

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kejadian anemia nyatanya di tahun 2022 masih menjadi perkara penting dalam kesehatan yang dialami di seluruh dunia. Kekurangan zat besi (Fe) adalah penyebab utamanya, masalah ini juga terjadi di Indonesia (Amir and Djokosujono, 2019). Mencapai 30% populasi di dunia yang mengidap anemia (World Health Organization, 2018). Kuota penduduk yang terbukti mengalami resiko anemia di negara berkembang adalah (30-48%) berbeda halnya jika dibandingkan dengan negara maju yang hanya sebesar (4,3-20%) (Amir and Djokosujono, 2019). Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) membuktikan kalau prevalensi anemia pada tahun 2013 ke tahun 2018 mengalami peningkatan. Didapatkan pada tahun 2013 prevalensi anemia sebanyak 37,1% lalu menurut data terbaru yaitu pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 48,9%. Pada prevalensi remaja putri dalam rentang usia 15 -24 tahun pada tahun 2007 hanya sebesar 6,8%, meningkat pada tahun 2013 sebesar 25% dan meningkat lebih tinggi lagi sebesar 32% pada tahun 2018. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa prevalensi anemia khususnya pada remaja putri yang memiliki rentang usia 15-24 tahun selalu mengalami peningkatan prevalensi anemia setiap tahunnya.

Kelompok usia yang memiliki resiko tinggi adalah remaja. Merupakan periode rentan gizi yang mana karena jumlah kebutuhan gizi pada lebih banyak khususnya zat besi. Karena adanya peningkatan aktivitas fisik yang dilakukan kelompok usia remaja khususnya remaja putri merupakan kelompok rawan karena setiap bulan rutin mengalami menstruasi yaitu ditandai dengan remaja putri mengalami pengeluaran darah dalam volume yang besar, maka dari itu remaja putri lebih membutuhkan zat besi tiga kali lebih banyak jika dibandingkan dengan remaja putra (Suryani and Rafika, 2020). Kurangnya pengetahuan remaja putri tentang anemia mengakibatkan efek yang cukup signifikan yaitu kesalahan dalam memilih makanan karena makanan terbagi menjadi dua yaitu makanan yang bersifat mendukung maupun menghambat penyerapan zat besi (Simanungkalit and Simarmata, 2019). Golongan remaja putri yang mempunyai tingkat asupan zat besi yang tidak cukup (*deficit*) akan mengakibatkan tingginya resiko kejadian anemia,

pernyataan ini disebutkan di penelitian (Fadila and Kurniawati, 2018). Hal tersebut diakibatkan karena kurang mengonsumsi makanan yang sebagai *enhancer* zat besi dalam tubuh maka asupan zat besi tidak terpenuhi. Selain pola konsumsi seorang remaja dapat menjadi faktor yang berpengaruh pada asupan maupun kebutuhan gizi yang efek nya menjadi masalah gizi pada remaja tersebut (Hafiza, Utami and Niriya, 2020). Dilihat dari penelitian Sulistiani, Fitriyanti and Dewi (2021), yang mengemukakan bahwa pola makan disebut dengan tingkah laku yang dilakukan oleh manusia atau sekelompok manusia yang di dalamnya terkandung sikap, kepercayaan, dan pilihan makanan. Terbukti dalam uji yang diselenggarakan oleh Fitriani and Ismawati (2014), bahwa hasil dari data hubungan asupan makanan dengan kejadian anemia mencapai hasil signifikan $\rho = 0,000$ ($\alpha = 0,05$) dengan begitu artinya asupan makanan mempengaruhi kejadian anemia siswi kelas XI SMKN 1. Ditinjau dari penelitian pada remaja putri di pesantren Wahid Hasyim oleh Nurhayati (2014) dalam Istiqomah (2016), dengan hasil yang didapatkan yaitu pola makan mempunyai hubungan erat dengan terjadinya anemia pada remaja putri. Jika membahas tentang pola makan sebenarnya bukan hanya terfokuskan oleh keteraturan jadwal makan, namun kualitas makan dan porsi nya perlu diperhatikan, karena memilih konsumsi pangan yang berkualitas akan bermanfaat baik bagi tubuh.

Remaja seringkali salah dalam memilih pangan yang akan dikonsumsi, dengan begitu status gizi khususnya zat besi tidak dapat tercukupi. Kelompok remaja putri yang gemar melewatkan waktu makan (*skip meal*) juga dapat beresiko lebih tinggi mengalami anemia. Remaja putri yang umumnya mengalami resiko anemia adalah remaja putri yang memiliki kebiasaan dalam mengonsumsi *fastfood* dan lebih cenderung memilih untuk mengonsumsi makanan protein nabati dibandingkan protein hewani dan remaja putri yang sering melakukan diet karena ingin langsing untuk mengikuti idolanya, contoh kebiasaan tersebut merupakan contoh dari kebiasaan dapat meningkatkan resiko seorang remaja mengalami anemia (Brunner, 2001). Remaja memiliki resiko penurunan daya tahan tubuh jika mengalami anemia gizi khususnya anemia zat besi hal ini dapat berjangka panjang pengaruhnya sehingga rentan terkena masalah kesehatan lainnya (Kaimudin, Lestari and Afa, 2017). Penyebab remaja putri rentan akan anemia karena remaja

putri mengalami kondisi siklus menstruasi yang tidak normal. Jumlah darah yang hilang pada saat remaja putri mengalami menstruasi secara normal adalah sekitar 25-60 ml (Faiqah, Ristrini and Irmayani, 2019). Jika remaja putri mengalami keluarnya darah dengan jumlah yang lebih besar maka remaja putri beresiko mengalami anemia. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herwandar and Soviyati (2020) bahwa kehilangan darah saat fase menstruasi dapat memberikan resiko anemia. Kognitif pada seorang remaja putri akan bermasalah apabila mengalami anemia seperti mempengaruhi belajar dan konsentrasi serta menghambat pertumbuhan sel somatik dan otak, hal tersebut tercermin dari gejala yang terlihat di wajah seperti pucat, lelah, letih, lesu, lemah, dan lunglai yang dapat mengakibatkan penurunan stamina dan prestasi akademik remaja (Departemen Kesehatan RI, 2005).

Tidak hanya pola konsumsi dan kebiasaan makan namun jika pengetahuan gizi seorang remaja putri rendah akan menyebabkan kurangnya pemahaman tentang makanan yang menjadi asupan sehari – hari sudah mencukup syarat makanan seimbang atau belum. Menurut Permaesih and Rosmalina (2016), pemilihan makanan yang tepat akan mencegah terjadinya anemia, faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan yang tepat bagi seseorang adalah faktor pengetahuan. Kenyataannya seseorang yang memiliki pengetahuan yang luas akan lebih terhindar terkena anemia karena pengetahuan yang luas berpengaruh pada pemilihan makanan yang akan dikonsumsi. Kasus seperti ini merupakan bukti bahwa remaja putri memerlukan pemberian edukasi gizi guna meningkatkan pengetahuan yang lebih mendalam mengenai pengetahuan yang berhubungan dengan pencegahan anemia pada remaja putri.

Dibutuhkan tindakan preventif dan promotif berupa edukasi gizi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan tingkat kesadaran pada remaja untuk mencegah anemia. Edukasi gizi merupakan suatu pendekatan yang edukatif sebagai penambahan dan penyusunan pengetahuan, tingkat kesadaran, sikap dan mengubah perilaku seseorang untuk mendapatkan tujuan yang ingin dicapai yaitu keadaan gizi yang cukup (Safitri and Fitranti, 2016). Berdasarkan pernyataan Kemenkes RI (2016) berpendapat bahwa dengan memberikan fasilitas edukasi yang optimal seperti kualitas media KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) yang digunakan

dalam edukasi gizi akan memudahkan dalam melakukan perubahan perilaku seseorang. Penerapan edukasi gizi yang difasilitasi oleh media, akan membantu penyampaian dan proses belajar yang runyam menjadi lebih mudah untuk dipahami (Noverina, Dewanti and Sitoayu, 2020). Penentuan media yang hendaknya digunakan untuk pelaksanaan edukasi harus disesuaikan dengan karakteristik dari pendengar guna memudahkan pemahaman penyampaian edukasi (Notoatmodjo, 2007).

Short movie atau sebagai media *audio visual* adalah satu diantara beragam media yang dapat digunakan. Penyelenggaraan edukasi diperlukan media yang tepat untuk mempermudah pemahaman dari isi materi yang dipaparkan salah satunya adalah jenis media *audio visual*, yang terbukti dalam penelitian Primavera and Suwarna (2014) bahwa media berjenis *audio visual* dapat meningkatkan pemahaman dari edukasi yang dipaparkan. Peneliti memilih untuk menggunakan media *short movie* dengan alasan menurut penelitian yang dilakukan oleh Puspita, Kurniawan and Rahayu (2017) seseorang lebih dominan mengirimkan pengetahuannya ke dalam otak melewati indra penglihatannya yang mencakup sebesar 75% hingga 87%, namun untuk indra yang lain hanya 13% sampai dengan 25% saja. Teruji dalam penelitian Safitri and Fitranti (2016), pembelajaran yang dilakukan dengan metode ceramah juga terlaksana dengan baik karena mengalami kemajuan dalam pengetahuan gizi pada kelompok ceramah dari 72,9% menjadi 78,9%. Hal tersebut yang mendorong peneliti dalam melakukan riset yang lebih dalam terkait pengaruh dari edukasi gizi yang menggunakan media *short movie* dan ceramah guna menambah wawasan dalam pengetahuan khususnya pada remaja putri yang menempuh pendidikan di SMA Islam PB Soedirman. Menurut studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMA Islam PB Soedirman belum menyelenggarakan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Hal itu dikarenakan belum adanya koordinasi dengan puskesmas setempat. Agar penyelenggaraan tablet tambah darah dapat terlaksana dengan baik dan dapat diperoleh remaja putri, dibutuhkan koordinasi yang baik dari kedua pihak yaitu antara puskesmas dan sekolah yang bersangkutan. Metode penyaluran perlu diperhatikan dalam pemilihan cara pengawasan yang efektif contohnya seperti memberikan kartu *monitoring* untuk melihat cakupan TTD dan ketaatan seorang remaja putri dalam

mengonsumsi TTD. Kunci sukses saat dilakukan penyelenggaraan dapat di dorong dengan menekankan pada faktor pengetahuan seseorang yaitu dengan menyelenggarakan edukasi gizi terkait anemia yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan tentang mencegah terjadinya kejadian anemia. Jika remaja putri memiliki pengetahuan mengenai anemia yang kurang akan menyebabkan rendahnya kesadaran tentang seberapa penting untuk mengonsumsi TTD. Ditinjau dari sebaran tablet tambah darah pada tahun 2018 di seluruh Indonesia untuk remaja putri memperoleh sebesar 22,9% (Kemenkes, 2018). Penyebaran tablet tambah darah di wilayah DKI Jakarta remaja putri yang berusia 16-18 tahun hanya ada 15,96 % yang memperoleh tablet tambah darah (Kemenkes RI, 2018b). Menurut data sebaran dari puskesmas setempat diketahui bahwa program pemberian tablet tambah darah baru merangkap 6 sekolah saja. Presentasi dari target cakupan sekolah yang memperoleh TTD diharapkan mencapai 25 %. Namun, sesuai data catatan Puskesmas wilayah Pasar Rebo baru mencakup 16% saja. Maka dari itu sangat dibutuhkan edukasi gizi guna memperluas pengetahuan gizi khususnya dalam hal mencegah terjadinya anemia dan meningkatkan kesadaran pentingnya mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman. Pembelajaran di SMA Islam PB Soedirman umumnya menggunakan video sebagai metode pembelajaran yang efektif. Selain itu pembelajaran dengan dua arah secara lisan juga memudahkan dalam memahami materi pembelajaran. Maka dari itu peneliti menggunakan jenis media video yang berupa *short movie* dan ceramah dalam melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Melalui *Short Movie* dan Ceramah Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman”.

I.2 Rumusan Masalah

Anemia merupakan kasus dalam bidang kesehatan khususnya gizi yang sudah tidak dapat dipungkiri lagi keberadaannya, karena mayoritas seluruh negara dihadapi oleh kejadian anemia khususnya terjadi pada remaja putri. Dari data yang disimpulkan oleh Riset Kesehatan Dasar anemia di Indonesia (Kemenkes RI, 2018a). Peneliti memilih lokasi di SMA Islam PB Soedirman untuk dijadikan sebagai responden. Berdasarkan penelitian yang dilakukan secara mendalam di

SMA Islam PB Soedirman yang bertepatan di Jakarta Timur belum menyelenggarakan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). SMA Islam PB Soedirman sampai sekarang belum pernah ada penyelenggaraan pemberian TTD Hal ini terjadi mungkin karena belum adanya koordinasi dengan puskesmas setempat. Agar penyelenggaraan tablet tambah darah dapat terlaksana dengan baik dan dapat diperoleh remaja putri dibutuhkan koordinasi dari kedua pihak yaitu antara puskesmas dan sekolah selain itu metode penyaluran juga harus diperhatikan dalam pemilihan cara pengawasan yang efektif contohnya seperti memberikan kartu monitoring untuk melihat cakupan TTD dan ketaatan seorang remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Menurut survei yang dilakukan oleh peneliti SMA Islam PB Soedirman yang mempunyai lokasi strategis dengan *mall*, restoran dan makanan cepat saji dapat berpengaruh terhadap kesalahan dalam memilih asupan pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman.

Dengan demikian, dibutuhkan pemaparan edukasi mengenai anemia yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pada remaja. Berdasarkan wawancara secara mendalam dengan pihak sekolah ditemukan pernyataan bahwa di SMA Islam PB Soedirman belum pernah menyelenggarakan edukasi terkait bahaya dan pencegahan resiko terjadinya anemia. Pernyataan tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Edukasi Gizi Melalui *Short Movie* dan Ceramah Terhadap Pengetahuan tentang Anemia pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman”. Berikut adalah beberapa pertanyaan yang akan diusulkan dalam penelitian yang akan dilakukan.

- a. Bagaimana karakteristik usia dan pola konsumsi siswi di SMA Islam PB Soedirman?
- b. Bagaimana pengaruh dari dilakukannya edukasi gizi melalui *short movie* terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman?
- c. Bagaimana pengaruh dari dilakukannya edukasi gizi melalui ceramah terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman?

- d. Bagaimana perbedaan efektivitas edukasi gizi melalui *short movie* dan ceramah terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui *short movie* dan ceramah terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran umum tempat penelitian
- b. Mengetahui karakteristik responden di SMA Islam PB Soedirman terkait usia dan pola konsumsi
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja di SMA Islam PB Soedirman sebelum dan sesudah diberikan media *short movie*
- d. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja di SMA Islam PB Soedirman sebelum dan sesudah diberikan metode ceramah
- e. Membandingkan pengaruh dan efektivitas antara edukasi antara media *short movie* dengan metode ceramah terhadap hasil peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMA Islam PB Soedirman.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Diharapkan dapat memperluas pengetahuan responden dalam melakukan pencegahan anemia bagi remaja putri, terutama bagi siswi di SMA Islam PB Soedirman.

I.4.2 Bagi Institusi

Diharapkan sanggup dalam memberikan pengetahuan tambahan tentang anemia yang mudah dimengerti oleh para siswi, yang bertujuan untuk melakukan pencegahan anemia bagi remaja putri di SMA Islam PB Soedirman.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan efek lanjutan dari penelitian ini dapat mendorong untuk memperluas tentang pengetahuan anemia dan dapat dilakukan penerapan edukasi dengan menggunakan media yang berkembang, yaitu dengan menggunakan media *short movie* dan ceramah yang merupakan media yang efektif untuk pemahaman bagi golongan remaja.