

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia ialah keadaan kondisi dimana konsentrasi hemoglobin (Hb) atau jumlah eritrosit dalam darah lebih rendah dari ambang normal yang ditetapkan. Secara umum, kadar hemoglobin normal pada pria dan wanita cenderung berbeda satu sama lain (Mularsih, 2017). Untuk remaja putri Hb normal adalah 12-15 gr/dl serta remaja putra yaitu 12-17 gr/dl (Runiari & Hartati, 2020). Kriteria WHO menyatakan anemia ditetapkan ketika kadar hemoglobin yang ada pada darah kurang dari 11 gr/dl pada ibu hamil serta anak usia 6 bulan hingga 6 tahun, kurang dari 12 gr/dl pada wanita tidak hamil dan anak usia 6-14 tahun, serta kurang dari 13 gr/dl pada pria dewasa.

Remaja merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa yang ditandai dengan perubahan bertahap dalam aspek fisik, mental, serta kondisi sosial dan ekonomi. Lama masa remaja dipengaruhi oleh faktor dalam diri, seperti pembentukan kepribadian, serta faktor luar, seperti lingkungan sosial, budaya, dan latar belakang historis. Pada fase ini, risiko anemia cenderung meningkat karena tubuh mengalami pertumbuhan cepat yang memerlukan nutrisi memadai. Namun, sering kali kebutuhan gizi yang memadai tidak terpenuhi, sehingga dapat menyebabkan berbagai kondisi kesehatan, termasuk anemia (Lestarina dkk, 2017).

Tingginya prevalensi anemia pada remaja putri dipicu karena adanya kebutuhan zat besi yang meningkat seiring dengan proses pertumbuhan, kehilangan darah selama menstruasi, serta ketidakseimbangan antara tingginya kebutuhan zat

besi untuk produksi hemoglobin dan rendahnya konsumsi makanan kaya zat besi. Selain itu, pola makan yang tidak teratur, kurangnya minat terhadap makanan yang mengandung tinggi zat besi, seperti sayuran hijau berdaun lebar, serta adanya zat penghambat tersenyernya zat besi dalam makanan, contohnya fitat dan tanin, turut berkontribusi terhadap risiko anemia (Biradar dkk, 2022). Penelitian Anggoro (2020), terdapat berbagai faktor yang berperan dalam terjadinya anemia pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Kalibawang. Faktor-faktor tersebut meliputi tingkat pengetahuan remaja tentang anemia, sikap mereka terhadap kondisi tersebut, pola makan sehari-hari, serta tingkat pendapatan keluarga.

Tingkat kejadian anemia pada wanita yang tidak sedang hamil dari laporan *World Health Organization (WHO)* pada *World Health Statistic* pada tahun 2021, prevalensi anemia pada wanita tidak hamil usia 15-49 tahun mencapai 29,6%. Data ini menunjukkan bahwa kelompok remaja juga termasuk dalam kategori tersebut. Data yang dilaporkan oleh Survey Kesehatan Indonesia (BPS, 2023), Indonesia memiliki prevalensi anemia yaitu 15,5% pada umur 15-24 tahun. Seksi Kesehatan Keluarga (Profil Kesehatan Provinsi Bali, 2023), melaporkan ada 5 kabupaten yang mendapat capaian 100% pada indikator calon pengantin (cantin) perempuan mendapatkan layanan kesehatan yaitu Kabupaten Tabanan, Klungkung, Karangasem, Gianyar dan Kota Denpasar. Remaja dengan anemia tertinggi berada di Kabupaten Gianyar dengan persentase 13,6% dan terendah ada di kabupaten Tabanan sebesar 1,2%. Kabupaten Gianyar merupakan kabupaten yang memiliki angka remaja perempuan serta calon pengantin perempuan anemia tertinggi di Provinsi Bali.

Anemia pada remaja putri dapat mengakibatkan kelelahan, menurunnya konsentrasi dalam belajar, serta berdampak pada prestasi akademik dan produktivitas kerja. Di samping itu, anemia dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh, sehingga meningkatkan risiko terkena penyakit atau infeksi. Kulit pucat menjadi salah satu tanda utama anemia, yang disebabkan oleh berkurangnya jumlah darah, rendahnya kadar hemoglobin, serta penyempitan pembuluh darah guna mengoptimalkan distribusi oksigen. Gejala lainnya meliputi rasa lemah, letih, lesu, sakit kepala (pusing), dan pandangan yang kabur (Aulya dkk, 2022). Remaja putri yang kelak memasuki masa kehamilan setelah menikah berisiko mengalami berbagai komplikasi jika menderita anemia. Ibu hamil dengan anemia memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami keguguran, perdarahan saat persalinan, serta lahirnya bayi dengan berat badan rendah (Runiari and Hartati, 2020).

Salah satu langkah yang diambil pemerintah untuk mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri adalah dengan menyediakan suplemen zat gizi dan asam folat dalam bentuk tablet tambah darah (TTD). Program ini ditargetkan untuk remaja putri di tingkat SMP, SMA, serta yang berada di luar sekolah sebagai strategi dalam mengatasi permasalahan gizi. Pendistribusian tablet tambah darah untuk remaja putri adalah salah satu bagian dari Program Pencegahan dan Penanganan Anemia bagi Remaja Putri serta Wanita Usia Subur (WUS). Salah satu tujuan utama program ini adalah meningkatkan ketaatan remaja putri dalam mengonsumsi tablet penambah darah, dengan demikian akhirnya dapat menekan prevalensi anemia di kalangan remaja putri (Kemenkes, 2018).

Edukasi kesehatan berperan penting untuk meningkatkan pengetahuan serta sikap remaja atas anemia, akibatnya dapat membantu dalam upaya pencegahan.

Keberhasilan edukasi kesehatan memerlukan dukungan alat bantu atau media yang efektif dalam penyampaian materi. Penggunaan media edukasi menjadi aspek krusial karena dapat mempermudah pemahaman terhadap informasi yang diberikan. Media pembelajaran yang tepat tidak hanya membantu siswa memperoleh pengetahuan, tetapi juga meningkatkan motivasi, menumbuhkan semangat belajar, serta berkontribusi pada peningkatan kualitas pendidikan (Indah, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Nabila (2024), membuktikan ada keterkaitan antara tingkat pengetahuan dengan kasus anemia pada remaja putri. Remaja putri yang memiliki pemahaman baik tentang anemia cenderung lebih memperhatikan asupan makanannya guna memenuhi kebutuhan gizi dan mencegah anemia. Penelitian yang dilakukan oleh Handayani, Yunita dan Kabuhung (2025), menyatakan media video mampu meningkatkan pengetahuan tentang anemia karena dapat mengoptimalkan dalam penerimaan informasi dari video.

Tingkat prevalensi anemia pada remaja di Kabupaten Gianyar yang mencapai 13,6% menunjukkan bahwa masalah ini masih menjadi isu kesehatan yang perlu mendapat perhatian, terutama di kalangan remaja putri. SMA Negeri 1 Gianyar, dengan jumlah siswi yang cukup besar, merupakan lokasi strategis untuk mengedukasi mengenai pencegahan anemia. Mengingat peran penting pendidikan kesehatan dalam upaya pencegahan, pemanfaatan media yang menarik, seperti video, dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan minat dan pemahaman remaja putri tentang pentingnya mencegah anemia.

Dengan demikian, penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Gianyar untuk mengevaluasi sejauh mana pendidikan kesehatan melalui video pembelajaran dapat

memengaruhi tingkat pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam upaya menurunkan prevalensi anemia di Kabupaten Gianyar. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Pembelajaran terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia di SMA Negeri 1 Gianyar.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Video Pembelajaran terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia di SMA Negeri 1 Gianyar?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh video pembelajaran terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia.

2. Tujuan Khusus

- a Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media video pembelajaran tentang pencegahan anemia di SMA Negeri 1 Gianyar.
- b Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video pembelajaran tentang pencegahan anemia di SMA Negeri 1 Gianyar.
- c Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video pembelajaran terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia di SMA Negeri 1 Gianyar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pustaka dan pengembangan ilmu tentang upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

b. Bagi perkembangan ilmu keperawatan

Memberikan justifikasi bahwa pendidikan kesehatan merupakan hal yang penting dilaksanakan untuk mencegah terjadinya anemia.

c. Bagi peneliti

Hasil ilmu ini dapat memberikan informasi atau gambaran untuk peneliti dan pengembangan peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat dalam pemberian pengetahuan yang lebih baik tentang pencegahan anemia, remaja putri diharapkan dapat mengubah pola hidup mereka menjadi lebih sehat, seperti menjaga pola makan, mengonsumsi makanan bergizi, dan menghindari kebiasaan yang berisiko terhadap kesehatan. Video dapat berfungsi sebagai media yang menarik dan motivasional untuk mendorong perubahan perilaku yang lebih positif terkait kesehatan.