemia jika pengetahuan serta sikapnya terhadap situasi anemia melalui pendidikan gizi ditingkatkan. Pendidikan gizi sangat penting untuk meningkatkan tingkat kesadaran gizi di kalangan remaja. Diharapkan bahwa mendapatkan pengetahuan yang cukup tentang gizi dapat mengubah cara remaja bertindak dalam pencegahan dan penanganan anemia.⁽¹⁶⁾

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi individu atau kelompok yaitu dapat dilakukan melalui edukasi gizi.⁽¹⁷⁾ Suatu pendekatan yang penting diperlukan dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja untuk mencapai hasil yang efektif, yaitu dengan menggunakan media atau alat bantu pendidikan.⁽¹⁸⁾ Salah satu media yang bisa digunakan dalam mengedukasi siswa yaitu dengan menggunakan media edukasi gizi berbasis permainan.

Berdasarkan penelitian Styaningrum dan Metty, didapatkan bahwa pendidikan gizi berbasis permainan dapat meningkatkan keterlibatan peserta dalam permainan sehingga menambah pemahaman remaja tentang anemia serta gizi seimbang. Menurut penelitian Sulistiani, dkk metode edukasi dengan permainan cocok diberikan kepada remaja dan efektif meningkatkan pengetahuan terhadap anemia. Permainan ini dirancang dengan menarik sehingga mendapatkan antusiasme dari remaja. Upaya meningkatkan kesadaran remaja putri akan anemia permainan Kartu Milenial Sehat (KMS) merupakan media yang berguna untuk mengedukasi remaja tentang gizi.⁽¹⁹⁾

Educard merupakan sebuah media edukasi berbasis permainan yang berbentuk kartu dengan berisikan materi-materi tentang anemia. Kelebihan dari media ini yaitu permainan dengan membentuk beberapa tim yang menjawab

pertanyaan secara cepat, sehingga peserta dapat terlibat dalam proses dengan aktif, kompetitif, dan menyenangkan. Diharapkan bahwa pemanfaatan media pendidikan akan berfungsi sebagai pengganti yang layak untuk media pendidikan dalam hal meningkatkan sikap, pengetahuan, dan kepatuhan terhadap penggunaan tablet penambah darah.⁽¹⁹⁾

Menurut informasi dari Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023, remaja yang mengalami anemia di Kota Padang sebanyak 22,63%. Puskesmas Lubuk Kilangan tercatat sebagai puskesmas dengan tingkat terjadinya anemia yang tinggi pada remaja putri di wilayah Kota Padang. Jumlah remaja putri yang mengalami anemia yaitu dengan total 470 atau 13,59% remaja putri yang berusia 13 dan 16 tahun. SMPN 21 Kota Padang merupakan sekolah yang memiliki siswi dengan anemia paling banyak yaitu 34% di wilayah kerja puskesmas Lubuk Kilangan. Berdasarkan informasi dari puskesmas Lubuk Kilangan, di SMPN 21 Padang sudah pernah dilakukan edukasi mengenai anemia, yaitu berupa edukasi dengan metode penyuluhan dari pihak puskesmas pada saat pemberian tablet tambah darah.

Berdasarkan latar belakang, maka dalam penelitian ini akan meneliti mengenai bagaimana pendidikan gizi mempengaruhi pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia di SMPN 21 Kota Padang dengan media *educard* tahun 2024.

1.2 Perumusan Masalah

Salah satu permasalahan yang sering dialami remaja adalah anemia, terutama remaja putri. Sekolah menengah pertama SMPN 21 Padang memiliki persentase siswa anemia tertinggi di wilayah pelayanan Puskesmas Lubuk

Kilangan. Selain edukasi dengan penyuluhan yang pernah dilakukan di sekolah tersebut, maka dilakukan edukasi dengan menggunakan *educard* dengan metode permainan yang dapat menarik perhatian remaja.

Berdasarkan latar belakang, perumusan masalah yang diajukan yaitu “Apakah terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media “*educard*” terhadap pengetahuan dan sikap mengenai anemia pada remaja putri di SMPN 21 Padang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan, dan sikap mengenai anemia pada remaja putri di SMPN 21 Padang dengan menggunakan media “*educard*”.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui perbedaan rerata pengetahuan remaja putri terkait anemia sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan *educard* di SMPN 21 Kota Padang.
2. Diketahui perbedaan rerata sikap remaja putri terkait anemia sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan *educard* di SMPN 21 Kota Padang.
3. Diketahui perbedaan antara sebelum dan sesudah intervensi dengan edukasi menggunakan *educard* terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja putri di SMPN 21 Padang.
4. Diketahui efektivitas media *educard* sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri di SMPN 21 Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang bagaimana pendidikan gizi melalui media “*educard*” dapat mempengaruhi sikap dan pengetahuan remaja putri mengenai anemia di SMPN 21 Kota Padang.

2. Manfaat Akademis

Penelitian ini dapat menjadi referensi atau sumber bahan lebih lanjut bagi peneliti yang ingin meneliti dampak pendidikan gizi dengan media “*educard*” terhadap sikap dan pengetahuan remaja putri di SMPN 21 Kota Padang mengenai anemia.

3. Manfaat Praktis

Diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tenaga kesehatan yang bekerja di fasilitas kesehatan masyarakat mengenai strategi dan media untuk menurunkan risiko remaja mengalami anemia. Temuan penelitian ini juga dapat membantu program obat tablet tambah darah (TTD) dari pemerintah untuk remaja putri sebagai upaya signifikan untuk mengatasi anemia dan dampak sosialnya.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Dilakukannya penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pengaruh dari edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap mengenai anemia pada remaja putri di SMPN 21 Padang dengan media “*educard*” pada tahun 2024. Penelitian dilakukan pada tahun 2024 antara bulan Februari dan Oktober. Pengetahuan dan sikap remaja putri SMPN 21 Padang adalah variabel dependen. Sedangkan

variabel independent yaitu edukasi gizi menggunakan media *educard* di SMPN 21 Kota Padang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif serta desain *pre-eksperimental*. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Remaja putri SMPN 21 Kota Padang yang berada di kelas 8 dan 9 merupakan sampel dalam penelitian ini.

