

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap penting dalam perkembangan individu yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang pesat. Pada masa ini, remaja mulai membentuk identitas diri, pola pikir, serta sikap terhadap berbagai aspek kehidupan termasuk dalam hal menjaga kesehatan. Khususnya pada remaja putri, masalah yang sering muncul adalah anemia (Ningtyias et al., 2020).

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari kadar normal untuk kelompok orang berdasarkan usia dan jenis kelamin, pada wanita remaja kadar Hb normal adalah 12-15 gr/dl dan pada remaja pria sebesar 13-17 gr/dl. Menurut *World Health Organization* (WHO) anemia merupakan kondisi tubuh dimana jumlah sel darah merah dan kapasitas pengangkutan oksigennya tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh (Sri Wulandari Rahman et al., 2023).

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI), prevalensi anemia pada remaja perempuan berusia 13-18 tahun adalah sebesar 23% sedangkan pada remaja laki-laki adalah sebesar 17%, prevalensi tersebut lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi anemia pada perempuan (SDKI, 2022).

Remaja perempuan memiliki resiko sepuluh kali lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki. Hal ini dikarenakan remaja perempuan mengalami menstruasi setiap bulannya dan dalam masa pertumbuhan (Setianingsih, 2023).

Dalam pemenuhan zat besi dalam tubuh, salah satu yang dapat dilakukan adalah pemberian tablet tambah darah (TTD). Pemberian tablet tambah darah (TTD) ini masuk dalam program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS) dimana salah satu tujuannya adalah untuk meningkatkan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sehingga dapat

menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri (Simatupang & Widiyarti, 2024).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri antara lain pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, dan sikap. Pengetahuan remaja putri yang baik mengenai manfaat tablet tambah darah dan anemia beserta dampaknya menjadi salah satu faktor utama yang mendorong remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah. Sebaliknya, pengetahuan remaja putri yang kurang terkait definisi, penyebab, efek, gejala anemia, serta resiko yang dapat terjadi apabila tidak mengkonsumsi tablet tambah darah dapat menghambat remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (Helmyati et al., 2023).

Di era digital saat ini, perkembangan teknologi informasi telah mengalami kemajuan yang sangat pesat, dengan media sosial menjadi salah satu platform komunikasi yang sangat berpengaruh. Media sosial juga membuka peluang baru yang sangat potensial untuk menyampaikan informasi kesehatan dengan cara yang lebih menarik sesuai dengan karakteristik generasi muda (Yusuf et al., 2023)

Salah satu media sosial yang dapat digunakan dalam mengedukasi remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah adalah Instagram. Media sosial Instagram berhasil mengumpulkan basis pengguna yang sangat besar dan terus berkembang dari waktu ke waktu. Dengan peningkatan fitur-fitur yang inovatif dan fokus yang kuat pada visual, Instagram telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari bagi banyak orang termasuk remaja putri. Salah satu alasan utama popularitas Instagram adalah kesederhanaan dalam penggunaannya (Nurhasanah & Saepudin Kanda, 2024).

Instagram dapat menjadi strategi yang inovatif dan efektif dalam pelaksanaan kegiatan edukasi, dimana Instagram sangat populer di kalangan remaja pada saat sekarang ini sehingga dapat digunakan untuk mempromosikan kesehatan dan meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi TTD. Salah satu fitur yang

yang dapat digunakan untuk mempromosikan kesehatan adalah fitur reels yang terdapat di Instagram (Septi Yanti Nadila & Rustam, 2024).

Survei pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Beringin yang berada di Kabupaten Deli Serdang memperoleh hasil dengan melakukan wawancara terhadap salah satu guru Pembina UKS bahwa sekolah tersebut memberikan tablet tambah darah 4 tablet untuk 1 bulan pada setiap remaja putri tetapi tidak memberikan edukasi terlebih dahulu kepada siswi yang menerima tablet tambah darah tersebut dan berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 siswi tentang pengetahuan dan sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah menunjukkan 8 orang siswi jarang mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin karena rasa yang terdapat pada tablet tersebut memicu rasa mual dan hanya ada 2 orang siswi yang mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi berbasis media sosial terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

B. Perumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh edukasi gizi berbasis media sosial terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri?

C. Tujuan

Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi berbasis media sosial Instagram terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di SMA Negeri 1 Beringin.

Tujuan Khusus

- a. Menilai tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri di SMA Negeri 1 Beringin dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebelum dan sesudah diberikannya edukasi gizi melalui media sosial Instagram

- b. Menganalisis pengaruh edukasi gizi berbasis media sosial Instagram terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Beringin.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan tentang pengaruh edukasi gizi berbasis media sosial Instagram terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri, dan meningkatkan keterampilan penulis dalam melaksanakan Penelitian Karya Tulis Ilmiah.

2. Bagi Responden

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan responden terhadap pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) secara rutin bagi remaja putri.

3. Bagi Institusi/ Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri secara rutin.