

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan permasalahan kesehatan di mana darah tidak memiliki cukup hemoglobin, yang berarti darah tidak mencukupi, yang mengakibatkan dapat mengalirkan oksigen yang cukup ke jaringan tubuh. (Mayguspin *et al.*, 2022). Gadis Perempuan lebih mudah terkena anemia dari pada dengan anak laki-laki karena berbagai faktor, yaitu kebiasaan konsumsi makanan berbasis nabati dengan kandungan zat besi yang susah diserap oleh tubuh. Juga karena adanya pembatasan makanan untuk menjaga berat badan ideal, dan terjadinya menstruasi menyebabkan kehilangan darah secara rutin, (Rahmy, Meidiarti dan Prativa, 2022). Selain itu, dengan konsumsi makanan yang kurang seimbang menjadi salah satu faktor seperti pola makan yang lebih sering mengonsumsi makanan instan yang mengandung tinggi lemak dan energi, tetapi rendah dalam vitamin A, C, asam folat, serat dan zat besi.

Menurut WHO 2023, Anemia merupakan masalah kesehatan utama ketika kadar hemoglobin darah terlalu rendah di bawah kisaran normal 12 g/dL dan ketika setidaknya 10% populasi terdampak (Kementerian Kesehatan, 2023). Secara global, pada tahun 2020, sekitar 30% perempuan berusia 15 hingga 49 tahun menderita anemia. Pada ibu hamil, persentasenya bahkan lebih tinggi, yakni sekitar 37%. Di Indonesia, angka tersebut telah meningkat tajam, dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menemukan bahwa 15,5% remaja berusia 15 hingga 24 tahun menderita anemia; angka ini mencakup 18% remaja perempuan dan 14,4% remaja laki-laki. Meskipun angkanya sedikit menurun dibandingkan lima tahun lalu, kondisi ini masih cukup umum terjadi.

Kepatuhan dalam menjalani pengobatan dianggap sebagai salah satu elemen krusial untuk keberhasilan dalam suplementasi zat besi. Ini diukur dari seberapa tepat jumlah tablet yang diambil serta seberapa sering konsumsi dilakukan. (Novaria, Maritasari dan Patria, 2024).

Pemerintah sedang berusaha mengatasi masalah anemia dengan menyediakan suplemen zat besi (IS) di sekolah-sekolah. Laporan SKI (2023) menunjukkan bahwa tingkat distribusi IS di kalangan remaja perempuan telah mengalami peningkatan bertahap, dari 31,3% pada tahun 2022 menjadi 50%, dan mencapai 78,9% pada tahun 2023. Namun, tingkat penggunaan IS masih tergolong rendah. Hanya 3% remaja perempuan yang mengkonsumsi setidaknya 52 tablet dalam setahun. Berbagai alasan turut memengaruhi tingkat konsumsi IS di kalangan remaja perempuan, seperti rasa dan aroma yang tidak enak (31,2%), lupa untuk mengambilnya (22,5%), keyakinan bahwa suplemen ini tidak berguna (14,5%), serta munculnya efek samping (10,2%). (Kemenkes, 2023), (Dan, Makan dan Putri, 2025).

Pada penelitian Athira Demitri (2023) Dalam penelitian Athira Demitri pada tahun 2023, wawasan mengenai zat besi, kebutuhan akan zat besi, dampak menstruasi, serta kepatuhan terhadap regulasi konsumsi suplemen Kekurangan zat besi dapat menyebabkan anemia pada perempuan muda. perempuan. Temuan ini mengindikasikan bahwa kurangnya pengetahuan mengenai nutrisi dapat mendorong berbagai kebiasaan seperti memilih makanan dengan kandungan zat besi yang rendah yang pada akhirnya dapat meningkatkan potensi seseorang mengalami anemia. (Demitri *et al.*, 2023).

Selain itu, penelitian oleh Fitriani dan Nugroho (2021). Temuan penelitian tersebut menunjukkan bahwa sejauh mana remaja perempuan memahami anemia serta keuntungan dari suplemen zat besi berperan signifikan dalam kepatuhan mereka terhadap pedoman konsumsi suplemen. Pengetahuan yang cukup memungkinkan remaja untuk menyadari risiko anemia, sehingga mereka lebih terbuka untuk mengkonsumsi suplemen zat besi secara teratur demi pencegahan. Dengan pemahaman yang lebih mendalam, remaja perempuan cenderung bisa lebih disiplin mengikuti pedoman penggunaan suplemen zat besi, yang pada akhirnya berdampak pada pengurangan risiko mereka terkena anemia. Penelitian yang dilakukan oleh Sari *et al.*, (2022) (Pibriyanti, Habiba dan Luthfiya, 2024). Ditemukan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pemahaman individu dan ketaatan mereka terhadap pedoman konsumsi TTD; ini menunjukkan bahwa semakin tinggi

pemahaman seseorang, maka semakin besar kemungkinan bagi mereka untuk mengikuti peraturan konsumsi TTD tersebut.

Salah satu hal yang belum dieksplorasi dalam studi sebelumnya adalah cara-cara untuk membuat proses pembelajaran menjadi lebih menggembirakan, menarik, dan benar-benar bermanfaat. Hal ini dimaksudkan sebagai langkah awal dalam menciptakan generasi yang menyadari pentingnya pola makan seimbang dan kesehatan yang optimal untuk masa depan. Keterlibatan siswi secara aktif dalam proses pembelajaran. Pendekatan edukasi konvensional yang cenderung bersifat satu arah seringkali kurang efektif dalam membentuk pemahaman yang mendalam serta memengaruhi pengetahuan siswi, khususnya dalam topik-topik kesehatan yang bersifat preventif dan jangka panjang seperti Anemia.

Penelitian ini berupaya untuk menjawab tantangan tersebut dengan memanfaatkan media pembelajaran inovatif berupa *game Baamboozle* sebagai alat edukasi. Penggunaan game edukatif ini tidak hanya bertujuan untuk membantu siswa meningkatkan pengetahuan mereka sambil mendorong perubahan pola makan dan pilihan mereka terhadap makanan yang lebih bergizi TTD melalui pengalaman belajar yang menyenangkan, kompetitif, dan melibatkan partisipasi aktif siswi. Dengan menerapkan pendekatan yang lebih interaktif dan menyenangkan menggunakan media permainan *digital* seperti *game Baamboozle*, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan efektivitas pendidikan gizi di kalangan remaja. Melalui metode ini, diharapkan siswi tidak hanya memperoleh pengetahuan yang lebih baik tentang gizi dan Anemia, tetapi juga mengembangkan sikap positif terhadap pentingnya menjalankan pola makan sehat. Jadi, penelitian ini dimaksudkan sebagai langkah awal dalam menciptakan generasi yang sadar akan pentingnya gizi seimbang dan kesehatan di masa depan.

Fokus Studi ini terutama fokus pada pengaruh permainan edukatif Baamboozle terhadap pemahaman dan penerapan kebiasaan makan yang sehat. Fokusnya adalah pada pencegahan anemia di kalangan siswi sekolah menengah. tentang Anemia. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 2 Lubuk Pakam yang merupakan salah satu sekolah adanya program pemberian TTD. Hasil wawancara awal dengan 14 siswi di lokasi tersebut, ditemukan bahwa masih rendahnya pengetahuan dan

kepatuhan terhadap konsumsi TTD. Sebanyak 5 siswi tidak mengetahui apa itu anemia, 10 siswi tidak mengonsumsi TTD sama sekali, dan 4 siswi hanya mengonsumsinya secara tidak rutin. Kondisi ini menunjukkan perlunya untuk intervensi edukatif dan pemantauan lebih lanjut. tingkat partisipasi dan keterbukaan pihak sekolah dalam mendukung kegiatan penelitian sangat baik, termasuk dalam memberikan akses data serta kemudahan komunikasi dengan peserta didik. Hal ini mendukung kelancaran proses pengambilan data serta memungkinkan pendekatan yang lebih partisipatif dalam pelaksanaan edukasi maupun evaluasi.

B. Perumusan Masalah

Bagaimanakah Pengaruh Edukasi tentang Anemia dengan Penggunaan Permainan *game baamboozle* untuk Menilai Pengetahuan Siswa dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMAN 2 Lubuk Pakam.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh edukasi tentang anemia dengan menggunakan permainan Baamboozle, serta untuk melihat perubahan pengetahuan siswa tentang anemia dan tingkat kepatuhan mereka mengonsumsi tablet tambah darah di SMAN 2 Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus :

- a. Menilai Pengetahuan Siswi SMAN 2 Lubuk Pakam tentang anemia sebelum dan sesudah edukasi anemia dengan menggunakan *game baamboozle*.
- b. Menilai kepatuhan konsumsi TTD Siswi SMAN 2 Lubuk Pakam tentang anemia sebelum dan sesudah edukasi anemia dengan menggunakan *game baamboozle*.
- c. Menganalisis pengaruh pemberian *game baamboozle* tentang edukasi anemia terhadap pengetahuan Siswi SMAN 2 Lubuk Pakam.
- d. Menganalisis pengaruh pemberian *game baamboozle* tentang edukasi anemia terhadap kepatuhan konsumsi TTD Siswi SMAN 2 Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pemerintah

Penelitian ini meningkatkan pemahaman peneliti tentang program kesehatan Remaja yaitu Anemia, dan mendukung efektifitas program pemberian TTD disekolah serta mengoptimalkan strategi promosi kesehatan yang lebih menarik bagi remaja.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai referensi untuk menerapkan metode pembelajaran kesehatan yang menyenangkan seperti Penggunaan media permainan edukatif. Sekolah dapat menjadikan temuan ini sebagai inovasi dalam penguatan pendidikan kesehatan di lingkungan sekolah, khususnya dalam mengatasi anemia yang berdampak pada prestasi belajar siswi.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat, Khususnya orang tua dan Remaja Putri, mengenai pentingnya pencegahan Anemia, dengan meningkatnya pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD, diharapkan masyarakat semakin peduli terhadap kesehatan remaja, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kualitas generasi muda.