

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah batas normal. Hemoglobin berperan penting dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Apabila kadar hemoglobin menurun, suplai oksigen ke jaringan menjadi tidak optimal sehingga fungsi tubuh dapat terganggu (*World Health Organization*, 2024). Sejalan dengan itu, anemia juga dapat dipahami sebagai keadaan ketika kadar Hb serta jumlah sel darah merah berada di bawah nilai rata-rata yang dibutuhkan tubuh, sehingga tidak mampu memenuhi kebutuhan fisiologis. Kondisi ini biasanya tampak pada pemeriksaan laboratorium berupa penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah. Anemia sering disalahartikan sebagai penyakit, padahal sebenarnya merupakan gejala atau manifestasi dari masalah kesehatan lain yang mendasarinya (Suprpti *et al.*, 2025).

Kadar hemoglobin digunakan sebagai indikator utama dalam menilai status anemia. *World Health Organization* (WHO) menetapkan bahwa perempuan usia remaja dan dewasa memiliki kadar hemoglobin normal apabila nilainya minimal 12 g/dL. Batasan ini ditetapkan untuk memastikan kebutuhan fisiologis tubuh terpenuhi, khususnya dalam proses pengangkutan oksigen ke seluruh jaringan. Oleh karena itu, kadar hemoglobin yang berada di bawah nilai tersebut digunakan sebagai dasar dalam penentuan anemia (Suprpti *et al.*, 2025)

Anemia sering dialami oleh remaja putri karena pada masa pubertas tubuh mereka menghadapi berbagai perubahan fisik dan psikologis yang cukup besar. Perubahan tersebut dapat memengaruhi daya tahan tubuh sehingga remaja menjadi lebih mudah terserang penyakit. Anemia juga berdampak pada kemampuan konsentrasi, aktivitas harian, serta prestasi belajar, sehingga menunjukkan bahwa status gizi dan kondisi kesehatan berada pada tingkat yang kurang optimal (Suprapti *et al.*, 2025).

Selain itu, remaja putri memasuki fase kematangan reproduksi yang ditandai dengan menstruasi pertama dan kemudian berlangsung secara rutin. Kehilangan darah yang terjadi pada setiap siklus menstruasi meningkatkan kebutuhan zat besi, sementara proses pertumbuhan dan perkembangan organ reproduksi turut menambah kebutuhan nutrisi. Jika kebutuhan ini tidak terpenuhi, risiko terjadinya anemia menjadi lebih tinggi pada remaja putri (Pibriyanti *et al.*, 2025).

Permasalahan anemia hingga saat ini masih banyak ditemukan pada kelompok remaja putri di berbagai negara. Di kawasan Asia, terdapat sekitar 191 juta remaja putri yang mengalami anemia. Dari jumlah tersebut, sekitar 7,5 juta berasal dari Indonesia, sehingga menempatkan Indonesia pada urutan ke-8 dari 11 negara di Asia dengan kasus anemia remaja putri tertinggi (WHO, 2011 dalam Wambes *et al.*, 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius, khususnya pada remaja putri.

Selain itu, WHO mencatat bahwa pada tahun 2023 prevalensi anemia pada perempuan usia 15–49 tahun mencapai 30,7%. Angka tersebut menunjukkan bahwa hampir sepertiga perempuan pada kelompok usia produktif, termasuk remaja putri, masih mengalami anemia. Tingginya prevalensi ini semakin menegaskan bahwa anemia merupakan permasalahan kesehatan yang belum sepenuhnya teratasi dan membutuhkan penanganan yang berkelanjutan.

Gambaran kondisi anemia di Indonesia juga terlihat dari data nasional. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 menunjukkan bahwa kejadian anemia pada kelompok usia 15–24 tahun sebesar 15,5%, dengan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 18% dan pada remaja putra sebesar 14,4% (Pertiwi, 2025).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, prevalensi anemia di Provinsi Jawa Barat mencapai 41,8 persen. Data tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan di Jawa Barat, khususnya di kalangan remaja putri. Oleh karena itu, diperlukan upaya lebih lanjut dalam edukasi gizi, peningkatan asupan zat besi dan pemantauan kesehatan untuk menurunkan angka prevalensi anemia di daerah tersebut (Pertiwi, 2025).

Berdasarkan data Sigizi Kesga Kabupaten Kuningan bulan Februari Tahun 2025, jumlah remaja yang menjadi sasaran kegiatan skrining kesehatan di Kabupaten Kuningan sebanyak 18.919 orang, yang terdiri dari siswa kelas VII dan kelas X. Dari jumlah tersebut, sebanyak 16.556 remaja atau 87,5% telah mengikuti pemeriksaan skrining kesehatan. Hasil pemeriksaan menunjukan

bahwa 5.588 remaja atau sekitar 33,8% di antaranya mengalami anemia. Tingginya proporsi remaja yang mengalami anemia tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan pada kelompok remaja putri di Kabupaten Kuningan.

Program Ausrem menjadi salah satu upaya nasional untuk menurunkan anemia pada remaja putri melalui kegiatan skrining anemia, edukasi kesehatan, dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah. Selain itu, pemberian TTD secara rutin kepada seluruh remaja putri tingkat SMP dan SMA menjadi strategi utama dalam mencegah kekurangan zat besi, penyebab paling umum anemia. Program ini diperkuat melalui pembinaan berkala dari puskesmas terhadap UKS/M, termasuk pemeriksaan kesehatan dan promosi perilaku hidup sehat. Melalui rangkaian kegiatan tersebut, Ausrem berperan penting dalam memperluas jangkauan pencegahan anemia di sekolah serta meningkatkan kesehatan dan kemampuan belajar remaja putri (Pemerintah Daerah Provinsi Jawa Barat, 2023).

Di Kabupaten Kuningan, kegiatan skrining dan edukasi dilakukan terutama pada awal tahun ajaran baru untuk peserta didik kelas VII dan X. Selain pemeriksaan hemoglobin, remaja putri juga mendapatkan penyuluhan singkat mengenai anemia serta distribusi Tablet Tambah Darah (TTD) secara berkala sebagai bagian dari pencegahan berkelanjutan. Melalui kegiatan yang terintegrasi ini, program Ausrem diharapkan mampu menurunkan kejadian anemia sehingga remaja dapat tumbuh lebih sehat dan mendukung pencapaian prestasi belajar (Pemerintah Daerah Provinsi Jawa Barat, 2023).

Di wilayah kerja Puskesmas Cipicung berdasarkan data Sigizi Kesga Kabupaten Kuningan bulan Februari tahun 2025, jumlah remaja putri kelas VII dan X yang menjadi sasaran skrining kesehatan tercatat sebanyak 109 orang. Seluruh sasaran tersebut telah menjalani skrining sehingga cakupannya mencapai 100%. Dari hasil pemeriksaan diketahui bahwa 31 remaja putri atau sebesar 28,44% mengalami anemia.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Cipicung. Jika dibandingkan dengan target prevalensi anemia remaja putri tahun 2025 di Kabupaten Kuningan yang ditetapkan sebesar $\leq 20\%$, maka angka kejadian anemia di Cipicung yang mencapai 28,44% menunjukkan bahwa capaian tersebut tidak memenuhi target. Oleh karena itu, diperlukan upaya penanggulangan yang lebih optimal, terutama melalui peningkatan edukasi kesehatan serta berbagai intervensi pencegahan yang dilakukan secara berkesinambungan, guna menurunkan angka anemia pada remaja putri.

Penelitian yang dilakukan oleh Anwar *et al.* (2025), menunjukkan bahwa kurangnya kesadaran mengenai langkah-langkah pencegahan anemia ini membuat asupan zat besi dari makanan dan suplemen sering tidak mencukupi, sehingga risiko anemia tetap tinggi di kalangan remaja putri. Penelitian lain menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan yang baik tentang anemia cenderung lebih mampu melakukan upaya pencegahan secara efektif, termasuk mengadopsi pola makan yang tepat dan perilaku sehat lainnya untuk mengurangi risiko anemia. Sebaliknya, remaja putri yang memiliki pemahaman rendah

mengenai penyebab, dampak, dan cara pencegahan anemia memiliki risiko lebih tinggi mengalami kondisi tersebut karena kurangnya kesadaran dan kemampuan untuk menerapkan langkah-langkah pencegahan dengan konsisten. Hal ini mempertegas pentingnya peningkatan pengetahuan anemia sebagai bagian dari strategi pencegahan anemia pada remaja putri (Gusriani *et al.*, 2023).

Walaupun Program Ausrem telah berjalan, peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia masih belum optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja putri membutuhkan media pembelajaran yang lebih menarik dan sesuai dengan minat mereka, sehingga informasi penting tentang anemia dapat lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Menghadapi keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan yang akurat, media digital kini banyak dimanfaatkan sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja putri dalam mencegah anemia. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media digital interaktif maupun media sosial secara signifikan mampu memperbaiki pemahaman, sikap, dan praktik pencegahan anemia dibandingkan kelompok yang tidak memperoleh edukasi tersebut (Nurchayanti *et al.*, 2025).

Upaya pencegahan melalui pendekatan edukasi masih belum optimal di berbagai jenjang pendidikan. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa anemia pada remaja berdampak negatif pada aspek kognitif dan fisik, termasuk menurunnya konsentrasi belajar serta fungsi tubuh secara keseluruhan, sehingga intervensi edukatif yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan

pemahaman dan sikap remaja putri dalam pencegahan anemia (Andianto, Suhita and Agustin, 2025).

Banyak penelitian menunjukkan bahwa *website* merupakan media yang efektif untuk edukasi kesehatan, karena dapat menghadirkan informasi secara interaktif, mudah dijangkau, dan sesuai dengan kebutuhan pengguna. Salah satu studi pada sekolah menengah pertama menemukan bahwa penggunaan *website* sebagai media edukasi mampu meningkatkan *self-efficacy* dan kemampuan manajemen diri remaja putri dalam pencegahan anemia, yang menegaskan bahwa *website* tidak sekadar menyampaikan informasi, tetapi juga mendorong perubahan perilaku kesehatan (Andianto, Suhita and Agustin, 2025).

Sejumlah penelitian telah menilai peran media digital sebagai sarana edukasi kesehatan yang dapat menjangkau remaja secara luas. Misalnya, kajian sistematis menemukan bahwa intervensi berbasis *web* secara umum efektif dalam meningkatkan perubahan perilaku kesehatan remaja, termasuk aspek pengetahuan, sikap, dan motivasi terhadap perilaku sehat, meskipun sebagian besar studi masih memiliki bukti pada tingkat kualitas rendah dan masa tindak lanjut singkat. Temuan ini menunjukkan bahwa model edukasi berbasis *web* memiliki potensi signifikan dalam mendukung perubahan perilaku kesehatan anak usia remaja (Sousa *et al.*, 2022).

Penelitian lain yang dilakukan melalui intervensi pendidikan kesehatan berbasis *web* juga menunjukkan bahwa program edukasi digital dapat meningkatkan *e-health literacy* serta perilaku promosi kesehatan pada remaja. Hasil tersebut memperkuat bukti bahwa pendidikan kesehatan melalui *website*

mampu memengaruhi pemahaman dan perilaku peserta secara lebih mendalam dibandingkan dengan tidak adanya edukasi digital (Coşkun, Güvenç and Bebiş, 2019).

Selain itu, penelitian yang meninjau efektivitas media edukasi dalam pencegahan anemia pada remaja putri melaporkan bahwa edukasi melalui media digital interaktif secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik pencegahan anemia pada remaja putri, dibandingkan dengan kelompok yang tidak menerima edukasi. Penelitian ini menegaskan bahwa media digital, termasuk konten yang interaktif dan sesuai kebutuhan remaja memiliki peran penting dalam memperbaiki pemahaman dan perilaku terkait pencegahan anemia (Nurcahyanti *et al.*, 2025).

Berdasarkan hasil temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis *web* yang dirancang secara interaktif, informatif, dan sesuai kebutuhan remaja berpeluang memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan sikap mereka tentang pencegahan anemia. Namun demikian, masih terdapat keterbatasan, khususnya dalam penelitian yang mengukur secara spesifik pengaruh edukasi berbasis *website* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia di tingkat sekolah menengah kejuruan.

Website Rem Cienta merupakan media edukasi digital interaktif untuk mencegah anemia pada remaja putri dengan fitur pretest, cek IMT dan hemoglobin, screening kebiasaan hidup, edukasi video, serta *posttest*. *Website* ini memfasilitasi pemantauan kesehatan rutin dan interaksi dengan tenaga ahli,

sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kebiasaan sehat remaja (Lisnawati, Widiyanti and Jubaedah, 2025).

Meskipun demikian, penelitian yang mengevaluasi pengaruh edukasi berbasis *website* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di tingkat SMK masih terbatas. Belum banyak penelitian yang menggunakan desain *pre-eksperimental* dalam konteks sekolah menengah kejuruan untuk mengevaluasi perubahan secara terukur dalam populasi ini.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 3 Februari 2026 di SMK Syntax *Business School* Kuningan pada siswi kelas X, diperoleh data bahwa 7 dari 10 siswi belum memiliki pemahaman yang baik mengenai anemia dan cara pencegahannya. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Berbasis *Website* Rem Cienta terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia di SMK Syntax *Business School* Kabupaten Kuningan”.

B. Rumusan Masalah

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri sebagian besar disebabkan oleh rendahnya pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai anemia, termasuk cara pencegahan melalui pola makan sehat dan konsumsi zat besi. Edukasi yang tepat menjadi penting untuk membantu remaja memahami risiko anemia dan langkah-langkah pencegahannya. Salah satu pendekatan yang potensial melalui edukasi berbasis *website* interaktif, seperti Rem Cienta, yang memadukan informasi, monitoring kesehatan, dan interaksi dengan tenaga ahli.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Edukasi Berbasis *Website* Rem Ciente terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia di SMK Syntax *Business School* Kuningan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi berbasis *website* Rem Ciente terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai pencegahan anemia di SMK Syntax *Business School* Kuningan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Usia
- b. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Status Gizi
- c. Mengetahui rata-rata nilai pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbasis *Website* Rem Ciente
- d. Mengetahui rata-rata nilai sikap remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbasis *Website* Rem Ciente
- e. Menganalisis pengaruh edukasi berbasis *Website* Rem Ciente terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia
- f. Menganalisis pengaruh edukasi berbasis *Website* Rem Ciente terhadap sikap remaja putri tentang pencegahan anemia

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini berfokus pada pengaruh intervensi edukasi kesehatan berbasis *website* Rem Cienta terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam upaya pencegahan anemia. Subjek penelitian adalah siswi kelas X di SMK Syntax *Business School* yang dilaksanakan pada bulan Januari hingga Mei 2026.

Pemilihan fokus penelitian didasarkan pada masih tingginya kejadian anemia pada remaja putri, yang dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dan sikap sebagai dasar pembentukan perilaku kesehatan. Intervensi diberikan melalui media *website* Rem Cienta yang dirancang interaktif dan sesuai dengan karakteristik remaja. Proses penelitian dilakukan dengan memberikan edukasi melalui *website*, kemudian dilakukan pengukuran sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) intervensi untuk menilai perubahan pengetahuan dan sikap sebagai indikator efektivitas intervensi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi penulis untuk memperdalam pemahaman mengenai edukasi kesehatan berbasis *website*, khususnya dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Temuan

penelitian ini juga dapat menjadi dasar pengembangan penelitian selanjutnya di bidang kesehatan remaja dan media edukasi digital.

b. Bagi Institusi Pendidikan Tinggi

Hasil penelitian ini dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan di bidang promosi kesehatan dan teknologi pendidikan. Selain itu, penelitian ini dapat dijadikan rujukan dalam kegiatan akademik maupun program pengabdian masyarakat yang berkaitan dengan edukasi kesehatan menggunakan *platform* digital.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan sikap remaja putri terkait pencegahan anemia melalui media edukasi yang lebih menarik dan mudah diakses, sehingga mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat.

b. Bagi SMK Syntax Business School Kuningan

Temuan penelitian dapat dimanfaatkan sekolah untuk memperkuat kegiatan UKS/M, terutama dalam memberikan edukasi mengenai anemia. *Website* Rem Cienta juga dapat digunakan sebagai media pembelajaran tambahan bagi siswa dalam memahami kesehatan reproduksi dan gizi.

c. Bagi Puskesmas atau Fasilitas Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memilih metode edukasi yang lebih efektif bagi remaja. Selain itu, penelitian ini dapat mendukung implementasi program kesehatan remaja, termasuk kegiatan skrining dan edukasi pencegahan anemia.