

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia adalah suatu kondisi yang terjadi ketika jumlah sel darah merah (eritrosit) dan / jumlah hemoglobin yang ditemukan dalam sel-sel darah merah menurun dibawah normal. Sel darah merah dan hemoglobin yang terkandung di dalamnya diperlukan untuk transportasi dan pengiriman oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh.

Kejadian anemia pada remaja putri terjadi karena beberapa faktor, selain menstruasi diantaranya asupan zat besi dan aktifitas juga menjadi salah satu faktor lain yang mempengaruhi kebutuhan zat besi dan mineral didalam tubuh. Berdasarkan demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) 2017, presentasi anemia pada wanita umur 13-18 tahun yaitu 23%. Kemenkes, 2012 (dalam Apriyanti, 2019: 19). Sejalan dengan survey kesehatan rumah (SKRT) 2016, menyatakan presentasi anemia pada remaja putri usia 10-19 tahun sebesar 57,1% (Natalia, 2018 dalam Apriyanti:2019).

Dampak anemia pada remaja putri menyebabkan terhambatnya pertumbuhan, rentan infeksi, mudah letih , dan menurunnya semangat belajar. Penanganan terhadap anemia dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi yaitu dengan menggunakan tablet (Fe), sedangkan penanganan secara non farmakologi dengan mengonsumsi makanan yang kaya zat besi misalnya sayuran berwarna hijau , kacang-kacangan kering, buah kering dan bit merah (Utaminingsyas, 2017: 2 ; Ikawati dan Rokhana, 2018: 62)

Mengonsumsi buah bit dapat menjadi salah satu cara alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin karena di dalam buah bit mengandung kadar zat besi yang cukup tinggi dibandingkan dengan buah yang lain seperti buah naga

dan buah melon. Kadar zat besi pada buah bit yaitu 7,4%. Zat besi penting untuk pembentukan dan mempertahankan kesehatan sel darah merah sehingga bisa menjamin sirkulasi oksigen dan zat gizi yang dibutuhkan. Buah bit juga mengandung vitamin C yang sangat baik untuk membantu penyerapan zat besi dan mengatasi masalah anemia ( Setyianingsih *et al.*, 2020).

Pendidikan kesehatan merupakan informasi yang sangat intensif dan juga efektif dalam usaha untuk meningkatkan aspek yang masih tertinggal di suatu tempat. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan berbagai macam metode , salah satu metode yang dapat digunakan adalah dengan media pendidikan kesehatan contohnya : Poster. Media poster adalah media cetak berisi pesan-pesan kesehatan (Fitri dan Wiji.,2019). poster merupakan salah satu media yang dapat memberikan pelayanan berupa KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) kepada remaja putri. Poster adalah suatu media publikasi yang di dalamnya terdapat teks, gambar, atau perpaduan keduanya dimana tujuannya untuk memberikan informasi atau pesan kepada khalayak di tempat umum. (Harnoko dan Darmawan, 2019:2) Poster merupakan suatu media promosi yang sering digunakan masyarakat umum sebagai penyampaian sebuah pesan ( Gautama *et al*, 2019:7)

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan bahwa “Bagaimana peningkatan kadar hemoglobin remaja putri setelah diberikan jus buah bit?”.

## **C. Tujuan Luaran**

Poster ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dalam pengurangan anemia pada remaja putri dengan mengkonsumsi jus buah bit da diharapkan mampu menjadi KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi)kempada masyarakat khususnya remaja putri umur 13-18 tahun

**D. Manfaat Luaran**

1. Memberikan informasi tentang manfaat buah bit untuk remaja putri yang mengalami anemia
2. Sebagai salah satu cara alternative untuk membantu menambahkan kadar hemoglobin dengan bahan alami yaitu jus buah bit

**E. Hasil Luaran**

1. Karya tulis ilmiah
2. poster