

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Remaja dalam ilmu psikologis remaja, berasal dari bahasa latin “*adolescence*” yang berarti tumbuh kearah kematangan. Kematangan yang dimaksud bukan kematangan fisik saja tetapi juga kematangan sosial dan psikologi. Masa remaja sekitar usia 10-19 tahun masa ini khusus dan penting karena periode pematangan organ reproduksi, pematangan organ reproduksi pada remaja putri ditandai dengan menstruasi (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012:13;14).

Kejadian anemia pada remaja putri terjadi karena beberapa faktor, selain itu remaja juga mengalami menstruasi setiap bulannya dan diantaranya satu asupan zat besi yang kurang, dua aktivitas juga menjadi salah satu faktor lain yang mempengaruhi kebutuhan zat besi dan mineral didalam tubuh. Dampak anemia pada remaja putri sering mengeluh pusing, menurunkan daya tahan tubuh, mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas, dan menurunnya berkonsentrasi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada remaja putri. Berdasarkan survei demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) 2017, Prevalensi anemia pada wanita umur 13-18 yaitu 23%. Kemenkes, 2018 (dalam Apriyanti, 2019:19). Sejalan dengan survei kesehatan rumah (SKRT) tahun 2016, menyatakan prevansi anemia pada remaja putri usia 10-19 tahun ialah 57,1% (Natalia, 2018 dalam Apriyanti:19; Nurbaiti, 2019).

Makanan yang dapat mencegah defisiensi zat besi yaitu kacang hijau, kacang hijau merupakan salah satu bahan makanan yang mengandung zat besi yang diperlukan untuk pembentukan sel darah sehingga dapat mengatasi efek penurunan Hb. Kacang hijau dapat berperan dalam pembentukan sel darah merah dan mencegah anemia karena kandungan fitokimia dalam kacang hijau sangat

lengkap sehingga dapat membantu proses *hematopoiesis*. Kacang hijau juga memiliki kandungan vitamin dan mineral. Mineral seperti kalsium, fosfor, besi, natrium dan kalium (Astawan, 2009 dalam Faridah, 2017:02).

Hasil penelitian Faridah (2017:5-6) tentang pemberian kacang hijau sebagai upaya peningkatan kadar hemoglobin pada 20 remaja putri yang terdiri dari kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Kelompok intervensi yang diberikan sari kacang hijau menunjukkan peningkatan kadar hemoglobin dari nilai rata-rata 10,57 menjadi 11,10 , sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberi kacang hijau hanya disarankan mengkonsumsi makanan yang menambah zat besi menunjukkan peningkatan kadar Hemoglobin dari nilai rata-rata 10,60 menjadi 10,63. Penelitian Amalia (2016:15) tentang efektivitas minuman kacang hijau terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada 38 mahasiswa, terdapat pengaruh pemberian minuman kacang hijau dengan nilai rata-rata 9,6gr/dl menjadi 10,6gr/dl.

Berdasarkan masalah yang telah diketahui maka dapat disimpulkan bahwa sebagian remaja putri mengalami penurunan kadar hemoglobin, dengan ini maka dibuat media luaran berupa poster yang bersifat persuasive atau mengajak orang lain agar terpengaruh dari poster tersebut sehingga dalam penyampaian informasi atau pesan sangat efektif.

Poster ini dibuat dengan tujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemberian kacang hijau untuk meningkatkan Hb. Media poster ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran agar pengetahuan masyarakat bertambah khususnya wanita yang mengalami kekurangan Hb.