

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Usia remaja dikenal sebagai periode yang kritis untuk perkembangan menuju tahap kehidupan selanjutnya (dewasa). Masa remaja juga diartikan sebagai masa transisi yang ditandai dengan perubahan aspek biologis, psikologis, dan sosial. Pada masa remaja terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi akibat peningkatan kebutuhan fisik, mental, dan perkembangan kepribadian. Pemenuhan asupan gizi yang tidak tercukupi pada masa remaja akan mengakibatkan munculnya masalah gizi pada remaja<sup>1</sup>. Masalah gizi yang sering dijumpai pada remaja di Indonesia antara lain: Anemia, gizi kurang, dan obesitas<sup>2</sup>.

Anemia sampai saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang besar, *World Health Organization* (WHO) memperkirakan prevalensi anemia yang terjadi di dunia pada tahun 2023 yaitu sebesar 40% pada anak usia 6-9 bulan, 37% pada wanita hamil, dan 30% pada wanita usia 15-49 tahun<sup>3</sup>. Kejadian anemia di Indonesia dari hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa angka kejadian anemia pada remaja putri yaitu sebanyak 16,3% pada usia 5-14 tahun dan 15,5% pada usia 15-24 tahun<sup>4</sup>.

Salah satu cara penanganan anemia pada remaja putri di Indonesia yaitu pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi para remaja yang akan menjadi ibu di masa yang akan datang. Pemberian TTD dilakukan melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dengan menentukan hari minum TTD secara bersama-sama. Akan tetapi, program ini memiliki beberapa kendala terutama dalam hal kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD yang diberikan<sup>5</sup>. Hal ini ditunjukkan dari data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 ditemukan beberapa alasan utama remaja putri umur 10-19 tahun tidak menghabiskan TTD yang diperoleh dari sekolah dalam 12 bulan terakhir, yaitu rasa dan bau TTD tidak enak (31,2%), lupa meminumnya (19,2%), dan merasa tidak perlu atau tidak bermanfaat (14,5%)<sup>4</sup>.

Kasus anemia pada remaja putri di Kota Padang mengalami peningkatan, terutama pada remaja putri tingkat SMP. Berdasarkan data skrining kesehatan SMP kelas 7 di Kota Padang tahun 2021 terdapat 121 remaja putri yang berisiko mengalami anemia meningkat menjadi 1.869 remaja putri yang mengalami anemia pada tahun 2023 dengan rincian 1.228 orang mengalami anemia ringan, 623 orang anemia sedang, dan 18 orang anemia berat. Berdasarkan data skrining tersebut, daerah yang paling tinggi kasus anemia remaja putri tingkat SMP berada di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Kilangan. Berdasarkan informasi hasil skrining kesehatan remaja yang dilakukan oleh petugas Puskesmas Lubuk Kilangan tahun 2023, menunjukkan bahwa SMP Negeri 21 Padang sebagai sekolah yang paling tinggi kasus anemia pada remaja putri yaitu sebanyak 143 orang, dengan rincian 90 siswi mengalami anemia ringan dan 53 siswi mengalami anemia sedang dari 155 siswi yang mengikuti skrining kesehatan remaja tersebut.

Anemia disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya yakni defisiensi zat besi, penyakit kronis, infeksi parasit, dan kelainan genetik. Anemia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi merupakan jenis anemia yang paling banyak terjadi pada remaja, hal ini karena pola hidup remaja saat ini yang kurang mengonsumsi makanan sumber zat besi dan pada remaja putri mengalami kehilangan darah saat menstruasi setiap bulannya<sup>2</sup>.

Penelitian oleh Budiarti, dkk (2020) mengenai fenomenologi faktor penyebab anemia pada remaja di Surabaya, didapatkan bahwa terdapat beberapa faktor penyebab anemia pada remaja yaitu kurangnya pengetahuan tentang anemia dan asupan gizi yang memengaruhi pemilihan makan yang bergizi, tidak terbiasanya sarapan pagi, kebiasaan minum kopi dan teh yang membuat terhambatnya proses penyerapan zat besi di dalam tubuh, serta kurangnya asupan beberapa zat gizi seperti protein, vitamin C, dan perilaku tidak mengonsumsi tablet Fe<sup>6</sup>. Selain itu, pola makan yang salah pada remaja juga dapat menjadi faktor anemia. *Literature Review* yang dilakukan oleh Nifisah dan Salafas (2021) menjelaskan bahwa pola makan remaja mempengaruhi kadar hemoglobin pada remaja. Remaja putri memiliki kebiasaan minum teh/ kopi setelah makan, tidak menyukai sayuran berdaun hijau, dan memiliki kebiasaan mengonsumsi *junk food*<sup>7</sup>.

Remaja tingkat SMP termasuk ke dalam kategori remaja awal yang berusia 11-14 tahun. Masa remaja awal merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Remaja pada tahap awal akan mencari-cari nilai dan energi baru dengan sesama teman sebaya. Pada tahap ini, remaja mencoba berbagai peran, mengubah citra diri, meningkatnya kecintaan pada diri sendiri mempunyai banyak fantasi kehidupan, serta idealistis<sup>8</sup> sehingga remaja akan lebih sering menghabiskan waktu di luar rumah berkumpul bersama teman-teman sebaya. Pada masa ini, remaja akan lebih mudah terpengaruh oleh perubahan-perubahan terutama dalam hal konsumsi makanan. Remaja cenderung memilih makanan yang instan dengan harga terjangkau seperti *junk food* yang kurang bergizi sehingga dapat memicu terjadinya anemia<sup>9</sup>.

*Literature review* yang dilakukan oleh Ainiyyah N dan Kartini F (2020) mengenai gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia di dapatkan hasil yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia<sup>10</sup>. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Okzala U (2021) di MTsN 1 Kota Padang dari 100% nilai pengetahuan hanya didapatkan 26,6% siswi yang dikategorikan memiliki pengetahuan yang cukup tentang anemia, sedangkan 73,4% siswanya dikategorikan memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia<sup>11</sup>.

Hasil studi awal yang penulis lakukan kepada 10 siswi SMPN 21 Kota Padang, pada saat wawancara semua siswi tersebut menyampaikan pernah mendengar istilah anemia. Namun, hanya 1 dari 10 orang yang mengetahui tentang definisi dan tanda serta gejala anemia. Pada saat diberikan pertanyaan tidak ada satupun siswi tersebut yang mengetahui tentang penyebab anemia, pencegahan anemia, dampak anemia, serta makanan yang tinggi zat besi. Sebagian siswi tersebut juga menyampaikan bahwa mereka tidak menghabiskan TTD yang diberikan oleh petugas puskesmas melalui sekolah dengan alasan rasa dan bau yang tidak enak serta tidak mengetahui cara meminum TTD yang tepat.

Pencegahan anemia penting dilakukan sejak masa remaja karena anemia dapat berdampak pada pemerunan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan kecerdasan otak, berisiko terkena penyakit infeksi, serta bagi remaja putri akan meningkatnya risiko mengalami anemia pada saat hamil<sup>12</sup>. Seorang ibu

hamil yang mengalami anemia mempunyai peluang mengalami perdarahan pada saat melahirkan yang dapat berakibat pada kematian serta berisiko melahirkan bayi prematur, Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan menghambat pertumbuhan organ<sup>2</sup>.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan atau edukasi gizi untuk mencegah anemia<sup>13</sup>. Adapun media edukasi tentang anemia yang sudah banyak digunakan yaitu media visual berupa poster, *leaflet*, dan *booklet*, tapi belum optimal untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia karena hanya dalam bentuk bacaan. Hal tersebut juga dipengaruhi oleh cetakan, apabila cetakannya kurang menarik perhatian pembaca maka kemungkinan pembaca tersebut merasa tidak mau untuk menyimpannya serta tidak bisa dipahami oleh orang yang tidak mampu membaca dan menulis (buta huruf)<sup>14</sup>.

Salah satu metode edukasi kesehatan yang dapat dikembangkan dan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, minat, serta tindakan remaja yang melibatkan antusiasme remaja adalah dengan metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo)<sup>15</sup>. *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) merupakan sebuah panduan kegiatan yang bersifat partisipatif bertujuan untuk menyampaikan pesan sederhana dengan cara yang menyenangkan dan menyentuh emosi sehingga membuatnya mudah diingat dan diharapkan dapat memberikan dampak lebih nyata dibandingkan strategi perubahan perilaku lainnya<sup>16</sup>. Metode Emo-Demo ini dirancang dengan menggabungkan peragaan, diskusi, dan presentasi yang dibuat menyenangkan dan menarik. Sehingga dapat mempermudah seseorang dalam memahami informasi serta dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari<sup>17</sup>.

Penelitian oleh Rosita, dkk (2021) mendapatkan hasil bahwa terdapat selisih rata-rata peningkatan sikap tentang Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) antara kelompok intervensi CTPS menggunakan metode Emo-Demo dan kelompok kontrol yang mendapatkan *leaflet* memiliki p-value= 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan nilai rata-rata sikap tentang CTPS antara kelompok intervensi dan kontrol<sup>18</sup>. Penelitian oleh Ibnu dan

Mawarti (2024) menyatakan bahwa edukasi Emo-Demo terbukti meningkatkan pengetahuan, tindakan, dan minat siswa SMP Negeri 008 Kota Jambi dalam mengonsumsi buah dan sayur. Para siswa juga sangat tertarik dalam mengikuti edukasi Emo-Demo, hal ini ditunjukkan dari antusiasme siswa yang tinggi dalam penelitian tersebut<sup>15</sup>. Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Marzuki, dkk (2024) bahwa edukasi Emo-Demo dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswi kelas 7 SMPN 1 Ma'rang tentang pentingnya zat besi dan tablet tambah darah<sup>19</sup>.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Tentang Mencegah Anemia pada Siswi SMPN 21 Padang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode Emo-Demo (*Emotional Demonstration*) terhadap pengetahuan dan sikap tentang mencegah anemia pada siswi SMPN 21 Padang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode Emo-Demo terhadap pengetahuan dan sikap tentang mencegah anemia pada siswi SMPN 21 Padang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mencegah anemia sebelum intervensi menggunakan metode Emo-Emo SMPN 21 Padang
2. Mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mencegah anemia sesudah intervensi menggunakan media Emo-Demo di SMPN 21 Padang

3. Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode Emo-Demo terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang mencegah anemia di SMPN 21 Padang

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Peneliti dan peneliti selanjutnya**

Peneliti dapat mengaplikasi pengetahuan yang telah diperoleh selama perkuliahan serta pengalaman berharga bagi peneliti. Hasil penelitian juga diharapkan bisa bermanfaat sebagai sumber referensi dalam pengembangan penelitian lain tentang metode Emo-Demo bagi peneliti-peneliti selanjutnya.

##### **1.4.2 Bagi Instansi Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan terutama mengenai pentingnya mencegah anemia dan dampaknya bagi kesehatan remaja putri.

##### **1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan masukan bagi universitas dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama remaja putri dalam mencegah anemia

##### **1.4.4 Bagi Responden**

Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap remaja putri dalam mencegah anemia melalui metode Emo-Demo agar remaja putri dapat memahami bahwa anemia memiliki dampak yang buruk bagi kesehatan dirinya dan keluarga di masa yang akan datang.