

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja merupakan kelompok usia 10-18 tahun yang sedang mengalami fase transisi dari anak-anak ke masa dewasa. Remaja merupakan kelompok generasi penerus yang menunjukkan sebuah proses tumbuh kembang sehingga memerlukan proses yang berlangsung secara optimal yang nantinya akan menghasilkan remaja putri yang sehat dan menghasilkan calon ibu yang sehat pula (Susanto, 2019). Kesehatan remaja merupakan hal yang sangat penting diperhatikan karena pada masa ini remaja mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Masalah kesehatan dan gizi di Indonesia pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi fokus perhatian karena tidak hanya berdampak pada angka kesakitan dan kematian pada ibu dan anak, melainkan juga memberikan konsekuensi kualitas hidup individu yang bersifat permanen sampai usia dewasa. Timbulnya masalah gizi pada anak usia di bawah dua tahun erat kaitannya dengan persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, termasuk rematri (remaja putri).

Anemia pada rematri merupakan masalah gizi yang harus diselesaikan karena berdampak pada 1000 HPK. Ketika menjadi ibu hamil berisiko mengalami keguguran, pendarahan selama kehamilan, dan gangguan janin. Saat persalinan dapat menyebabkan pendarahan dan gangguan persalinan. Dan nantinya akan beresiko pada anak yaitu menyebabkan BBLR dan stunting (Fitria dalam Aningsih & Fatah, 2024). Menurut WHO, rematri dan WUS menderita anemia apabila kadar Hb (*hemoglobin*) darah menunjukkan nilai kurang dari 12 g/dL (Kemenkes RI, 2018). Rematri yang mengalami anemia beresiko terhadap kesehatan, baik dalam jangka pendek ataupun jangka panjang terhadap siklus kehidupan wanita. Anemia juga memiliki dampak serius terhadap kesehatan yang dapat mempengaruhi pertumbuhan fisik, perkembangan mental, kebugaran fisik, dan menurunkan konsentrasi belajar di sekolah dan kapasitas kerja (Tesyafe dalam Kusuma, 2022). Anemia dapat

dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pengetahuan tentang anemia yang berperan penting terhadap kejadian anemia, karena semakin rendah pengetahuan seseorang tentang anemia kejadian anemia akan semakin meningkat (Mayasari et al., 2022). Kadar Hb rendah sebagai akibat dari menstruasi setiap bulan yang dialami rematri dan kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi dapat menyebabkan anemia. Selain itu, infeksi cacing yang disebabkan karena gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat dan kurangnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan juga dapat menyebabkan terjadinya anemia (Fitria et al., 2024).

Angka prevalensi anemia menurut WHO tahun 2021 pada wanita usia 15-49 tahun sebesar 29,9%. Sementara berdasarkan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2018, didapatkan anemia pada rematri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Prevalensi anemia di Indonesia pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 32%, artinya 3 dari 10 remaja di Indonesia menderita anemia. Jawa Tengah memiliki prevalensi anemia sebesar 57,1% (Risikesdas, 2018).

Asupan zat besi menjadi bagian penting untuk mengatasi anemia. Anemia dapat terjadi karena kurangnya asupan zat besi, penyerapan zat besi yang tidak akurat dan peningkatan kebutuhan zat besi seperti saat menstruasi, yang menyebabkan terjadinya peningkatan pembentukan *hemoglobin* seperti protein, zat besi, vitamin B12, vitamin C, dan asam folat (Fitriya, 2023). Kekurangan zat besi dapat menurunkan produksi sel darah merah dan metabolisme yang mengangkut oksigen. Salah satu komponen dalam sel darah merah yaitu hemoglobin yang berperan dalam mengikat dan menghantarkan oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Kombinasi protein dan zat besi berperan penting dalam pembentukan sel darah merah yaitu hemoglobin. Protein itu sendiri berfungsi sebagai pembangun, melakukan penyerapan dan transportasi zat besi ke dalam tubuh. Sedangkan energi dan oksigen memberikan dukungan yang diperlukan. Metabolisme sel tidak akan jalan jika salah satu faktor tersebut tidak terpenuhi, yang nantinya dapat menyebabkan stunting akibat dari

gangguan pertumbuhan yang tidak ditangani. (Fitriya, 2023; Simbolon dalam (Christiana & Budi, 2024)).

Mengingat pentingnya asupan zat besi pada remaja dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja, maka perlu peningkatan pengetahuan remaja tentang pentingnya mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Anemia pada remaja dapat diatasi dengan mengonsumsi TTD secara rutin. Tujuan pemberian TTD adalah untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh berupa zat besi, terutama bagi rematri untuk mempersiapkan calon ibu yang sehat dengan kecukupan zat besi rematri, sehingga dapat menurunkan angka kejadian anemia. Kepatuhan rematri dalam mengonsumsi TTD menjadi salah satu indikator keberhasilan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada rematri. Kekurangan defisiensi zat besi dipengaruhi oleh ketidakpatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD secara rutin. Untuk itu, peran serta masyarakat dan lingkungan sekitar sangat diperlukan sebagai upaya untuk mencegah anemia pada rematri.

Di Kota Surakarta pada tahun 2021, Kelurahan Bumi menempati peringkat kedua yang berpotensi mengalami kejadian stunting sebesar 13,62%. Mayoritas remaja putri di Kelurahan Bumi tidak mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Berdasarkan hasil *screening* awal PPK Ormawa di Kelurahan Bumi, Kecamatan Laweyan, Kota Surakarta dengan jumlah remaja sebanyak 139 remaja, 52 remaja putra dan 87 remaja putri. Sebanyak 27 remaja putri mengalami anemia. Guna mengendalikan angka stunting dengan mencegah anemia pada rematri, maka penulis tertarik untuk melaksanakan program Aksi S3 (Screening Siaga Stunting), kampanye Tablet Fe, rebug stunting, dan pelatihan Kader Posyandu Remaja di Kelurahan Bumi, Kecamatan Laweyan, Kota Surakarta.

## **B. Tujuan Program**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum pada program ini adalah untuk mencegah anemia pada remaja putri dengan meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya Tablet Tambah Darah (TTD) di Kelurahan Bumi Kecamatan Laweyan Kota Surakarta.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mewujudkan desa sehat anti stunting dengan cara menerapkan hidup sehat, bersih, dan aman dari penyakit.
- b. Membentuk masyarakat yang sadar akan pentingnya gizi seimbang dan olahraga rutin untuk menciptakan masyarakat yang sehat.
- c. Memberdayakan remaja secara mandiri dalam upaya mengendalikan stunting.

## **C. Manfaat Program**

### **1. Manfaat Teoritis**

Untuk memberikan sumbangsih keilmuan, khususnya pada bidang wawasan ilmu kesehatan mengenai stunting sebagai salah satu upaya untuk mencegah anemia pada remaja putri.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi remaja, program ini diharapkan dapat memberikan jenis edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dan pentingnya Tablet Tambah Darah (TTD).
- b. Bagi kader, program ini diharapkan dapat membantu kader remaja dalam memahami masalah anemia sehingga turut berpartisipasi dalam program tersebut dengan mendorong remaja untuk patuh mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin dan melakukan pemantauan status anemia pada remaja.
- c. Bagi tenaga kesehatan, program ini diharapkan dapat menjadi alternatif sebagai pedoman untuk mengendalikan stunting.