

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja adalah masa pertumbuhan dan perkembangan pesat yang membutuhkan peningkatan zat gizi. Remaja di Indonesia dihadapkan pada tiga masalah gizi, yaitu kekurangan gizi, kelebihan gizi, dan anemia. Remaja putri memiliki risiko tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan remaja putra (Unicef, 2021)

Penyebab anemia pada remaja putri adalah remaja berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan, menstruasi, citra tubuh yang ideal, menerapkan pola makan dan diet yang salah dan terbatasnya akses untuk mendapatkan edukasi dan informasi mengenai anemia (Triarningsih and Oktavia, 2022).

Akibat rendahnya asupan gizi tertentu untuk memenuhi kebutuhan sintesis Hemoglobin (Hb) dan sel darah merah akan berdampak terjadi anemia. Anemia diartikan suatu keadaan kadar Hb di dalam darah kurang sesuai kelompok jenis kelamin dan umur. Nilai batas ambang anemia berdasarkan ketetapan WHO untuk remaja wanita adalah 12 g/dL sedangkan untuk laki-laki 13 g/dL (Yulita *et al.*, 2020).

Prevalensi anemia tahun 2021 menurut data Kemenkes RI adalah 22,7%. Anemia pada remaja putri ditandai dengan 5L (lemah, letih, lesu, lelah, dan lalai), pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat. Adapun dampak anemia bagi remaja putri antara lain menurunnya kesehatan reproduksi, terhambatnya perkembangan motorik, menurunnya kemampuan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal, dan menurunnya tingkat kebugaran (Safitri dan Andika, 2023).

Cara yang digunakan untuk mencegah tingginya kejadian anemia yaitu dengan program pedoman gizi seimbang dan pemberian tablet tambah darah (TTD). Isi piringku merupakan pedoman makanan sesuai dengan pedoman gizi seimbang (PGS). Konsepnya berisi pangan sumber karbohidrat, protein,

buah dan sayur yang dikonsumsi sehari-hari. Dari hasil screening pemeriksaan hemoglobin (Hb) di SMK Tunas Harapan Plupuh diperoleh data 13% dari 300 siswi menderita anemia dan tingkat kepatuhan siswi untuk konsumsi TTD kurang baik. Melihat masalah tersebut maka penulis tertarik untuk membuat KIE dengan jenis luaran yaitu berupa media video. Di dalam video berisi tentang edukasi anemia dan cara pencegahan anemia dengan konsumsi makanan bergizi dan kepatuhan minum TTD seminggu sekali.

Target luaran video diharapkan mampu memberikan informasi, pengetahuan, perubahan sikap dan perilaku kepada remaja putri dalam memperhatikan konsumsi makanan yang bergizi dan kepatuhan konsumsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia.

