

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Anemia merupakan kondisi ketika terjadi penurunan hemoglobin (Hb) dan atau jumlah sel darah merah dari normal sehingga tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis seseorang (Chaparro & Suchdev, 2019). Oleh karena itu, terjadi penurunan jumlah hemoglobin (HGB), hematokrit (HCT) dan sel darah merah (RBC, *red blood cell*) pada pemeriksaan laboratorium (Turner & Badireddy, 2018). Menurut World Health Organization (WHO), anemia didefinisikan sebagai penurunan kadar Hb kurang dari 12 g/dL pada wanita dan kurang dari 13 g/dL pada pria.

Anemia banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki (Kaimudin dkk., 2017). Faktor penyebab anemia pada remaja putri dikarenakan gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur (Suparji, 2017). Keinginan remaja saat ini mudah mengikuti pengaruh dari lingkungan dengan mengikuti diet ketat untuk menjaga penampilan tubuh agar memiliki proporsi tubuh ideal. Hal ini menyebabkan remaja mengalami banyak masalah gizi, salah satunya adalah anemia karena kehilangan sumber zat gizi besi yang didapat dari asupan makanan.

Kebiasaan remaja dalam mengonsumsi makanan sering dilengkapi dengan minum kopi atau teh yang dapat mengganggu penyerapan zat besi di dalam tubuh (Junita & Arnati, 2021). Saat simpanan zat besi dalam tubuh sudah habis dan penyerapan zat besi pada makanan sedikit, tubuh akan mulai memproduksi sel darah merah lebih sedikit dan mengandung hemoglobin yang lebih sedikit pula. Hal inilah yang menyebabkan anemia gizi besi, yang merupakan penyebab anemia yang paling sering terjadi (Sandra dkk., 2017).

Kejadian anemia pada remaja putri ini dapat menyebabkan lekas lelah, konsentrasi belajar menjadi menurun sehingga akan mempengaruhi prestasi belajar dan dapat menurunkan produktivitas kerja, selain itu juga anemia dapat menyebabkan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah terkena penyakit atau infeksi (Desak dkk., 2019). Prevalensi anemia yang tinggi di kalangan remaja apabila tidak tertangani dengan baik, maka berlanjut hingga

dewasa dan akan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur dan bayi dengan berat lahir rendah (Desak dkk., 2019).

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri, pemerintah melakukan upaya untuk menurunkan anemia melalui program pemberian tablet tambah darah (TTD) yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi sehingga mencegah anemia, memutus mata rantai terjadinya stunting dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Standar pemberian TTD untuk remaja putri yaitu dosis 60 mg elemental (dalam bentuk sediaan *fero sulfat*, *fero fumarat* atau *fero gluconat*) dan asam folat 0,4 mg yang diberikan 1 (satu) kali seminggu dan 1 (satu) kali setiap hari selama menstruasi (PMK No. 88 Tahun 2014). Pemberian TTD pada remaja dilakukan melalui guru UKS di institusi pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) dengan menentukan hari minum TTD bersama dengan dosis 1 (satu) tablet 60 mg setiap minggu (Kemenkes RI, 2018).

Konsumsi TTD secara teratur selama menstruasi berguna untuk menggantikan zat besi yang hilang dan memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan (Wahyuni, 2017). Pentingnya pemberian TTD ini kepada seseorang yang sedang mengalami anemia defisiensi zat besi dan tidak ada gangguan absorpsi yaitu dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam 7-10 hari sebesar 1,4 mg/kgBB/hari (Haryanto, 2006).

Data WHO tahun 2018 menyatakan bahwa anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama di negara berkembang. Sebanyak 30% penduduk dunia diperkirakan menderita anemia terutama remaja. Prevalensi anemia remaja di dunia berkisar 40-88%. Indonesia menempati urutan ke 8 dengan prevalensi anemia sebanyak 7,5 juta orang pada usia 10-19 tahun (WHO, 2018). Menurut Riskesdas tahun 2018 telah terjadi peningkatan anemia pada remaja putri yaitu dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018 dan menurut data proporsi anemia perempuan pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% (Kemenkes, 2018). Adapun kejadian anemia pada remaja putri di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu 34,55% dan Banjarbaru 31,77% (Dinkes Kalsel, 2023).

Berdasarkan data menurut Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru, data tertinggi anemia berada di wilayah kerja Puskesmas Cempaka yaitu sebesar 66,6%. Terdapat 5 sekolah menengah yang berada di wilayah kerja Puskesmas Cempaka, yaitu SMAN 3 Banjarbaru, SMKN 3 Banjarbaru, MAN Kota Banjarbaru, MA Nurul

Hikmah dan MA Miftahul Khairiyah. Berdasarkan data anemia dari Puskesmas Cempaka, data tertinggi anemia pada remaja putri yaitu di SMAN 3 Banjarbaru. Data dari puskesmas Cempaka didapatkan jumlah remaja putri di SMAN 3 Banjarbaru yang menderita anemia yaitu sebanyak 94 orang (46%) (Puskesmas Cempaka, 2024).

Anemia ditandai dengan rendahnya konsentrasi hemoglobin atau hematokrit yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan hemoglobin, meningkatnya kerusakan eritrosit atau kehilangan darah yang berlebihan. Penyebab rendahnya kadar hemoglobin dalam darah salah satunya adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh perilaku makan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan. Pengetahuan yang kurang menyebabkan remaja memilih makan di luar atau hanya mengonsumsi kudapan. Penyebab ini adalah kurangnya kecukupan makan dan kurangnya mengonsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi, selain itu konsumsi makan cukup tetapi makan yang dikonsumsi bioavailabilitas zat besi yang rendah sehingga jumlah zat besi yang diserap oleh tubuh kurang (Soetjningsih, 2007). Kurangnya pengetahuan remaja tentang anemia juga merupakan salah satu alasan kelompok remaja menjadi kelompok rawan menderita anemia (Sefaya dkk., 2017), hal tersebut juga didukung oleh Weliyati dan Riyanto (2019) yang menyatakan bahwa remaja putri yang berpengetahuan rendah lebih rentan terhadap anemia dibandingkan yang berpengetahuan baik. Kurangnya pengetahuan tersebut juga akan mengurangi kemampuan seseorang untuk menerapkan informasi gizi dalam kehidupan sehari-hari (Nuryanto dkk., 2014).

Tingkat pengetahuan juga berpengaruh pada perubahan sikap remaja dalam pencegahan anemia (Anggoro, 2020). Sikap remaja masa kini dalam mencegah terjadinya anemia masih kurang baik ditandai dengan asupan zat besi dan kebutuhan zat gizi yang masih kurang pada masa pertumbuhan. Selain itu, remaja putri memiliki sikap yang sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makan dan banyak pantangan terhadap makanan (Mitayani, 2010). Sikap adalah sebagai suatu kesadaran individu yang menentukan perbuatan-perbuatan yang nyata ataupun yang mungkin akan terjadi dalam kegiatan-kegiatan sosial (Thomas, 2018).

Salah satu kegiatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap dengan dilakukannya edukasi atau penyuluhan dalam upaya pencegahan anemia. Hal ini dikarenakan semakin tinggi pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap sikap. Edukasi dapat dilakukan melalui beberapa media dan metode. Edukasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan (Nurul, 2016). Salah satu media yang digunakan untuk penyuluhan kepada remaja putri adalah poster. Menurut Notoatmodjo (2004), penggunaan media poster dalam penyuluhan merupakan media yang lebih efektif, dimana lebih membantu menstimulasi indra penglihatan, lebih mempermudah penerimaan informasi atau pendidikan karena aspek visual pada gambar-gambar poster.

Media poster digunakan untuk meningkatkan efek pembelajaran. Poster adalah media yang berfungsi dalam menyampaikan informasi, saran, atau ide-ide tertentu, sehingga diharapkan dapat menarik orang lain untuk melihatnya dan berdampak positif dalam mengubah perilaku (Sanjaya, 2014). Penggunaan media poster sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* (Sulistyowati, 2019). Poster memiliki keunggulan dan daya tarik lebih tinggi karena menonjolkan kekuatan pesan, visual dan warna. Poster dapat berupa gambar yang memiliki warna yang menarik sehingga dapat menangkap perhatian orang dengan menanamkan suatu makna tertentu yang ingin disampaikan oleh pembuat poster, sesuai dengan tujuan poster tersebut. Menurut penelitian Megawati (2017), penggunaan media poster dapat meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menggunakan bahasa asing seperti menulis, membaca, mendengarkan serta bertanya jawab. Selain itu, dalam penelitian Putri dan Kurniasari (2021), penggunaan media poster lebih berpengaruh dibandingkan dengan media game edukasi digital dikarenakan media poster tampilannya lebih menarik perhatian responden.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti meneliti Pengaruh Penyuluhan tentang Anemia dengan Media Poster terhadap Pengetahuan Gizi, Sikap dan Daya Terima Media pada Remaja Putri di SMAN 3 Banjarbaru.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada pengaruh penyuluhan tentang anemia dengan media poster terhadap pengetahuan gizi, sikap dan daya terima media pada remaja putri di SMAN 3 Banjarbaru?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh penyuluhan tentang anemia dengan media poster terhadap pengetahuan gizi, sikap dan daya terima media pada remaja putri di SMAN 3 Banjarbaru.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- 1) Mengidentifikasi karakteristik reponden (usia dan pola menstruasi).
- 2) Mengidentifikasi pengetahuan gizi remaja putri terhadap anemia sebelum dilakukan penyuluhan dengan media poster.
- 3) Mengidentifikasi sikap remaja putri terhadap anemia sebelum dilakukan penyuluhan dengan media poster.
- 4) Mengidentifikasi daya terima media poster tentang anemia meliputi isi materi, ukuran tulisan, gambar dan warna.
- 5) Menganalisis pengaruh penyuluhan dengan media poster tentang anemia terhadap pengetahuan gizi remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan.
- 6) Menganalisis pengaruh penyuluhan dengan media poster tentang anemia terhadap sikap remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan tentang pengaruh penyuluhan tentang anemia dengan media poster terhadap pengetahuan gizi, sikap dan daya terima media pada remaja putri.

### **1.4.2 Manfaat Teoritis**

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menambah literatur atau sumber referensi Program Studi Gizi di STIKes Husada Borneo.

#### 2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur dan masukan bagi penelitian selanjutnya sehingga dapat diperoleh media yang lebih baik dan efektif untuk digunakan dalam pemberian edukasi.

#### 2. Bagi Sekolah

Dapat digunakan sebagai referensi dan media edukasi untuk menambah pengetahuan tentang pencegahan anemia dengan melakukan penyuluhan media poster untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan sikap remaja putri.

### **1.5 Keaslian Penelitian**

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	NAMA PENULIS	PENELITIAN	PERSAMAAN	PERBEDAAN
1	Annisa Fitri Adilla (2021)	Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 20 Kota Bengkulu Tahun 2021	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variabel dependen: pengetahuan dan sikap</li> <li>• Metode penelitian: <i>Pre Eksperimental</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Media penyuluhan: poster</li> <li>• Variabel dependen: daya terima media</li> <li>• Variabel independen: media poster</li> </ul>
2	Aulia Meidina Sulistyowati (2019)	Pengaruh Penyuluhan dan Media Poster Tentang Anemia terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap pada Santriwati	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variabel dependen: pengetahuan dan sikap</li> <li>• Metode penelitian: <i>Pre Eksperimental</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variabel dependen: daya terima media</li> </ul>
3	Sutrio Syakir (2018)	Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media Animasi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variabel dependen: pengetahuan dan sikap</li> <li>• Metode penelitian: <i>Pre Eksperimental</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variabel dependen: daya terima media</li> <li>• Media penyuluhan: poster</li> </ul>