

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia masih menjadi masalah gizi yang sering dijumpai di seluruh dunia terutama negara berkembang seperti Indonesia. Anemia dialami oleh sekitar sepertiga penduduk dunia (Chaparro dan Suchdev, 2019). 15% di antaranya terjadi pada kelompok remaja (Al-jermmy *et al.*, 2022). Anemia lebih rentan dialami remaja putri, karena mereka mengalami menstruasi setiap bulan sehingga mengakibatkan kehilangan darah yang meningkatkan risiko anemia (Az-zahra dan Kurniasari, 2022).

Prevalensi anemia pada remaja putri di negara berkembang mencapai 53,7% (WHO, 2020). Di Indonesia, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) menunjukkan prevalensi anemia remaja putri usia 5–15 tahun yaitu sebesar 16,3% (Kemenkes, 2023). Prevalensi anemia pada remaja putri di Kabupaten Tasikmalaya lebih tinggi dari prevalensi nasional, yaitu 19,78%, dan di wilayah kerja Puskesmas Rajapolah mencapai 35,24% (Dinkes Kabupaten Tasikmalaya, 2024). Menurut klasifikasi WHO, prevalensi anemia sebesar 20–39% dikategorikan sebagai masalah kesehatan masyarakat sedang (WHO, 2025a). Berdasarkan data dari Puskesmas Rajapolah tahun 2025, Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Rajapolah (SMPN 1 Rajapolah) dilaporkan sebagai sekolah dengan kasus anemia tertinggi yaitu sebesar 35,91%.

Dampak anemia pada remaja putri menyebabkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan yang memengaruhi prestasi belajar (Theresia

et al., 2022). Anemia membuat penderitanya lesu, pucat, mudah lelah, serta nafsu makan berkurang (Ariani *et al.*, 2023). Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan dampak jangka panjang, karena di kemudian hari mereka akan mengalami kehamilan dan melahirkan. Anemia selama kehamilan meningkatkan risiko kematian ibu, kelahiran prematur, bayi dengan berat lahir rendah (BBLR), serta meningkatkan kemungkinan terjadinya stunting pada anak (Theresia *et al.*, 2022). Anemia perlu ditangani ketika masih remaja agar saat kehamilan sudah kuat melahirkan generasi yang lebih baik (Dwiningrum dan Fauzia, 2022).

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian anemia pada remaja putri adalah rendahnya pengetahuan (Abu-Baker *et al.*, 2021). Studi di Indonesia menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang anemia masih rendah. Sebanyak 59,9% responden berada pada kategori kurang dan belum memahami definisi, gejala, penyebab, serta pemenuhan zat gizi (Silitonga *et al.*, 2023). Studi di Jawa Barat juga melaporkan bahwa hanya 32,4% remaja putri yang memahami diagnosis anemia (Khomsan *et al.*, 2025).

Edukasi gizi merupakan strategi penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia mengenai tanda, gejala, penyebab, dampak, serta langkah pencegahan dan penanganannya. Pengetahuan gizi yang baik dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemenuhan zat gizi dan pola makan sehat, sehingga berdampak positif pada status kesehatan (Jalambo *et al.*, 2017). Edukasi anemia pada remaja putri penting karena anemia berdampak pada konsentrasi dan menurunkan prestasi belajar (Yewodiaw *et al.*, 2025). Edukasi

ini juga mendukung kesiapan kesehatan reproduksi sebelum kehamilan, sehingga berkontribusi pada lahirnya generasi yang lebih sehat di masa depan (UNICEF, 2024). Pelaksanaan edukasi memerlukan media pembelajaran agar prosesnya lebih efektif, efisien, menarik, dan sesuai karakteristik peserta didik (Wahidin, 2024).

Beragam media dapat digunakan dalam edukasi kesehatan dan gizi seperti media cetak, *flipchart*, dan media digital (Waryana *et al.*, 2022). Media cetak seperti *booklet*, *leaflet*, dan *flyer* hanya merangsang indra penglihatan, demikian pula *flipchart*. Media digital seperti radio dan *podcast* hanya menstimulasi pendengaran, sedangkan televisi bersifat audiovisual namun terikat jadwal tayang. Media video memiliki keunggulan dibandingkan media lain karena memadukan unsur audio dan visual, dapat dikemas secara interaktif, serta diakses fleksibel melalui internet (Fadilah *et al.*, 2023; Shi, 2024). Pengetahuan yang diperoleh melalui penglihatan yaitu sekitar 75–87% dan 13–25% melalui pendengaran (Salsabila dan Sumartini, 2019). Pembelajaran berbasis video terbukti meningkatkan hasil belajar dengan capaian pemahaman sekitar 70-80% (Ploetzner, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa media audiovisual, khususnya video, efektif dalam meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja putri. Sianipar *et al.* (2022), melaporkan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi edukasi menggunakan media audiovisual, namun pengukuran hanya dilakukan pada *pre-test* dan *post-test* tanpa evaluasi lanjutan sehingga belum menggambarkan keberlanjutan efek intervensi. Amperatmoko *et al.* (2022),

juga menunjukkan bahwa media audiovisual yang melibatkan indra penglihatan dan pendengaran mampu meningkatkan pemahaman informasi secara lebih optimal, tetapi pengukuran terbatas pada efek segera setelah intervensi tanpa menilai retensi pengetahuan dalam periode tertentu. Pengembangan penelitian oleh Jyothimol *et al.* (2025), telah memasukkan pengukuran *follow-up* dan menunjukkan bahwa pengetahuan dapat dipertahankan hingga satu minggu setelah intervensi edukasi anemia berbasis audiovisual.

Keterbatasan durasi pengukuran pada penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa kajian mengenai retensi pengetahuan dalam jangka waktu lebih panjang belum diukur, sehingga keberlanjutan efek intervensi belum dapat dilihat. Penelitian ini memperpanjang waktu *follow-up* menjadi dua minggu untuk menilai keberlanjutan efek edukasi gizi berbasis video setelah intervensi diberikan (Wijaya *et al.*, 2024).

Hasil wawancara dengan ahli gizi Puskesmas Rajapolah pada 11 Agustus 2025, menunjukkan bahwa kegiatan edukasi gizi di SMPN 1 Rajapolah masih jarang dilakukan karena banyaknya sasaran edukasi yang harus dijangkau, terutama edukasi menggunakan media audiovisual seperti video. Selain itu, hasil wawancara dengan wakil kepala sekolah bidang kesiswaan pada 22 September 2025, menunjukkan bahwa masih banyak siswi yang tidak mengonsumsi tablet tambah darah, yang mengindikasikan rendahnya pengetahuan dan kesadaran terhadap pentingnya pencegahan dan penanganan anemia.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat perbedaan skor pengetahuan tentang anemia sebelum dan setelah intervensi edukasi gizi menggunakan media video pada remaja putri?
2. Apakah terdapat perbedaan skor pengetahuan tentang anemia sebelum dan dua minggu setelah intervensi edukasi gizi menggunakan media video pada remaja putri?
3. Apakah terdapat perbedaan skor pengetahuan tentang anemia segera setelah intervensi dan dua minggu setelah intervensi edukasi gizi menggunakan media video pada remaja putri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis intervensi edukasi gizi menggunakan media video terhadap perbedaan skor pengetahuan anemia pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan anemia sebelum dan sesudah intervensi edukasi gizi menggunakan media video pada remaja putri.
- b. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan anemia sebelum dan dua minggu setelah intervensi edukasi gizi menggunakan media video pada remaja putri.
- c. Menganalisis perbedaan skor pengetahuan anemia segera setelah intervensi dan dua minggu setelah intervensi edukasi gizi menggunakan media video pada remaja putri.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Masalah penelitian yang diambil adalah intervensi edukasi gizi menggunakan media video terhadap perbedaan skor pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMPN 1 Rajapolah.

2. Lingkup Metode

Jenis penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan desain *one group pre-test post-test without control*. Desain dipilih untuk melihat perbedaan skor pengetahuan melalui perbandingan sebelum dan sesudah intervensi edukasi gizi menggunakan video pada satu kelompok yang sama.

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan penelitian ini adalah gizi masyarakat, dengan fokus pada upaya promosi kesehatan melalui edukasi gizi menggunakan media video dalam meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja putri.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian dilakukan pada siswi kelas VIII di SMPN 1 Rajapolah.

5. Lingkup Tempat dan Waktu

Penelitian dilakukan di SMPN 1 Rajapolah yang berada di Jl. Kebon Kalapa No. 48, Desa Manggungjaya, Kecamatan Rajapolah, Kabupaten Tasikmalaya. Penyusunan proposal dimulai sejak bulan Agustus 2025. Selanjutnya, pengambilan data di lapangan dilakukan pada bulan Januari-Februari 2026. Selesai seluruh rangkaian penelitian pada bulan April 2026.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Penelitian ini menjadi sarana pembelajaran bagi penulis dalam menerapkan ilmu gizi masyarakat, khususnya mengenai video edukasi gizi serta meningkatkan kemampuan dalam melakukan penelitian ilmiah.

2. Bagi Institusi Pendidikan (Program Studi Gizi Universitas Siliwangi)

Menambah kepustakaan serta menjadi bahan masukan dalam pengembangan penelitian terkait media edukasi gizi, khususnya edukasi anemia pada remaja.

3. Bagi Institusi Tempat Penelitian

Memberikan tambahan pengetahuan bagi siswi SMPN 1 Rajapolah dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia, serta sebagai bahan pertimbangan bagi sekolah maupun puskesmas dalam program edukasi gizi.