

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah kondisi di mana konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam sel darah merah berada di bawah tingkat normal, yang penting untuk mengikat serta mendistribusikan oksigen ke seluruh tubuh, termasuk otot dan otak (Kemenkes RI, 2018). Anemia adalah salah satu isu kesehatan masyarakat yang signifikan baik di Indonesia maupun secara global, yang dapat mempengaruhi semua kelompok usia, mulai dari balita, remaja, ibu hamil, hingga lansia. Di antara kelompok usia tersebut, remaja putri adalah 1 kelompok yang paling rentan terhadap anemia (Putri, 2021).

Berdasarkan data dari WHO (World Health Organization), prevalensi anemia di dunia menunjukkan angka tertinggi di negara-negara yang terletak di Benua Afrika, serta sebagian kecil di Benua Asia (Apriningsih, 2023). Secara global, prevalensi anemia pada perempuan berusia produktif, yang mencakup usia lima belas hingga 49 tahun, mencapai 29,9% (WHO, 2021). Di antara populasi remaja dunia, yang berjumlah 29% dari total penduduk, sekitar sebanyak 80% dari total tersebut terletak di negara-negara yang sedang berkembang. (Apriningsih, 2023). Di Indonesia, proporsi remaja berdasarkan proyeksi penduduk tahun 2000-2025 pada tahun 2010 adalah 18% dari total populasi, yang setara dengan sekitar 43 juta jiwa (Apriningsih, 2023). Berdasarkan data Riskesdas 2018, angka kejadian anemia pada wanita tercatat sebesar 27,2%, sedangkan prevalensi anemia pada remaja berusia lima belas hingga 24 tahun mencapai 30,0%, menunjukkan bahwa 3 hingga 4 dari 10 remaja mengalami anemia.

Keadaan kesehatan dan gizi remaja yaitu kelompok usia 10-24 tahun di Indonesia masih prevalensi memprihatinkan. anemia pada Data WUS Riskesdas usia 15 2013 tahun menunjukkan ke atas sebesar bahwa 22,7%, sedangkan pada ibu hamil sebesar 37,1% (Kemenkes, 2018). WHO (2011) menyebutkan anemia akan berdampak pada penurunan konsentrasi, prestasi

belajar, kebugaran remaja, produktifitas dan penurunan imunitas yang mana dapat berpengaruh pada status kesehatan remaja (Monika et al. 2021).

Sekitar 25-40% remaja putri di Asia Tenggara menderita anemia. Prevalensi anemia remaja 27% dinegara-negara berkembang dan 6% dinegara maju. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menemukan adanya kenaikan pada kasus anemia diremaja putri. Pada tahun 2013, sekitar 37,1% remaja putri mengalami anemia. Angka ini naik menjadi 48,9% pada tahun 2018. Proporsi anemia terjadi paling besar dikelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Anemia merupakan masalah gizi utama yang masih dihadapi pemerintah Indonesia (Riskedas, 2018).

Prevalensi anemia menurut Profil Kesehatan Jateng di wilayah Provinsi Jawa Tengah berada pada persentase 57,7% dengan ambang batas masalah anemia menjadi masalah kesehatan masyarakat >20%. Dalam penelitian yang dilakukan Sandy dkk pada tahun 2015 kejadian anemia pada remaja putri di Boyolali diketahui sebanyak 53,5% (Sandy dkk, 2015).

Beberapa penelitian tentang kejadian anemia di Indonesiapun sudah banyak dilakukan. Penelitian Putri *et al.*, (2017), mengungkapkan sebanyak 37% remaja putri mengalami anemia. Penelitian Srinigrat *et al.*, (2019) menemukan prevalensi anemia pada remaja putri yaitu sebesar 45,9%. Penelitian Sari (2019), angka kejadian anemia adalah sebesar 61,3%. Akib dan Sumarmi (2017) juga menemukan prevalensi kejadian anemia pada remaja sebesar 70%. Angka kejadian anemia di Indonesia terus mengalami peningkatan dan tergolong pada kategori sedang ke berat (20% - >40%).

Remaja adalah kelompok usia sepuluh hingga delapan belas tahun menurut Permenkes RI Nomor 25 Tahun 2014, sedangkan BKKBN mendefinisikan remaja sebagai usia sepuluh hingga 24 tahun dan belum menikah (Apriningsih, 2023). Untuk menciptakan generasi penerus berkualitas, diperlukan upaya khusus pada fase remaja, yang merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan optimal. Hasil maksimal akan dicapai jika remaja dalam kondisi kesehatan baik (Apriningsih, 2023).

Remaja perempuan memiliki resiko sepuluh kali lebih besar dibandingkan remaja laki-laki. Remaja perempuan sering mengabaikan kondisi kesehatannya sehingga anemia tidak dapat terdeteksi dan akan terus menjadi kasus tinggi setiap tahunnya. Selain itu sedikit banyak remaja perempuan sering menjaga penampilan agar kurus sehingga menimbulkan asumsi untuk diet atau mengurangi makanan (Farahdiba, 2021).

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri saat ini disebabkan oleh banyak faktor. Penyebab paling umum adalah kurangnya asupan energi, asupan protein, asupan zat besi (Kambarami *et al.*, 2018), dan asupan vitamin C, status gizi kurus, siklus menstruasi pendek dan durasi panjang, aktivitas tinggi dan pendapatan orang tua rendah (Srinigrat *et al.*, 2019). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, kejadian anemia di Indonesia sebagian besar disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi dari makanan yang mengandung zat besi seperti hati, daging, unggas, dan ikan. Hasil Survei Konsumsi Makanan Individu, masyarakat Indonesia dominan mengonsumsi sumber zat besi yang berasal dari nabati. Padahal makanan sumber protein hewani (20-30%) lebih banyak diserap kandungan zat besinya dibanding dengan makanan sumber nabati (1-10%) (Al, 2008).

Penyebab anemia lainnya yaitu gaya hidup dan pola makan seperti mengonsumsi teh dan kopi 30 menit setelah makan, konsumsi daging/unggaskurang dari dua kali per minggu, makan buah jeruk kurang dari dua kali seminggu (Gedefaw *et al.*, 2015), dan kebiasaan makan makanan junk food (Chaturvedi *et al.*, 2017). Penelitian Akib dan Sumarmi (2017) menemukan bahwa kurangnya tingkat asupan zat gizi remaja dipengaruhi oleh kebiasaan makan yang melewati satu maupun dua waktu makan. Remaja putri memiliki pola konsumsi makanan pokok 2 kali sehari dan menggantinya dengan kebiasaan mengonsumsi makanan selingan/ snack.

Anemia pada remaja putri jika tidak ditangani dengan serius berdampak pada menurunnya performa disekolah, *Intelligence Quotient* (IQ) dan skor keseimbangan mental, perhatian dan konsentrasi, memori verbal dan daya ingat

(More et al., 2013). Tidak hanya itu, kondisi anemia yang berlanjut hingga kehamilan akan menyebabkan efek buruk pada anak yang sedang dikandung salah satunya adalah stunting (Tampubolon & Siregar, 2022), meningkatkan resiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir premature dan berat bayi lahir rendah (BBLR) (Kemenkes RI, 2018). Hasil penelitian Nguyen et al., (2016) menemukan sekitar 20% wanita mengalami anemia sebelum hamil. Dampak jangka panjang anemia adalah kematian ibu dan komplikasi saat melahirkan (Kambarami et al., 2018).

World Health Organization (WHO) berkomitmen untuk mengurangi kejadian anemia pada WUS dan remaja pada tahun 2025 dan menetapkan rencana aksi global dan tujuan gizi ibu, bayi baru lahir, dan anak pada Majelis Kesehatan Dunia ke-65. Menyikapi usulan tersebut, pemerintah Indonesia memprioritaskan pendistribusian tablet suplemen darah melalui lembaga pendidikan sebagai upaya pencegahan dan pengobatan anemia pada remaja dan WUS (Kemenkes R.I, 2019). Tablet penambah darah diberikan kepada remaja putri dengan dosis 1 (satu) tablet setiap minggu dan 1 tablet setiap 7 hari menstruasi sepanjang tahun. Pemberiannya dilakukan pada anak perempuan berusia antara 12 dan 18 tahun. Setidaknya 60 mg unsur besi dan 0,4 mg asam folat terdapat dalam tablet yang digunakan sebagai suplemen darah. Badan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) menyediakan tablet penambah darah untuk remaja putri dan memantau penggunaannya. Sebagai bagian dari kegiatan pemeriksaan kesehatan anak sekolah, Puskesmas menyediakan tablet suplemen darah kepada sekolah dan melakukan tes kadar hemoglobin secara berkala (Kemenkes R.I, 2019).

Strategi intervensi dalam penanganan anemia tidak hanya pemberian suplemen zat besi/ fe (Mengistu et al., 2019). Dapat dicegah dengan cara memberikan pengetahuan yang tepat tentang diet sehat, perubahan gaya hidup, dan memberitahu dampak buruk dari kekurangan zat besi (Al-Alimi et al., 2018). Pendidikan kesehatan mempunyai peran yang efektif dalam meningkatkan kesehatan remaja dengan meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap mereka dalam pencegahan anemia (Bandyopadhyay et al.,

2017). Temuan penelitian di Mesir menunjukkan bahwa prevalensi tinggi anemia terjadi akibat kurangnya pengetahuan yang baik tentang anemia (Mowla et al., 2018). Penelitian Alhidayati et al., (2019) menemukan bahwa remaja putri yang berpengetahuan kurang beresiko 3 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang berpengetahuan baik. Pengetahuan berpengaruh besar terhadap perilaku individu, termasuk pemahaman tentang anemia (Sukarini, 2018). Untuk meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai anemia, salah satu metode yang bisa digunakan ialah edukasi melalui media video visual. Menurut Febriani (2017) media pembelajaran audio visual merupakan salah satu bentuk media yang dimanfaatkan dalam kegiatan pembelajaran. disajikan dalam format video. Media ini memiliki kemampuan untuk menciptakan memori jangka panjang bagi siswa, karena video disajikan dengan kombinasi animasi, gambar, dan suara. Selain itu, media video cenderung lebih menarik bagi siswa, karena mereka dapat melihat dan membayangkan konten yang ditampilkan selama pemutaran video (Nurwinda et al., 2022).

Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang anemia dan cara pencegahannya. Melalui program pendidikan kesehatan yang terstruktur, remaja dapat memahami penyebab, gejala, serta pentingnya asupan zat besi dan nutrisi lainnya untuk mencegah anemia. Pengetahuan yang baik mengenai anemia dapat mendorong remaja untuk menerapkan pola hidup yang lebih sehat dan memperhatikan asupan nutrisi mereka (Sari et al., 2020).

Pengetahuan adalah hasil dari proses yang melibatkan penginderaan suatu objek. Penginderaan manusia mencakup berbagai Indera seperti penglihatan, penciuman, peraba, perasa, dan pendengaran. Diantara Indera tersebut, penglihatan dan pendengaran memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap akumulasi pengetahuan seseorang (Senja, 2020). Pengetahuan merupakan domain utama yang mempengaruhi sikap seseorang terhadap berbagai hal.

Studi pendahuluan telah dilakukan oleh peneliti di MTsN 10 Boyolali didapatkan data pemeriksaan hemoglobin (Hb) dari sekolah bahwa mayoritas siswi mengalami anemia. Wawancara dengan beberapa siswi dan guru diperoleh informasi bahwa hasil pengetahuan tentang anemia masih kurang. Hasil wawancara dengan 1 guru mengatakan bahwa masih kurang mengetahui cara pencegahan anemia tetapi guru tersebut mengatakan siswi sudah diberikan tablet tambah darah secara rutin selama 1 minggu sekali. Hasil wawancara 4 siswi didapatkan hasil bahwa 3 siswi mengetahui apa itu anemia tetapi kurang mengetahui cara pencegahan anaemia dan 1 siswi tidak mengetahui tentang anemia. Siswi tersebut mengatakan sering pusing, kurang fokus saat belajar dan sudah mengalami menstruasi. Mereka mengatakan Ketika di sekolah tidak membawa bekal dari rumah tetapi memilih membeli jajanan seperti mie, snack, es dan minuman kemasan. Siswi tersebut tidak mengetahui cara pencegahan anemia dengan konsumsi makanan yang bergizi, konsumsi tablet tambah darah. Siswi juga mengatakan tidak rutin mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan dari sekolah dikarenakan efek samping yang dirasakan seperti mual, muntah. Melihat fenomena diatas, penulis merasa tertarik untuk meneliti “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di MTsN 10 Boyolali”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja putri di MTsN 10 Boyolali”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja putri di MTsN 10 Boyolali.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia setelah diberikan pendidikan kesehatan.
- c. Menganalisis pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi yang bisa digunakan untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan acuan penelitian dalam mengimplementasikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang pencegahan anemia pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Menambah pengetahuan remaja putri dalam pencegahan anemia. Ini dapat membantu mereka dalam menjaga Kesehatan resiko kekurangan darah dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi sekolah untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja.

c. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah wawasan dan pengetahuan dan sebagai wadah untuk mengembangkan ilmu yang didapatkan selama perkuliahan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pendukung atas penelitian yang sudah dilakukan sehingga dapat digunakan sebagai dasar penelitian yang lebih lanjut.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang menjadi dasar dari penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh :

Judul penelitian, penulis dan tahun	Metode	Hasil	Perbedaan dan persamaan
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Pencegahan Anemia (Wulan Maulina, 2023)	Penelitian ini di gunakan pra eksperimen dengan desain penelitian “one group pretest and post-test design”. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan cara <i>total sampling</i>	Berdasarkan uji statistik diketahui nilai <i>p-value</i> 0,000, sehingga <i>p-value</i> < 0,05 yang artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan remaja dengan media video terhadap pengetahuan tentang pencegahan anemia di Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Tahun 2022.	Perbedaan : - Teknik pengambilan sampel yang digunakan <i>total sampling</i> Persamaan : - Desain penelitian <i>one group pretest and post-test design`</i> - Variabel independent : Pendidikan Kesehatan - Variabel dependent : pengetahuan tentang pencegahan anemia
Pengaruh Edukasi Media Video Terhadap Pengetahuan Anemia Remaja Di SMK Torsina Sanggau (Eka, 2024)	Desain penelitian kuantitatif yang menggunakan pendekatan <i>pra eksperimen</i> dalam satu kelompok (<i>one group pretest and posttest without control</i>). Penelitian ini melakukan analisis data dengan menerapkan <i>uji Wilcoxon</i> untuk menguji kebenaran hipotesis yang diajukan dengan	Pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi media anemia dengan nilai median 46,67, serta pengetahuan remaja putri sesudah diberikan edukasi media anemia dengan nilai median 80,00. Presentase peningkatan pengetahuan	Perbedaan : - Teknik pengambilan sampel yang digunakan <i>simple random sampling</i> Persamaan : - Design penelitian <i>one group pretest and posttest</i> - Analisis data dengan menerapkan <i>uji Wilcoxon</i>

	jumlah populasi sebesar 70 siswi dan sampel sebanyak 45 responden.	33,33%. Hasil uji Wilcoxon didapati nilai <i>p-value</i> sebesar 0,000	
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja (Henriana, 2024)	Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian <i>Pre Eksperimen</i> , dengan rancangan penelitian <i>One Group Pre test-Post test design</i> yaitu melakukan satu kali pengukuran diawal (<i>pre test</i>) sebelum ada perlakuan (<i>treatment</i>) dan setelah itu dilakukan pengukuran kembali (<i>posttest</i>). Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Wado, Kabupaten Sumedang. Populasi dalam penelitian ini adalah pelajar SMP Negeri 1 Wado yang berjumlah 10 orang.	Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja dengan <i>p value</i> = 0,026.	Perbedaan : Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> . Persamaan : - Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian <i>Pre-Eksperimen</i> , dengan rancangan penelitian <i>One Group Pre test-Post test design</i> . - Uji yang digunakan dalam penelitian yaitu uji <i>Wilcoxon</i>