

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa dimana terjadinya peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Banyak terjadi perubahan seseorang selama masa remaja, dalam segi fisik maupun psikologis. Hal tersebut sering disebut sebagai pubertas, kondisi ini sangat berpengaruh terhadap kebutuhan zat gizi dari asupan mereka (Jayanti & Novandana 2019). Di masa pubertas, remaja membutuhkan asupan gizi yang lebih besar, dan jika tidak terpenuhi dengan baik, maka beragam masalah gizi akan muncul, salah satunya adalah anemia (Simbolon *et al.*, 2018).

Anemia mengacu pada satu keadaan ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam tubuh lebih rendah dari nilai normal dan tidak cukup untuk fisiologis tubuh sesuai kebutuhan. Kadar hemoglobin normal remaja putri adalah lebih dari sama dengan 12 g/dl, dan kadar hemoglobin normal remaja laki-laki adalah lebih dari sama dengan 13 g/dl (WHO, 2011). Anemia lebih berisiko terjadi pada wanita terutama remaja putri dibandingkan pada remaja putra (Ubaidillah *et al.*, 2015). Anemia dikelompokkan menjadi anemia defisiensi besi, anemia makrositik, anemia defisiensi vitamin C, anemia aplastik, anemia hemolitik, dan anemia sel sabit. Namun, remaja putri lebih sering mengalami anemia defisiensi besi dibandingkan jenis anemia lainnya (Rahayu *et al.*, 2019).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2018, prevalensi anemia di Indonesia pada kelompok usia 15 – 24 tahun adalah sebesar 32% sedangkan proporsi kejadian anemia pada perempuan adalah sebesar 27,2%, angka tersebut lebih tinggi dari proporsi kejadian anemia pada laki-laki yang sebesar 20,3% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018). Berdasarkan *cut-off* prevalensi anemia dalam masalah kesehatan masyarakat yang ditentukan oleh WHO (2008), prevalensi anemia di Indonesia tergolong ke dalam masalah kesehatan masyarakat tingkat sedang (20-39%). Menurut data Dinas Kesehatan Kota Tangerang, anemia tergolong sebagai 10 penyakit terbanyak pada penderita rawat inap di rumah sakit, sehingga membutuhkan perhatian yang lebih baik

(Dinas Kesehatan Kota Tangerang, 2017). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hastuti (2019), menunjukkan hasil bahwa 64% remaja putri di SMK Lab Business School Tangerang mengalami anemia. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Luthfiana (2019), menunjukkan hasil bahwa 28,8% remaja putri di SMP Negeri 24 Tangerang mengalami anemia.

Anemia defisiensi besi pada remaja putri dapat berdampak buruk, yaitu dapat mengakibatkan penurunan kesehatan reproduksi, perkembangan mental dan motorik, keterbelakangan mental, penurunan prestasi akademik, penurunan kebugaran, dan kegagalan mencapai tinggi badan maksimal. Selain itu, dapat juga berdampak jangka panjang, karena nantinya wanita akan mengalami kehamilan dan persalinan. Wanita yang menderita anemia sejak remaja akan mengalami anemia yang lebih parah selama kehamilan karena mereka membutuhkan lebih banyak nutrisi selama kehamilan, jika tidak ditangani tepat waktu akan berdampak buruk pada ibu dan bayi (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Anemia defisiensi besi pada remaja putri dapat disebabkan oleh beberapa hal, seperti karena kurangnya asupan zat besi dan menstruasi yang dialami setiap bulan sehingga mengakibatkan hilangnya banyak darah. Selain itu, kebiasaan konsumsi makanan atau minuman yang mengandung zat inhibitor atau yang dapat menjadi penghambat penyerapan zat besi, seperti tanin dan oksalat pada kacang-kacangan, coklat, kopi, dan teh juga dapat menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri (Jaelani *et al.*, 2017). Pola konsumsi tersebut dapat disebabkan salah satunya oleh rendahnya pengetahuan terkait anemia (Martini, 2015).

Salah satu hal yang dapat berpengaruh terhadap pembentukan perilaku kesehatan adalah pengetahuan. Jika remaja putri tahu dan paham terkait anemia defisiensi besi mulai dari faktor penyebab, dampak dan pencegahannya, maka mereka akan memiliki perilaku kesehatan yang baik untuk menghindari berbagai penyebab anemia defisiensi besi pada remaja putri, hal tersebut dapat memengaruhi penurunan kejadian anemia defisiensi besi pada remaja putri. Maka dari itu, edukasi gizi terkait anemia defisiensi besi dapat dijadikan upaya dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri.

Edukasi kesehatan yaitu suatu proses pembelajaran dimana seseorang, kelompok atau masyarakat yang awalnya tidak mengetahui hal-hal terkait

kesehatan, kemudian menjadi tahu. Selain itu, yang awalnya tidak sanggup menanggulangi masalah kesehatan, menjadi sanggup (Utari *et al.*, 2014). Pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Zakaria *et al.*, (2020), terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan tentang anemia pada subjek antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media audiovisual, sedangkan tidak terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan tentang anemia pada subjek antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan metode ceramah tanpa bantuan media. Oleh karena itu, dapat diketahui bahwa keberhasilan edukasi didukung juga oleh penggunaan media agar lebih mudah dipahami oleh sasaran. Penggunaan media untuk menyampaikan materi edukasi sangat bervariasi seperti melalui media suara (audio), media audiovisual, serta media visual. Media-media tersebut dapat digunakan dalam berbagai ruang dan waktu, seperti melalui media sosial.

Media sosial adalah ruang yang berguna untuk melakukan interaksi secara daring tanpa adanya batas waktu dan ruang. Pengaksesan media sosial dapat dilakukan kapan saja, dimana saja, serta dapat membuat para penggunanya leluasa dalam menggunakannya. Berdasarkan kemudahannya pengaksesannya, media sosial dapat diaplikasikan sebagai media edukasi. Di Indonesia, media sosial digunakan oleh banyak orang, dan pada tahun 2022 mencapai 191,4 juta pengguna (We Are Social, 2022). Beberapa *platform* media sosial antara lain Facebook, Twitter, YouTube, WhatsApp, TikTok dan Instagram. *Platform* media sosial tersering digunakan penduduk Indonesia berdasarkan waktu penggunaannya adalah WhatsApp (31,4 jam/bulan), YouTube (26,4 jam/bulan), TikTok (23,6 jam/bulan), lalu Instagram (16 jam/bulan), sedangkan berdasarkan jumlah unduhan aplikasi, TikTok berada di urutan pertama dan diikuti oleh Instagram di urutan kelima (We Are Social, 2022).

TikTok adalah salah satu *platform* media sosial yang bertujuan untuk memungkinkan penggunanya membuat konten kreatif, konten komedi, tarian, bahkan hingga konten edukasi dalam bentuk video (Safitri & Naini, 2020). Pengguna TikTok di Indonesia pada tahun 2021 adalah sebesar 38,7%, sementara di tahun 2022 meningkat menjadi 63,1%, berada di urutan keempat pengguna terbanyak setelah WhatsApp, Instagram dan Facebook (We Are Social, 2022). Berdasarkan data demografi pengguna TikTok di Indonesia, pengguna TikTok

yang berasal dari usia 13-17 tahun adalah sebesar 13% (Ginee, 2021). Beberapa alasan remaja tertarik menggunakan TikTok karena melalui aplikasi tersebut mereka dapat mencari informasi dan menambah wawasan pengetahuan, memperluas relasi, dan sebagai hiburan (Arventine & Yuliarti, 2020). Konten TikTok yang disukai para penggunanya khususnya remaja terdiri dari konten edukasi, resep masak, *hidden gem*, komedi dan beragam tips (Fahlevi, 2021).

Platform media sosial lain yang dapat digunakan sebagai media edukasi adalah Instagram. Instagram memiliki fitur yang bertujuan untuk memungkinkan penggunanya dapat mengunggah foto melalui fitur *Feed* yang dapat mendukung dalam kegiatan promosi, berbagi informasi maupun sebagai media edukasi. Pengguna Instagram pada tahun 2022 adalah sebesar 84,4%, berada di urutan kedua pengguna terbanyak setelah WhatsApp (We Are Social, 2022). Berdasarkan data demografi pengguna Instagram di Indonesia, pengguna Instagram yang berasal dari usia remaja yaitu usia 13-17 tahun adalah sebesar 12,9% (NapoleonCat, 2022). Beberapa alasan remaja tertarik menggunakan Instagram karena melalui aplikasi tersebut mereka dapat mencari informasi dan menambah wawasan pengetahuan, bebas berekspresi, dapat berkomunikasi dengan orang lain serta sebagai hiburan (Prihatiningsih, 2017). Konten Instagram yang disukai oleh para penggunanya khususnya generasi Z terdiri dari konten edukasi, musik, kuliner, *travelling* dan asmara (Amalia, 2021). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nomiaji (2020) terdapat hasil bahwa edukasi gizi menggunakan Instagram dapat membuat pengetahuan responden meningkat dengan *p-value* <0,05, namun pada penelitian tersebut tidak terdapat kelompok pembanding untuk mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan yang diberikan dengan media lain.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 86 siswi kelas X dan XI di SMAN 4 Tangerang, didapatkan hasil bahwa 47,7% responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia. Selain itu, 51,2% responden belum pernah mendapatkan edukasi tentang anemia. Siswi di SMAN 4 Tangerang juga menggunakan *platform* media sosial yang beragam, didapatkan bahwa 77,9% responden menggunakan Instagram, 60,5% responden menggunakan TikTok, 46,5% responden menggunakan YouTube, dan 26,7% responden menggunakan Twitter. Berdasarkan uraian-uraian tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui

perbedaan tingkat pengetahuan anemia defisiensi besi antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media video TikTok dan Instagram *Feed* pada remaja putri di SMAN 4 Tangerang.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2018 prevalensi anemia di Indonesia pada kelompok umur 15 – 24 tahun adalah sebesar 32% sedangkan proporsi kejadian anemia pada perempuan adalah sebesar 27,2% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018). Salah satu faktor penyebab terjadinya anemia defisiensi besi khususnya pada remaja putri adalah rendahnya pengetahuan tentang anemia defisiensi besi. Apabila remaja putri berpengetahuan baik tentang anemia maka perilaku mereka dalam hal pemilihan makanan dan pola hidup sehat akan lebih baik. Sedangkan apabila remaja putri memiliki pengetahuan rendah tentang anemia maka akan berpengaruh terhadap perilaku mereka dalam pemilihan makanan yang rendah zat gizi dan pola hidup sehat untuk mencegah anemia. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan dapat menjadi salah satu upaya pencegahan anemia khususnya pada remaja putri. Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan pemberian edukasi gizi mengenai anemia defisiensi besi pada remaja putri. Edukasi gizi menggunakan media yang menarik diharapkan materi yang disampaikan dapat diterima dengan lebih mudah. Edukasi gizi melalui media sosial seperti TikTok dan Instagram dengan target remaja putri dapat menjadi sebuah media edukasi yang inovatif dan menarik. Berdasarkan uraian di atas, didapatkan rumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah terdapat perbedaan tingkat pengetahuan anemia antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan video TikTok dan Instagram *Feed* pada remaja putri di SMAN 4 Tangerang?”.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan anemia defisiensi besi antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media video TikTok dan Instagram *Feed* pada remaja putri kelas X dan XI di SMAN 4 Tangerang.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran karakteristik responden berdasarkan usia dan sumber paparan informasi serta pendidikan terakhir orang tua remaja putri kelas X dan XI SMAN 4 Tangerang.
- b. Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anemia defisiensi besi sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi di kelompok yang diberikan media video TikTok, kelompok yang diberikan media Instagram *Feed*, serta di kelompok yang tidak diberikan edukasi gizi pada remaja putri kelas X dan XI SMAN 4 Tangerang.
- c. Untuk mengetahui gambaran tingkat kesukaan responden terhadap media edukasi gizi berupa video TikTok dan Instagram *Feed* yang diberikan.
- d. Untuk mengetahui perbedaan rata-rata pengetahuan anemia defisiensi besi antara sebelum dan sesudah edukasi gizi di kelompok yang diberikan media video TikTok, kelompok yang diberikan media Instagram *Feed*, serta di kelompok yang tidak diberikan edukasi gizi pada remaja putri kelas X dan XI SMAN 4 Tangerang.
- e. Untuk mengetahui perbedaan efektivitas edukasi gizi antara media video TikTok dengan media Instagram *Feed* terhadap tingkat pengetahuan anemia defisiensi besi remaja putri kelas X dan XI SMAN 4 Tangerang.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat menimbulkan adanya peningkatan pengetahuan responden mengenai gizi dan kesehatan khususnya tentang anemia

defisiensi besi sehingga dapat meningkatkan kesadaran mereka akan penerapan perilaku kesehatan yang dapat mencegah terjadinya anemia defisiensi besi.

I.4.2 Bagi Sekolah

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat menggambarkan mengenai pengetahuan tentang anemia defisiensi besi pada siswi di SMAN 4 Tangerang dan sebagai masukan bahwa pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan siswi.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan pengetahuan bagi para pembaca dan dapat dimanfaatkan sebagai referensi untuk penelitian di kemudian hari, khususnya pada penelitian yang membahas terkait perbedaan pengetahuan anemia defisiensi besi pada remaja putri pasca edukasi gizi dengan menggunakan media video TikTok dan Instagram *Feed* atau media lainnya.