BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Untuk mencapai tujuan tahun 2045, Republik Indonesia harus mengoptimalkan setiap sektor secara menyeluruh (Rakhmadi, 2024). Singkatnya, proses ini hanya dapat dituntaskan melalui mobilisasi sumber daya manusia yang komprehensif, yang memungkinkan pemerintah Indonesia mewujudkan tujuan-tujuannya (Setyawan & Author, 2025). Pemerintah Indonesia akan bergerak dalam kerangka ini sepanjang periode menuju tahun 2045 dan seterusnya (Rakhmadi, 2024).

Segmen "bonus demografi" yang mencakup penduduk usia produktif (15-64 tahun) dapat menjadi motor penggerak untuk meningkatkan produktivitas dan memperluas angkatan kerja yang menopang aktivitas ekonomi. Berdasarkan statistik resmi (BPS), kelompok ini diproyeksikan mencakup 40-50% dari total populasi. Biayanya berkisar antara $100 per bulan hingga serendah $40-$50. Potensi yang terkait dengan bonus demografi ini diperkirakan sebesar 46,6%, angka yang diproyeksikan akan meningkat menjadi 56,3%. Data menunjukkan bahwa segmen demografis ini khususnya mereka yang berusia 15 hingga 35 tahun mewakili 34% dari pasar. Selain itu, bonus demografi ini akan memiliki arti krusial pada periode antara tahun 2030 dan 2040. Memanfaatkan peluang ini secara efektif memerlukan upaya terpadu untuk menyelaraskan prioritas dengan tindakan nyata (Desi Ariani, 2020).

Anemia terjadi ketika kadar hemoglobin berada di bawah kisaran normal. Kondisi ini dapat menimbulkan keraguan dalam mengambil tindakan maupun keputusan yang diperlukan. Anemia diketahui memiliki dampak buruk terhadap kesehatan, termasuk masalah yang berkaitan dengan menstruasi (Fitriani & Samria, 2021). Kekurangan nutrisi tertentu khususnya vitamin B12 dan asam folat berperan signifikan dalam perkembangan anemia, karena defisiensi nutrisi tersebut meningkatkan beban fisiologis tubuh. Kadar hemoglobin yang tidak memadai mengganggu fungsi kognitif seperti persepsi dan konsentrasi, sehingga memengaruhi kualitas kinerja secara keseluruhan. Ketika kemampuan kognitif

terganggu, dampak anemia mungkin tidak disadari, meskipun kondisi ini menyebabkan penurunan prestasi akademik dan menghambat kemampuan untuk mempelajari keterampilan baru.

Anemia tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat yang luas, baik di negara berkembang maupun negara industri. Studi oleh Gardner *et al*. menemukan prevalensi anemia global sebesar 22,8% pada tahun 2019. Selain itu, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa prevalensi anemia pada perempuan tidak hamil berusia 15 hingga 49 tahun adalah 29,6% pada tahun 2021. Di Indonesia, data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia sebesar 23,7%, sedangkan angka untuk anak-anak berusia 5 hingga 14 tahun adalah 26,8% (Abdillah *et al*., 2023). Di Provinsi Sumatera Utara, hasil survei dari Kota Medan dan Binjai serta Kabupaten Deli Serdang dan Langkat menunjukkan bahwa 40,50% perempuan menderita anemia (Helen *et al*., 2023).

Tingginya prevalensi anemia di kalangan remaja putri disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan zat gizi khususnya zat besi selama masa pertumbuhan, serta hilangnya darah setiap bulan akibat menstruasi. Sebagai negara berkembang, Indonesia terus menghadapi beban ganda (*double burden*) atau bahkan beban tiga lapis (*triple burden*) masalah gizi hal ini mencakup stunting, wasting, dan obesitas, serta kekurangan zat gizi mikro, termasuk anemia. Kegagalan dalam menangani masalah-masalah ini secara memadai meningkatkan risiko timbulnya berbagai penyakit tidak menular di kemudian hari. Masa remaja merupakan periode kritis bagi pertumbuhan fisik dan perkembangan psikologis, di mana asupan gizi yang memadai sangat penting untuk pertumbuhan dan pematangan yang optimal. Kekurangan zat besi yang berkepanjangan dapat menghambat pertumbuhan, mengganggu status kesehatan, dan meningkatkan risiko anemia. Anemia tetap menjadi masalah gizi yang luas di Asia, termasuk Indonesia, dan didefinisikan sebagai kondisi di mana kadar hemoglobin darah berada di bawah 12 g/dL (Paramita *et al*., 2024).

Salah satu strategi untuk mencegah anemia pada remaja putri adalah konsumsi rutin suplemen zat besi dan asam folat (IFA). Suplemen ini bertujuan untuk menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi serta memenuhi kebutuhan zat besi yang tidak tercukupi melalui asupan makanan sehari-hari. Selain

mencegah anemia, kadar zat besi yang memadai berperan dalam meningkatkan konsentrasi, menjaga kebugaran fisik, dan mempersiapkan kesehatan remaja putri untuk peran sebagai ibu di masa depan (Mandagi *et al*., 2022).

Kurangnya pengetahuan mengenai anemia berkontribusi terhadap tingginya prevalensi kondisi ini di kalangan remaja putri. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi seperti pendidikan kesehatan atau konseling mengenai anemia dan pola makan seimbang. Kegiatan kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran remaja putri akan pentingnya pencegahan anemia sejak masa remaja (Fadhilah *et al*., 2022).

Salah satu media yang dapat digunakan untuk pendidikan kesehatan adalah *leaflet*. *Leaflet* merupakan media informasi berupa lembaran cetak yang dilipat, yang dirancang untuk menyampaikan informasi terkait kesehatan secara ringkas, mudah dipahami, dan sistematis. Isinya dapat berupa teks, gambar, atau kombinasi keduanya, sehingga memudahkan pembaca dalam menangkap informasi yang disajikan. Selain itu, penggunaan ilustrasi dan elemen desain warna menjadikan *leaflet* lebih menarik, memicu minat baca, serta membantu pembaca memahami pesan inti dengan cepat, yang pada akhirnya menciptakan proses komunikasi yang lebih efektif (Saputra Adi, Agus Sastrawan & Ika, 2017).

Sebuah penelitian yang dilakukan pada tahun 2024 oleh Dina Apriyanti, Rusmilawaty, Rafidah, dan Nur Rohmah Prihatanti di SMP Negeri 16 Banjarmasin menemukan bahwa hasil uji *paired t-test* maupun uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p sebesar 0,000 (<0,05) untuk kedua format media, yaitu *leaflet* dan brosur. Hasil ini mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi pendidikan kesehatan, terlepas dari media apa yang digunakan. Analisis lebih lanjut mengungkapkan bahwa penggunaan *leaflet* menghasilkan peningkatan pengetahuan yang lebih besar (selisih rata-rata: 5,08), sedangkan penggunaan brosur menghasilkan selisih sebesar 3,85. Selain itu, uji sampel independen menghasilkan nilai p sebesar 0,018 (<0,05), yang menunjukkan bahwa *leaflet* lebih efektif dibandingkan brosur dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai tablet penambah darah. Efektivitas ini disebabkan oleh penyajian informasi yang ringkas, mudah dipahami, dan menarik, sehingga memungkinkan

pembaca untuk menangkap poin-poin utamanya dengan cepat (Apriyanti & Prihatanti, 2025).

Sebuah penelitian lain yang dilakukan pada tahun 2022 oleh Yenni Yahena, Abdullah, Afiska Prima Dewi, dan Ikhwan Amirudin di SMP Negeri 1 Ketapang (Lampung Selatan) bertujuan untuk mengkaji pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan praktik konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Penelitian ini menggunakan desain kuasi eksperimen dengan kelompok kontrol non-ekuivalen dan melibatkan 86 peserta, 43 orang dalam kelompok intervensi dan 43 orang dalam kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner, lembar observasi, Satuan Acara Penyuluhan (SAP), dan *leaflet* informasi analisis data dilakukan menggunakan uji *Mann-Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan mengenai tablet tambah darah (nilai p = 0,035; <0,05). Selain itu, terbukti bahwa intervensi tersebut mengoptimalkan praktik konsumsi tablet tersebut (nilai p = 0,000; <0,05). Dibandingkan dengan kelompok kontrol, kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang lebih besar baik dalam aspek pengetahuan maupun praktik. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan yang didukung oleh materi edukasi yang tepat dapat menumbuhkan pemahaman dan mendorong konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia (Nopianti *et al*., 2021).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti bermaksud melakukan penelitian mengenai dampak pemberian informasi melalui *leaflet* terhadap pengetahuan siswi SMA Swasta Nasional Namu Terasi mengenai tablet penambah darah.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Edukasi Menggunakan Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Tahun 2026?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Menggunakan Media *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Tahun 2026.

2. Tujuan khusus

a. Mengetahui distribusi frekuensi pengaruh pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan menggunakan media *leaflet* terhadap remaja putri di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Tahun 2026 tentang tablet tambah darah.

b. Mengetahui distribusi frekuensi pengaruh pengetahuan sesudah diberikan promosi kesehatan menggunakan media *leaflet* terhadap remaja putri di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Tahun 2026 tentang tablet tambah darah.

c. Mengetahui distribusi frekuensi pengaruh pengetahuan promosi kesehatan dengan media *leaflet* terhadap remaja putri di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Tahun 2026 tentang tablet tambah darah.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah. Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Langkat pada bulan Januari sampai dengan bulan Maret tahun 2026.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

a. Menambah informasi dan referensi ilmiah mengenai pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah.

b. Menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya terkait upaya pencegahan anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Saya harap hasil penelitian ini bisa menambah wawasan, meningkatkan ilmu pengetahuan dan bermanfaat bagi penulis.

b. Bagi Tempat Penelitian

Temuan riset ini disarankan dapat membantu sekolah mendorong upaya promosi kesehatan bagi siswa melalui ekstrakurikuler PMR.

c. Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menyediakan informasi ilmiah dan literatur di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Medan, yang bermanfaat bagi mahasiswa calon tenaga kesehatan khususnya bidan yang akan memberikan pelayanan kepada masyarakat.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
1	Yenni Yahena, Abdullah, Afiska Prima Dewi, Ikhwan Amirudin	Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Tablet Tambah Darah dan Praktik Minum Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri	*Quasi Experimental, non-equivalent control group,* 86 responden, uji Mann-Whitney	Penyuluhan meningkatkan pengetahuan (p=0,035) dan praktik minum TTD (p=0,000)	Fokus pada penyuluhan umum menggunakan *leaflet*, membandingkan kelompok kontrol dan intervensi tanpa variasi media
2	Dina Apriyanti, Rusmilawaty, Rafidah, Nur Rohmah Prihatanti	Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan *Booklet* dan *Leaflet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang TTD	*Quasi Experimental, pretest–posttest two group,* 80 responden, uji Wilcoxon	Peningkatan pengetahuan leaflet (8,17 → 13,25) dan booklet (8,05 → 11,90); l*eaflet* lebih efektif (p=0,018)	Bandingkan dua media edukasi (*leaflet vs booklet)*

No	Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
3	Lelly Maria Ervianti, Zesika Intan Navelia, Yunri Merida	Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Menggunakan Media Video	*Pre-eksperimental*, *one-group pretest–posttest*, 45 responden, *uji Wilcoxon*	Pengetahuan meningkat dari 77,18 menjadi 87,99 (p=0,000)	Menggunakan media video, bukan media cetak
4	Ivon Valentin Mandagi, Munir Salham, Herlina Yusuf	Pengetahuan Remaja Putri tentang Manfaat Tablet Fe dalam Pencegahan Anemia	Deskriptif kualitatif (observasi, wawancara, dokumentasi)	Banyak remaja belum memahami manfaat Fe karena kurang edukasi	Tidak ada intervensi edukasi; fokus pada pengetahuan dasar
5	Muhammad Azra Inan Abdillah dkk.	Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan dan Sikap Mengonsumsi TTD	*Quasi experimental*, *one-group pretest–posttest*	Ada peningkatan pengetahuan (p=0,00) dan sikap (p=0,019)	Mengukur perubahan sikap selain pengetahuan
6	Tri Marta Fadhilah dkk.	Pengaruh Media Video Edukasi terhadap Pengetahuan Anemia	Penyuluhan dengan video *(Powtoon), pre–post test*	Pengetahuan meningkat signifikan (p<0,05)	Penggunaan video online sebagai media edukasi
7	Astri Siska Nurul Arifin dkk.	Hubungan Anemia dan Prestasi Belajar pada Remaja Putri	*Cross-sectional, uji chi-square*	Ada hubungan lemah antara anemia dan prestasi belajar (p=0.005)	Tidak menilai intervensi; hanya menghubungkan anemia & prestasi
8	Euis Atikah, Rina Dwi Anggraeni, Dewi Rubi Fitriani	Hubungan Edukasi *E-Leaflet* terhadap Pengetahuan Siswa tentang	*Quasi Experimental, pretest–posttest two group* (50 siswi)	*E-leaflet* lebih efektif dari leaflet, p = 0,015	Menggunakan e-leaflet via WhatsApp (lebih interaktif)

No	Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan
		Anemia Remaja			
9	Sitawati & Florica Amanda	Pencegahan Anemia dengan Edukasi Konsumsi TTD dan Infused Water	Edukasi *leaflet* + demonstrasi *infused water*, *pre*-post test, 15 remaja	Pengetahuan meningkat dari 29,87 menjadi 82,33	Menggabungkan edukasi + intervensi gizi infused water
10	Samria & Lina Fitriani	Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan & Kepatuhan Minum Tablet Fe	*Quasi experimental*, *pre–post test*, 20 siswi (ada kontrol)	Intervensi meningkatkan pengetahuan (p=0,003) & kepatuhan (p=0,004); kontrol tidak meningkat	Menilai kepatuhan minum Fe, bukan hanya pengetahuan