

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Kualitas hidup individu dipengaruhi oleh permasalahan gizi yang dimulai sejak 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan). Permasalahan gizi yang timbul saat 1000 HPK berkaitan erat dengan persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, terutama remaja putri. Empat permasalahan gizi utama yang dialami oleh remaja di Indonesia yaitu Kurang Energi Protein (KEP), Anemia Gizi Besi (AGB), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKI), Dan Kurang Vitamin A (KVA). Dari keempat permasalahan tersebut, anemia karena kekurangan zat besi merupakan permasalahan gizi yang paling banyak dialami oleh remaja di Indonesia (Astuti & Kulsum, 2020).

Anemia merupakan kondisi tubuh dimana kadar *hemoglobin* dalam darah lebih rendah dari angka normal. (WHO, 2011) Untuk menegakkan diagnosis anemia diperlukan pemeriksaan laboratorium yang mengukur kadar *hemoglobin* dalam darah dengan metode *Cyanmethemoglobin* (WHO, 2001). Dampak yang dapat ditimbulkan oleh anemia pada remaja diantaranya yaitu menurunnya imunitas tubuh sehingga remaja mudah terkena penyakit infeksi, menurunnya kebugaran dan ketangkasan akibat dari berkurangnya oksigen ke sel otot dan otak, serta menurunnya prestasi dalam belajar dan produktivitas remaja,

Sementara itu anemia yang tidak tertangani pada remaja putri berdampak serius mengingat mereka merupakan calon ibu yang nantinya akan hamil dan

melahirkan. Remaja putri yang mengalami anemia saat hamil dapat meningkatkan risiko pertumbuhan janin terhambat (PJT), melahirkan bayi berat badan lahir rendah (BBLR), bayi prematur, kejadian stunting, gangguan neurokognitif, kematian ibu dan bayi yang diakibatkan oleh perdarahan sebelum dan saat melahirkan, dan bayi lahir dengan cadangan zat besi rendah yang akan menyebabkan bayi menderita anemia pada usia dini (Kemenkes RI, 2018).

Remaja putri sepuluh kali lebih besar berisiko terkena anemia daripada remaja putra. Hal ini disebabkan karena saat memasuki masa pubertas, remaja putri mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga kebutuhan zat besi meningkat, remaja putri juga mengalami menstruasi yang berarti setiap bulan akan kehilangan darah oleh karena itu membutuhkan lebih banyak zat besi dua kali lipat saat menstruasi. Selain itu remaja putri lebih memperhatikan bentuk tubuhnya sehingga mereka membatasi untuk mengonsumsi makanan. Pola makan yang keliru tidak dapat memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh yang menyebabkan defisiensi zat gizi mikro dan makro, termasuk zat besi. Situasi ini semakin mempercepat terjadinya anemia (Nanda, 2018).

*World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2015 lebih dari 30% atau 2 miliar orang di seluruh dunia menderita anemia (Zakaria *et al.*, 2020). Berdasarkan data Riskesdas 2007, 2013, dan 2018 anemia pada remaja di Indonesia mengalami peningkatan. Pada tahun 2018, terdapat 32% yang berarti 3-4 dari 10 remaja Indonesia menderita anemia. Sedangkan prevalensi anemia pada remaja putri tahun 2013 sebanyak 37,1% menjadi 48,9% di tahun 2018, dengan proporsi anemia di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Berdasarkan data

dari Dinkes Jawa Timur 2020, menunjukkan prevalensi anemia cukup tinggi yaitu 42% remaja putri di Jawa Timur mengalami anemia. Hasil Riskesdas 2018 di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Sedangkan di Kab. Probolinggo khususnya wilayah kerja Puseksmas Kraksaan pada tahun 2021 dari 1096 ibu hamil yang diperiksa Hb, sebanyak 49 ibu hamil mengalami anemia. Salah satu faktor terjadinya anemia pada ibu hamil disebabkan kurangnya asupan zat besi pada masa remaja.

Hasil studi pendahuluan pada bulan Oktober 2022 yang dilakukan di SMPN 1 Kraksaan didapatkan program pemberian Tablet Tambah Darah saat pandemi tidak berjalan. Dampak dari hal tersebut menyebabkan adanya kasus anemia pada bulan Januari 2023 dari 106 siswa yang dilakukan skrining HB, sebanyak 34 siswa tergolong anemia ringan dan 16 siswa tergolong anemia sedang. Berdasarkan wawancara dengan 10 siswa kelas 7 yang ditanya terkait anemia, 7 siswa menjawab tidak tahu tentang anemia dan bagaimana sikap jika ada teman yang terkena anemia. Siswa kelas 7 juga belum pernah mendapatkan informasi mengenai cara mencegah anemia. Selain itu hasil observasi juga didapatkan bahwa kebiasaan siswa di SMPN 1 Kraksaan mengkonsumsi makanan yang kurang bergizi seperti, gorengan, cilok, cimol, cireng, dan pola makan yang tidak teratur akan meningkatkan risiko terjadinya anemia.

Penyebab utama dari anemia adalah asupan zat besi yang rendah dan konsumsi makanan yang dapat mengganggu penyerapan zat besi. Faktor lain terjadinya anemia gizi besi pada remaja putri adalah kurangnya pengetahuan

tentang anemia, dan sikap yang kurang mendukung (Listiana, 2016). Sikap merupakan faktor pola perilaku seseorang untuk melakukan suatu tindakan (Prapitasari 2013). Apabila sikap dari remaja putri kurang mendukung, maka tidak akan terbentuk pola perilaku yang baik. Perilaku siswa SMPN 1 Kraksaan yang tidak mencerminkan pencegahan anemia dikarenakan siswa belum pernah mendapat informasi mengenai pencegahan anemia. Hal ini mempengaruhi tindakan siswa dalam memilih makanan yang kurang bergizi. Berdasarkan pernyataan diatas diketahui bahwa ketiga faktor tersebut berkaitan erat. Apabila pengetahuan siswa rendah tentang anemia, akan mempengaruhi sikap dan tindakannya.

Remaja merupakan generasi penerus bangsa dimana perannya sangat berpengaruh terhadap masa depan bangsa. Oleh karena itu agar remaja Indonesia terhindari dari permasalahan gizi khususnya anemia diperlukan pemberdayaan kesehatan tentang pencegahan anemia. Salah satu metode pendidikan untuk memberdayakan adalah metode tutor teman sebaya. Pendidikan teman sebaya merupakan strategi promosi kesehatan yang mengacu pada pendekatan dan metode berbasis komunitas yang dikembangkan dalam kelompok anggota dengan kedudukan yang sama sehingga dapat digunakan sebagai saluran komunikasi alternatif dalam upaya penyebaran informasi kesehatan.

Metode tutor sebaya adalah salah satu metode pembelajaran yang dilakukan dengan cara memberdayakan siswa yang memiliki daya serap yang tinggi dari sekelompok siswa untuk menjadi tutor bagi teman temannya, dimana siswa yang menjadi tutor bertugas untuk memberikan materi pelajaran dan latihan kepada teman-temannya (tutee) yang belum mengerti terhadap materi/ latihan yang

diberikan guru dengan dilandasi aturan yang telah disepakati bersama dalam kelompok tersebut, sehingga akan menciptakan suasana belajar kelompok yang bersifat kooperatif bukan kompetitif. Kelebihan dari metode ini adalah adanya hubungan yang lebih dekat dan akrab antara tutor dan siswa sehingga dapat meningkatkan rasa tanggung jawab dan kepercayaan diri, tutor sendiri kegiatannya merupakan pengayaan dan menambah motivasi belajar.

Salah satu unsur yang berpotensi untuk diberdayakan sebagai tutor di sekolah adalah Palang Merah Remaja (PMR). PMR adalah wadah kegiatan remaja di sekolah atau lembaga pendidikan normal dalam kepalangmerahan melalui program kegiatan ekstra kurikuler. Anggota PMR yang mempunyai ketertarikan lebih dengan kesehatan merupakan mitra yang tepat untuk melakukan pemberdayaan di sekolah. Pemilihan metode tutor teman sebaya bertujuan untuk menciptakan suasana belajar yang efektif, kondusif, dan menyenangkan, sehingga siswa dapat bersikap positif dan aktif dalam menerima pembelajaran.

Berdasarkan uraian di latar belakang, penulis ingin meneliti “Pengaruh Pemberdayaan Anggota PMR Sebagai Tutor Teman Sebaya Terhadap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Kraksaan”

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana Pengaruh Pemberdayaan Anggota PMR Sebagai Tutor Teman Sebaya Terhadap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Kraksaan?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberdayaan anggota PMR sebagai tutor teman sebaya terhadap pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 1 Kraksaan

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri SMPN 1 Kraksaan tentang anemia sebelum dilakukan pemberdayaan oleh anggota PMR
- b. Mengetahui pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri SMPN 1 Kraksaan tentang anemia sesudah dilakukan pemberdayaan oleh anggota PMR
- c. Menganalisis pengaruh pemberdayaan anggota PMR terhadap upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 1 Kraksaan
- d. Mendeskripsikan proses pemberdayaan anggota PMR sebagai tutor teman sebaya terhadap pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 1 Kraksaan

### **D. Ruang Lingkup**

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 1 Kraksaan untuk melihat apakah ada pengaruh dari pemberdayaan melalui tutor teman sebaya terhadap pencegahan anemia pada remaja putri.

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menyumbang dalam perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang Promosi Kesehatan dan menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian lain yang berhubungan dengan anemia

### 2. Manfaat Praktik

#### a. Bagi Siswa

Pemberdayaan yang disampaikan diharapkan menambah pengetahuan, merubah sikap dan tindakan siswa PMR tentang pencegahan anemia

#### b. Bagi Sekolah Dan Instansi terkait

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai masukan bagi sekolah dalam rangka pengambilan keputusan untuk menyusun program yang bertujuan mencegah anemia di sekolah

#### c. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman dan wawasan peneliti dalam melakukan pemberdayaan serta dapat menerapkan ilmu yang didapatkan saat perkuliahan

## **F. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai pengaruh pemberdayaan anggota PMR sebagai tutor teman sebaya sudah banyak dilakukan sebelumnya. Tetapi untuk Pengaruh Pemberdayaan Anggota PMR Sebagai Tutor Teman Sebaya Terhadap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Kraksaan belum pernah dilakukan.

**Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian**

No	Judul Penelitian	Nama Peneliti dan tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	Pemberdayaan Siswa PMR Sebagai Kader Anti Anemia dalam Upaya Pencegahan Anemia Prakonsepsi  Di SMK Kota Tegal	Juhrotun Nisa , Adevia Maulidya Chikmah , Istiqomah Dwi Andari, Annisa Fadillah Muslich, Elfa Zulfatun Amalia  Tahun 2020	kepakaran berupa penyuluhan, pelatihan dan pendampingan	Kemampuan siswa PMR telah terlatih dalam melakukan skrining anemia	Lokasi, Waktu, variabel
2.	Penyuluhan Anemia Gizi Dengan Media Motion Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri  Di SMA Bina Muda Cicalengka Kabupaten Bandung	Fitriani, Shafira Dwiana, Umamah, Rizza, Rosmana, Dadang, Rahmat, Mamat, Mulyo, Gu-rid Pramin-tarto Eko  Tahun 2019	Design penelitian yang digunakan adalah quasi experimental dengan one group pre-post tes	ada pengaruh penyuluhan anemia gizi dengan media motion video dengan sikap remaja putri di SMA Bina Muda	Waktu Lokasi, Penelitian, Variabel
3.	Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Anemia Pada Remaja Putri  Di SMP Negeri 31 Kota Semarang	Rizqi Widyantori Hasanah Putra, J Supadi, Wiwik Wijaning-sih  Tahun 2019	True Eksperimen dengan penelitian model <i>Pre-test posttest control group design.</i>	pemberian edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri yang anemia di SMP N 31 Semarang.	Metode, Lokasi, Waktu, Variabel
4.	Pemberda-yaan Siswa Untuk Mengenda-likan Masalah Anemia  Di SMA Negeri Kecamatan Srandakan Kabupaten Bantu	Waryana, Sabar Santosa, Rina Oktasari  Tahun 2020	Quasi Eksperi-mental. Desain penelitian pre post test dengan kontrol	Meningkatnya pengetahuan dan pasrtisipasi siswa, guru serta pengelola kantin sekolah tentang upaya penangu- langan masalah anemia.	Lokasi, Waktu, Variabel