

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja adalah fase transisi penting dari kanak-kanak menuju dewasa yang berlangsung pada usia 10 hingga 19 tahun menurut (WHO, 2015). Periode ini ditandai oleh perubahan yang sangat cepat baik secara fisik, psikologis, maupun sosial, termasuk lonjakan pertumbuhan tinggi dan berat badan, perkembangan organ reproduksi, serta pencarian identitas diri. Perubahan-perubahan ini mengharuskan pemenuhan kebutuhan gizi yang lebih tinggi dibandingkan saat masa kanak-kanak. Jika kebutuhan ini tidak terpenuhi, remaja dapat mengalami masalah gizi yang berpotensi memengaruhi kesehatan jangka panjang serta prestasi akademik (Kemenkes, 2022)

Salah satu masalah gizi yang sering dihadapi oleh remaja, terutama remaja perempuan, adalah anemia. Anemia merupakan suatu keadaan di mana jumlah sel darah merah atau tingkat hemoglobin dalam darah berada di bawah angka normal. Ini mengakibatkan darah tidak dapat mengangkut oksigen dengan cukup ke seluruh tubuh. Anemia bukanlah penyakit yang berdiri sendiri, melainkan gejala dari berbagai masalah kesehatan, seperti kekurangan nutrisi (contohnya zat besi, asam folat, dan vitamin B12), infeksi kronis, atau kelainan genetik. Anemia dapat terjadi pada semua kelompok usia, namun paling umum terjadi pada remaja perempuan (Kemenkes, 2022)

Remaja perempuan memiliki kerentanan tinggi terhadap anemia karena beberapa faktor yang saling terkait: pada masa remaja terjadi lonjakan kebutuhan zat besi seiring pertumbuhan cepat, sedangkan munculnya menstruasi (menarche) berarti kehilangan darah rutin tiap bulan, ditambah lagi pola makan yang kurang baik dan kebiasaan mengecilkan porsi demi penampilan. Hal ini menunjukkan bahwa tumbuh-kembang pesat dan perdarahan menstruasi secara bersama-sama memperbesar risiko kekurangan zat besi pada remaja putri (Yewodiaw *et al.*, 2025) Pola makan remaja umumnya kurang beragam dan minim asupan sumber hewani kaya zat besi, sementara mereka lebih sering memilih makanan cepat saji yang rendah nilai

gizi (Rohmayat & Wahyuntari, 2024). Kebiasaan diet untuk menjaga bentuk tubuh turut memperburuk kekurangan zat besi. Selain itu, konsumsi teh, kopi, dan makanan berfitat juga menghambat penyerapan zat besi (Abbaspour *et al.*, 2014). Rendahnya kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) serta kurangnya pengetahuan dan edukasi gizi membuat remaja putri semakin rentan terhadap anemia (Y. Sari *et al.*, 2022).

Di Indonesia, jumlah remaja yang mengalami anemia masih cukup tinggi dan menjadi isu kesehatan yang penting. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, sekitar 32% remaja perempuan usia 10–19 tahun mengalami anemia. Pada tingkat provinsi yaitu di Jawa Barat anemia juga masih tergolong tinggi dengan prevalensi mencapai 26,9%. Permasalahan anemia juga terlihat jelas di Kabupaten Garut. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Garut menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri berbasis sekolah pada tahun 2023 mencapai 46,4% melebihi ambang batas yang ditetapkan oleh kementerian Kesehatan. Bahkan salah satu SMP di Kabupaten Garut pada tahun 2023 menemukan bahwa lebih dari separuh remaja putri yaitu sekitar (53,7%) mengalami anemia (Herdiansyah *et al.*, 2024). Berdasarkan data dari Puskesmas setempat yang membina CKG (Cek Kesehatan Gratis) di MTs Cikajang menyatakan bahwa angka prevalensi anemia cukup tinggi sampai 60% dari total keseluruhan remaja putri. Ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan dan edukasi di tingkat sekolah menengah, seperti Madrasah Tsanawiyah (MTs) di Kabupaten Garut, masih perlu ditingkatkan (Laporan Cek Kesehatan Gratis, 2025)

Salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja putri yaitu melalui edukasi terkait anemia yang salah satu caranya bisa menggunakan media untuk menambah pengetahuan, pemahaman, dan membentuk perilaku positif berbasis kesehatan nyata. Media edukasi saat ini sudah banyak sekali jenisnya, seperti media cetak, media audio, media video dan media tampilan. (Lusiana *et al.*, 2025). Menurut (Salsa Andriyani *et al.*, 2025) salah satu media yang digunakan adalah video. Media ini yang digunakan untuk menyampaikan suatu pesan dengan menggunakan gambar dan animasi yang dirancang menggunakan karakter unik, lucu, ataupun sama dengan objek aslinya. Untuk

generasi remaja saat ini, edukasi dengan menggunakan metode konvensional bukanlah keputusan yang tepat, bisa dianggap tidak akan relevan dan kurang efektif untuk menjangkau minat remaja karena tidak sesuai dengan preferensi mereka yaitu Generasi 4.0 atau *Digital Native* yang terbiasa dengan teknologi terkini, menyukai visualisasi yang unik (Siska Febriananda *et al.*, 2025)

Hasil studi pendahuluan di MTs Cikajang didapatkan informasi bahwa media edukasi dalam upaya pencegahan anemia dibutuhkan. Kepala sekolah beserta sebagian guru menyatakan bahwa media video dinilai lebih efektif dan efisien. Kemudian beberapa siswa berargumentasi bahwa video akan lebih menarik dan mempunyai kesan juga pesan tersendiri yang mudah difahami. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa media edukasi berbasis Video Animasi merupakan media yang bisa menjadi alternatif dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri di MTs Cikajang Kabupaten Garut. Dari penjelasan diatas dan Studi pendahuluan, selanjutnya peneliti tertarik untuk merancang media edukasi gizi berbasis video animasi cegah anemia remaja putri di MTs Cikajang Kabupaten Garut dalam upaya pencegahan anemia melalui edukasi.

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dari penelitian ini yaitu “Bagaimana perancangan media edukasi gizi berbasis video animasi cegah anemia remaja putri di MTs Cikajang Kabupaten Garut”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui perancangan media edukasi gizi berbasis video animasi cegah anemia remaja putri di MTs Cikajang Kabupaten Garut

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran kebutuhan perancangan media edukasi berbasis video animasi cegah anemia remaja putri di MTs Cikajang Kabupaten Garut
- b. Mengetahui kelayakan perancangan media edukasi berbasis video animasi cegah anemia remaja putri di MTs Cikajang oleh ahli materi, ahli bahasa dan ahli media dan tersedianya media video yang sudah melalui uji kelayakan
- c. Mengetahui hasil uji kelayakan perancangan media edukasi gizi berbasis video animasi cegah anemia remaja putri di MTs cikajang oleh responden.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan memberikan banyak manfaat bagi peneliti, terutama dalam memperluas wawasan, meningkatkan pengetahuan dan pemahaman, serta memperoleh pengalaman langsung dalam melaksanakan penelitian di bidang gizi dan anemia remaja putri.

### **2. Bagi Responden**

Hasil dari penelitian ini, diharapkan dapat bermanfaat, memberi dan menambah informasi serta pengetahuan bagi remaja putri terkait bagaimana upaya pencegahan anemia yang tepat.

### **3. Bagi institusi**

Manfaat bagi institusi diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan dan refrensi bagi penelitian lanjutan institusi yang akan melakukan kajian ataupun penelitian terhadap pengembangan media edukasi berbasis video animasi mengenai upaya pencegahan anemia pada remaja putri