

BAB I

PENDAHULUAN

Anwar et al., (2024) menyebutkan bahwa masa remaja merupakan tahap hidup yang sangat kritis, sehingga pada tahap ini remaja dikategorikan sebagai kelompok yang rentan dan memiliki risiko kesehatan yang tinggi. Salah satu masalah gizi utama yang banyak dialami oleh remaja adalah anemia. Remaja termasuk salah satu kelompok yang rentan terhadap anemia karena mereka mengalami pertumbuhan yang sangat cepat disertai dengan aktivitas fisik dan olahraga. Dengan demikian bahwa masa remaja yaitu masa dimana seseorang rentan dan berisiko terkena masalah kesehatan salah satunya yaitu anemia.

Rahayuningtyas et al. (2021) menyebutkan bahwa fenomena yang terjadi yaitu masih banyak remaja yang enggan mengkonsumsi tablet Fe yang telah diberikan oleh Puskesmas. Salah satu Puskesmas yang ada di Kota Surakarta yaitu Puskesmas Gilingan yang dimana merupakan salah satu pelayanan kesehatan yang aktif melaksanakan pemberian tablet Fe pada remaja di sekolah-sekolah dengan jumlah remaja terbanyak. Namun Puskesmas hanya melakukan pemberian tablet Fe saja untuk pelaksanaannya sepenuhnya diserahkan kepada pihak sekolah masing-masing. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan minum tablet Fe di sekolah masih belum efektif jika tidak dilakukan pemantauan dari Puskesmas sendiri, yang menyebabkan masih banyak remaja yang tidak mengkonsumsi tablet Fe yang telah diberikan pihak sekolah.

WHO (2023) menyatakan data prevalensi anemia pada remaja di dunia menunjukkan angka kejadian anemia sebesar 29,9% pada wanita usia 15-49 tahun lalu beberapa negara berkembang prevalensi anemia sebesar 60,2% dan kejadian anemia pada anak usia 6-59 bulan sebesar 39.8% di seluruh dunia. Untuk selanjutnya (Amalia et al., 2024) menyebutkan bahwa prevalensi anemia di wilayah Asia dan Afrika diperkirakan sekitar 2 miliar.

Riskesdas (2023) menyatakan yaitu sekitar 31,8% dari kelompok umur 5-24 tahun sedangkan prevalensi kejadian anemia pada perempuan sekitar 18,0% yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki sekitar 14,4%. Sedangkan (Sukmanawati et al., 2023) menyebutkan bahwa prevalensi anemia pada perempuan usia produktif (15-49 tahun) di Indonesia sebesar 31,2% dengan usia terbanyak yaitu 20-44 tahun mengalami anemia. Prevalensi anemia di Indonesia pada remaja laki-laki sebesar 21,7% dan remaja putri usia 15-24 tahun sebesar 18,4%. Di Indonesia sekitar 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan mengalami defisiensi zat besi.

Sabela et al. (2024) menyebutkan bahwa prevalensi anemia remaja putri yang terjadi di Jawa Tengah yaitu sebesar 57,7%. Prevalensi kejadian anemia usia 10-18 tahun di Surakarta cukup tinggi sebesar 47,5% yaitu di Kecamatan Laweyan dalam kurun waktu 1 tahun (Dinkes Surakarta, 2023). Untuk selanjutnya (Sandy et al., 2020) menyebutkan prevalensi kejadian anemia pada remaja di Kabupaten Boyolali yaitu sebesar 51,1%

Priyanti et al. (2023) menyebutkan bahwa hemoglobin adalah suatu komponen sel darah merah yang berfungsi sebagai pembawa oksigen ke seluruh tubuh. Oksigen diperlukan tubuh untuk membantu proses metabolisme. Zat besi merupakan komponen utama dalam pembentukan sel darah merah. Kebutuhan zat besi yang meningkat terjadi pada masa pertumbuhan seperti bayi, anak-anak, remaja, ibu hamil dan menyusui. Berdasarkan pengertian diatas hemoglobin disimpulkan sebagai sel darah merah yang sangat penting bagi tubuh yang berfungsi sebagai pembawa oksigen ke seluruh tubuh.

Sianipar et al. (2022) menyebutkan bahwa anemia remaja sering terjadi karena kurangnya pengetahuan mengenai anemia, selain itu anemia juga bisa terjadi karena kurangnya pendidikan kesehatan pada remaja yang disebabkan oleh keterbatasan akses pelayanan kesehatan dan program kesehatan, serta masih kurangnya pengetahuan remaja untuk meningkatkan perilaku kesehatan terutama yang mengarah ke gaya hidup yang lebih sehat. Untuk selanjutnya (Nabila et al., 2023) menyebutkan bahwa anemia remaja biasanya ditandai dengan beberapa kondisi, seperti lemas, pusing, bahkan hingga pingsan, hal ini terjadi karena kurangnya edukasi kesehatan mengenai anemia pada remaja. Anemia dikenal

sebagai suatu penyakit dimana jumlah sel darah merah dalam darah menurun yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin. WHO (2020) menyatakan anemia dipengaruhi langsung oleh asupan yang dikonsumsi sehari-hari makanan rendah zat besi. Anemia sering menjadi masalah global yang mempengaruhi kesehatan wanita usia subur dan menjadi salah satu indikator malnutrisi, seperti terhambatnya pertumbuhan, gizi buruk seperti stunting.

Nurhalimah (2024) menyatakan pengetahuan remaja yang kurang tentang anemia dapat mengakibatkan kurangnya pemahaman mereka terhadap anemia. Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif memiliki enam tingkatan yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Pengetahuan remaja putri tentang anemia hanya sampai pada tahap tahu dan tidak diikuti dengan pengaplikasian dalam kehidupan sehari-hari seperti makan makanan yang mengandung zat besi dan olahraga yang teratur.

Nasruddin et al. (2021) menyebutkan bahwa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya angka kejadian anemia yang tinggi pada remaja yaitu rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, C, folat, fiboflavin dan B12, lalu terjadi karena kesalahan dalam mengkonsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi. Pada dasarnya, anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Makanan yang dikonsumsi berkaitan erat dengan status gizi seseorang, karena bila makanan yang dikonsumsi memiliki nilai yang baik, maka status gizi juga baik, begitupun sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi terutama zat besi yang akan menyebabkan anemia.

Selanjutnya (Yuanty et al., 2020) menyatakan bahwa tiga beban masalah gizi (*triple burden*) yang sering terjadi di Indonesia saat ini adalah stunting, wasting dan obesitas serta kekurangan zat gizi mikro seperti anemia. Tiga masalah gizi tersebut berkaitan dengan kejadian anemia. Kekurangan gizi dapat menyebabkan anemia diantaranya yaitu kekurangan gizi mikro seperti Ferro dan Ferritin.

Nur & Darma (2024) mengemukakan dampak negatif anemia pada remaja yaitu dapat menyebabkan penurunan perkembangan motorik dan mental, gangguan kesehatan reproduksi dan penurunan kecerdasan, prestasi akademik, tingkat kebugaran serta kegagalan mencapai tinggi badan yang optimal. Dampak langsung yang ditimbulkan pada penderita anemia remaja putri yaitu dapat menyebabkan pusing, warna kulit menjadi pucat yang dapat dilihat dari warna lidah, bibir, kelopak mata, dan telapak tangan serta badan akan terasa menjadi cepat lelah, lemas, lesu dan menimbulkan rasa lelah secara keseluruhan. Untuk mencegah anemia pada remaja putri sangat penting yaitu dengan mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, vitamin B12, dan asam folat, serta menghindari kehilangan darah yang berlebihan, hal tersebut dikarenakan remaja putri mempunyai risiko lebih tinggi terkena anemia karena mengalami menstruasi dan pertumbuhan fisik yang sangat cepat sehingga memerlukan asupan zat gizi yang lebih besar.

Padmawati (2022) menyatakan salah satu upaya yang telah dilakukan oleh pemerintah untuk menanggulangi masalah anemia pada remaja yaitu dengan program pemberian suplementasi tablet Fe berupa zat besi (60mg FeSO) dan asam folat 0,25mg. Namun, terdapat beberapa perubahan yang direkomendasikan oleh WHO terhadap program tersebut, diantaranya jumlah dosis, jenis zat gizi, lama intervensi, dan sasarannya. Dosis dan cara pemberian suplemen besi pada remaja dan wanita hamil adalah sama.

Risnata et al. (2022) menyebutkan bahwa salah satu faktor penyebab anemia pada remaja yaitingkat pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dapat mengakibatkan salah persepsi tentang anemia, yang mempengaruhi perilaku, gaya hidup dan makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Pemilihan makanan yang tidak tepat dapat berpengaruh terhadap asupan gizi yang kurang cukup terutama zat besi. Selain itu anemia sering terjadi pada remaja putri karena stress, haid dan terlambat makan. Remaja dengan pengetahuan yang kurang lebih berisiko 2-3x mengalami anemia dibandingkan remaja yang berpengetahuan baik tentang anemia. Dampak anemia yang sering terjadi pada remaja yaitu terganggunya konsentrasi dan kemampuan belajar, kemampuan latihan fisik dan kebugaran tubuh menurun,

fungsi imun tubuh terganggu dan dapat menurunkan kemampuan untuk menurunkan suhu tubuh.

Hal ini didukung oleh penelitian (Soekardy, 2023) tentang hubungan pengetahuan, konsumsi tablet Fe dan status gizi dalam penanganan anemia pada remaja yang dilakukan pada 38 remaja menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan yang kurang baik sebanyak 54 orang (85,7%) dengan tingkat konsumsi tablet Fe kurang dari 2 tablet/minggu sebesar 86,6%. Kejadian anemia pada remaja menunjukkan sebagian remaja mengalami anemia sebanyak 60,3% sedangkan yang tidak mengalami anemia sebanyak 39,7%. Dengan demikian angka kejadian anemia pada remaja tergolong masih tinggi yang disebabkan oleh beberapa faktor terutama pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Yuanty et al., 2020) tentang pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kenaikan kadar Hb pada remaja yang dilakukan pada 38 remaja menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb siswa yang anemia sebelum mendapatkan intervensi tablet Fe adalah 10,594gr% lalu setelah dilakukan pemberian tablet Fe kadar Hb meningkat menjadi 12,145gr%. Hasil penelitian sebelumnya oleh (Sab'ngatun dan Riawati, 2021) tentang hubungan pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah yang dilakukan kepada 30 remaja putri menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri berpengetahuan baik dan tidak teratur mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 10 responden (33%). Hal ini disebabkan karena responden berada di pondok hanya beberapa bulan dikarenakan pandemi dan harus dipulangkan, pengetahuan yang baik dari responden dapat dipengaruhi oleh informasi yang pernah didapatkan baik melalui sekolah maupun media massa, akan tetapi pengetahuan yang baik tidak selalu memiliki perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan baik/teratur yang disebabkan karena lingkungan yang tidak mendukung untuk memberikan tablet tambah darah. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa penyuluhan pengetahuan tentang tablet Fe sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan mencegah terjadinya anemia.

Sugesti dan Pangestu (2024) mengemukakan kegiatan promosi kesehatan dapat dimulai dengan pengembangan media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE), diantaranya yaitu dengan menggunakan media audiovisual dan media *booklet*. Efektivitas media *booklet* lebih tinggi dibandingkan dengan media poster, leaflet dan tanpa media dalam meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja. Media *booklet* berfungsi sebagai sarana informasi yang membantu dalam komunikasi, menyampaikan perhatian, memberikan peringatan, serta mengkampanyekan suatu isu dan dapat digunakan sebagai referensi atau bahan bacaan.

Pradina dan Pratama (2021) *Booklet* merupakan sebuah alat pembelajaran berbentuk buku kecil yang terdiri dari 5-40 halaman, berisi informasi-informasi penting yang mudah dimengerti dan disertai gambar. *Booklet* memiliki ukuran yang kecil sehingga mudah dibawa dan menghemat tempat penyimpanan. *Booklet* memiliki desain yang unik dan menarik agar dapat meningkatkan minat pembaca sehingga peserta didik mampu menerima dan mengimplementasikan dengan mudah materi yang disampaikan. Dengan demikian *booklet* digunakan sebagai alat pembelajaran yang berbentuk buku kecil yang berisikan materi dengan disertai gambar yang dapat meningkatkan minat pembaca.

Hasil penelitian sebelumnya oleh (Yulianingsih et al., 2021) menyebutkan bahwa adanya perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pengetahuan tentang anemia melalui *booklet*. Sebelum diberikan pengetahuan melalui *booklet*, didapatkan hasil bahwa pengetahuan remaja dengan kategori kurang sejumlah 66 orang (60%), pengetahuan kategori cukup 53 orang (40%) dan pengetahuan kategori baik sejumlah 13 orang (10%). Lalu tingkat pengetahuan setelah diberikan *booklet* tentang anemia menunjukkan mengalami peningkatan yaitu dalam kategori baik sebanyak 132 orang (100%). Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan tentang anemia melalui *booklet* efektif meningkatkan pengetahuan.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik membuat media sebagai alat ukur untuk menyampaikan informasi dalam bentuk *booklet* yang berjudul “Darah Sehat, Remaja Hebat : Cegah Anemia Sebelum Terlambat”. Tujuan dari luaran booklet sebagai alat untuk mengembangkan media pembelajaran pada remaja yang dimana nantinya dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi pengetahuan tentang anemia. Manfaat luaran *booklet* ini adalah untuk menjadi salah satu media edukasi tablet Fe. *Booklet* ini juga akan dikembangkan sebagai media edukasi pada instansi pendidikan dan masyarakat umum.