

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1 Latar Belakang**

Remaja ialah periode hidup manusia dari usia 11 hingga 21 tahun yang akan mengalami perubahan sosial, emosional, biologis, dan kognitif secara mendalam di mana seorang anak berkembang menjadi dewasa (Brown, 2011). Pada masa remaja kebutuhan gizi akan meningkat sebagai pendukung dari perkembangan dan pertumbuhan fisik dan psikis, selain itu pola hidup yang berubah dan kebiasaan makan juga dapat mempengaruhi kebutuhan dan asupan zat gizi (Rahayu, 2020). Ketidacukupan asupan zat gizi yang terjadi pada remaja dapat menyebabkan masalah gizi, pada kalangan remaja rentan terjadi masalah gizi anemia (Indartanti & Kartini, 2014).

Kalangan remaja rentan mengalami anemia dikarenakan kekurangan asupan zat besi, rendahnya penyerapan zat besi dalam tubuh, kurang mengonsumsi makanan yang beranekaragam, kehilangan banyak darah saat haid, kebutuhan asupan zat besi yang meningkat, serta kekurangan vitamin C, protein, dan zink (Pritasari *et al.*, 2017). Anemia yakni kondisi yang menandakan bahwa konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam darah dibawah normal (World Health Organization, 2017). Anemia yakni masalah gizi yang masih banyak terjadi diseluruh dunia, khususnya pada negara berkembang seperti Indonesia dan banyak terjadi di kalangan remaja putri dibandingkan remaja laki-laki (Yuhana, 2019). Seorang remaja putri dikategorikan mengalami anemia apabila kadar hemoglobin di dalam tubuh di bawah 12 gr/dl (Lestari *et al.*, 2017).

Menurut World Health Organization (2021) menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun secara global adalah sebesar 29.9%. Menurut Riskesdas 2013 prevalensi anemia pada remaja putri usia 13-18 tahun sebesar 22,7% (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Kemudian terjadi peningkatan pada data Riskesdas 2018 yang menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada kelompok wanita yaitu sebesar 27,2% dan pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 32% yang berarti 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia

(Kementerian Kesehatan RI, 2018). Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 juga menunjukkan prevalensi anemia remaja putri yang cukup tinggi di Jawa Barat yakni sebesar 51,7%. Selain itu, di Kota Bogor prevalensi anemia remaja putri terdapat pada penelitian Febrianti *et al.*, (2013) yaitu sebesar 23,2%, lalu cukup tinggi pada penelitian Dieniyah *et al.*, (2019) sebesar 74,4%.

Anemia pada kalangan remaja putri apabila tidak diatasi akan menimbulkan dampak seperti terjadi penurunan kekebalan tubuh yang dapat memicu untuk mengalami penyakit infeksi, pertumbuhan terhambat, kebugaran dan kecerdasan terhambat disebabkan akibat penurunan oksigen ke sel otak dan otot, serta penurunan prestasi belajar, dan produktivitas kerja (Apriyanti, 2019). Menurut Kemenkes RI, anemia yang berkepanjangan pada remaja putri hingga dewasa yang akan mengalami masa kehamilan dapat menimbulkan dampak seperti peningkatan risiko Berat Bayi Lahir Rendah, prematur, Pertumbuhan Janin Terhambat, serta stunting.

Kurang pengetahuan dan sikap terkait anemia juga merupakan penyebab dari anemia. Pengetahuan yang kurang terkait anemia dapat menyebabkan remaja putri mengonsumsi lebih sedikit makanan dengan kandungan zat besi yang cukup. Sikap yang negatif dari remaja putri terkait anemia juga dapat menimbulkan terjadinya anemia (Putra *et al.*, 2019). Menurut hasil penelitian Martini (2015) yaitu terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia yang berarti apabila remaja kurang pengetahuan, maka 2,3 lebih besar berisiko mengalami anemia dibandingkan remaja yang pengetahuan baik. Penelitian lain yakni Sarni (2020) menunjukkan ada pengaruh sikap dengan kejadian anemia di kalangan siswi. Remaja putri yang mengalami anemia biasanya timbul gejala seperti mudah mengantuk, sakit kepala, mata berkunang-kunang, merasa 5L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lalai), mudah lelah dan sulit berkonsentrasi, serta pucat pada bibir, kuku, kulit, muka, dan telapak tangan (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Oleh sebab itu, dibutuhkan cara untuk mencegah anemia dengan dilakukannya pendidikan gizi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap (Kusumawati *et al.*, 2018).

Pendidikan gizi yang diberikan kepada remaja akan mempermudah dalam melakukan kebiasaan baik untuk memenuhi kebutuhan asupan gizi (Silalahio *et al.*, 2016). Menurut penelitian Maelafitri *et al.*, (2019) yakni ada pengaruh pemberian

pendidikan gizi melalui media *explosion box* terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia. Pendidikan gizi sebaiknya dilakukan secara berkesinambungan menggunakan media yang menarik (Murdiningrum & Handayani, 2021). Berbagai macam media pendidikan gizi yang digunakan saat ini yaitu media visual, audio, dan audiovisual. Contoh media yaitu leaflet, poster, booklet, video, powerpoint dan lain sebagainya yang dapat menarik minat pembaca (Waryanto, 2007).

Booklet merupakan media yang mampu dimanfaatkan dalam melakukan pendidikan gizi, isi dalam booklet tidak hanya tulisan namun dilengkapi gambar yang dapat membuat remaja tertarik untuk membaca (Yulianingsih *et al.*, 2020). Pada penelitian ini menggunakan e-booklet yakni berupa booklet digital yang dapat diakses melalui *gadget* dengan menyajikan informasi yang terstruktur dan menarik (Amalia *et al.*, 2020). Menurut penelitian Setyawati & Herlambang (2015) menunjukkan bahwa e-booklet dapat meningkatkan pengetahuan. Selain e-booklet, media video animasi juga digunakan dalam penelitian ini. Video animasi yaitu media audio disertai dengan visual yang dapat menumbuhkan imajinasi serta minat belajar karena melibatkan seluruh panca indera sehingga lebih menarik serta mudah dipahami (Syakir, 2018). Penelitian sebelumnya menunjukkan ada peningkatan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah diberi edukasi video animasi (Haya & Wahyu, 2021). Penelitian ini ingin membandingkan efektifitas antara media visual dan audiovisual untuk mengetahui efeknya terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri.

Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilaksanakan di SMA Kosgoro Kota Bogor melalui *Google Form* pada 32 siswi, menghasilkan bahwa sebesar 56,3% siswi memiliki pengetahuan kurang terkait anemia, sebesar 56,3% siswi belum pernah mendapatkan pendidikan gizi terkait anemia, dan sebesar 78,1% siswi tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini dapat menyebabkan menurunnya prestasi belajar siswi di SMA Kosgoro Kota Bogor. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbandingan efektifitas media e-booklet dan video animasi terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia remaja putri di SMA Kosgoro Kota Bogor.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang masih banyak terjadi diseluruh dunia terutama di negara berkembang seperti di Indonesia dan banyak terjadi di kalangan remaja putri dibandingkan remaja laki-laki. Anemia adalah tanda dari kekurangan zat besi dalam tubuh. Kurangnya pengetahuan dan sikap terkait anemia dapat memicu kejadian anemia di kalangan remaja putri. Hal ini dapat menyebabkan remaja putri mengonsumsi lebih sedikit makanan yang mengandung zat besi sehingga dapat mengakibatkan kandungan gizi zat besi dalam tubuh tidak tercukupi. Dibutuhkan cara untuk melakukan pencegahan dan penanggulangan anemia dengan dilakukannya pendidikan gizi yang memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri. Motivasi remaja dalam menerima pesan dapat dipengaruhi dari metode dan media yang digunakan dalam melakukan pendidikan gizi. Oleh sebab itu, pendidikan gizi terkait anemia penting untuk diselenggarakan agar membantu meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “apakah ada perbandingan efektifitas media e-booklet dan video animasi terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia remaja putri di SMA Kosgoro Kota Bogor?”

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Untuk menganalisis adanya perbandingan efektifitas media e-booklet dan video animasi terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia remaja putri di SMA Kosgoro Kota Bogor.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, serta karakteristik orang tua berdasarkan pendidikan orang tua, dan pekerjaan orang tua pada remaja putri kelas X dan XI di SMA Kosgoro Kota Bogor.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap terkait anemia antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan menggunakan media e-

booklet dan video animasi pada remaja putri kelas X dan XI di SMA Kosgoro Kota Bogor.

- c. Menganalisis perbedaan pengetahuan dan sikap terkait anemia antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan menggunakan media e-booklet dan video animasi pada remaja putri kelas X dan XI di SMA Kosgoro Kota Bogor.
- d. Mengetahui perbedaan efektifitas pendidikan gizi antara media e-booklet dengan media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap terkait anemia pada remaja putri kelas X dan XI di SMA Kosgoro Kota Bogor.

#### **I.4 Manfaat Penelitian**

##### **I.4.1 Bagi responden**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu menambah pemahaman dan sikap mengenai anemia dari segi pencegahan dan penanganan pada remaja SMA.

##### **I.4.2 Bagi Masyarakat/Institusi/Instansi**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai gambaran untuk sekolah terkait anemia pada siswi di SMA Kosgoro Kota Bogor dan sebagai masukan terkait pentingnya dilakukan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap.

##### **I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat mengembangkan media pendidikan gizi menggunakan e-booklet dan video animasi maupun media lainnya yang menarik dan mudah untuk dipahami oleh remaja.