

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia terjadi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah normal. Eritrosit, atau sel darah merah, terdiri dari hemoglobin, yang memainkan peran dalam mengangkut oksigen dan menyebarkaninya di seluruh tubuh. Berbagai gejala, seperti kesulitan berkonsentrasi dan kelelahan saat menjalani aktivitas sehari-hari, dapat disebabkan oleh kekurangan oksigen di otot dan otak (Kemenkes 2018).

Salah satu masalah kesehatan masyarakat yang selalu menjadi fokus perhatian di seluruh dunia adalah anemia, khususnya di kelompok remaja. Menurut *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa pada tahun 2023, prevalensi anemia pada wanita di usia 15 hingga 49 tahun di seluruh dunia akan meningkat dari 27,6% pada tahun 2012 menjadi 30,7% pada 2023, wilayah yang paling banyak terkena dampaknya Asia Tenggara 46.4% dan Afrika 36.5%. Target penurunan angka tersebut hingga 50% pada tahun 2030 (WHO, 2025). Di Indonesia, angka anemia masih dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 persentase anemia pada remaja 18,4 % mengalami peningkatan tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja mencapai sekitar 32% (Kemenkes 2018). Data terbaru pada menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, proporsi hasil pemeriksaan kadar hemoglobin menurut karakteristik, yang mengalami anemia usia 15–24 tahun sebanyak 15,5% (Kemenkes RI, 2023). Pada tahun 2024, Dinas Kesehatan Kota Bengkulu melaporkan bahwa 37% remaja putri mengalami

anemia dengan 267 kasus pada remaja SMP dan 214 kasus pada remaja SMA. Kasus tertinggi tercatat di wilayah Puskesmas Telaga Dewa yaitu sebesar 39,6% pada remaja SMP. (Dinkes Provinsi Bengkulu, 2024). Dari hasil survei data terbaru dari puskesmas Telaga Dewa menunjuk ada 35,08% Remaja SMP mengalami anemia dengan data tertinggi pada SMP N 20 kota Bengkulu yaitu 48,2 % mengalami anemia.

Remaja putri berisiko lebih tinggi untuk mengidap anemia dari pada laki-laki. Ini disebabkan oleh hilangnya darah selama periode menstruasi setiap bulan dan kebutuhan nutrisi yang meningkat selama fase pertumbuhan. Selain itu, pada masa remaja, proses pengembangan organ reproduksi terjadi yang membutuhkan asupan gizi makro dan mikro, seperti zat besi dalam jumlah yang memadai, untuk membantu pembentukan hemoglobin (Naomi *et al.*, 2024). Kurang asupan zat besi, yang berfungsi penting sebagai komponen struktural dalam pembentukan hemoglobin, merupakan salah satu faktor yang menyebabkan anemia. Akan tetapi kurangnya pengetahuan tentang zat besi sehingga remaja putri lebih sering mengonsumsi makanan tinggi kalori, lemak, dan natrium, seperti *junk food*, dan tidak mengonsumsi makanan yang kaya zat besi dapat mengakibatkan terhambatnya penyerapan zat besi di dalam tubuh (Hidayati and Sulastri 2023).

Usaha pemerintah dalam mengatasi anemia diatur dalam PERMENKES No.88 Tahun 2014 tentang standar tablet penambah darah untuk wanita usia subur dan wanita hamil, pemerintah mengatasi anemia remaja putri dengan menyediakan suplemen zat besi atau tablet penambah darah secara teratur. Informasi (Kementerian Kesehatan, Indonesia, 2023), hanya 73,5% dari anak perempuan

berusia 10-19 tahun yang telah menerima atau membeli tablet penambah darah menurut SKI 2023 dalam 12 bulan terakhir. Mengenai alasan utama mengapa remaja perempuan berusia 10-19 tahun tidak mengonsumsi atau menghabiskan tablet penambah darah yang mereka dapatkan dari sekolah dalam setahun terakhir, 92,5% dari mereka tidak menghabiskannya atau tidak meminumnya karena lupa, merasa tidak perlu, tidak menyukai rasa atau aroma, hanya meminumnya saat menstruasi, mengalami efek samping, menganggapnya seperti obat, merasa bosan, atau tablet tersebut belum habis. Di provinsi Bengkulu Berdasarkan alasan utama mengapa remaja perempuan berusia 10-19 tahun tidak menerima atau membeli tablet zat besi dalam setahun terakhir menurut SKI 2023, sekitar 95,6% dari mereka tidak mendapatkan atau mengonsumsi tablet zat besi karena berbagai alasan: tidak diberikan oleh tenaga medis, persediaan sudah habis, merasa tidak perlu atau tidak bermanfaat, tidak menyukai rasa atau bau tablet, mengalami efek samping, mengira itu obat, tidak memiliki uang, atau tidak mengetahui tentangnya. Dari 95,6% alasan utama tidak mengonsumsi tablet zat besi tersebut, sekitar 43,5% dikarenakan mereka tidak memahami seberapa pentingnya atau cara mengonsumsinya. TTD adalah salah satu sumber asupan zat besi, tetapi sangat sedikit orang yang mematuhi (Aditianti et al., 2018). Penelitian (Siyami et al., 2023) mengungkapkan bahwa koneksi yang cukup nyata antara konsistensi individu dalam mengonsumsi suplemen zat besi dan kehadiran anemia. Salah satu faktor yang memengaruhi apakah remaja perempuan mengambil tablet besi mereka adalah pandangan mereka terhadap pemakaiannya. Ketidaktahuan, sikap, dan tindakan yang kurang terkait anemia di kalangan remaja perempuan menyebabkan banyak

dari mereka tidak mampu mengikuti pola makan yang sehat atau memperoleh cukup zat besi, sehingga upaya mereka dalam mencegah anemia menjadi kurang berhasil (Izdihar et al., 2022). Dengan demikian diperlukan intervensi edukatif untuk peningkatan perilaku di kalangan remaja putri dengan edukasi tentang pengetahuan pentingnya konsumsi TTD serta konsumsi zat besi untuk mencegah anemia pada remaja.

Dengan kemajuan era digital, peran media sosial dalam pendidikan gizi semakin menjadi sangat penting. Saat ini, berbagai platform digital, seperti website kesehatan, aplikasi ponsel, serta media sosial (*Instagram, TikTok, Facebook, dan YouTube*) menjadi sarana utama dalam penyebaran informasi kesehatan. Agar komunikasi mengenai gizi berjalan dengan baik, penting bagi masyarakat untuk menggunakan bahasa lokal yang sesuai, mudah dimengerti, dan menarik. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tindakan melalui platform digital memiliki kapasitas besar untuk mengubah perilaku dan pengetahuan mengenai gizi di kalangan remaja (Manik et al., 2025). Edukasi gizi memerlukan media yang dapat membantu responden memahami materi dengan lebih mudah. *Google sites* sangat disarankan sebagai media edukasi pada remaja yang bersifat interaktif dan efektif (Islanda et al 2023). Hasil penelitian (Andianto et al 2025) menyimpulkan bahwa penggunaan media digital sebagai sarana edukasi kesehatan sangat berhasil memperdalam pengetahuan remaja perempuan mengenai pencegahan anemia. Hal ini karena media digital terbukti memberikan akses informasi yang mudah, memungkinkan interaksi, serta memberikan pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi makanan bergizi dan suplementasi zat besi. Oleh karena itu, web dari

google sites harus dikembangkan dan dioptimalkan. Penelitian dari (Ridho & Amir, 2021) menunjukkan Hasil analisis dan pengujian model pembelajaran yang dilakukan menunjukkan bahwa model pembelajaran konvensional menunjukkan kemampuan belajar siswa di bawah 70%, sedangkan media pembelajaran berbasis web menunjukkan peningkatan kemampuan belajar di atas 80%.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi gizi berbasis *google sites* terhadap perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP kota Bengkulu tahun 2026

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh edukasi gizi berbasis *google sites* terhadap perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP kota Bengkulu tahun 2026

2. Tujuan Khusus

- a) Diketahui gambaran karakteristik usia pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- b) Diketahui gambaran perilaku (pengetahuan, sikap, dan praktik) konsumsi tablet tambah darah sebelum pada kelompok intervensi dan kontrol
- c) Diketahui gambaran perilaku (pengetahuan, sikap, dan praktik) konsumsi tablet tambah darah sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol

- d) Diketahui perbedaan perilaku (pengetahuan, sikap, dan praktik) konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol.
- e) Diketahui perbedaan perilaku (Pengetahuan ,sikap dan praktik) konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah antara kelompok intervensi dan kontrol
- f) Diketahui pengaruh edukasi gizi berbasis *google sites* dibandingkan dengan kelompok yang mendapat edukasi melalui *leaflet* terhadap perilaku (Pengetahuan ,sikap dan praktik) konsumsi tablet tambah darah.

1.4 Manfaat

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu sumber untuk mengembangkan penelitian selanjutnya seperti edukasi gizi menggunakan *google sites* menjadi lebih luas lagi jangkauannya.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat edukasi gizi menggunakan *google sites* dapat meningkatkan pengetahuan tentang gizi.

3. Bagi Akademisi

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang potensi dari edukasi gizi menggunakan *google sites* menjadi alat edukasi yang mudah di akses dan dijangkau oleh masyarakat.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Utama Penelitian
Husnul Khotimah, Martinus Ginting, & Iman Jaladri (2020)	Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Facebook terhadap Pengetahuan Anemia dan Konsumsi Protein, Zat Besi, serta Vitamin C pada Remaja Putri di Desa Tebas Kuala	Eksperimen dengan one group pretest-posttest design	Peningkatan signifikan pengetahuan & konsumsi zat besi ($p=0,000$). Media sosial efektif untuk edukasi remaja.
Hanifah Diah Aulya, Andi Mansur Sulolipu, & Fairus Prihatin Idris (2025)	Pengaruh Edukasi Melalui Aplikasi TikTok terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah di MAN 2 Makassar	Quasi experiment dengan pre-test post-test control group design	TikTok meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan ($p=0,000$). Video pendek menarik dan mudah dipahami.
Podojoyo, Yuli Hartati, Apriyana Siregar, & Nurul Salasa Nilawati (2023)	Edukasi Menggunakan Media E-Booklet untuk Meningkatkan Kadar Hb dan Asupan Zat Gizi dalam Upaya Pencegahan Anemia Remaja Putri	Kegiatan pengabdian masyarakat dengan pendekatan edukatif pra-pasca intervensi	E-booklet meningkatkan kadar Hb & asupan zat gizi. Media digital sederhana efektif memperbaiki perilaku gizi.
Maria Magdalena Mue Juwa (2023)	Pengaruh Edukasi tentang Anemia melalui Media Video dan Pesan Teks WhatsApp terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di Universitas Citra Bangsa Kupang	Quasi experiment pre-test post-test with control group design	Media video lebih efektif dari teks ($p<0,05$). Meningkatkan pengetahuan 38,7% & sikap positif 2,2 kali lebih tinggi.

Pada penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa berbagai platform digital seperti *Facebook*, *Tik Tok*, *e-booklet*, dan video dapat membantu remaja memperoleh pengetahuan dan perilaku gizi yang lebih baik. Namun, belum ada penelitian yang secara khusus mengembangkan edukasi berbasis platform multimedia seperti *google sites* terhadap konsumsi TTD pada remaja putri.