

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Anemia adalah gangguan kesehatan yang ditandai dengan penurunan konsentrasi hemoglobin dalam aliran darah. Penurunan ini umumnya disebabkan oleh asupan zat besi, Vitamin B12, atau asupan folat yang tidak mencukupi. Anemia pada remaja merupakan kondisi yang kompleks, dengan penyebab yang berkaitan dengan menstruasi, aktivitas fisik, dan fungsi otak. Keadaan ini berisiko mengurangi daya tahan tubuh, konsentrasi, pencapaian prestasi akademik, serta taraf hidup remaja putri, dan memiliki kemungkinan berlanjut hingga jenjang kedewasaan. Prevalensi anemia di kalangan remaja putri tetap menjadi masalah kesehatan yang mendesak, baik dalam skala global maupun dalam sistem kesehatan nasional. Masa remaja ditandai dengan perkembangan fisik yang pesat, yang disertai dengan kebutuhan akan asupan zat besi yang memadai. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka dapat terjadi penurunan kadar hemoglobin yang berujung pada anemia. (Word Health Organization, 2020).

Tingginya angka prevalensi anemia di kalangan remaja putri menunjukkan bahwa masalah ini belum ditangani dengan memadai. Anemia umumnya disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya kurangnya pengetahuan gizi, pola makan yang tidak seimbang, dan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi suplemen zat besi. Penelitian (Sari et al., 2022). menunjukkan bahwa zat besi dan mikronutrien penting seperti vitamin A, B6, dan B12 pada remaja putri masih berada di bawah

angka kecukupan gizi yang dianjurkan. Selain faktor asupan, tingkat pengetahuan gizi remaja juga berperan penting dalam menentukan perilaku konsumsi. (Putri et al., n.d.). melaporkan bahwa mayoritas remaja putri menunjukkan pemahaman yang kurang memadai mengenai nutrisi sebelum mengikuti program edukasi. Hal ini berdampak pada pemilihan makanan dan kepatuhan terhadap suplementasi zat besi. Padahal, pemerintah Indonesia telah menjalankan program suplementasi zat besi mingguan (WIFAS), namun efektifitas program ini sangat terbatas karena rendahnya kepatuhan konsumsi dikalangan remaja (Andini & Agestika, 2022)

Maka dari itu, pendekatan promosi dan pencegahan yang komprehensif sangatlah penting, yang tidak hanya berfokus pada pemberian suplementasi, tetapi juga meningkatkan pengetahuan remaja melalui edukasi kesehatan. Salah satu bentuk upaya tersebut adalah melalui posyandu remaja sebagai wadah pelayanan kesehatan berbasis masyarakat. Dalam rangka pencegahan anemia, Posyandu Remaja menyelenggarakan program-program pendidikan tentang gizi, menyebarluaskan informasi mengenai pencegahan anemia, memantau status gizi remaja, serta memberikan suplemen zat besi kepada remaja putri. Tujuan dari inisiatif-inisiatif ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja mengenai strategi pencegahan anemia sejak dini (Yogyakarta, 2023).

Kekurangan darah (Anemia) pada remaja putri telah menjadi masalah kesehatan yang mendunia dalam satu dekade terakhir. (World Health Organization, 2025) melaporkan jika anemia tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat global yang signifikan. Data tersebut memperlihatkan bahwa tingkat kejadian anemia pada

wanita usia reproduksi mencapai sekitar 30,7% pada tahun 2023, dan angka tersebut belum mengalami Telah ditemukan penurunan yang signifikan dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa anemia tetap menjadi masalah kesehatan global yang serius, terutama di kalangan remaja putri. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan dan menstruasi, yang dapat menyebabkan penurunan volume darah.

Di Indonesia, kasus anemia di kalangan remaja putri tetap menjadi isu kesehatan yang perlu diperhatikan. Prevalensi anemia di kalangan remaja putri di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius dan memerlukan penanganan segera. (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018) permasalahan pada remaja putri juga terlihat jelas pada tingkat daerah, khususnya di Provinsi Jawa Timur. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan remaja putri masih berada pada kisaran 42-52%. Angka tersebut menunjukkan bahwa hampir separuh remaja putri di Jawa Timur mengalami anemia, sehingga permasalahan ini tidak dapat dianggap sebagai kasus individual, melainkan telah menjadi masalah kesehatan masyarakat di tingkat provinsi. Kondisi serupa juga ditemukan di Sidoarjo. (Pemerintah Kabupaten Sidoarjo, 2024) melaporkan peningkatan kejadian anemia di kalangan remaja putri meningkat dari 32,9% pada tahun 2020 menjadi 51,6% pada tahun 2023. Peningkatan ini menunjukkan bahwa masalah anemia di kalangan remaja putri tidak hanya meluas di tingkat provinsi, tetapi juga semakin mengkhawatirkan di tingkat kabupaten, termasuk wilayah Sidoarjo sebagai lokasi penelitian.

Kejadian anemia pada remaja putri terjadi secara bertahap dan dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk aspek biologis, perilaku, dan lingkungan. Rendahnya pengetahuan tentang anemia dapat menyebabkan perilaku konsumsi yang tidak sesuai, rendahnya kepatuhan terhadap upaya pencegahan, dan pada akhirnya meningkatkan risiko anemia. Oleh karena itu, kondisi ini tidak muncul secara mendadak dan membutuhkan upaya penanganan yang berkelanjutan.

Sebagai upaya pencegahan, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaksanakan berbagai intervensi, termasuk pemberian tablet tambah darah. Namun, (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022a). melaporkan bahwa kejadian anemia masih berada pada kisaran 30-40% yang menunjukkan bahwa efektifitas masih belum optimal. Rendahnya pengetahuan gizi dan kepatuhan konsumsi tablet zat besi salah satu faktor yang menjadi penentu keberhasilan program ini. Menambah pengetahuan remaja putri tentang anemia dan cara mencegahnya merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah ini. Temuan dari penelitian sebelumnya mendukung pentingnya peningkatan pengetahuan sebagai landasan untuk mencegah anemia.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2022) menelaah prevalensi anemia pada remaja putri di Provinsi Jawa Barat serta faktor-faktor yang terkait dengan kejadian tersebut. Temuan penelitian menunjukkan sekitar 14,3% remaja putri menderita anemia, dengan faktor-faktor yang memiliki hubungan signifikan meliputi pola menstruasi, tingkat asupan zat besi, dan status gizi. Selain itu, penelitian tersebut juga mengungkap bahwa anemia berdampak terhadap kualitas hidup remaja, khususnya pada aktivitas sehari-hari dan hubungan sosial. Temuan

ini menegaskan bahwa kurangnya pengetahuan tidak hanya memengaruhi kondisi fisik, tetapi juga berimplikasi pada fungsi sosial dan kesejahteraan remaja

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Kristiyani et al., 2024) Dapat disimpulkan bahwa efektivitas edukasi kesehatan yang dilakukan melalui WhatsApp group, terutama terkait penanganan anemia, dipengaruhi oleh tingkat pemahaman dan kepatuhan para remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi pendidikan meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja tentang mengonsumsi suplemen zat besi. Studi ini menunjukkan bahwa pendekatan yang terstruktur dan berkelanjutan, yang disampaikan melalui media digital, merupakan metode yang efisien untuk mengembangkan pemahaman dan mendorong perilaku positif terkait anemia, meskipun terdapat keterbatasan pada metode pendidikan konvensional terkait cakupan dan kelangsungan penyampaian informasi.

Seiring dengan berkembangnya teknologi informasi, media digital menjadi sarana yang potensial dalam menyampaikan edukasi kesehatan. Penelitian (Laurence et al., 2025). menyatakan bahwa pengguna WhatsApp group secara langsung mampu meningkatkan pengetahuan dan kedisiplinan remaja putri dalam mengonsumsi suplemen zat besi melalui pengingat rutin serta penyampaian informasi yang sederhana namun konsisten. Hal ini sejalan dengan penemuan (Yang & Van Stee, 2019) yang mengatakan bahwa mHealth efektif dalam mendukung promosi kesehatan

Penelitian ini memiliki nilai sebagai Upaya mendukung program pencegahan anemia melalui pendekatan peningkatan pengetahuan remaja putri. Kebaruan

penelitian ini terletak pada pemanfaatan eduhealth gizi berbasis whatsapp sebagai media edukasi terstruktur untuk menganalisis pengaruh terhadap pengetahuan pada remaja putri di Mts Ma'arif ketegan. Berdasarkan latar belakang tersebut, perlunya edukasi gizi melalui media sosial dinilai sebagai solusi yang baik karena mudah diakses, biaya rendah, memungkinkan interaksi dua arah, serta dapat menyampaikan materi dalam berbagai format. Melalui platfrom ini, materi edukasi dapat rutin disertai dengan diskusi interaktif, sehingga mampu meningkatkan pemahaman dan perbaikan perilaku gizi remaja putri dalam mencegah anemia. peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Eduhealth Gizi terhadap Prngetahuan Anemia pada Remaja Putri” di MTS Ma'arif Ketegan menggunakan metode kuantitatif.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh Eduhealth gizi terhadap Pengetahuan anemia pada remaja putri di MTS Ma'arif ketegan Tanggulangin Sidoarjo

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh eduhealth gizi terhadap pengetahuan anemia pada remaja putri di MTS Ma'arif ketegan Tanggulangin Sidoarjo

### **1.3.2 Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri sebelum pemberian Eduhealth gizi di MTS Ma'arif Ketegan Tanggulangin Sidoarjo.
- b. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri setelah pemberian Eduhealth gizi di MTS Ma'arif Ketegan Tanggulangin Sidoarjo.
- c. Menganalisis pengaruh Eduhealth gizi terhadap pengetahuan anemia pada remaja putri di MTS Ma'aif Ketegan Tanggulangin Sidoarjo.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoretis maupun praktis

#### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan di bidang gizi dan kesehatan remaja, khususnya mengenai pemanfaatan edukasi gizi berbasis media digital dalam pencegahan anemia pada remaja putri.

#### **1.4.2 Bagi Remaja Putri**

Sebagai sarana peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang anemia serta upaya pencegahannya

#### **1.4.3 Bagi Instansi**

Dapat dijadikan bahan refrensi dalam pengembangan program edukasi kesehatan remaja di lingkungan sekolah

#### **1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dapat digunakan sebagai referensi dan dasar pengembangan penelitian selanjutnya terkait edukasi gizi dan anemia pada remaja.

