

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan rentang kehidupan yang berusia antara 10-19 tahun. Menurut Kaur & Sangha (2016) periode remaja merupakan periode yang sangat penting, dikarenakan terjadi perubahan fisik, psikologis, dan perilaku yang besar. Periode ini merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa remaja, ditandai dengan banyak perubahan yang memengaruhi kebutuhan gizi. Kebutuhan gizi yang tinggi pada masa remaja dikarenakan oleh peningkatan pertumbuhan dan aktivitas fisik. (1)

Menurut Tayel & Ezzat (2015) kebutuhan gizi yang meningkat selama masa remaja salah satunya adalah zat besi. Hal ini terjadi karena adanya pertumbuhan yang cepat dengan peningkatan dalam massa tubuh tanpa lemak, volume darah, dan masa eritrosit (sel darah merah) yang meningkatkan kebutuhan zat besi untuk mioglobin pada otot dan hemoglobin dalam darah. Pada anak perempuan, percepatan pertumbuhan tidak begitu besar, namun biasanya terjadi menstruasi yang dimulai sekitar satu tahun setelah puncak pertumbuhan dan beberapa zat besi hilang selama menstruasi (1).

Salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri adalah anemia. Anemia merupakan suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin di dalam darah lebih rendah daripada kadar normal, yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah dan hemoglobin, meningkatnya kerusakan eritrosit, atau kehilangan darah dalam jumlah yang banyak(2).

Anemia terdiri dari beberapa jenis mulai dari anemia defisiensi zat besi, anemia defisiensi vitamin C, anemia makrositik, anemia hemolitik, anemia sel sabit, dan anemia aplastik. Anemia defisiensi zat besi merupakan salah satu jenis anemia yang sering terjadi pada remaja putri. Kekurangan zat besi membuat tubuh tidak mampu menghasilkan

hemoglobin (Hb). Kondisi ini bisa terjadi akibat kurangnya asupan zat besi dalam makanan, atau karena tubuh tidak mampu menyerap zat besi. (3)

World Health Organization (WHO) mencatat, pada tahun 2021 sebanyak 29,9% wanita usia produktif dengan rentang usia 15 – 49 tahun mengalami anemia(4). Asia Tenggara menjadi wilayah dengan prevalensi kejadian anemia tertinggi yaitu 42%.(5) Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menunjukkan prevalensi anemia pada kelompok usia 15 – 24 tahun sebanyak 18,4%(6). Sedangkan berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevalensi anemia pada kelompok usia 15 – 24 tahun menjadi 32% (7). Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan prevalensi anemia di Indonesia. Sedangkan pada SMPN 3 Ngamprah data anemia pada remaja putri sebanyak 37% pada tahun 2023 (Data Puskesmas Cimareme, 2023).

Terdapat beberapa faktor penyebab kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia, yaitu: kurangnya pengetahuan anemia dan asupan gizi sehingga mempengaruhi pemilihan dalam konsumsi makanan yang bergizi, tidak terbiasanya sarapan pagi, adanya kebiasaan minum teh dan kopi yang merupakan penyebab terhambatnya proses penyerapan zat besi di dalam tubuh, serta asupan zat gizi seperti energi, protein, dan vitamin C yang kurang dari kebutuhan, serta asupan zat besi yang kurang pada masing-masing partisipan karena tidak rutinnya remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe merupakan faktor utama menyebabkan partisipan menderita anemia(8).

Pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang, dengan adanya peningkatan pengetahuan maka diharapkan akan terjadi perubahan perilaku yang lebih baik terhadap gizi dan kesehatan(9). Pendidikan gizi dapat diberikan dengan penyuluhan dengan salah satu media yaitu video. Pemilihan media video diambil karena menyesuaikan dengan ketertarikan remaja pada saat ini yang menyukai tampilan media visual, dan juga agar mudah di mengerti. Penyuluhan berperan sebagai salah satu upaya untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan seseorang dengan tahap awal yaitu merubah perilaku. (10)

Media video merupakan jenis media audio visual yang semakin populer di masyarakat. Media audio visual memiliki kelebihan karena memiliki 2 unsur yaitu suara dan juga gambar yang dinamis yang bisa menyampaikan ekspresi-ekspresi untuk menyimpulkan secara tepat pesan yang disampaikan. Pesan yang disampaikan menggunakan media video dapat disajikan dalam bentuk yang menarik berupa pesan dan gambar yang mudah dipahami. Penyampaian pesan dengan menggunakan media video ini dapat disampaikan dengan simpel dan detail sehingga dapat langsung mencapai tujuan yang ingin dipenuhi. (11)

Berdasarkan hasil penelitian tentang Penyuluhan Anemia Gizi dengan Media Motion Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri ada perubahan, yang semula skor rerata pengetahuan anemia gizi sebelum intervensi 5,10 menjadi 8,71 setelah dilakukan intervensi. Adapun perubahan skor rerata sikap sebelum dan sesudah dilakukan intervensi yaitu yang semula 23.19 menjadi 31.62. (12)

Penelitian Adilla (2021) di SMPN 20 Kota Bengkulu dengan sampel 32 orang siswi menyimpulkan bahwa adanya perubahan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri setelah penyuluhan, dengan skor pengetahuan pretest (28,90) dan posttest (35,76), dan skor sikap pretest (20,6), setelah posttest menjadi (88,2) dengan ($P < 0,000$)(13).

Penelitian dilakukan di SMPN 3 Ngamprah yang berlokasi di Jl. Bukit Permata Raya Kabupaten Bandung Barat. Setelah dilakukannya peninjauan awal pada Puskesmas Cimareme, SMPN 3 Ngamprah ini mempunyai prevalensi anemia pada remaja putri yang cukup tinggi dibandingkan dengan sekolah lain yang berada di wilayah kerja Puskesmas Cimareme. Maka dari itu pemilihan SMPN 3 Ngamprah sebagai tempat pelaksanaan penelitian diharapkan dapat membantu mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri di SMPN 3 Ngamprah tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk membuat video penyuluhan anemia gizi yang akan disampaikan pada remaja putri kelas VIII di SMPN 3 Ngamprah. Pemilihan SMPN 3 Ngamprah diambil berdasarkan data peninjauan awal yang didapatkan dari

Puskesmas Cimareme yang menunjukkan bahwa jumlah remaja putri anemia di SMPN 3 Ngamprah lebih tinggi dari sekolah lainnya yang berada di wilayah kerja Puskesmas Cimareme. Remaja putri anemia banyak terdapat di kelas VII yang tahun depan akan pada saat penelitian dilakukan akan berada di kelas VIII. Dengan penyuluhan menggunakan media video ini diharapkan dapat menjadi salah satu upaya untuk mengurangi kasus anemia gizi di SMPN 3 Ngamprah Bandung Barat dengan adanya perubahan perilaku dan sikap remaja putri terhadap anemia.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh edukasi gizi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja putri di SMPN 3 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menggunakan media video terhadap pengetahuan dan sikap zat gizi besi remaja putri di SMPN 3 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Memperoleh data gambaran pengetahuan terkait zat gizi besi sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan.
- b. Memperoleh data gambaran sikap terkait zat gizi besi sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan.
- c. Menganalisis pengaruh pemberian penyuluhan zat gizi besi terhadap pengetahuan remaja putri di SMPN 3 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat.
- d. Menganalisis pengaruh pemberian penyuluhan zat gizi besi terhadap sikap remaja putri di SMPN 3 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini meliputi pengaruh intervensi penyuluhan gizi anemia dengan media video terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja putri di SMPN 3 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pengaruh intervensi penyuluhan gizi anemia dengan media video terhadap perubahan pengetahuan dan sikap pada remaja putri.

1.5.2. Bagi Sampel

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi sampel khususnya mengenai Anemia Gizi serta dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari untuk menunjang kesehatan.

1.5.3. Bagi SMPN 3 Ngamprah Kabupaten Bandung Barat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan menambah pengetahuan dan referensi media penyuluhan dibidang gizi mengenai anemia.

1.5.4. Bagi Jurusan Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan referensi dan pengetahuan bagi mahasiswa dan penelitian-penelitian sejenis.