

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, ditandai dengan terjadinya berbagai perubahan seperti fisik, psikologis, dan sosial serta perkembangan kognitif yang berlangsung antara usia 10-19 tahun. Remaja termasuk ke dalam kategori rentan terhadap masalah gizi sehingga sangat berisiko terhadap masalah kesehatan. Pada usia remaja pertumbuhan dan perkembangan tubuh sangat memerlukan zat gizi baik, pada remaja putri sering melakukan diet ketat untuk menjaga postur tubuhnya sehingga banyak remaja membatasi konsumsi makanan dan mengakibatkan kekurangan zat besi pada tubuhnya (Diwani et al. 2023).

Remaja yang sedang masa pubertas sangat berisiko mengalami penyakit anemia zat besi terutama remaja putri karena terkait dengan menstruasi yang dialami setiap bulan dan membuatnya kehilangan banyak darah. Data WHO menunjukkan lebih dari 50% remaja di berbagai belahan dunia mengalami anemia, dan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi. Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja sering kali dihubungkan dengan kebiasaan makan yang tidak sehat, rendahnya asupan zat besi, dan pola hidup yang kurang aktif (Lestari et al., 2020).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2023) menunjukkan adanya peningkatan prevalensi anemia pada remaja putri, yaitu dari 26,4% pada tahun 2018 menjadi 29,6% pada tahun 2023. Pada kelompok remaja putri usia 12–18 tahun, prevalensi anemia bahkan mencapai 48,1% (Kemenkes RI, 2022). Provinsi Jawa Barat merupakan provinsi dengan angka kejadian anemia yang masih cukup tinggi mencapai 41,5% menurut (Nuryanti & Sugesti, 2024). Hasil penelitian prevalensi anemia pada remaja putri di SMAN 1 Sukahaji Kabupaten Majalengka pada tahun 2024

sebanyak 38,68% yang mengalami anemia (Kumalasary et al., 2023).

Angka anemia yang masih tinggi salah satu penyebabnya adalah tingkat pengetahuan yang masih kurang. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan remaja tentang anemia masih rendah (Dalimunthe, 2023). Salah satu upaya pencegahan anemia zat besi pada remaja putri yakni dianjurkan untuk mengonsumsi tablet besi. Manfaat suplementasi ini untuk menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi, membantu mengatasi anemia, serta meningkatkan kemampuan belajar, dan kesehatan remaja putri (Handayani, 2023).

Pemerintah masih terus berupaya agar bisa menurunkan prevalensi anemia khususnya pada remaja putri. Salah satu program dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui Program Pembangunan Indonesia Sehat dan Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) menetapkan kebijakan peningkatan gizi masyarakat dengan salah satu fokus pada pemberian tablet besi bagi remaja putri, dengan target cakupan sebesar 30% pada tahun 2019. Program ini dilaksanakan melalui pemberian satu tablet besi per minggu. Menurut data yang diperoleh, di Provinsi Jawa Barat tahun 2018 menunjukkan bahwa cakupan remaja putri yang menerima tablet besi baru mencapai 16,4% dengan 76,1% di antaranya memperoleh tablet melalui sekolah. Hanya 1,2% remaja putri yang mengonsumsi lebih dari 52 tablet per tahun, sedangkan 98,8% mengonsumsi kurang dari jumlah tersebut, yang menunjukkan masih rendahnya tingkat kesadaran remaja putri terhadap pentingnya konsumsi tablet besi secara teratur (Riskesdas, 2018).

Penyuluhan mengenai tablet besi masih kurang dikenal di kalangan masyarakat, terutama remaja, sehingga diperlukan sosialisasi dan penyampaian tentang tablet besi. Metode penyuluhan kesehatan menjadi salah satu pendekatan efektif dalam menyampaikan pesan atau informasi agar dapat diterima dan dipahami dengan baik. Kelebihan metode ini adalah kemampuannya menjangkau audiensi yang lebih luas serta memungkinkan penyuluh menyiapkan materi dengan baik dan memberi kesempatan bagi

responden untuk bertanya atau berpendapat. Kekurangan penyuluhan terutama pada metode ceramah yaitu sasaran jarang untuk bisa menyampaikan pendapat maupun berbagai pengalamannya (Nurrahmawati et al., 2023).

Media leaflet dipilih sebagai sarana penyuluhan karena efektif dan efisien dalam menyampaikan informasi kesehatan. Sebagai media visual sederhana, leaflet mampu meningkatkan pemahaman hingga 65–75% melalui kombinasi teks singkat dan ilustrasi menarik. Hasil Penelitian Alifah Nurjannah (2020), menyatakan bahwa ada perbedaan pengetahuan tentang anemia pada remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan menggunakan leaflet. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh media leaflet dalam peningkatan pengetahuan terhadap remaja. Selain itu, media ini fleksibel dan dapat diintegrasikan dengan kegiatan maupun kurikulum di lingkungan sekolah.

Hasil dari survei pendahuluan di MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat diperoleh data jumlah siswi 80 siswi. Hasil wawancara dengan pada 20 siswi, diperoleh hasil bahwa dari 20 siswi, sebanyak 70% remaja memiliki pengetahuan kurang tentang tablet besi. Kesimpulan dari hasil survei awal didapatkan bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan kurang tentang tablet besi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui perubahan pengetahuan remaja putri tentang tablet besi melalui penyuluhan dengan media leaflet siswi MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat.

B. Rumusan Masalah

Angka Anemia di Indonesia, Jawa Barat dan Kota Majalengka masih tinggi. Pengetahuan remaja tentang anemia masih kurang. Pengetahuan tentang anemia mempengaruhi tingkat kepatuhan konsumsi tablet besi. Metode penyuluhan kesehatan menjadi salah satu pendekatan efektif dalam menyampaikan pesan atau informasi agar dapat diterima dan dipahami

dengan baik. Media leaflet cukup efektif untuk meningkatkan pengetahuan. Pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana peningkatan pengetahuan tentang tablet besi setelah diberikan penyuluhan menggunakan media leaflet pada siswi MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat pengetahuan tentang tablet besi melalui penyuluhan menggunakan media leaflet pada siswi MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat Majalengka.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran umum lokasi penelitian
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang tablet besi sebelum dan setelah intervensi penyuluhan dengan menggunakan media leaflet pada siswi MA Pondok Pesantren Modern AR-Rahmat Modern Majalengka.
- c. Mengetahui perubahan pengetahuan tentang tablet besi sebelum dan setelah dilakukan intervensi penyuluhan menggunakan media leaflet pada siswi MA Pondok Pesantren AR-Rahmat Modern Majalengka.
- d. Mengetahui daya tarik media leaflet tentang tablet besi pada siswi MA Pondok Pesantren AR-Rahmat Modern Majalengka.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat selama menempuh pendidikan. Peneliti dapat meningkatkan keterampilan dalam melakukan penelitian, khususnya penelitian pada bidang gizi masyarakat.

2. Bagi Program Studi Prodi D-III Gizi Cirebon

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi sebagai tambahan sumber kepustakaan dan bisa dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya, serta dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya, serta dapat dijadikan sebagai bahan materi pembelajaran bagi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Prodi D-III Gizi Cirebon.

3. Bagi Responden

Untuk menambah dan meningkatkan wawasan remaja putri tentang tablet besi sehingga faktor resiko kejadian anemia dapat dihindari.