

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa dimana seseorang mengalami peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa, di usia remaja banyak perubahan yang terjadi mulai dari perubahan biologis, psikologis, dan juga sosial. Perubahan biologis ini dimulai dari mulai perubahan fisik seperti berubahnya sistem hormonal dalam tubuh yang mempengaruhi komposisi tubuh. Perubahan ini berlangsung secara cepat mulai dari pertumbuhan tinggi badan maupun berat badannya yang dikenal sebagai masa pubertas sehingga mempengaruhi kebutuhan gizi remaja atau asupan makannya menjadi meningkat (1).

Masalah gizi dan kesehatan yang sering terjadi pada remaja yaitu anemia, *body image*, berdiet, gangguan makan, obesitas, masalah pencernaan (gartriris/maag dan susah buang air besar(BAB)/sembelit), dan masalah kesehatan lainnya seperti masalah kesehatan dari paparan jajanan, merokok, perilaku yang kurang bersih, kurangnya aktivitas fisik, dan bahaya di lingkungan sekolah (2).

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) yang tidak mencukupi kebutuhan fisiologis atau anemia dikatakan sebagai suatu kondisi saat tidak mencukupinya cadangan zat besi sehingga terjadi kekurangan penyaluran zat besi ke jaringan tubuh. Remaja putri dapat dikatakan anemia jika kadar hemoglobinnnya di bawah 12 g/dL. Sampai saat ini anemia masih menjadi suatu masalah kesehatan global dan merupakan masalah gizi utama yang ada di Indonesia khususnya anemia defisiensi besi yang paling banyak dialami oleh anak-anak usia sekolah terutama remaja, dimana kelompok yang rentan terkena anemia tersebut adalah remaja putri (3).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 mengenai Prevalensi Anemia menurut Karakteristik, prevalensi anemia di Indonesia sebesar (23,7%), prevalensi anemia pada perempuan relatif lebih tinggi (27,2%) dibandingkan dengan laki-laki (20,3%). Prevalensi kejadian anemia pada anak dengan kelompok usia 15-24 tahun sebesar (32%) dengan klasifikasi anemia pada daerah pedesaan lebih tinggi (25%) jika dibandingkan dengan prevalensi anemia di perkotaan (22,7%) (4).

Berdasarkan *cut off point* anemia menurut WHO, data prevalensi tersebut termasuk ke dalam kategori masalah gizi sedang (*moderate public health problem*) karena prevalensinya sekitar 20,0 – 39,9% (5). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kejadian anemia pada remaja masih relatif cukup tinggi. Kelompok yang rentan mengalami anemia defisiensi besi yaitu perempuan, terutama Wanita Usia Subur (WUS) termasuk remaja putri karena setiap bulannya mengalami siklus menstruasi dan mengejar masa pertumbuhan (4).

Anemia defisiensi zat besi memiliki dampak yang merugikan bagi kesehatan, seperti terganggunya tumbuh kembang remaja, penurunan daya tahan tubuh dan daya konsentrasi, serta penurunan kemampuan belajar sehingga bisa menurunkan prestasi di sekolah, dengan kata lain anemia dapat mempengaruhi kesehatan, kelangsungan hidup, dan produktivitas remaja (6). Selain itu hal lain yang cukup beresiko yaitu remaja putri merupakan calon ibu yang nantinya akan melewati fase kehamilan dan melahirkan dan dikhawatirkan beresiko terhadap kematian ibu saat melahirkan, melahirkan bayi dengan tubuh yang pendek (*stunting*), maupun melahirkan bayi yang prematur dan berat bayi lahir rendah (BBLR) yang akan semakin meningkat (7).

Sebagian besar anemia defisiensi besi yang terjadi di Indonesia disebabkan oleh rendahnya asupan makanan, terutama makanan yang mengandung zat besi yang berperan penting untuk pembuatan hemoglobin sebagai komponen dari sel darah merah/eritrosit. Selain itu rendahnya konsumsi makanan yang berasal dari pangan hewani maupun nabati, di

mana kandungan zat besi pada pangan hewani jauh lebih tinggi dibandingkan dengan kandungan zat besi pada pangan nabati. Sehingga masyarakat Indonesia secara umum memiliki resiko yang rentan untuk mengalami Anemia Gizi Besi (AGB) (3).

Selain meningkatkan asupan makanan, salah satu upaya untuk mencegah anemia adalah dengan memberikan suplementasi tablet tambah darah (TTD). Pemberian tablet tambah darah (TTD) kepada remaja putri sudah mendapat perhatian penting hingga adanya Surat Edaran Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/v/0596/2016 yang menetapkan tanggal pengambilan tablet darah secara bersama-sama melalui UKS/M pada suatu lembaga pendidikan (SMP dan SMA atau sederajat) dan dosis yang diberikan adalah 1 tablet setiap minggu sepanjang tahun (8).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, Proporsi Remaja Putri Umur 10-19 Tahun yang Memperoleh Tablet Tambah Darah (TTD), provinsi Jawa Barat berada pada nomor 7 cakupan remaja putri yang memperoleh tablet tambah darah (TTD) terendah yaitu hanya 16,4% (4). Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2018, cakupan remaja putri di Jawa Barat yang mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) hanya 16,7% (9). Hal ini belum memenuhi target pemberian tablet tambah darah (TTD) tahun 2021 yaitu 52%, sehingga dapat disimpulkan bahwa cakupan tersebut masih jauh di bawah target yang ada (8).

Sampai saat ini, masih banyak remaja putri yang enggan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), berdasarkan hasil survey awal, SMA Yadika Soreang setiap minggunya rutin mendapatkan tablet tambah darah (TTD) dari puskesmas yang dibagikan pada saat keputrian di hari Jum'at, akan tetapi banyak siswi yang hanya menyimpannya di saku seragam tanpa dikonsumsi dan dibiarkan menumpuk setiap minggunya, bahkan beberapa siswi juga membuangnya ke tempat sampah dengan alasan rasanya yang tidak enak.

Didukung juga oleh data Riskesdas tahun 2018, mayoritas alasan utamanya yaitu merasa tidak perlu untuk meminum/menghabiskan tablet

tambah darah (TTD) yang diperoleh dari fasilitas kesehatan dengan proporsi 28,4%, nomor 10 tertinggi jika dibandingkan dengan 34 provinsi yang ada di Indonesia (4).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yuke, dkk (2020), data pengetahuan remaja mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) yaitu sebesar 8,2% berpengetahuan kurang, 57,5% cukup, dan 34,2 baik. Sedangkan untuk data sikap mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) yaitu sebesar 76,7% negatif dan 23,3% positif (10). Sehingga dapat disimpulkan bahwa rendahnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri ini berkaitan dengan kurangnya pengetahuan dan sikap yang dimiliki oleh remaja putri tersebut mengenai pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).

Meningkatkan pengetahuan mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan dengan cara memberikan edukasi melalui metode penyuluhan gizi yang membutuhkan sebuah media elektronik. Sangat banyak media yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan terkait edukasi konsumsi suplemen tablet tambah darah (TTD) ini, salah satunya yaitu *e-leaflet*.

Edukasi dengan menggunakan media *e-leaflet* merupakan sebuah publikasi singkat menggunakan media komunikasi elektronik berupa *soft file* yang di dalamnya terdapat 2-3 halaman. Setiap halamannya memiliki tampilan yang menarik dengan informasi yang berbeda. Selain itu kelebihan menggunakan media ini karena disajikan dalam bentuk simpel dan ringkas, sehingga pembaca tidak memerlukan waktu lama dalam membaca informasi yang ada di dalamnya, dan mudah untuk dibawa kemanapun karena disimpan di dalam *HandPhone*. Jadi alasan penulis menggunakan media *e-leaflet* daripada *leaflet* berupa kertas karena lebih mudah disimpan, tidak akan mudah hilang ataupun rusak dan sobek, dan sesuai dengan karakteristik remaja yang lebih senang membaca informasi menggunakan *gadget* daripada menggunakan kertas.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh M. Irwan Setiawan, dkk. menunjukkan bahwa pengaruh media *e-leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri terkait konsumsi tablet tambah darah (TTD) terbukti efektif (nilai *p-value* = 0,007), peningkatan sikap remaja putri terbukti efektif pula (nilai *p-value* = 0,0001), sehingga dapat dikatakan terdapat peningkatan yang signifikan sebelum dan sesudah dilaksanakan edukasi gizi. Hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan media yang tepat, pendidikan kesehatan dapat lebih efektif dalam mencapai tujuan pendidikan kesehatan (11).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan media elektronik *e-leaflet* dapat mempermudah pada saat penyampaian informasi karena sudah dipertimbangkan sesuai dengan karakteristik remaja. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi tentang Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) melalui Media *e-Leaflet* terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMA Yadika Soreang".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah "Adakah Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi menggunakan Media *e-Leaflet* terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri mengenai Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA Yadika Soreang?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pemberian edukasi gizi menggunakan media *e-leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai pola konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang.

1.3.2 Tujuan Khusus

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan pada penelitian ini yaitu:

- a. Memperoleh data pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang sebelum diberikan edukasi gizi dengan menggunakan media *e-leaflet* dan poster.
- b. Memperoleh data sikap remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang sebelum diberikan edukasi gizi dengan menggunakan media *e-leaflet* dan poster.
- c. Menganalisa data pengaruh edukasi gizi menggunakan media *e-leaflet* dan poster terhadap pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang.
- d. Menganalisa data pengaruh edukasi gizi menggunakan media *e-leaflet* dan poster terhadap sikap remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang.
- e. Menganalisa data efektivitas edukasi gizi dengan menggunakan media *e-leaflet* terhadap pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang.
- f. Menganalisa data efektivitas edukasi gizi dengan menggunakan media *e-leaflet* terhadap sikap remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang.

1.4 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dari pemberian edukasi gizi mengenai pola konsumsi tablet tambah darah (TTD) terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

- a. Meningkatkan dan mengembangkan kemampuan peneliti untuk melakukan riset atau penelitian tentang gizi.
- b. Mengembangkan kemampuan dan wawasan berpikir peneliti dalam penyusunan dan penulisan usulan proposal skripsi serta sebagai media pengembangan kompetensi diri sesuai dengan bidang keilmuan yang diperoleh selama perkuliahan.
- c. Dengan dilakukannya penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan baru bagi peneliti mengenai pengaruh pemberian edukasi gizi menggunakan media *e-leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai pola konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA Yadika Soreang.

1.5.2 Bagi Institusi

- a. Penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan dan referensi pembaca dalam penelitian-penelitian yang telah dilakukan oleh mahasiswa/i Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- b. Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bahan ajar mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung mengenai masalah gizi yang dihadapi oleh anak remaja terkait dengan pola konsumsi tablet tambah darah (TTD) terhadap kejadian anemia.

1.5.3 Bagi Responden

- a. Penelitian ini akan memberikan pengetahuan dan perubahan sikap pada responden setelah diberikan edukasi gizi mengenai pola konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan menggunakan media *e-leaflet*.
- b. Memberikan informasi kepada siswa/i mengenai pentingnya pola konsumsi tablet tambah darah (TTD) untuk menciptakan generasi yang sehat, bebas anemia, dan berkualitas di masa kini maupun masa yang akan datang.