

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Remaja ialah masa transisi dari kanak-kanak menuju masa dewasa yang usianya 13-20 tahun. Kondisi di masa tersebut akan berlangsung berbagai transformasi dalam segi fisik ataupun psikologis, serta nantinya ditemukan permasalahan dan perubahan perilaku pada diri individu (Pujiati *et al*, 2015). Sehingga di masa remaja ini ialah waktu yang amat rentan pada masalah gizi. Remaja merupakan posisi pertumbuhan dan juga perkembangan yang cepat (*Growth Spurt*), sehingga pada masa ini, remaja membutuhkan asupan gizi yang lebih besar, namun jika pemenuhan asupannya tidak tepat maka akan menimbulkan berbagai macam masalah gizi, salah satunya anemia (Simbolon and Tafrieani, 2020).

Anemia merupakan suatu masalah gizi terbanyak di dunia, yang terjadi di negara berkembang maupun negara maju. Anemia itu sendiri merupakan suatu keadaan seseorang yang mengalami kekurangan kadar Hb (Hemoglobin) di dalam darahnya, hal ini disebabkan karena kurangnya salah satu yang sangat penting dari sumber zat gizi dalam pembentukan Hb (Hemoglobin) ini yaitu zat besi. Anemia pada umumnya lebih sering dialami oleh wanita terutama remaja putri maupun wanita usia subur (WUS), dibandingkan pada laki-laki (Ubaidillah *et al*, 2015).

Berdasarkan hasil dari penelitian WHO (2015), mengatakan bahwa senilai 29% remaja putri mengalami anemia. Prevalensi anemia yang diderita remaja putri berusia 10-18 tahun hingga 41,5% di bagian negara berkembang. Satu diantara banyak negara berkembangnya ialah Indonesia, berdasar pernyataan WHO terdapat 37% anemia remaja putri di Indonesia, hasil ini melebihi prevalensi anemia di dunia (Badan Pusat Statistik *et al.*, 2013). KEMENKES RI (2013) menyatakan bahwa berdasar perolehan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) prevalensi pada anemia yang terjadi di Indonesia senilai 21,7% dan diantaranya terjadi pada remaja yang berusia 15-24 tahun senilai 18,4%, yang mana ini terjadi paling banyak pada kelompok wanita senilai 23,9%.

Lalu didasarkan dari perolehan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 prevalensi pada anemia pada kelompok wanita senilai 27,2%, dan diantaranya terjadi pada remaja putri yang berusia 15-24 tahun sebanyak 32% (Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2018). Survei Kesehatan Rumah Tangga (2012) memaparkan, prevalensi anemia pada ibu hamil sebanyak 50,5%, ibu nifas sebanyak 45,1%, balita sebanyak 40,5%, serta remaja putri berusia 10-18 tahun sebanyak 57,1% (Sukartiningsih *et al*, 2018).

Remaja putri rentan terkena anemia dikarenakan berbagai hal, seperti memerlukan zat gizi yang banyak termasuk pula asupan zat besi, karena menstruasi yang mengakibatkan hilangnya banyak darah, melakukan diet ketat, konsumsi asupan protein nabati yang dominan memiliki kandungan zat besi yang sedikit, apabila disetarakan ketika mengonsumsi protein hewani, yang menyebabkan zat besi yang dibutuhkan remaja putri tidak sepenuhnya tercukupi serta asupan gizi yang tak seimbang (Nuraeni *et al.*, 2019).

Jika remaja mengalami anemia, hal ini berpengaruh pada fungsi kognitifnya, seperti mudah lelah, mudah letih, mudah lesu, daya ingat menjadi berkurang, menurunnya konsentrasi saat belajar, menurunnya prestasi akademik, dan juga mengalami penurunan kemampuan untuk mengambil keputusan dalam menyelesaikan masalah. Maka dari itu, karena anemia lebih banyak dialami oleh perempuan, dan nantinya mereka akan menjadi seorang ibu, hal ini yang harus diperhatikan, karena dapat menyebabkan resiko kematian ibu meningkat, peristiwa Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) meningkat, serta turut meningkatnya kematian janin atau perinatal (Teni *et al*, 2017, hlm.1).

Dari berbagai macam penyebab anemia, kurangnya ilmu dalam pengetahuan dan sikap terkait anemia ini yang mengakibatkan perilaku dalam kehidupan sehari-hari remaja tidak memenuhi kebutuhan asupan zat gizi (Fadhilah *et al*, 2018). Oleh karena itu, melalui kegiatan pendidikan kesehatan, anemia yang terjadi pada usia remaja merupakan suatu upaya dalam tindakan pencegahan (Simbolon and Tafrieani, 2020). Dengan tindakan preventif dan promotif melalui pendidikan kesehatan dengan mempengaruhi perilaku hidup sehat, melalui edukasi gizi. Edukasi gizi merupakan suatu pendekatan yang edukatif untuk meningkatkan

pengetahuan, tingkat kesadarannya, caranya bersikap dan merubah perilaku remaja untuk mencapai keadaan gizi yang optimal (Safitri and Fitrianti, 2016).

KEMENKES RI (2016, hlm.30) juga mengatakan, edukasi gizi untuk merubah perilaku, dimulai dari menyediakan pedoman tata laksana, dan mengembangkan media KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi). Salah satu media KIE yang digunakan untuk edukasi gizi ini ialah menggunakan teknologi digital. Media dengan teknologi digital banyak jenisnya, untuk menentukan medianya, kita harus menyesuaikannya dengan karakteristik dari pendengar agar dapat diterima secara efektif (Notoadmojo, 2005 dalam Syakir, 2018, hlm.19). Dalam memberikan edukasi gizi atau penyuluhan menggunakan media, dapat menyajikan suatu penyampaian yang sulit, menjadi lebih ringan atau sederhana, dan berguna untuk meningkatkan proses belajar menjadi lebih mudah dimengerti (Hasyim, 2008 dalam Noverina, Dewanti dan Sitoayu, 2020, hlm.36).

Media yang digunakan untuk melakukan edukasi gizi atau penyuluhan pada remaja, ini merupakan salah satu cara dalam peningkatan pengetahuannya, karena media dapat memberikan gambaran konsep secara hidup atau nyata. Video atau media audiovisual merupakan satu diantara beragam media yang dipakai. Dengan mempergunakan media audiovisual ini, maka remaja dapat lebih mudah memahami isi yang disampaikan dalam edukasi atau penyuluhan yang diberikan, sehingga apa yang disampaikan dalam video mampu dimengerti dengan menyeluruh (Primavera beserta Suwarna, 2014). Kapabilitas dari media video atau audiovisual ini dinilai lebih disukai atau lebih menarik, karena mengandung dua unsur, dengan dilihat dan didengar. Media video ini dipilih dikarenakan manusia menyalurkan pengetahuannya ke dalam otak melalui indra penglihatannya yaitu mata, kurang lebih sebesar 75% sampai dengan 87%, sedangkan melalui indra yang lain sebesar 13% sampai dengan 25% (Avisha *et al.*, 2017).

Keefektifan dalam menggunakan media video atau audiovisual yang dilakukan oleh penelitian Jusmiyati dan Misrawati (2012) didapatkan pesan kesehatan yang efektif dalam peningkatan sebuah pengetahuan tentang kemampuan merawat bayi. Lalu menurut Shorea, Agrina dan Rismadefi (2011) mengatakan, bahwa dengan menggunakan media audiovisual atau video ini sangat menarik dan

meningkatkan dalam segi pengetahuan pada remaja putri yang berusia 16 tahun sebesar 4,28%.

Selain media video, ada juga media edukasi lainnya, yaitu menggunakan media sosial, salah satunya instagram. Dengan berkembangnya teknologi, memberikan edukasi menggunakan media sosial adalah perubahan yang besar. Saat ini para remaja sudah menggunakan internet pada *smartphone* mereka untuk mendapatkan sebuah informasi dan berteman melalui media sosial. Berdasarkan perolehan dari survey yang dilaksanakan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2016, diketahui sebanyak 132,7 juta ataupun senilai 51,8% penduduk Indonesia menggunakan internet. Jika berdasarkan usia, pengguna internet berusia 10-24 tahun sebesar 75,5%, dengan mengakses media sosial sebesar 97,4%. Oleh karena itu, dengan besarnya jumlah remaja yang menggunakan media sosial ini, harus dapat dimanfaatkan oleh pemerintah maupun petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2016).

Media sosial yang sering dipergunakan para remaja ialah *Instagram*. *Instagram* ialah suatu aplikasi untuk membagikan foto serta video secara online. Pengguna pada aplikasi ini semakin banyak, karena fitur yang dimiliki *Instagram* semakin berkembang. Berdasar dari perolehan survei *Wearesocial.net* serta *Hootsuite*, *Instagram* ialah *platform* sebuah media sosial yang memiliki keseluruhan penggunaannya yang tertinggi urutan ketujuh di dunia, yakni totalnya hingga 800 juta di tahun 2018. Lalu, Indonesia termasuk menjadi 10 negara dengan total keseluruhan pengguna *Instagram* terbanyak di dunia, yaitu sebesar 53 juta dan memasuki peringkat ketiga di dunia (Katadata, 2018).

Berdasar perolehan studi awal yang peneliti laksanakan di SMK Dental Asisten Sekesal Jakarta pada tanggal 10 September 2020, kepada 35 siswi, didapatkan 57,14% siswi mengalami gejala anemia yaitu mudah lelah, mudah mengantuk, sulit berkonsentrasi yang mengakibatkan penurunan prestasi dan mereka belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai anemia baik dari pihak sekolah maupun pelayanan kesehatan. Lalu, didapatkan 6 remaja putri tidak mengetahui anemia, penyebab, dampak dan cara mencegahnya, namun 14 remaja putri mengetahui pengertian anemia, tetapi tidak mengetahui penyebab, dampak

dan cara mencegahnya bagaimana. Dan dari 35 siswi yang di wawancarai, seluruhnya memiliki *smartphone* dan akun *Instagram*.

Oleh karena itu, peneliti tertarik guna melaksanakan riset perihal dampak pengaruh dari edukasi gizi dengan mempergunakan media video animasi serta media sosial *instagram* terhadap penambahan wawasan dalam pengetahuan serta sikap mengenai anemia khususnya pada remaja putri di SMK Dental Asisten Sekesal Jakarta. Selain itu, dapat dipastikan bahwa wilayah tersebut merupakan wilayah dengan remaja yang modern yang menggunakan teknologi digital yang sudah cukup canggih. Maka dari itu, tidak menutup kemungkinan bahwa media video animasi dan media sosial *instagram* ini dapat dengan mudah dipahami dan dijadikan sebagai media pembelajaran.

I.2 Rumusan Masalah

Anemia ialah persoalan gizi yang marak dihadapi seluruh negara di dunia, yang umumnya terjadi pada wanita usia subur (WUS) maupun pada remaja, terutama remaja putri. Berdasar pada perolehan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), Indonesia mengalami anemia sebesar 27,2%, terutama terjadi pada kelompok remaja putri usia 15-24 tahun senilai 32% (Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Dengan demikian, pemberian edukasi mengenai anemia ini penting untuk menambah tingkat wawasan serta sikap pada kesehatan remaja. Oleh sebab itu, berdasarkan penjelasan terkait latar belakang sebelumnya, maka di dapatkan rumusan masalah terkait “apakah ada perbandingan media edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia remaja putri di SMK Dental Asisten Sekesal Jakarta?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mendapatkan pengetahuan atas perbedaan media edukasi gizi pada pengetahuan serta sikap terkait anemia remaja putri di SMK Dental Asisten Sekesal Jakarta.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui dan menganalisis pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap anemia sebelum dan sesudah diberi edukasi gizi.
- b. Mengetahui dan menganalisis pengaruh dari edukasi gizi melalui penggunaan media pada peningkatan pengetahuan dan sikap terhadap anemia remaja putri.
- c. Mengetahui dan menganalisis efektifitas penggunaan media edukasi gizi atas peningkatan pengetahuan serta sikap perihal anemia remaja putri.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Riset yang dilaksanakan peneliti diharapkan memberikan tambahan wawasan dalam melakukan pencegahan serta penanganan anemia bagi remaja putri, terutama bagi siswi SMK Dental Asisten Sekesal Jakarta.

I.4.2 Bagi Sekolah

Pelaksanaan riset ini peneliti diharapkan mampu memberikan wawasan dalam pengetahuan perihal anemia sehingga dapat dipahami oleh para siswi, terutama untuk melakukan pencegahan serta penanganan anemia bagi remaja putri di SMK Dental Asisten Sekesal Jakarta.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Peneliti mengharapkan dengan terlaksananya riset ini mampu memperluas perihal pengetahuan media edukasi gizi yang berkembang, yaitu dengan menggunakan media video animasi dan media sosial *Instagram*, yang merupakan media yang menarik bagi remaja dan mudah untuk dipahami.