

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja adalah masa tumbuh kembang manusia setelah periode anak-anak dan sebelum masa dewasa terjadi pada rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2017). Usia remaja biasanya terjadi perubahan hormonal atau pubertas. Pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang terjadi selama masa remaja awal. Pubertas tercapai pada umur 12-16 tahun. Remaja mengalami perubahan secara signifikan pada masa pubertas. Masa remaja terjadi peningkatan hormon seksual seperti progesteron dan esterogen. Peningkatan hormon progesteron dan esterogen menyebabkan perubahan pada tubuh remaja (Suyanti., 2018).

Remaja putri rentan terkena berbagai penyakit salah satunya adalah anemia dan malnutrisi. Gizi sangat dibutuhkan bagi remaja untuk memenuhi kebutuhan energinya. Untuk memenuhi kebutuhan gizi yang dapat dilakukan adalah mengkonsumsi makanan sesuai dengan pedoman gizi seimbang. Remaja putri sangat memerlukan zat gizi yang spesifik seperti zat gizi mikro dan makro. Selain mengkonsumsi makanan yang bergizi remaja putri juga harus melakukan olahraga secara rutin. Olahraga dibutuhkan karena memiliki berbagai manfaat yaitu menjaga stamina tubuh, mengendalikan berat badan, dan dapat mencegah berbagai penyakit (Adlina, 2021). Apabila pada remaja putri tidak dapat memenuhi kebutuhan zat gizi mikro dan makro maka akan rentan terkena penyakit anemia.

Anemia adalah kondisi dimana hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari biasanya. Kadar hemoglobin normal pada remaja putri 12-15 g/dl (Adriani, 2017). Prevalensi anemia pada remaja putri yaitu 23%, lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki yang prevalensinya 17% (Kemenkes, 2018). Remaja putri lebih berisiko terkena anemia dibandingkan remaja laki-laki. Hal ini dikarenakan kondisi menstruasi pada remaja putri (Abdul, 2017). Remaja putri rentan terkena anemia karena beberapa faktor diantaranya yaitu, menstruasi, kurangnya kebutuhan energi

dan kebutuhan gizi, serta diet yang dilakukan tanpa saran dari ahli gizi. Jika tidak dicegah dan diatasi dengan baik maka akan menimbulkan dampak negatif yang akan dirasakan pada kegiatan sehari-hari seperti, mudah terkena penyakit, menurunnya semangat belajar, serta berkurangnya daya pikir dan konsentrasi (Kemenkes, 2016).

Remaja putri cenderung gemar melakukan diet. Diet yang biasanya dilakukan oleh remaja putri yaitu diet populer. Diet populer yang dilakukan remaja putri biasanya tidak dilakukan berdasarkan saran dari ahli gizi. Pola diet tersebut terkadang memiliki dampak positif dan negatif. Jika diet tersebut dilakukan sesuai dengan saran ahli gizi maka akan berdampak baik bagi kesehatan tubuh. Jika sebaliknya, maka akan memiliki dampak yang kurang baik bagi tubuh.

Sekretariat Wakil Presiden (2021) menyatakan bahwa upaya pemerintah untuk menangani anemia adalah dengan melakukan pemberian TTD (Tablet Tambah Darah) dan fortifikasi pangan atau penambahan zat besi pada pangan. Pencegahan anemia remaja putri dilakukan dengan cara memberikan pendidikan kesehatan. Kegiatan pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya perawatan yang dilakukan dalam bidang kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran ataupun pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan (Pascapurnama et al., 2018). Peningkatan pengetahuan seseorang dalam membentuk perilaku hidup sehat bisa dilakukan dengan berbagai hal salah satunya dengan menggunakan media. Pentingnya media didalam pendidikan kesehatan adalah sebagai salah satu sarana atau upaya yang dapat digunakan untuk menampilkan pesan atau informasi kesehatan yang ingin disampaikan. Hal tersebut bertujuan meningkatkan pengetahuan yang akhirnya diharapkan dapat merubah perilakunya kearah positif atau mendukung terhadap kesehatan (Aeni, 2018). Salah satu cara untuk mendapatkan pendidikan kesehatan tentang anemia yaitu dengan menggunakan media edukasi yang menarik, praktis dan mudah diakses.

Hasil wawancara dengan Puspita A.K., S.Farm.Apl yang menjabat sebagai Seksi Pelayanan Kesehatan Tradisional di Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso, diperoleh informasi yaitu terdapat 86 remaja putri SMP di

Kecamatan Nangkaan yang mengalami anemia. Hal tersebut dikarenakan di Kecamatan Nangkaan terdapat remaja putri yang mengalami anemia yang cukup banyak sehingga akan diberikan sebuah pendidikan kesehatan didaerah tersebut. Kegiatan pendidikan kesehatan yang akan dilakukan yaitu memberikan informasi yang berkaitan dengan kesehatan seperti, memberikan informasi tentang anemia, macam-macam anemia, penyebab anemia, dampak anemia, gejala dari anemia, cara mencegah anemia, dan contoh kasus dari anemia. Pada masa pandemi seperti sekarang kegiatan penyampaian informasi kesehatan diharuskan tidak melalui tatap muka secara langsung, dikarenakan untuk menekan angka kasus Covid-19 . Sehingga dengan permasalahan tersebut peneliti dalam memberikan pendidikan kesehatan dilakukan secara daring. Pendidikan kesehatan pada MTsN 02 Bondowoso yang dilakukan secara daring didukung oleh letak geografisnya yang berada ditengah perkotaan, sarana dan prasarananya sudah mendukung, serta sebagian besar remaja putri sudah memiliki *smartphone*.

Pendidikan kesehatan tentang anemia diberikan dengan menggunakan media video, media *game* berupa kartu dan buku. Remaja putri di MTsN 02 Bondowoso susah dalam menyerap informasi yang disampaikan. Untuk media video sudah pernah diberikan kepada remaja putri, tetapi remaja putri susah dalam memahami informasi yang disampaikan karena remaja putri harus mampu mengingat dari setiap *scene* per *scene*. Hal ini terjadi karena video yang dijadikan sebagai bahan materi tidak dipublikasikan kepada remaja putri di MTsN 02 Bondowoso. Video hanya sebagai formalitas dari Puskesmas Nangkaan dalam melaksanakan tugasnya dan tidak diperuntukkan dikonsumsi oleh publik. Bagi remaja putri yang memiliki daya ingat yang kurang baik maka akan susah dalam menyerap informasi tersebut. Sehingga para remaja putri butuh alternatif media pendidikan gizi yang sesuai dengan permasalahan atau kendala yang sudah terjadi sebelumnya.

Untuk bisa memberikan alternatif media pendidikan gizi yang sesuai dengan permasalahan yang sudah terjadi sebelumnya, maka perlu adanya sebuah inovasi media pendidikan. Saat wawancara dengan Kepala Sekolah, perwakilan guru, dan

remaja putri di MTsN 02 Bondowoso peneliti memberikan gambaran macam-macam media edukasi yang ada seperti *flashcard*, *booklet*, dan *E-modul*. Dari hasil wawancara tersebut ditemukan bahwa, sebanyak 85% remaja putri di MTsN 02 Bondowoso lebih memilih media pendidikan melalui *E-modul*. Alasan para remaja putri memilih *E-modul* karena remaja putri dapat dengan mudah mengakses *E-modul* kapan dan dimana saja melalui *Website* maupun *Blog* yang sudah disediakan. Apabila seseorang tidak memiliki *Website* atau *blog* untuk mengakses *E-modul* maka dapat dibagikan melalui media sosial seperti, *whatsapp*, *instagram*, *telegram*, dan media sosial lainnya. Cara untuk membagikan *E-modul* tersebut yaitu melalui menu yang telah disediakan lalu, memilih media sosial apa yang akan digunakan. Berdasarkan alasan tersebut peneliti memilih MTsN 02 Bondowoso sebagai tempat penelitian.

*E-modul* juga memberikan alternatif bagi remaja putri di MTsN 02 Bondowoso yang memiliki daya ingat kurang baik, karena *E-modul* dapat dibaca berulang-ulang sesuai kebutuhan remaja putri. *E-modul* juga dapat meningkatkan belajar remaja putri karena dalam *E-modul* juga terdapat gambar, video, atau animasi yang membuat remaja putri tidak merasa bosan dan cepat dalam menyerap informasi. Pada masa Pandemi Covid-19 interaksi secara langsung sering dihindari sehingga pemberian edukasi baik itu oleh tenaga kesehatan maupun remaja putri sebisa mungkin dilakukan secara daring. Adanya *E-modul* dapat menjadi solusi bagi tenaga kesehatan atau remaja putri di MTsN 02 Bondowoso dalam menyampaikan informasi seputar anemia. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti mengangkat judul penelitian tentang “Perancangan *E-modul* Anemia untuk Media Pendidikan Gizi Bagi Remaja Putri”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana perancangan *E-modul* anemia untuk media Pendidikan gizi bagi remaja putri ?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Merancang *E-modul* anemia untuk media Pendidikan gizi bagi remaja putri

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Merancang pembuatan *E-modul* anemia untuk media pendidikan gizi bagi remaja putri.
2. Melakukan evaluasi kelayakan *E-modul* anemia untuk media pendidikan gizi bagi remaja putri.
3. Melakukan uji coba *E-modul* anemia untuk media pendidikan gizi bagi remaja putri.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat bagi Peneliti

Dalam hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi kepustakaan dan dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut, serta untuk mengetahui informasi tentang perancangan *E-modul* anemia untuk media pendidikan gizi bagi remaja putri.

### 1.4.2 Manfaat bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan sikap positif dalam menghadapi berbagai hal tentang dampak yang ditimbulkan dari anemia, serta dengan media pendidikan yang sudah disediakan tentang anemia remaja putri lebih termotivasi untuk hidup sehat dan lebih semangat dalam belajar.