

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah gizi utama yang masih dihadapi oleh pemerintah Indonesia. Beberapa upaya pemerintah sudah dilakukan untuk menanggulangi anemia akibat defisiensi zat besi misalnya dengan penyuluhan gizi kepada masyarakat tentang peningkatan konsumsi zat besi, melakukan fortifikasi bahan makanan yaitu menambah besi, asam folat, vitamin A dan asam amino esensial yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat luas atau dengan suplementasi besi folat secara rutin kepada penderita anemia dengan jangka waktu tertentu sampai kadar hemoglobin normal.

Angka prevalensi anemia pada anak pra sekolah yaitu 47,4%, wanita tidak hamil mencapai 30,2%, sedangkan pada ibu hamil 47,40%. Sebanyak 36% (atau sekitar 1.400 juta orang) dari perkiraan populasi 3.800 juta orang mengalami anemia defisiensi besi berasal dari negara yang sedang berkembang, sedangkan pada negara maju hanya sekitar 8% (atau sekitar 100 juta orang) dari perkiraan populasi 1.200 juta orang (Arisman, 2009). Berdasarkan Riskesdas (2013), dilaporkan bahwa angka kejadian anemia secara nasional adalah sebesar 21,7%, dimana 18,4% terjadi pada laki-laki dan 23,9% terjadi pada perempuan. Sedangkan berdasarkan pada kriteria usia 5-14 tahun mencapai 26,4% dan pada usia 15-25 tahun mencapai 18,4. Berdasarkan data semua kelompok umur tersebut, wanita memiliki prevalensi tertinggi mengalami anemia, termasuk diantaranya adalah remaja putri. Faktor utama penyebab anemia adalah

asupan zat besi yang kurang. Selain itu, penyebab anemia yang lain adalah gaya hidup seperti merokok, konsumsi alkohol, kebiasaan sarapan pagi, sosial ekonomi dan demografi, pendidikan, jenis kelamin, umur dan wilayah (ILSI Europe, 2000).

Remaja memiliki resiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki resiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). Selain itu remaja putri cenderung sangat memperhatikan bentuk badannya sehingga akan membatasi asupan makan dan banyak pantangan terhadap makanan seperti melakukan diet vegetarian (Almatsier, 2011).

Dampak dari kejadian anemia pada remaja dapat menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar, serta mempengaruhi produktivitas di kalangan remaja (Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010). Akibat dari jangka panjang penderita anemia gizi besi pada remaja putri yang nantinya akan hamil, maka remaja putri tersebut tidak mampu memenuhi zat-zat gizi pada dirinya dan pada janinnya sehingga dapat meningkatkan terjadinya resiko kematian maternal, prematuritas, BBLR, dan kematian perinatal (Hayati, 2010). Melihat dampak yang terjadi dikalangan remaja akibat kejadian anemia sangat merugikan pada masa yang akan datang, maka pencegahan maupun penanggulangan masalah anemia perlu ditingkatkan.

Ada faktor-faktor yang mempengaruhi anemia salah satunya adalah pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan memegang peranan penting dalam kejadian anemia, dengan pengetahuan tentang anemia yang rendah maka kejadian anemia pada remaja putri akan meningkat hal ini sesuai dengan penelitian Nurbaiti (2013) pada remaja putri menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kejadian anemia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan 84,4% remaja putri yang berpengetahuan rendah mengalami anemia. Anemia juga mempengaruhi prestasi belajar karena remaja putri yang mengalami anemia akan berdampak pada menurunnya konsentrasi sesuai dengan penelitian Istiqomah,dkk (2012) juga menunjukkan bahwa remaja putri yang menderita anemia memiliki prestasi belajar kurang baik yaitu sebesar 34,6%. Permaesih (2003) menyatakan bahwa pengetahuan dan praktek gizi remaja yang rendah tercermin dari perilaku menyimpang dalam kebiasaan memilih makanan. Remaja yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan lebih mampu memilih makanan sesuai dengan kebutuhannya (Wong,Dkk 1999). Pengetahuan gizi yang cukup akan memberikan bekal kepada remaja dalam memilih makanan yang sehat dan mengerti bahwa makanan erat hubungannya dengan gizi dan kesehatan.

Pengetahuan memegang peranan penting dalam menunjukkan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai masalah gizi dan kesehatan dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan termasuk masalah anemia. Salah satu masalah yang muncul adalah adanya kesetidakimbangan asupan makanan. Kelebihan atau kekurangan asupan makanan secara bersamaan dapat memicu terjadinya beban ganda masalah gizi di masyarakat. Hal ini

dapat terjadi pada berbagai kelompok usia tidak terkecuali pada Anak Usia Remaja. Pada usia ini anak cenderung memiliki kesukaan pada jenis makanan tertentu yang nantinya dapat membentuk kebiasaan makan anak hingga dewasa.

Pendidikan gizi sangat penting untuk menambah pengetahuan gizi remaja. Pengetahuan gizi yang cukup diharapkan mengubah perilaku remaja dalam memilih makanan yang bergizi sesuai dengan pola menu seimbang dan sesuai kebutuhannya. Pengetahuan gizi memberi dampak gizi kurang maupun gizi lebih pada remaja sehingga mereka sejak dini perlu diberikan pendidikan agar dapat merubah kebiasaan makan yang salah agar tidak mengakibatkan timbulnya masalah gizi (Mardhani, 2011)

Di Negara maju sejak kecil anak-anak telah mendapatkan pendidikan gizi secara teratur. Melalui program makan siang di sekolah, Anak-anak dididik supaya memahami dan mempraktikan pedoman gizi seimbang sedangkan di Indonesia kurikulum pendidikan dasar belum mengajarkan ilmu gizi secara profesional. Saat ini di Indonesia pengetahuan dan pendidikan kesehatan masih terbatas pada pendidikan jasmani dan kesehatan (penjaskes). Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani belum secara khusus menyentuh tentang pendidikan gizi secara profesional.

Penelitian mengenai pengetahuan gizi anak usia sekolah juga telah dilakukan di Indonesia. Beberapa penelitian tersebut di antaranya dilakukan oleh Achadi, dkk (2010) pada anak sekolah dasar di Kota Depok yang menunjukkan bahwa rata rata skor pengetahuan sebesar 67,81 poin.

Penelitian yang dilakukan oleh Atmaja (2010) di wilayah perkotaan dan pedesaan Banten menunjukkan rata-rata skor pengetahuan gizi anak usia sekolah secara berturut turut sebesar 69,57 poin dan 70,65 poin. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan gizi anak di beberapa daerah di Indonesia juga masih tergolong rendah.

Pemilihan media belajar harus berdasarkan pada tujuan pembelajaran dan kemampuan belajar siswa (Moerdiyanto,2008). Media pembelajaran pendidikan gizi terdiri dari berbagai macam yaitu media audio, media cetak, media cetak plus suara, media proyeksi visual diam, media proyeksi visual diam dan suara, Media visual gerak, Media audio visual gerak, objek, sumber manusia dan lingkungan, dan media komputer. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan media cetak berupa komik yang berisi mengenai 4 pesan gizi seimbang, yaitu variasi makanan, pentingnya hidup bersih, Pentingnya pola hidup aktif dan olahraga, serta pentingnya memantau berat badan yang divisualisasikan dalam Tumpeng Gizi Seimbang.

Media cetak dipilih karena memiliki keunggulan dalam hal fleksibel, mudah digunakan, awet dan murah dalam pemeliharaannya (Gafur, 2010). Dalam penelitian sebelumnya komik digunakan sebagai alat untuk menyampaikan pesan gizi seimbang kepada anak usia sekolah, Dari hasil penelitian ini menyatakan jika sebagian besar siswa lebih memilih komik dibandingkan dengan buku pelajaran. Pernyataan tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Netty,dkk (2006) pada 158 siswa kelas V SD Negeri Sukasari 4 dan 5 Kota Tangerang. Sebanyak 83 % lebih memilih komik dibanding dengan buku.

Hasil survey pendahuluan yang telah dilakukan pada siswi kelas VIII di SMP Muhammadiyah 4 Surakarta dan SMP Muhammadiyah diketahui bahwa 20% siswa putri memiliki pengetahuan gizi kurang dan sisanya memiliki pengetahuan gizi sedang, sehingga perlu dilakukan pendidikan gizi untuk meningkatkan pengetahuan. Pendidikan gizi yang dilakukan di sekolah memiliki peluang yang lebih besar untuk berhasil meningkatkan pengetahuan gizi di masyarakat karena siswa diharapkan dapat menjadi perantara bagi guru dalam menjangkau orang tua sehingga informasi yang diberikan dapat tersebar lebih luas dan tujuan dari pendidikan gizi tercapai. Selain itu penyampaian pesan-pesan gizi menggunakan media komik diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan gizi secara signifikan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana efektivitas penggunaan komik dalam peningkatan pengetahuan tentang anemia dan remaja terhadap metode pendidikan yang diberikan.

Pernyataan di atas melatar belakangi perlunya pendidikan gizi bagi anak usia remaja. Media yang dipilih haruslah media yang berdasarkan tujuan pembelajaran dan kemampuan belajar siswa. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan media cetak berupa komik yang berisi mengenai anemia dan bagaimana pencegahannya. Komik mampu menampilkan cerita sederhana dan tulisan dalam bahasa sehari-hari sehingga mudah dipahami dan diminati oleh berbagai kalangan baik anak-anak hingga dewasa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa komik mampu menyampaikan pesan dengan cara yang menarik sehingga mudah dimengerti dan dapat meningkatkan pengetahuan remaja.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada peningkatan pengetahuan anemia dan perilaku makan pada remaja putri sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media komik ?

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan umum:

Mengetahui pengaruh media komik terhadap peningkatan pengetahuan anemia dan perilaku makan pada remaja putri.

2) Tujuan khusus:

- 1) Mengukur pengetahuan gizi tentang anemia pada remaja putri.
- 2) Mengukur perilaku makan remaja putri.
- 3) Menganalisis perbedaan peningkatan pengetahuan gizi tentang anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi..
- 4) Menganalisis perbedaan perubahan perilaku makan remaja putri pada kelompok intervensi dan kontrol.
- 5) Menginternalisasi nilai-nilai islam dalam pendidikan gizi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi siswa

Pendidikan gizi yang disampaikan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan dapat membantu mengubah perilaku makan siswa menjadi lebih baik.

2. Bagi pengajar

Penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pihak-pihak yang menggeluti dunia pendidikan untuk terus mengembangkan dan menggunakan media yang sesuai dengan minat dan karakteristik anak

sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan mengubah perilaku makan.

3. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi yang dapat digunakan dalam proses belajar mengajar untuk menyampaikan pesan-pesan mengenai pendidikan gizi tentang anemia dan mengubah perilaku makan.

4. Bagi penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur dan masukan bagi penelitian selanjutnya sehingga dapat diperoleh media yang lebih baik dan efektif untuk digunakan dalam pendidikan gizi tentang anemia dan perilaku makan.

E. Ruang lingkup penelitian

Ruang lingkup yang diteliti dalam penelitian ini dibatasi pada peningkatan pengetahuan tentang anemia dan perilaku makan pada remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media komik.