

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) atau jumlah eritrosit (sel darah merah) dalam darah kurang dari normal. Anemia terjadi karena kurangnya kadar zat besi dalam tubuh, perdarahan, kekurangan asam folat, kekurangan Vitamin B12, penyakit kronis, dan leukemia (kanker darah) [1]. Menurut WHO, anemia menjadi masalah gizi yang banyak terjadi pada beberapa negara berkembang [2].

Prevalensi anemia di Indonesia berdasarkan Riskesdas tahun 2013 pada remaja umur 15-24 tahun sebesar 18,4% [3]. Sedangkan tahun 2018 prevalensinya sebesar 48,9%[4]. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, di Jawa Barat prevalensi anemia pada remaja umur 15-24 tahun sebesar 32% [4]. Menurut hasil penelitian Oktarina dkk, prevalensi anemia pada remaja putri di SMP Bina Harapan Kota Bandung masih tinggi, yaitu sebesar 52% [5].

Masa remaja merupakan masa perkembangan serta pertumbuhan, baik secara mental, fisik, dan aktivitas. Masa remaja menjadi kesempatan untuk pertumbuhan *catch-up*, kecepatan pertumbuhan membutuhkan asupan yang baik [6]. Pada remaja putri, risikonya sepuluh kali lebih besar menderita anemia jika dibandingkan dengan remaja putra, karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan.

Remaja putri yang sedang menstruasi mengalami kehilangan zat besi dua kali lipat, dan biasanya memerhatikan bentuk tubuh dengan membatasi asupan makanan yang menyebabkan asupan zat gizi kurang [7].

Anemia dapat disebabkan oleh asupan zat besi dan penyerapan yang kurang baik, kehilangan darah secara kronis, adanya peningkatan kebutuhan asupan zat besi untuk pembentukan sel darah merah, waktu lama haid, kebiasaan sarapan, asupan protein kurang, dan konsumsi sumber makanan *inhibitor* yang akan mengganggu proses penyerapan [8]. Faktor tidak langsung yang dapat memengaruhi anemia diantaranya, pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam pemilihan makanan, serta kepatuhan konsumsi suplemen tablet Fe saat menstruasi [9].

Pada remaja putri, dampak anemia cukup membahayakan seperti, terganggunya perkembangan fisik dan kognitif, ketika nanti dewasa akan menyebabkan berat badan bayi lahir rendah, kesakitan, bahkan kematian pada ibu dan anak, serta memengaruhi kemampuan sel darah putih untuk membunuh bibit penyakit [10]. Dampak lain, menurunnya semangat belajar dan prestasi, karena gejala anemia seperti lesu, lelah, dan nafsu makan menurun [11]. Berdasarkan penelitian Ajeng di Banjarnegara, menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan anemia dengan kejadian BBLR, ditunjukkan oleh nilai  $p = 0,000$  [12].

Penanggulangan anemia pada remaja putri dapat dilakukan dengan pemberian tablet tambah darah (TTD), yang dilakukan oleh puskesmas sebanyak empat tablet untuk satu bulan [11].

Disamping itu, pemberian pendidikan gizi untuk remaja putri juga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia, mengetahui kebiasaan baik dalam pemenuhan kebutuhan asupan gizi sehingga dapat mengubah pola makan dan membuat kadar Fe dalam tubuh menjadi lebih baik [10]. Hasil penelitian Kartika, di SMP Negeri 2 Bandungan terdapat 51,66% remaja putri (kelas VII dan VIII) pengetahuan mengenai anemia dengan kategori kurang [13]. Berdasarkan hasil penelitian Rizqi dkk, bahwa adanya pengaruh edukasi gizi mengenai anemia terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 31 Kota Semarang dengan nilai  $p = 0,000$  [14].

Sikap merupakan kesediaan untuk bertindak, kecenderungan bertindak, berpikir, berpresepsi, serta merasa suatu respons dalam menghadapi suatu objek, ide, ataupun situasi [15]. Berdasarkan penelitian Wardani, terdapat 53,4% remaja putri dengan kategori sikap terhadap anemia kurang, di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam [16]. Adapun hasil penelitian Wanodya, dkk menunjukkan bahwa adanya perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah pemberian edukasi gizi dengan media *booklet* dengan  $p = 0,0001$ , hasil perbedaan rata-rata *pre-test* sebesar 35,75 meningkat menjadi 38,91 yang dilakukan pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak [17].

Informasi mengenai anemia secara efektif, akurat serta dikemas dalam alat bantu menarik dan mudah diingat diharapkan dapat merubah pengetahuan dan sikap pada remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian Hibatullah dkk, adanya peningkatan sebelum, dan sesudah diberi edukasi, dengan  $p = 0,001$  [18].

Penelitian ini akan mengembangkan media atau alat bantu pendidikan gizi berupa “*Booklet* Remaja Bebas Anemia”. Kelebihan media booklet yaitu, materi yang diberikan tidak hanya berupa tulisan tetapi dilengkapi dengan gambar berwarna sehingga akan membuat remaja putri lebih tertarik untuk membacanya. Selain itu, *booklet* memungkinkan responden mempelajarinya secara berulang, dapat mempelajarinya sesuai kemampuan dan dalam keadaan santai sehingga informasi lebih mudah diterima dibandingkan dengan informasi yang diterima dari mendengar saja saat penyuluhan dengan metode ceramah [19]. Hasil penelitian Zulaekah (2012) menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi dua minggu sekali dengan alat bantu *booklet* secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan gizi tentang anemia pada siswa dari nilai rata-rata 54,11% menjawab benar menjadi 71,36% dengan nilai  $p = 0,0001$  [20].

Menurut Nova (2017) pada hasil penelitiannya, menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan gizi dengan *booklet* anemia terhadap pengetahuan remaja putri dalam mencegah anemia dengan nilai signifikan  $p = 0,000$ . Setelah diberikan pendidikan gizi, remaja putri akan lebih mudah dalam mengadopsi hal baru dengan bantuan *booklet*. Disamping itu, secara signifikan adanya pengaruh pendidikan gizi dengan *booklet* terhadap sikap remaja putri dalam mencegah anemia di SMK Ma’arif NU Ciamis dengan nilai  $p = 0,000$  [21].

Hasil penelitian Wanodya, dkk (2017) menunjukkan peningkatan rata-rata *pre-test* sebesar 35,75 meningkat menjadi 38,91, dengan nilai  $p = 0,0001$  yang dilakukan pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak [17].

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Booklet Remaja Bebas Anemia terhadap Pengetahuan Anemia dan Sikap Remaja Putri. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 43 Kota Bandung, karena sebelumnya belum ada penelitian mengenai pengetahuan anemia dan sikap terhadap anemia dengan menggunakan media *booklet*.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* remaja bebas anemia terhadap pengetahuan anemia dan sikap remaja putri di SMP Negeri 43 Kota Bandung?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* remaja bebas anemia terhadap pengetahuan anemia dan sikap remaja putri di SMP Negeri 43 Kota Bandung.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri sebelum dan setelah diberi edukasi gizi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- b. Mengetahui gambaran sikap terhadap anemia pada remaja putri sebelum dan setelah diberi edukasi gizi pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- c. Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* terhadap pengetahuan mengenai anemia, sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi.
- d. Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* sikap terhadap anemia, sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi.

- e. Mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan mengenai anemia antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- f. Mengetahui perbedaan peningkatan sikap terhadap anemia antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

#### **1.4 Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan kepada remaja putri di SMP Negeri 43 Kota Bandung dengan memberikan edukasi gizi menggunakan media *booklet* remaja bebas anemia dilakukan pengukuran pengetahuan, dan sikap di awal dan akhir penelitian.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Bagi Penulis**

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pengaruh edukasi gizi dengan media *booklet* remaja bebas anemia terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja putri serta menerapkan ilmu-ilmu berkaitan yang telah dipelajari pada perkuliahan.

##### **1.5.2 Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran singkat mengenai edukasi media *booklet* terhadap pengetahuan anemia serta sikap remaja putri, serta sebagai pencegahan dini terjadinya anemia.

##### **1.5.3 Bagi Sampel**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai pentingnya memahami anemia dengan dilakukannya edukasi gizi.

#### **1.5.4 Bagi Kampus Poltekkes Kemenkes Bandung**

Penelitian ini dapat memberikan informasi baru dan melengkapi kepustakaan mengenai pendidikan gizi serta media edukasi gizi.