BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang memengaruhi kesehatan. Pada masa ini, remaja mulai membentuk perilaku dan mengambil keputusan yang berdampak pada kesehatannya, termasuk kesehatan reproduksi yang memerlukan pemahaman tentang fungsi, kebersihan, dan risiko gangguan kesehatan. Selain itu, status gizi juga berperan penting dalam menunjang kesehatan remaja. Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang sering dialami remaja putri akibat meningkatnya kebutuhan zat besi selama pubertas dan menstruasi yang tidak diimbangi dengan asupan gizi yang cukup. Kondisi ini dapat menyebabkan kelelahan, menurunnya konsentrasi belajar, serta berpotensi mengganggu kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, kesehatan remaja, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, memiliki peranan penting dalam membentuk kualitas generasi di masa yang akan datang (Fitria Anuril *et al.*, 2025).

Anemia adalah masalah kesehatan yang banyak terjadi di seluruh dunia dan sering dialami oleh remaja, terutama remaja putri (S. W. Rahman et al., 2023). Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi anemia pada remaja secara global berkisar antara 40–88% (Meliyanti, 2024). Di Indonesia, prevalensi anemia pada anak usia 5–14 tahun mencapai 26,8%, sedangkan pada usia 15–24 tahun sebesar 32% (Riskesdas, 2018). Di Provinsi Kalimantan Barat, prevalensi anemia pada remaja putri tercatat sebesar 18,3% pada tahun 2017 dan meningkat menjadi 23,8% pada tahun 2018. Sementara itu, di Kota Pontianak, prevalensi anemia pada remaja putri pada tahun 2019 tercatat lebih rendah, yaitu 16,4% (Octavianty *et al.,* 2024).

Anemia pada remaja dapat berdampak negatif terhadap kesehatan, seperti menurunnya daya tahan tubuh, konsentrasi, kebugaran, dan produktivitas. Kondisi ini juga menghambat perkembangan remaja, termasuk perkembangan motorik, mental, kecerdasan, serta kesehatan reproduksi, dan dapat menurunkan prestasi belajar serta menghambat pertumbuhan tinggi badan. Dampak anemia pada remaja putri menjadi perhatian khusus karena berkaitan dengan perannya sebagai calon ibu, di mana anemia dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi,

komplikasi persalinan, kelahiran prematur, dan bayi dengan berat badan lahir rendah (Khobibah *et al.*, 2021).

Anemia pada remaja putri disebabkan oleh berbagai faktor, seperti rendahnya pengetahuan, kebiasaan membatasi konsumsi makanan, serta ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Anemia gizi besi juga dipengaruhi oleh kehilangan darah yang berkelanjutan, rendahnya asupan dan penyerapan zat besi, serta meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pubertas. Selain itu, kekurangan zat gizi lain, seperti vitamin B12, vitamin B6, vitamin C, dan tembaga, dapat menghambat penyerapan zat besi. Kondisi ini umumnya berkaitan dengan rendahnya pengetahuan remaja putri mengenai kebutuhan gizi pada masa pubertas (Siregar *et al.*, 2023).

Menurut (Indriasari *et al.*, 2022) dan (Izdihar *et al.,* 2022), rendahnya tingkat pengetahuan remaja mengenai anemia menyebabkan kurangnya perhatian dalam pemilihan makanan bergizi serta lemahnya upaya pencegahan, sehingga sikap dan perilaku pencegahan anemia, khususnya pada remaja putri, belum terbentuk secara optimal. Sejalan dengan hal tersebut (Anggun N, 2023), menyatakan bahwa Keterbatasan informasi dan rendahnya kesadaran remaja dalam menerapkan gaya hidup sehat meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan, termasuk anemia, sehingga pengetahuan memegang peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku kesehatan remaja. sehingga (Imanuna *et al.,* 2022). menekankan pentingnya peningkatan pengetahuan melalui edukasi gizi dengan media yang menarik agar informasi mudah dipahami dan mampu mendorong remaja putri menerapkan perilaku hidup sehat.

Beberapa media yang umum digunakan dalam edukasi adalah media cetak dan media audio-visual, karena keduanya dapat mempermudah proses penyampaian serta penerimaan informasi. Media cetak meliputi poster, leaflet, flashcard, buku saku, majalah, koran, dan komik yang berfungsi sebagai sumber informasi tertulis yang mudah dibaca dan dipahami. Sementara itu, media audio-visual, seperti video animasi dan film, mampu menyajikan informasi secara menarik melalui perpaduan gambar dan suara sehingga lebih mudah dipahami oleh remaja. Penggunaan media cetak dan audio-visual sebagai media edukasi terbukti

memberikan respons positif, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia (Ester & Kurniasari, 2021).

Menurut (Purba, 2019), aplikasi quizizz merupakan media pembelajaran berbasis permainan kuis interaktif yang menghadirkan elemen gambar, suara, dan audio, sehingga dapat digunakan peserta didik untuk mendukung proses belajar di kelas. Berdasarkan penelitian sebelumnya, (Yulia Isratul Aini, 2019) menyatakan bahwa quizizz mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Selain itu, (Agung dkk, 2019) menunjukkan bahwa penggunaan quizizz dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik, sedangkan (Lusiani, 2020) menyebutkan bahwa aplikasi ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta didik. (Haniv, 2020) menambahkan bahwa quizizz dapat diterapkan sebagai media pembelajaran untuk berbagai mata pelajaran. Penelitian (Indra dan Lasia, 2019) menunjukkan bahwa quizizz mampu mengurangi rasa bosan peserta didik selama proses pembelajaran di kelas, dan (Sanga, 2019) menegaskan bahwa media ini dapat membantu meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan aplikasi quizizz berpotensi meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk sikap positif peserta didik dalam proses pembelajaran (Apriliyani & Khotimah, 2021).

Perbedaan antara Quizizz dan Kahoot terletak pada cara penggunaan dan karakteristik pembelajarannya. Quizizz memiliki berbagai fitur interaktif seperti hasil langsung dan laporan perkembangan yang dapat membantu siswa menjadi lebih aktif serta mengetahui bagian yang perlu diperbaiki. Selain itu, Quizizz bersifat fleksibel karena dapat digunakan secara mandiri, baik di dalam maupun di luar kelas, serta memberikan umpan balik secara langsung. Sementara itu, Kahoot digunakan secara langsung (real-time) di kelas dengan suasana kompetitif yang mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Kahoot juga memiliki tampilan yang menarik dan interaktif, Penerapan game kahoot juga mengharuskan peserta didik untuk menjawab pertanyaan dengan teliti dan cepat. Karena akan berpengaruh atas peringkat mereka di skor akhir permainan, sehingga siswa cenderung lebih fokus pada kecepatan menjawab dibandingkan pemahaman materi. Dengan demikian, Quizizz lebih menekankan fleksibilitas dan pembelajaran

mandiri, sedangkan Kahoot lebih menekankan interaktivitas dan kompetisi dalam pembelajaran (Rabiatul *et al.,* 2024).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka perumusan masalah yang diangkat adalah, apakah terdapat pengaruh edukasi anemia berbasis aplikasi quizizz terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi anemia berbasis aplikasi quizizz terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui pengaruh edukasi anemia berbasis aplikasi quizizz terhadap pengetahuan remaja putri di SMP
b. Mengetahui pengaruh edukasi anemia berbasis aplikasi quizizz terhadap sikap remaja putri di SMP.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi anemia berbasis aplikasi quizizz terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

a. Menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman dalam melakukan penelitian di bidang gizi, khususnya mengenai edukasi anemia dengan media pembelajaran digital interaktif.
b. Melatih kemampuan dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi program edukasi kesehatan berbasis teknologi

2. Bagi Remaja Putri

a. Memberikan pemahaman yang lebih baik tentang anemia, penyebab, dampak, dan pencegahannya.
b. Mendorong terbentuknya sikap positif terhadap upaya pencegahan anemia sejak usia remaja.

F. Keaslian Penelitian

1. Penelitian (Ambar *et al.,* 2023), yang berjudul “Pengaruh Edukasi Anemia menggunakan Monopoly Gizi Anemia (MONOGIA) terhadap Pengetahuan

dan Sikap Remaja Putri Kota Bengkulu" menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *quasi-eksperimental*, melalui pengukuran *pre-test dan post-test* dengan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media monogia berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ($p < 0,05$) dan sikap ($p < 0,05$). Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian saya terletak pada media edukasi, subjek penelitian, dan desain penelitian. Penelitian tersebut menggunakan media monogia, sedangkan penelitian saya menggunakan aplikasi quizizz sebagai media edukasi berbasis teknologi digital. Selain itu, penelitian tersebut melibatkan seluruh remaja, sementara penelitian saya lebih terfokus pada remaja putri tingkat SMP. Dari segi metode, penelitian saya menggunakan desain pre-eksperimen dengan pendekatan *one group pre-test dan post-test.*

2. Penelitian (Aprianti *et al.,* 2024), yang berjudul "Pengaruh Penggunaan Media Edukasi Video Menggunakan Aplikasi TikTok terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri di SMAN Kota Jambi" merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *one group pre-test dan post-test*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang anemia. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan dengan nilai $p = 0,0001$, yang menandakan bahwa penggunaan media video TikTok efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian saya terletak pada media edukasi dan fokus penelitian. Penelitian sebelumnya menggunakan media video TikTok dan hanya menilai peningkatan pengetahuan, sedangkan penelitian saya menggunakan aplikasi quizizz sebagai media edukasi interaktif serta menilai peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri.
3. Penelitian (Farhan *et al.,* 2024), yang berjudul "Pengaruh Edukasi Anemia Melalui Media Video terhadap Pengetahuan, Sikap, serta Keberagaman Konsumsi Makanan Remaja Putri di SMP Negeri 86 Jakarta" merupakan penelitian *quasi-eksperimen* dengan rancangan *one shot study case.* Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ($p = 0,000$) dan sikap ($p = 0,000$). Perbedaan

penelitian tersebut dengan penelitian saya terletak pada beberapa aspek. Pertama, dari segi media edukasi, penelitian sebelumnya menggunakan media video, sedangkan penelitian saya menggunakan aplikasi quizizz sebagai media edukasi interaktif berbasis teknologi digital. Kedua, dari segi variabel penelitian, penelitian sebelumnya mengkaji pengetahuan, sikap, serta keberagaman konsumsi makanan, sementara penelitian saya hanya berfokus pada pengetahuan dan sikap. Ketiga, dari segi desain penelitian, penelitian saya menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-test dan post-test design*, di mana pengukuran pengetahuan dan sikap dilakukan sebelum dan sesudah intervensi edukasi menggunakan aplikasi quizizz.

4. Penilitian (Pella Riani, Wahidah Sukriani, 2023). yang berjudul "Pengaruh Edukasi Kesehatan Berbasis Video tiktok terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMK Negeri 4 Palangka Raya" merupakan penelitian *quasi-eksperimen* dengan rancangan *one group pre-test dan post-test.* Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap, dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa penggunaan media video TikTok berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian saya terletak pada media edukasi yang digunakan. Penelitian sebelumnya menggunakan media video TikTok, sedangkan penelitian saya menggunakan aplikasi quizizz sebagai media edukasi interaktif berbasis teknologi digital.
5. Penelitia (Asmawati et al., 2021). Penelitian berjudul "Pengaruh Penggunaan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia pada Remaja Putri di SMPN 1 Turikale" menggunakan metode quasi eksperimen dengan desain *one group pretest–posttest*. Desain ini melibatkan satu kelompok subjek penelitian, dengan pengukuran tingkat pengetahuan dan sikap yang dilakukan sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap sikap dalam pencegahan anemia ($p = 0,001$; $p < 0,05$) serta peningkatan pengetahuan tentang anemia ($p = 0,000$; $p < 0,05$). Adapun perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada media edukasi yang digunakan.