

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Anemia termasuk satu dari masalah gizi yang masih menjadi perhatian dunia saat ini. Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal karena terhambatnya jaringan pembentuk sel darah merah dalam produksinya sehingga tidak mampu mempertahankan kadar hemoglobin normal (Triwinarni *et al.*, 2017). Anemia saat ini menjadi masalah kesehatan global yang terjadi baik di negara maju maupun negara berkembang dan memiliki dampak besar bagi kesehatan, sosial, dan ekonomi (Tesfaye *et al.*, 2015). Diperkirakan sebanyak 30-40% populasi di negara berkembang menderita anemia (Özdemir, 2015).

World Health Organization (WHO) mencatat sebanyak 528,7 juta (29,4%) wanita usia 15-49 tahun di dunia mengalami anemia (WHO, 2011b). Di Indonesia prevalensi anemia pada wanita (27,2%) lebih besar dibandingkan dengan laki-laki (20,3%) (Kemenkes, 2018). Berdasarkan hasil Riskesdas 2013 prevalensi kejadian anemia di Indonesia ialah sebesar 21,7% dan meningkat menjadi 23,7% pada hasil Riskesdas 2018 (Kemenkes, 2013, 2018). Selain itu, wanita yang mengalami anemia di DKI Jakarta ialah sebesar 27,6% (Kemenkes, 2008). Berdasarkan kelompok umur pada rentang usia 15-24 tahun prevalensi anemia ialah sebesar 32,0% dan merupakan kelompok umur tertinggi ketiga yang memiliki prevalensi anemia paling besar setelah kelompok umur 0-59 bulan (38,5%) dan >75 tahun (42,3%) (Kemenkes, 2018).

Menurut WHO (2011a), remaja usia 10 – 19 tahun memiliki risiko tinggi menderita anemia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Muhayati dan Ratnawati (2019), menunjukkan bahwa sebanyak 53,2% dari 188 siswi di SMA Negeri 97 Jakarta menderita anemia. Sedangkan berdasarkan penelitian Junengsih dan Yuliasari (2017), menyatakan sebanyak 61% dari 200 siswi di SMA Negeri 98 Jakarta menderita anemia. Hal ini menandakan bahwa kejadian anemia pada siswi menengah atas salah satunya di wilayah Jakarta Selatan masih tergolong tinggi.

Remaja putri rawan mengalami anemia karena mengalami menstruasi dan masih dalam tahap pertumbuhan. Remaja putri kehilangan zat besi sebesar dua kali lipat saat sedang mengalami menstruasi, sehingga perlu mengonsumsi lebih banyak zat besi untuk menggantikan zat besi yang hilang (Arisman, 2009; Simanungkalit dan Simarmata, 2019). Kebutuhan gizi remaja juga akan meningkat pesat ketika perubahan fisik terjadi selama masa pubertas. Selama pubertas terjadi peningkatan volume darah, massa tubuh, serta massa sel darah merah, sehingga kebutuhan gizi yang diperlukan untuk mioglobin pada otot dan hemoglobin pada darah meningkat (Tefaye *et al.*, 2015). Selain itu, umumnya remaja putri mempunyai kebiasaan tidak sarapan, menjalankan diet yang salah, suka mengonsumsi *fast food*, dan gemar ngemil, sehingga asupan zat gizi tidak dapat terpenuhi dan proses produksi hemoglobin terhambat (Brown *et al.*, 2004). Pengetahuan remaja seputar anemia berpengaruh terhadap pola konsumsinya (Agustina dan Fridayanti, 2016).

Kurangnya tingkat pengetahuan remaja mengenai anemia menjadi salah satu penyebab kelompok remaja rawan menderita anemia (Sefaya, Nugraheni dan Pangestuti, 2017). Penelitian melaporkan remaja yang memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang anemia berisiko 1,1 kali untuk mengalami anemia (Suryani, Hafiani dan Junita, 2015). Jika pengetahuan remaja putri kurang maka akan berpengaruh terhadap pemilihan makan yang bersifat membantu dan menghambat serapan Fe di dalam tubuh. Seringnya mengonsumsi zat yang dapat menjadi penghambat Fe, maka akan berpengaruh pada status gizi remaja putri (Chaparro, 2008).

Anemia memiliki dampak yang tidak baik jika terjadi pada remaja wanita. Anemia dapat menyebabkan proses pertumbuhan motorik, mental, dan kecerdasan akan terhambat, menurunnya kebugaran, daya ingat, kekebalan tubuh, serta konsentrasi mengakibatkan kemampuan belajar menurun dan mempengaruhi prestasi akademik (Retno, Dumilah dan Sumarmi, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada siswa kelas 11 di Sedayu, menunjukkan adanya pengaruh anemia terhadap prestasi belajar siswa pada pelajaran matematika. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko 1,875 kali lipat memiliki prestasi akademik matematika yang kurang dibandingkan dengan remaja putri yang tidak menderita anemia (Astidanani, 2015).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri ialah melalui pendidikan gizi. Usia remaja dapat menjadi sasaran strategis dalam melakukan pendidikan gizi karena masih berada dalam proses pembelajaran, sehingga pengetahuan yang diberikan dapat diserap dengan mudah (Rokhmawati, 2015). Tujuan pencegahan anemia melalui pendidikan gizi supaya remaja putri memiliki bekal pengetahuan gizi sehingga penyimpangan konsumsi makan bisa dihindari (Syahrir, Thaha dan Jafar, 2013). Pendidikan gizi dapat dilakukan dengan memanfaatkan media edukasi baik audio, visual, maupun audio visual (Sihotang dan Febriany, 2010). Salah satu media yang dapat dimanfaatkan ialah video Tiktok dan komik.

Setiap bulannya masyarakat Indonesia yang berusia 16-64 tahun menghabiskan waktu menggunakan internet untuk menonton video secara *online* (98,5%), salah satunya melalui *platform* Tiktok (Hootsuite, 2021). Tiktok merupakan aplikasi media sosial dan *platform music video* yang semakin populer dalam beberapa tahun terakhir (Aji, 2018). Tiktok menempati posisi ke-7 dan ke-8 karena menjadi media sosial yang paling banyak digunakan di seluruh dunia dan di Indonesia (38,7%) (Hootsuite, 2021). Selain itu, Tiktok merupakan aplikasi yang paling banyak di *download* di Indonesia sepanjang tahun 2020 dengan rata-rata waktu penggunaan sebanyak 13,8 jam/bulan (Hootsuite, 2021).

Berdasarkan data pengguna Tiktok di Indonesia 2021, DKI Jakarta menempati posisi pertama sebagai wilayah yang paling banyak menggunakan Tiktok di Indonesia (22%). Pengguna Tiktok pada rentang usia 13-24 tahun ialah sebesar 53%, dimana 68% nya terdiri dari perempuan (Ginee, 2021). Sedangkan menurut survei awal yang dilakukan, sebanyak 85,5% siswi SMK Negeri 41 Jakarta kelas X dan XI memiliki atau pernah menggunakan aplikasi Tiktok. Penelitian oleh Krismawati (2021) menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan dan sikap setelah pemberian edukasi gizi terkait anemia dengan video Tiktok. Oleh karena itu, video Tiktok dapat menjadi salah satu alternatif media pendidikan gizi untuk remaja putri.

Komik merupakan media yang berfungsi sebagai penyampai pesan pembelajaran (Wahyuningtyas, 2017). Oleh karena itu, komik dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi gizi yang menyenangkan dalam proses pembelajaran, sehingga diharapkan dengan edukasi melalui komik pola pikir yang

tepat mengenai gizi dapat terbentuk (Hamida, Zulaekah dan Mutalazimah, 2012). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hemaswari (2016), media edukasi menggunakan komik secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pedoman gizi seimbang.

Hasil survei awal yang dilakukan kepada 69 siswi di SMK Negeri 41 Jakarta, sebanyak 72,5% memiliki pengetahuan kurang mengenai anemia dan sebanyak 87,0% siswi mengalami setidaknya satu dari beberapa tanda dan gejala anemia seperti lemas, lesu, mudah lelah, mudah mengantuk, dan sulit berkonsentrasi ketika belajar. Selain itu, sebanyak 55,1% siswi mengaku belum pernah mendapatkan sosialisasi mengenai anemia di sekolah dan hanya sebanyak 27,5% siswi yang mengkonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik meneliti pengaruh edukasi gizi terkait anemia pada remaja putri melalui media visual dan audio visual berupa komik dan video Tiktok pada siswi di SMK Negeri 41 Jakarta.

## **I.2 Rumusan Masalah**

World Health Organization (WHO) mencatat sebanyak 528,7 juta (29,4%) wanita usia 15-49 tahun di dunia mengalami anemia (WHO, 2011b). Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, persentase kejadian anemia di Indonesia sebesar 23,7%. Perempuan yang mengalami anemia sebesar 27,2%. Prevalensi anemia pada rentang umur 15-24 tahun ialah sebesar 32,0% (Kemenkes, 2018). Anemia menjadi masalah kesehatan masyarakat pada derajat sedang jika prevalensi kejadian anemia mencapai 20-39,9% dan termasuk dalam derajat berat jika prevalensi mencapai  $\geq 40\%$  (WHO, 2011b).

Remaja putri rawan mengalami anemia karena menstruasi dan mengejar masa tumbuh (Simanungkalit dan Simarmata, 2019). Kurangnya tingkat pengetahuan remaja mengenai anemia menjadi salah satu penyebab kelompok remaja rawan menderita anemia (Sefaya, Nugraheni dan Pangestuti, 2017). Pengetahuan remaja seputar anemia berpengaruh terhadap pola konsumsinya (Agustina dan Fridayanti, 2016). Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri ialah melalui pendidikan gizi. Pendidikan gizi dapat dilakukan dengan memanfaatkan media edukasi baik media visual, media audio, maupun

media audio visual. Salah satu media yang dapat dimanfaatkan ialah video Tiktok dan komik. Oleh karena itu, peneliti tertarik meneliti sehingga didapatkan rumusan masalah apakah terdapat pengaruh edukasi gizi melalui video Tiktok dan komik terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri kelas X dan XI di SMK Negeri 41 Jakarta.

### **I.3 Tujuan**

#### **I.3.1 Tujuan Utama**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi gizi melalui video Tiktok dan komik terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri di SMK Negeri 41 Jakarta.

#### **I.3.1 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus pada penelitian ini ialah :

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia serta karakteristik orang tua responden berdasarkan pekerjaan, pendapatan, dan pendidikan pada siswi kelas X dan XI di SMK Negeri 41 Jakarta.
- b. Mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui video Tiktok terhadap peningkatan pengetahuan anemia melalui perbedaan rata-rata *pretest* dan *posttest* pada siswi kelas X dan XI di SMK Negeri 41 Jakarta.
- c. Mengetahui pengaruh edukasi gizi melalui komik terhadap peningkatan pengetahuan anemia melalui perbedaan rata-rata *pretest* dan *posttest* pada siswi kelas X dan XI di SMK Negeri 41 Jakarta.
- d. Mengetahui efektifitas atau perbedaan edukasi gizi menggunakan video Tiktok dan komik pada siswi kelas X dan XI di SMK Negeri 41 Jakarta.

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

#### **I.4.1 Bagi Responden**

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswi di SMK Negeri 41 Jakarta terkait anemia hingga dapat membentuk sikap dan praktik yang baik pada kehidupan sehari-hari sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan kejadian anemia pada remaja putri.

#### **I.4.2 Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak sekolah memahami pentingnya pendidikan gizi terkait kejadian anemia pada remaja putri sehingga dapat menjadi masukan dalam pembentukan program atau kebijakan sekolah sebagai implementasi upaya pencegahan dan penanggulangan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 41 Jakarta.

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

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmu pengetahuan khususnya terkait anemia pada remaja putri dan dapat membantu meningkatkan pengembangan media edukasi gizi sebagai alat dukung pembelajaran yang lebih efektif dan inovatif. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk peneliti selanjutnya dalam mencari sumber informasi dalam bidang terkait