

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja didefinisikan sebagai periode transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa transisi, remaja mengalami berbagai perubahan-perubahan yang cenderung membuat remaja berusaha mengeksplorasi diri, mengaktualisasikan peran yang dapat mengarahkan remaja kepada gaya hidup yang negative (Rahmawati 2023). Remaja putri yang mengalami menstruasi di masa pertumbuhan dapat menjadi penyebab anemia. Anemia yang terjadi pada masa remaja dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik dan mental, rentan terhadap infeksi dan menurunnya tingkat konsentrasi sehingga dapat berpengaruh pada prestasi di sekolah (Chairunnisa, 2019).

Remaja membutuhkan pemenuhan nutrisi yang memadai karena pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, baik secara fisik, intelektual maupun psikologis. Masa remaja juga ditandai dengan perubahan fisiologis seperti menstruasi pada remaja putri, yang meningkatkan kebutuhan zat besi dan nutrisi lainnya. Jika kebutuhan nutrisi tidak terpenuhi, remaja rentan mengalami berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah anemia, yang dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, menurunnya konsentrasi belajar, hingga risiko infeksi lebih tinggi selain itu, pola makan yang kurang baik dan pengetahuan yang minim tentang gizi sering membuat remaja memilih makanan yang kurang bernutrisi atau melakukan diet yang salah demi penampilan. Kondisi ini semakin memperbesar risiko kekurangan zat gizi penting, terutama zat besi, sehingga memperparah kemungkinan terjadinya anemia pada remaja (Nadiawati, Susanti, and Depok 2022).

Anemia adalah masalah kesehatan pada masyarakat yang masih ditemukan di seluruh dunia dan negara berkembang

Indonesia ini. Keadaan ini bisa berdampak pada ekonomi seseorang karena anemia mengganggu produktifitas kerja (Musniati and Fitria 2022). Kondisi seseorang yang memiliki kadar hemoglobin (Hb) rendah dari biasanya disebut anemia. Anemia untuk anak sekolah dan perempuan dewasa dikatakan keadaan seseorang memiliki kadar hemoglobin kurang dari 12 g/dl. Anemia ini pada umumnya di masyarakat terkenal dengan sebutan kurang darah (Musniati and Fitria 2022).

Menurut hasil dari Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS, 2021) prevalensi anemia pada remaja berusia 13-18 tahun sebesar 22,7%, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Perbandingan Prevalensi anemia sebesar 20,35% pada laki-laki dan 27,2% pada perempuan. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022, prevalensi anemia pada remaja umur 13-18 tahun adalah 23% sedangkan pada pria 17%. Di kabupaten Deli Serdang kasus anemia cukup tinggi mencapai 71% (Hastuty, Khodijah, and Hasibuan 2021).

Dari hasil penelitian (Nadiawati, Susanti, and Depok 2022), menunjukkan bahwa 53,1% remaja putri memiliki pengetahuan tentang anemia yang kurang dan 46,9% memiliki pengetahuan tentang anemia yang cukup. Pada kejadian anemia diperoleh, 62,8% remaja putri mengalami anemia, dan 37,2% tidak mengalami anemia. Pengetahuan gizi sangat mempengaruhi kecenderungan remaja putri dalam memilih sumber bahan makanan dengan nilai gizi yang tinggi zat besi. Selain itu, pengetahuan gizi yang terfokus pada sumber bahan makanan yang menghambat penyerapan zat besi itu sangat penting, agar status anemia pada remaja putri dapat terkendali ke arah normal (Ahmady, Hapzah, & Mariana, 2016).

Berdasarkan survey awal di SMP Swasta Kavri Talun Kenas yang dilakukan pada 30 siswi, didapat 9 (30%) siswi yang mengalami anemia dari pengecekan kadar hemoglobin. Data ini lebih tinggi

dibandingkan dengan prevalensi anemia pada remaja menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2021), yang menunjukkan angka 22,7%. Hasil survei yang dilakukan dengan pemberian kuesioner pengetahuan tentang anemia dan makanan gizi seimbang terdapat setengah dari 30 orang yang masih kurang pengetahuannya tentang anemia. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pengetahuan remaja berpengaruh terhadap kejadian anemia dan pemberian edukasi gizi bisa dijadikan tindakan pencegahan kejadian anemia.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih menjelaskan dengan bantuan media leaflet yang mana menjadi perantara dalam menyampaikan edukasi. Menurut (Putri, Salwa, and Wahyuningsih 2021), leaflet merupakan suatu media berupa lembaran yang dapat dilipat, berisi tulisan cetak dan beberapa gambar tertentu untuk penyampaian informasi atau pesan kesehatan. Keunggulan dari leaflet ini ialah bisa dibaca berkali-kali, efektif untuk penyampaian sederhana, dapat membantu mengatasi keterbatasan pengamatan, proses pembelajarannya akan lebih menyenangkan dan tidak menjenuhkan, karena disertai dengan gambaran yang menarik (Fadillah 2021).

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi anemia gizi dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia di SMP Swasta Kavri Talun Kenas?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi anemia gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia di SMP Swasta Kavri Talun Kenas.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan remaja sebelum edukasi anemia gizi.

- b. Menilai pengetahuan remaja sesudah edukasi anemia gizi.
- c. Menganalisis pengaruh edukasi anemia gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

Memberikan manfaat untuk menambah ilmu pengetahuan dalam penelitian tentang masalah anemia pada remaja dan pentingnya pencegahan anemia.

2. Manfaat Bagi Siswi

Mengetahui cara mencegah anemia pada remaja sehingga dapat menjaga kesehatan.

3. Manfaat Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang media yang efektif dalam pemberian edukasi tentang anemia.