BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anemia merupakan kondisi klinis saat jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin berada di bawah ambang normal sehingga menurunkan daya angkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Pembentukan hemoglobin secara optimal menuntut ketersediaan zat besi dan protein yang memadai di dalam tubuh manusia. Protein menjalankan fungsi esensial dalam mentranspor zat besi ke sumsum tulang untuk memfasilitasi pembentukan hemoglobin secara kontinu. Pola diet harian yang kekurangan asupan zat besi memberikan dampak langsung berupa perkembangan penyakit anemia pada individu. Kelalaian dalam mematuhi standar kecukupan gizi memicu kekurangan nutrisi serta mengundang aneka gangguan medis serius seperti anemia. (Fitriany & Saputri, 2018). Masa pertumbuhan yang pesat meningkatkan kebutuhan zat besi sehingga kelompok remaja sering mengalami anemia defisiensi besi (Izzara et al., 2023).

Problematika anemia pada remaja putri tetap menjadi tantangan krusial bagi kesehatan masyarakat yang menuntut penanganan mendalam serta sistematis. Siklus menstruasi bulanan beserta lonjakan kebutuhan zat besi selama fase pertumbuhan memperbesar kerentanan remaja putri terhadap kondisi anemia. Keinginan menjaga proporsi tubuh ideal sering memicu pembatasan asupan nutrisi tertentu sehingga meningkatkan potensi defisiensi zat besi secara signifikan. (Rahman & Fajar, 2024). Berbagai faktor tersebut menyebabkan anemia menjadi salah satu masalah nutrisi yang sangat dominan pada populasi remaja putri di wilayah Indonesia.

Tingginya angka prevalensi anemia secara global maupun nasional mencerminkan besarnya masalah kesehatan tersebut. World Health Organization (WHO) melaporkan prevalensi anemia dunia berada pada kisaran 40% sampai 88%. Indonesia mencatat kenaikan angka anemia hingga 48,9% pada tahun 2018. Kelompok umur 15–24 tahun mendominasi dengan angka prevalensi tertinggi sebesar 84,6% (Kemenkes RI, 2023). Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI)

periode 2023 mencatat tingkat kejadian anemia di kalangan remaja putri rentang umur 5 hingga 14 tahun berada pada posisi 16,3%. Pemerintah terus memberikan prioritas tinggi terhadap penanganan masalah anemia walaupun statistik tersebut mengalami tren penyusutan. Langkah strategis ini menjadi bagian dari upaya pemenuhan target percepatan reduksi stunting yang tertuang dalam instruksi Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021. (Kemenkes RI, 2023).

Beragam elemen melatarbelakangi kemunculan kasus anemia di kalangan remaja perempuan. Penelaahan literatur mengidentifikasi konsumsi zat besi yang minim sebagai pemicu primer gangguan anemia pada populasi tersebut. Defisit asupan vitamin C, pengeluaran darah kala menstruasi, serangan infeksi, serta keterbatasan informasi mengenai langkah preventif turut memperparah keadaan. (Rahman & Fajar, 2024). Pola makan harian dan kondisi nutrisi yang kurang ideal berperan sebagai pemicu risiko kesehatan yang sangat besar. Individu remaja dengan status gizi rendah mempunyai peluang 11,711 kali lebih besar mengidap anemia ketimbang rekan sebayanya yang bergizi baik. Kecenderungan kaum muda dalam mengonsumsi makanan cepat saji sebagai pengganti hidangan sehat secara berkelanjutan memperlemah pertahanan tubuh mereka terhadap ancaman anemia. (Izzara et al., 2023).

Kondisi anemia pada remaja putri memicu beragam efek buruk bagi kesehatan fisik sekaligus pencapaian akademis. Remaja sering merasakan gejala seperti pusing, keletihan mendalam, badan lemas, lesu, hingga penurunan fokus saat belajar. Secara kronis, gangguan tersebut menghambat proses pertumbuhan, melemahkan sistem imun, merusak stamina fisik, dan mengganggu hasil belajar di sekolah. Riset membuktikan bahwa remaja putri penderita anemia menghadapi risiko 1,875 kali lipat lebih tinggi untuk meraih prestasi belajar rendah daripada mereka yang sehat (Husna & Saputri, 2022). Gangguan kesehatan ini pun mengikis level produktivitas serta kualitas hidup para remaja putri (Az-zahra & Kurniasari, 2022).

Pemerintah meluncurkan beragam strategi untuk mencegah serta menangani anemia pada remaja putri melalui program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD). Kebijakan tersebut menitikberatkan pada pemenuhan kebutuhan zat besi

untuk menekan angka prevalensi anemia di kelompok usia remaja. Namun, rendahnya tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tersebut menjadi kendala utama saat implementasi program di lapangan. Data statistik menunjukkan bahwa realisasi distribusi Tablet Tambah Darah di Provinsi Sumatera Utara baru mencapai 19,96%, sehingga angka tersebut belum mampu menyamai target nasional sebesar 25%. (Kemenkes RI, 2023). Masalah penanganan anemia ini juga terbentur kendala minimnya jangkauan komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE), ditambah kurangnya pemahaman publik terkait isu anemia (Az-zahra & Kurniasari, 2022).

Edukasi kesehatan menjadi langkah strategis dalam meningkatkan wawasan dan sikap remaja mengenai permasalahan anemia. Kemajuan teknologi saat ini menjadikan media sosial sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan yang sangat efektif bagi kaum muda. Remaja sangat membutuhkan Instagram karena platform ini mampu menyuguhkan informasi melalui konten visual yang menarik, mulai dari gambar, infografis, hingga video (Antasari & Pratiwi, 2022). Indonesia mencatat angka penggunaan media sosial yang luar biasa tinggi, dengan kelompok usia remaja dan dewasa muda sebagai pengguna dominan Instagram serta persentase perempuan yang melampaui laki-laki (Siswandari et al., 2021).

Instagram berperan sebagai alat edukasi kesehatan melalui optimalisasi rangsangan penglihatan dan pendengaran. Metode tersebut memacu tingkat pemahaman serta daya ingat terhadap pesan secara efektif. Sejumlah studi Rusdi et al. (2021) mengonfirmasi bahwa penyampaian edukasi nutrisi melalui platform Instagram mampu memantik pergeseran pola konsumsi sehat guna mengantisipasi anemia bagi remaja putri. Di samping itu, studi empiris Hatijah et al. (2024) Fakta menunjukkan bahwa platform Instagram efektif meningkatkan wawasan dan pola pikir remaja putri dalam mencegah anemia. Media sosial ini menyimpan potensi luas sebagai sarana edukasi yang mumpuni untuk membangun pemahaman serta respons positif remaja terhadap kondisi kesehatan tersebut.

Observasi awal pada awal Mei 2025 di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam terhadap 14 siswi memberikan gambaran data yang konkret. Temuan survei menunjukkan bahwa empat siswi tidak mengenali istilah anemia. Lima responden belum memahami risiko kesehatan yang muncul. Lima siswi tidak mengetahui

standar normal kadar hemoglobin. Empat siswi tidak pernah mengonsumsi suplemen penambah darah. Kondisi tersebut menegaskan kebutuhan mendesak untuk memperbaiki literasi dan perilaku siswi dalam upaya pencegahan anemia.

Peneliti kemudian melakukan studi berjudul "Pengaruh Edukasi Anemia dengan Media Sosial Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam" berdasarkan uraian permasalahan tersebut.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah dampak pemberian edukasi anemia melalui media sosial Instagram terhadap taraf pemahaman serta perubahan sikap para siswi di SMAN 2 Lubuk Pakam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Studi ini mengevaluasi pengaruh edukasi anemia berbasis media sosial Instagram terhadap derajat pengetahuan serta sikap para siswi di SMAN 2 Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

a. Peneliti menilai derajat pemahaman siswi SMA Negeri 2 Lubuk Pakam terkait anemia pada periode sebelum serta sesudah paparan materi edukatif melalui Instagram.

b. Peneliti mengobservasi dinamika sikap siswi SMA Negeri 2 Lubuk Pakam terhadap isu anemia pada tahapan pra-intervensi dan pasca-intervensi pendidikan berbasis Instagram.

c. Riset ini menganalisis efikasi penyuluhan anemia melalui platform Instagram dalam memperkuat aspek kognitif siswi SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.

d. Studi ini menguji signifikansi penggunaan Instagram sebagai media edukasi anemia terhadap proses transformasi sikap siswi SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penulis mengarahkan riset ini untuk memperkuat kecakapan teknis dalam mengaplikasikan teori serta konsep akademik sekaligus memperluas perspektif intelektual dan pengalaman praktis dalam menuntaskan kajian ilmiah secara sistematis.

2. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini berupaya meningkatkan wawasan sekaligus membentuk sudut pandang positif para siswi SMA Negeri 2 Lubuk Pakam mengenai persoalan anemia dan berbagai langkah pencegahannya.

3. Bagi Sekolah

Riset ini menyajikan referensi data dan landasan evaluasi dalam mengimplementasikan program pendidikan kesehatan bagi siswi di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.