

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar *hemoglobin* (Hb) dalam darah dibawah normal akibat kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial yang diperlukan dalam pembentukan serta produksi sel-sel darah merah tersebut. Anemia defisiensi besi adalah jenis anemia yang paling sering terjadi. Menurut WHO, ambang batas kadar hemoglobin normal pada wanita usia 11 tahun keatas adalah 12 gr/dl.¹

Dampak dari anemia bila dibiarkan akan berpengaruh terhadap kemampuan mental dan fisik pada remaja putri. Selain itu anemia menimbulkan tanda-tanda seperti pucat di kelopak mata serta diwajah, mengalami lesu, lemah, letih, lelah, lunglai (5L), sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang pusing. Dampak anemia terhadap remaja juga dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja atau kemampuan akademis karena kurangnya konsentrasi, menurunkan aktivitas dengan kemampuan kerja fisik dan prestasi belajar.²

Prevalensi anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization* (WHO) menyebutkan prevalensi anemia hampir merata di berbagai wilayah dunia, yaitu berkisar 40-88%. Sekitar 25-40% remaja putri di Asia Tenggara menderita anemia. Prevalensi anemia remaja 27% di negara-negara berkembang dan 6% di negara maju.³ Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menemukan adanya kenaikan pada kasus anemia di remaja putri. Pada tahun 2013, sekitar 37,1 persen remaja putri mengalami anemia. Angka ini naik menjadi 48,9 persen pada tahun 2018. Proporsi anemia terjadi paling besar

di kelompok umur 15-24 tahun, dan 25 sampai 34 tahun⁴. Prevalensi anemia di Provinsi Sumatera Barat berada di atas rata-rata prevalensi nasional 14,8% menurut acuan SK Menkes yaitu 29,8% pada perempuan dan 27,6% pada laki-laki. Provinsi Sumatera Barat merupakan provinsi nomor empat tertinggi penderita anemia setelah Maluku, Sulawesi Tenggara dan Gorontalo.⁵

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dalam berbagai hal, baik fisik, mental, sosial maupun emosional. Pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada masa remaja menyebabkan banyak perubahan termasuk ragam gaya hidup dan perilaku konsumsi remaja. Remaja yang masih dalam proses mencari identitas diri, seringkali mudah terpengaruh oleh modernisasi dan teknologi karena adanya pengaruh informasi dan komunikasi. Sehingga pengetahuan yang baik yang diketahui seringkali diabaikan, khususnya pengetahuan tentang gizi pada remaja. Hal ini akan berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan zat gizi khususnya zat besi yang akan berdampak pada terjadinya anemia.⁶

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak.⁷ Pengetahuan remaja yang kurang tentang anemia merupakan salah satu alasan kelompok remaja menjadi kelompok rawan menderita anemia.⁸

Pengetahuan yang kurang tentang gizi pada remaja putri menyebabkan remaja putri sering kali melakukan pembatasan konsumsi makan dan menghindari jenis makanan tertentu untuk menjaga bentuk tubuhnya.⁹ Faktor yang melatarbelakangi tingginya prevalensi anemia di negara berkembang adalah

keadaan sosial, perilaku, kurang asupan zat besi, dan pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan memegang peranan penting dalam kejadian anemia, bila pengetahuan tentang anemia rendah maka kejadian anemia pada remaja putri akan meningkat.¹⁰

Penelitian Putri menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Paal Merah Kota Jambi.¹¹ Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Martini di MAN 1 Metro Tanjung Karang, yang menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan yang kurang mempunyai risiko 2,3 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan baik.¹² Sehingga untuk mencegah kejadian anemia defisiensi besi pada remaja putri perlu diberi perhatian khusus dengan dibekali pengetahuan gizi mengenai anemia defisiensi besi itu sendiri.¹³

Berbagai kegiatan yang dilaksanakan dalam rangka menyadarkan masyarakat dibidang gizi cukup banyak, salah satunya meningkatkan pendidikan gizi masyarakat melalui penyediaan materi Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE). Penyuluhan gizi adalah suatu pendekatan edukatif untuk menghasilkan perilaku individu atau masyarakat yang diperlukan dalam peningkatan/mempertahankan gizi baik.⁹

Promosi kesehatan dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dan media yang disesuaikan dengan sasaran. Metode mengajar dan alat belajar seperti leaflet, poster dan video banyak dipakai dalam praktik promosi kesehatan. Salah satu kelebihan leaflet dapat memberikan pesan secara rinci yang tidak mungkin disampaikan secara lisan. Karena rendahnya minat membaca mendorong upaya-

upaya pembaruan dalam memanfaatkan media poster dan leaflet untuk meningkatkan pengetahuan.¹⁴

Salah satu program dari Kementerian Kesehatan untuk mengatasi anemia pada remaja putri yaitu menjalankan program pemberian tablet tambah darah remaja putri dengan target sebesar 30% pada tahun 2019. Tablet Tambah Darah (TTD) program diberikan kepada remaja putri usia 12-18 tahun di sekolah dengan frekuensi 1 tablet setiap minggu atau 52 butir sepanjang tahun. Pemberian TTD pada remaja putri di sekolah dapat dilakukan dengan menentukan hari minum TTD bersama setiap minggunya sesuai kesepakatan di masing-masing sekolah. Namun dari hasil Rikesdas 2018 menyatakan bahwa remaja yang mengkonsumsi TTD >52 butir hanya 1,4% dan 98,6% remaja putri mengkonsumsi TTD kurang dari 52 butir.⁴

Studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMA N 12 Kota Padang dengan melakukan wawancara mengenai pengetahuan tentang anemia kepada 10 siswi, peneliti menemukan sebesar 60% siswi berpengetahuan rendah tentang anemia. Hasil wawancara kepada sepuluh siswi SMAN 12 Padang mengatakan siswi belum mendapatkan informasi tentang anemia dari sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk merubah pengetahuan, sikap dan tindakan tentang anemia berupa metode penyuluhan dengan menggunakan media leaflet sebagai bentuk intervensi bagi para siswi dalam pencegahan anemia.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti melakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Gizi dengan media Leaflet Melalui *WhatsApp* Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan tentang Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020”.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah penelitian, penulis mendapatkan beberapa identifikasi masalah, diantaranya: kurangnya pengetahuan remaja tentang anemia sebagai salah satu faktor masih tingginya prevalensi anemia di Indonesia. Remaja putri juga memiliki resiko anemia lebih besar karena mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Anemia pada remaja putri memiliki dampak yang dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja atau kemampuan akademis serta resiko melahirkan bayi BBLR di masa yang akan datang. Minimnya pemberian edukasi gizi pada remaja khususnya tentang anemia di sekolah juga ikut menjadi faktor kurangnya pengetahuan dan sikap terhadap anemia pada remaja putri.

Jadi, adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, bagaimana pengaruh penyuluhan edukasi gizi dengan media leaflet melalui *WhatsApp* terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang tahun 2020

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet melalui *WhatsApp* terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan anemia pada remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang tahun 2020.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan anemia pre tes dan post test pada kelompok intervensi dan kontrol remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020.
2. Diketahui distribusi frekuensi tingkat sikap anemia pre tes dan post test pada kelompok intervensi dan kontrol remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020
3. Diketahui distribusi frekuensi tingkat tindakan anemia pre tes dan post test pada kelompok intervensi dan kontrol remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020
4. Diketahui perbedaan pengetahuan anemia pre test dan post test kelompok intervensi dan kontrol pada remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020.
5. Diketahui perbedaan sikap anemia pre test dan post test kelompok intervensi dan kontrol pada remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020.
6. Diketahui perbedaan tindakan anemia pre test dan post test kelompok intervensi dan kontrol pada remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020.
7. Diketahui pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan, sikap dan tindakan tentang anemia pada remaja putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi peneliti

Bagi peneliti dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang pengaruh penyuluhan edukasi gizi melalui media visual poster dan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia.

1.4.2 Manfaat bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada siswi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dengan melalui media informasi yang telah diteliti dan dapat menimbulkan keinginan untuk mencegah terjadinya kejadian anemia.

1.4.3 Manfaat bagi SMA Negeri 12 Padang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk menambah wawasan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan anemia pada siswi di SMA Negeri 12 Padang. Siswi SMAN 12 Padang sadar anemia & bebas anemia sehingga secara tidak langsung meningkatkan prestasi sekolah.

1.4.4 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk pengkayaan literatur tentang pengaruh edukasi gizi terhadap remaja putri sebagai bentuk pencegahan anemia.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini meneliti tentang Pengaruh edukasi gizi dengan media leaflet terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan tentang anemia pada remaja

putri di SMA Negeri 12 Kota Padang Tahun 2020. Variabel yang diteliti yaitu edukasi gizi melalui media leaflet (independen) dan pengetahuan, sikap dan tindakan tentang anemia (dependen). Penelitian dilaksanakan pada bulan November 2019 – Juli 2020. Penelitian ini menggunakan pendekatan quasi eksperimen dengan desain *non equivalent control group design*. Serta penelitian menggunakan data primer dan sekunder.

