

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah dan ukuran sel darah merah, atau konsentrasi hemoglobin, berada di bawah nilai batas yang ditetapkan, sehingga mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Anemia merupakan indikator gizi buruk dan kesehatan yang buruk. Menurut World Health Organization (WHO) anemia penyebab 50 juta orang mengalami kecacatan pada tahun 2019 (WHO, 2023b). Di Indonesia, anemia merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang mengancam seluruh usia terutama remaja.^[1]

Secara global, diperkirakan pada tahun 2019, 40% dari semua anak berusia 6–59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% wanita berusia 15–49 tahun terkena anemia. Untuk semua kelompok populasi, diperkirakan hampir seperempat populasi dunia, atau 1,8 miliar orang, menderita beberapa bentuk anemia pada tahun 2019.^[2]

WHO (2022) juga menyebutkan Asia Tenggara menjadi wilayah dengan prevalensi kejadian anemia tertinggi yaitu 42% pada wanita usia subur. Di wilayah asia tenggara, prevalensi tertinggi anemia pada remaja putri yaitu sebesar 54%, terutama berada didaerah pedesaan. Selanjutnya prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia dilaporkan terjadi sebanyak 9,1% dilihat dari data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Berdasarkan data SKI 2023 proporsi anemia di Provinsi Sumatera Barat sebesar 14,8%.^[3]

Laporan tahunan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2023 menuliskan bahwa dari 46.272 remaja putri Kota Padang, terdapat 2.924 remaja

putri teridentifikasi anemia sekitar 22,63%, Sedangkan pada tahun 2024 dari 46.620 remaja putri di Kota Padang, terdapat 1.159 remaja putri yang teridentifikasi anemia atau sekitar 18,6 %. Kejadian anemia tertinggi menurut laporan tahunan Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2024 terdapat di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya dengan jumlah remaja putri anemia dengan kasus 277 orang.

Menurut laporan Puskesmas Lubuk Buaya tahun 2024 terdapat kasus anemia sebesar 66 orang anemia dari 7 SMP/MTS wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya, MTSN 1 Padang merupakan MTSN dengan kasus terbanyak remaja putri anemia dibandingkan 6 SMP/MTS lainnya, yaitu sebesar 52 orang remaja putri pada tahun 2024 di kelas VII.

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap malnutrisi dan memiliki risiko menderita anemia sepuluh kali lebih tinggi dibandingkan remaja putra. Kebutuhan zat besi untuk remaja putri berusia 15-18 tahun, berdasarkan angka kecukupan gizi, adalah 15mg/hari. Kekurangan zat besi dapat mengganggu proses pembentukan hemoglobin, yang mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin, yang mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin dalam sel darah merah dan menyebabkan anemia.^[4]

Didalam penelitian Sarni Anggoro 2020 mengatakan bahwa remaja putri mengalami anemia akibat kekurangan darah yang disebabkan oleh perdarahan menstruasi, kekurangan zat besi dalam makanan yang dikonsumsi, serta pola makan yang tidak teratur. Aktivitas yang dilakukan dan perubahan pola makan remaja, seperti sering terlambat makan dan hanya makan dua kali sehari, turut berkontribusi pada kondisi ini. Situasi ini berkaitan erat dengan pola makan remaja putri. Selain itu,

kondisi ekonomi keluarga juga memengaruhi jenis asupan makanan yang mereka konsumsi, yang berhubungan dengan kemampuan keluarga untuk memenuhi kebutuhan gizi yang baik dan seimbang bagi remaja putri.^[5]

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan mudahnya remaja putri terkena anemia yaitu minimnya pengetahuan remaja mengenai anemia membuat mereka sangat mudah terpengaruh oleh perilaku makan yang tidak sehat, yang menjadikan remaja putri berisiko tinggi mengalami anemia. Faktor langsung yang menyebabkan anemia adalah pola makan yang kurang mengandung zat besi dan ketidakseimbangan dalam asupan makanan harian, termasuk kebutuhan akan zat gizi seperti zat besi, vitamin B12, vitamin C, dan asam folat, yang ditunjukkan dengan penurunan kadar hemoglobin.^[6]

Dampak anemia dan kekurangan zat besi dapat mengurangi kesejahteraan individu, pada remaja putri anemia dapat menyebabkan terjadinya prestasi belajar serta menurunnya daya tahan tubuh. Anemia dapat memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek yang ditimbulkan anemia yaitu menurunnya produktifitas, kebugaran, dan daya tahan tubuh. Sedangkan dampak jangka panjang yang ditimbulkan anemia seperti menyebabkan risiko perdarahan, melahirkan bayi dengan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR), dan prematur serta meningkatkan risiko terjadinya stunting, Angka Kematian Ibu (AKI), dan juga Angka Kematian Bayi (AKB) Kegagalan dalam mengurangi anemia di seluruh dunia menyebabkan jutaan kematian perempuan akan mengalami gangguan kesehatan dan kualitas hidup, generasi anak akan mengalami gangguan perkembangan dan pembelajaran, serta masyarakat dan negara akan mengalami gangguan produktivitas dan pembangunan ekonomi.^[1]

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi anemia adalah kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang penyakit ini. Teori L. Green, yang menekankan pada hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan, dapat digunakan sebagai kerangka untuk memahami bagaimana pengetahuan masyarakat mengenai anemia mempengaruhi sikap mereka terhadap pencegahan dan pengelolaan anemia. Menurut teori ini, pengetahuan yang memadai tentang penyebab, gejala, dan dampak anemia dapat mendorong individu untuk mengadopsi sikap yang lebih positif, sehingga meningkatkan kemungkinan mereka untuk melakukan tindakan pencegahan yang diperlukan.^[7]

Dalam penelitian sebelumnya, menyatakan dalam proses pendidikan, termasuk pendidikan kesehatan, individu memperoleh pengetahuan atau pemahaman melalui berbagai media pendidikan. Menurut teori Edgar Dale yang diilustrasikan dalam "*Dale's Cone of Experience*," proses pendidikan yang menggunakan lebih banyak alat akan lebih mudah dipahami dan dimengerti oleh siswa. Untuk itu, pemberian pendidikan kesehatan akan lebih efektif dan memberikan hasil yang terbaik apabila digunakan metode dan media yang tepat (Hendry boy.,et all 2024).^[8]

Edukasi kesehatan merupakan upaya penanggulangan anemia pada remaja putri usia subur yang difokuskan pada upaya promotif dan prefentif dengan melakukan penyuluhan kesehatan. Edukasi dapat diberikan menggunakan beberapa media visual maupun audio visual dan juga permainan. Permainan (*game*) digunakan untuk menyampaikan informasi kepada para peserta didik dengan menggunakan simbol-simbol atau alat-alat komunikasi lainnya. Permainan dapat mengetes kemampuan para

pemain. Permainan dapat pula memperlihatkan situasi atau masalah kepada para peserta didik.^[9]

Dalam konteks pembelajaran, ular tangga diadopsi sebagai media pembelajaran karena mampu menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan menantang bagi siswa. Hasil penelitian Raniah Hisanah dkk. Pada tahun 2023 di SMP Ma'had Islam Semarang dengan menggunakan metode quasi eksperimen menyatakan, bahwa kedua media edukasi mempunyai efektivitas yang sama dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik pencegahan anemia pada remaja putri, dengan hasil rata-rata pengetahuan ($p < 0,001$), sikap ($p < 0,001$), dan praktik ($p < 0,001$) pencegahan anemia menunjukkan perbedaan signifikan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan permainan ular tangga dan booklet. Namun, tidak ada perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan ($p = 0,179$), sikap ($p = 0,231$), dan praktik ($p = 0,179$) antara dua kelompok.^[10]

Berdasarkan studi sebelumnya di Indonesia, pemanfaatan permainan ular tangga sebagai media pembelajaran telah terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang berbagai konsep, termasuk kesehatan (Sari et al., 2020).^[11] Kemudian pada penelitian Silva Dewi Styaningrum dan Metty 2020 di sekolah berbasis asrama dengan menggunakan metode pre eksperimen, menyatakan edukasi menggunakan permainan (KMS) Kartu Milenial Sehat menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan edukasi melalui permainan KMS terhadap skor pengetahuan tentang anemia pada remaja hasil hipotesis uji menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan ($p = 0,00$). Mereka yang menerima edukasi tentang anemia tidak hanya mengalami peningkatan pengetahuan tetapi juga mengalami perbaikan

sikap , yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak memperoleh edukasi tersebut. ^[12]

Adanya media yang membantu dalam pemberian edukasi dapat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pemberian edukasi menggunakan media sangat berperan penting terhadap pencegahan kejadian anemia remaja.

MTsN 1 Kota Padang merupakan sekolah yang berlokasi di Jl. Adinegoro No. 5, Lubuk Buaya, Kecamatan Koto Tangah, Kota Padang, provinsi Sumatera Barat. Berdasarkan hasil skrining anemia data yang didapatkan di Puskesmas Lubuk Buaya dtercatat MTsN 1 Kota Padang dengan jumlah anemia terbanyak dibandingkan beberapa tingkatan sekolah SMP/MTS lainnya yang berada di wilayah kerja puskesmas Lubuk Buaya. Berdasarkan hasil skrining anemia kelas VII yang berjumlah 11 kelas dan tercatat 52 orang anemia.

Berdasarkan uraian latar belakang pada paragraf sebelumnya, masih tingginya angka anemia di MTSN 1 Kota Padang yang berada di wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya, Kota Padang. Untuk itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Penggunaan Permainan Ular Tangga Dan Kartu Milenial Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Di MTSN 1 Kota Padang 2025”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dibuat, didapatkan masalah penelitian yaitu anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat sampai saat ini

dan masih tingginya kejadian anemia pada remaja putri di MTSN 1 Kota Padang. Maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada perbedaan efektivitas menggunakan permainan ular tangga dan kartu milenial sehat terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia di MTSN 1 Kota Padang”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas penggunaan permainan ular tangga dan kartu milenial sehat terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di MTSN 1 Kota Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui rata-rata nilai pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan melalui permainan ular tangga dan permainan kartu milenial sehat.
2. Untuk mengetahui rata-rata nilai sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan melalui permainan ular tangga dan permainan kartu milenial sehat.
3. Untuk mengetahui perbandingan efektivitas permainan ular tangga dan permainan kartu milenial sehat terhadap pengetahuan dan sikap dan remaja putri di MTSN 1 Kota Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan juga wawasan peneliti mengenai masalah anemia, khususnya di kalangan remaja putri, serta strategi edukasi kesehatan yang efektif dalam pencegahan anemia.

1.4.2 Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan tentang anemia dan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia.

1.4.3 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri di MTSN 1 Kota Padang.

1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan ataupun referensi bagi institusi pendidikan untuk masa yang akan datang dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam pencegahan anemia.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan efektivitas permainan ular tangga dan permainan kartu milenial sehat terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia di MTSN 1 Kota Padang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah efektivitas permainan ular tangga dan permainan kartu milenial

sehat, sedangkan variabel dependen pada penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia. Penelitian ini yang akan dilakukan pada bulan Februari – April tahun 2025. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode *quasi eksperimen* dengan desain *post-test dan pre-test* dengan melibatkan populasi remaja putri MTSN 1 Kota Padang.

