

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia masih menjadi masalah kesehatan global yang utama, terutama di kalangan remaja. Data terbaru dari *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia di dunia masih sangat tinggi. Pada tahun 2021, sekitar 1,92 miliar orang di seluruh dunia menderita anemia. Prevalensi anemia pada perempuan mencapai 31,2%, sedangkan pada laki-laki 17,5% (Habtegiorgis *et al.*, 2022; Samson *et al.*, 2022; Yunanci *et al.*, 2023).

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan angka kejadian anemia yang cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, kasus anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar 48,9%. Prevalensi anemia di Indonesia sebesar 26,4% pada usia 5-14 tahun dan 57% pada usia 15-24 tahun (Nurjannah dan Putri, 2021). WHO menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar 30% (Fentie *et al.*, 2020).

Data Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2020 tercatat sebanyak 38,7% remaja putri mengalami anemia. Sedangkan pada tahun 2021 terjadi peningkatan kejadian anemia pada remaja putri dengan persentase 42,5%. Salah satu puskesmas yang ada di Kota Padang dengan kejadian anemia tertinggi pada remaja putri yaitu Puskesmas Lubuk Kilangan yang tercatat pada tahun 2020 sebanyak 41,5% remaja putri mengalami anemia dan pada tahun

2021 terjadi peningkatan kasus anemia pada remaja putri dengan persentase 46,78% (Dinkes Kota Padang, 2022).

Anemia pada wanita lebih banyak terjadi dibandingkan pria, salah satu penyebab penyakit ini adalah karena remaja putri mengalami siklus menstruasi setiap bulannya. Menstruasi setiap bulan menyebabkan remaja putri mudah mengalami anemia, yaitu suatu kondisi dimana sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya (D. Kumalasari dkk, 2019). Beberapa faktor yang menghambat kelancaran siklus menstruasi adalah faktor stres, perubahan berat badan, olahraga yang berlebihan, dan keluhan menstruasi (M. H. Ansari, 2020). Kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang lebih rendah dari normal untuk usia dan jenis kelamin dikenal sebagai anemia. Pada remaja putri, kadar Hb normal adalah 12-15 g/dl, dan pada remaja putra 13-17 g/dl (Aulya, 2022).

Remaja memiliki beberapa masalah kesehatan, namun anemia merupakan prevalensi tertinggi pada remaja. Jika sejak remaja anemia tidak diobati, maka akan berisiko pada saat kehamilan dan akan berdampak buruk pada tumbuh kembang janin dalam kandungan dan berpotensi menyebabkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan dapat menyebabkan kematian ibu dan anak. (Waluyo dan Daud, 2022).

Penyebab lain anemia pada remaja putri antara lain kehilangan darah saat menstruasi, pola makan yang buruk, kurangnya pengetahuan, sikap dan keterampilan, kurangnya informasi, kurangnya perhatian orang tua dan masyarakat, serta pelayanan kesehatan yang kurang memadai (Yunita *et al.*,

2020). Anemia pada perempuan juga disebabkan oleh pola makan (makan lebih sedikit) yang dilakukan sebagai upaya menjaga berat badan agar tetap langsing (Hermalasari *et al.*, 2023).

Pemerintah saat ini sedang mengembangkan program suplementasi zat besi dengan sasaran remaja (12-18 tahun) melalui institusi pendidikan. Upaya pemerintah dalam menanggulangi dan mencegah anemia sudah berjalan namun masih ditemukan jumlah remaja yang berisiko anemia dan juga masih ada remaja putri yang tidak mau mengkonsumsi tablet tambah darah dengan berbagai alasan. Menurut Putra dkk (2020), salah satu alasan remaja putri tidak mengkonsumsi tablet tambah darah karena kurangnya pengetahuan tentang anemia dan manfaat tablet zat besi.

Pendidikan kesehatan merupakan hal yang penting dan tidak dapat dipungkiri dalam mendorong remaja untuk menjalani gaya hidup sehat secara keseluruhan, seperti olahraga teratur dan istirahat yang cukup, yang dapat mengurangi risiko anemia dan meningkatkan kualitas hidup serta prestasi akademik mereka dan juga dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai penyebab, pencegahan dan penatalaksanaan anemia (Safitri & Ratnawati, 2022).

Banyak remaja perempuan yang kurang memahami pentingnya gizi seimbang dan asupan zat besi, yang berkontribusi pada tingginya angka anemia. Penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan yang rendah tentang anemia memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami kondisi ini (Pratiwi, 2020; Muhayati & Ratnawati, 2019).

Remaja perlu mendapatkan informasi yang tepat tentang pencegahan anemia, termasuk penggunaan suplemen zat besi secara bijak, menjaga pola makan sehat yang kaya zat besi, seperti konsumsi daging merah, sayuran hijau, dan makanan yang kaya vitamin c untuk meningkatkan penyerapan zat besi, serta berkonsultasi dengan tenaga kesehatan jika diperlukan (Priyanti *et al.*, 2023). Dengan demikian, meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja perempuan terhadap pencegahan anemia adalah kunci keberhasilan program kesehatan terkait. Remaja perempuan dengan pengetahuan yang buruk berisiko 3 kali lipat mengalami anemia dibandingkan dengan remaja perempuan dengan pengetahuan yang baik (Alhidayat *et al.*, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggita *et al* di SMPN 30 Medan dalam penelitiannya menunjukkan bahwa remaja putri memiliki risiko anemia yang lebih tinggi akibat kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang kondisi ini. Dalam penelitian ini, mayoritas responden (69,5%) memiliki pengetahuan baik tentang anemia, yang berdampak positif terhadap pemahaman mereka tentang pencegahan anemia. Penelitian ini menekankan pentingnya pendidikan kesehatan untuk meningkatkan kesadaran remaja putri mengenai gizi dan risiko anemia (Anggita *et al.*, 2024).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Data pokok Pendidikan Kota Padang tahun 2023, didapatkan jumlah remaja putri tingkat SMP di kecamatan Lubuk Kilangan 1.303 orang dan jumlah remaja putri terbanyak ada di SMPN 11 Padang yaitu 399 orang. Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan menunjukkan bahwa 15 orang siswi didapatkan 20% responden tidak

mengetahui anemia, 33,3% dari 15 responden tidak mengetahui pentingnya menjaga kesehatan terkait anemia, dan 60% responden memiliki kebiasaan pola makan yang tidak baik. Sekolah ini di tengah keramaian dengan penduduk yang padat dipadati pedagang kaki lima tepat di depan sekolah tersebut dengan berbagai jajanan yang memang digemari oleh remaja. Sehingga kebiasaan makanan anak di sekolah tersebut cenderung kurang sehat dan dapat berpengaruh terhadap kesehatan remaja putri.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Power Point, Leaflet dan Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Pencegahan Anemia Pada Siswi di SMPN 11 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dirumuskan masalah penelitian melalui pernyataan penelitian berikut ini “Bagaimana pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan kombinasi media tentang anemia dan pencegahannya terhadap pengetahuan dan sikap pada siswi di SMP N 11 Padang”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui media power point, leaflet dan video terhadap

pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia pada siswi di SMPN 11 Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya distribusi frekuensi pengetahuan dan sikap terhadap anemia dan pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media power point, leaflet dan video pada remaja siswi SMPN 11 Padang.
- b. Diketuainya distribusi frekuensi pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media power point, leaflet dan video pada siswi SMPN 11 Padang.
- c. Diketuainya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia pada siswi SMPN 11 Padang sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media power point, leaflet dan video.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi sekolah SMP N 11 Padang (khususnya siswi/ remaja putri)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan berbagai manfaat, baik bagi pihak sekolah maupun bagi siswi secara individu. Bagi pihak sekolah, khususnya dalam Unit Kesehatan Sekolah (UKS), penelitian ini dapat menjadi sumber informasi tentang pentingnya pencegahan anemia dan manfaatnya dalam menyusun program pendidikan kesehatan khususnya pada remaja putri. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat membuka

wawasan remaja putri tentang pencegahan anemia dan meningkatkan pengetahuan siswi dengan cara diberikan penyuluhan kesehatan serta mendorong UKS untuk menyusun materi penyuluhan kesehatan yang berkelanjutan. Bagi siswi, penelitian ini diharapkan dapat memotivasi mereka terhadap sikap pencegahan anemia dan berbagi pengetahuan tentang anemia dengan sesama, khususnya perempuan.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dengan memperbanyak membaca referensi tentang pencegahan anemia dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian-penelitian selanjutnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi dan motivasi kepada peneliti selanjutnya untuk terus dapat mengembangkan informasi saat ini dengan informasi terbaru yang mengikuti zaman dan teruji secara klinis.

