

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia merupakan masalah kesehatan yang signifikan di seluruh dunia, terutama di kalangan remaja. Menurut *World Health Organization*, anemia dapat mempengaruhi kinerja fisik dan mental, yang berdampak pada kualitas hidup dan produktivitas individu (WHO, 2019). Pada remaja, anemia sering terjadi akibat kekurangan zat besi, yang dapat disebabkan oleh pola makan yang tidak seimbang, pertumbuhan yang cepat, dan menstruasi pada perempuan (Lestari et al. 2023).

Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia mengalami peningkatan angka antara tahun 2018-2021. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar, 2018 prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 18,1% (Riskesdas, 2018) dan pada tahun 2021, prevalensi anemia pada remaja putri sedikit meningkat menjadi 18,4% (Kemenkes RI, 2021). Sedangkan Prevalensi anemia pada remaja di Jawa Tengah menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar 2018 yang mencakup Jawa Tengah, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 19,3% (Kemenkes RI, 2018) dan pada tahun 2021, prevalensi anemia di Jawa Tengah masih tetap signifikan, dengan angka 20,1% untuk remaja putri (Kemenkes RI, 2022). Data terbaru dari tahun 2022 menunjukkan bahwa kondisi anemia masih menjadi masalah kesehatan yang serius, berdasarkan data laporan kegiatan kesehatan anak sekolah tingkat SMP/MTS/SLB menyebutkan, bahwa ada 29%

remaja putri mengalami anemia dari hasil skrining ibu kota Jawa Tengah yang dilakukan mulai dari Desember 2022 hingga Juni 2023 (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2023).

Remaja putri memiliki risiko besar menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan zat besi yang memuncak pada umur 14-15 tahun pada remaja putri, sedangkan pada remaja putra satu atau dua tahun berikutnya (Rahman, 2023).

Kadar hemoglobin rendah banyak dialami oleh kelompok remaja putri yang merupakan kelompok rawan terhadap defisiensi gizi, khususnya defisiensi zat besi. Jumlah total zat besi dalam tubuh rata-rata 4-5 gram, dan 65% dari jumlah total zat besi dalam tubuh tersebut dijumpai dalam bentuk hemoglobin. Zat besi ini sangat penting untuk pembentukan sel darah merah dan transportasi oksigen ke seluruh tubuh, sehingga kekurangan zat besi dapat menyebabkan anemia, yang berdampak negatif pada kesehatan, energi, dan konsentrasi mereka dalam kegiatan sehari-hari. Oleh karena itu, pemahaman yang baik tentang peran zat besi dan sumber-sumbernya dalam makanan sangat penting untuk mencegah defisiensi ini dan menjaga kesehatan remaja putri. (Syabani, 2023).

Anemia berdampak pada remaja karena kondisi ini dapat mengganggu berbagai aspek penting dalam kehidupan mereka. Pertama, anemia menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dalam darah, yang berfungsi

mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Akibatnya, remaja yang mengalami anemia sering merasa lelah, lemah, dan kurang bertenaga, yang dapat memengaruhi aktivitas fisik dan kognitif mereka. Kelelahan ini dapat mengganggu konsentrasi dan kemampuan belajar, berpotensi menurunkan prestasi akademis. Selain itu, anemia dapat menghambat pertumbuhan fisik yang optimal, yang sangat penting selama masa pubertas. Remaja juga mungkin menghadapi risiko kesehatan yang lebih besar, termasuk infeksi dan komplikasi medis lainnya, karena anemia dapat melemahkan sistem imun. Dampak emosional, seperti kecemasan dan depresi, juga sering kali muncul akibat kondisi ini, memengaruhi kesejahteraan mental mereka. Dengan demikian, penting untuk mengatasi anemia pada remaja untuk memastikan mereka dapat menjalani masa pertumbuhan yang sehat dan produktif (Sari et al. 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Ghea tahun 2017 menunjukkan bahwa Menurunnya tekanan parsial oksigen (PO<sub>2</sub>) akibat tekanan barometrik yang turun pada wilayah pegunungan juga dapat mempengaruhi kurangnya kadar hemoglobin. Hasil penelitian sebelumnya di wilayah pegunungan Kabupaten Semarang dan wilayah pesisir pantai Kota Semarang mengatakan bahwa prevalensi anemia masih cukup tinggi dengan angka di atas 20% yang merupakan ambang atas masalah kesehatan masyarakat untuk kasus anemia. Status anemia di wilayah pegunungan lebih banyak dibandingkan dengan status anemia di wilayah pesisir pantai. Persentase anemia di wilayah pegunungan sebesar 58% sedangkan di wilayah pesisir pantai sebesar 56%. (Yanna, 2017)

Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, terutama jika tidak ditangani dengan tepat. Salah satu dampak utama adalah kelelahan ekstrem, yang mengganggu aktivitas sehari-hari dan mengurangi energi untuk berpartisipasi dalam sekolah atau kegiatan sosial. Selain itu, anemia dapat menghambat pertumbuhan fisik yang optimal, yang sangat penting selama masa pubertas. Penurunan kadar oksigen dalam darah juga dapat memengaruhi fungsi kognitif, mengakibatkan kesulitan dalam berkonsentrasi, belajar, dan mengingat informasi. Remaja yang mengalami anemia lebih rentan terhadap infeksi karena sistem imun mereka melemah. Dalam kasus yang lebih serius, anemia berat dapat meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular, seperti detak jantung tidak teratur dan gagal jantung (Husna, 2022).

Selain itu, anemia yang berkepanjangan dapat memperburuk kondisi kesehatan yang ada, seperti penyakit jantung, dan dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan mental anak-anak (WHO 2019). Anemia yang terjadi pada remaja putri saat menstruasi dapat menyebabkan nyeri haid bertambah berat. Jumlah darah yang dikeluarkan oleh penderita anemia juga lebih banyak. Akibat lain yang ditimbulkan bagi remaja yaitu menurunnya kemampuan serta konsentrasi dalam belajarnya di sekolah, dapat mengganggu pertumbuhan fisik dan perkembangan otak, serta beresiko mengalami daya tahan tubuh yang menurun (Aulya, 2022).

Faktor yang dapat mempengaruhi anemia adalah pengetahuan. Remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang anemia yang baik cenderung

memiliki resiko lebih rendah terkena anemia. Sedangkan remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang anemia kurang, cenderung beresiko lebih tinggi untuk terkena anemia. Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dengan resiko kejadian anemia pada remaja putri (Apriningsih, 2021).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat memunculkan motivasi intrinsik (motivasi yang muncul dari diri sendiri tanpa ada dorongan dari orang lain) yang akan mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang (Ahdiah, 2018). Pentingnya pengetahuan tentang anemia tidak hanya terletak pada pengenalan gejala, tetapi juga pada pemahaman tentang penyebab dan cara pencegahannya. Edukasi yang menyeluruh dapat membantu remaja untuk mengadopsi pola makan sehat yang kaya akan zat besi dan nutrisi lainnya. Hal ini sangat relevan, mengingat banyak remaja yang belum mendapatkan informasi yang cukup mengenai kebutuhan gizi mereka (Syabani, 2023).

Tingkat pengetahuan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi, seperti lingkungan keluarga, akses pendidikan, teman sebaya, media, dan pengalaman pribadi. Keluarga yang mendukung dan terlibat dalam pendidikan anak cenderung meningkatkan pengetahuan mereka. Selain itu, kualitas sekolah dan kurikulum yang baik berperan penting dalam pembelajaran. Teman sebaya dapat memengaruhi pandangan dan pemahaman, sementara media menyediakan informasi yang cepat diakses (Imbiri, 2023). Pengetahuan remaja putri dapat ditingkatkan dengan melalui penyuluhan kesehatan disekolah.

Penyuluhan dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai penyebab, gejala, dan dampak anemia, serta cara mencegah dan mengelolanya. Edukasi tentang anemia membantu remaja mengenali tanda-tanda awal penyakit dan mendorong mereka untuk mengambil tindakan preventif, seperti memperhatikan pola makan dan mencari bantuan medis. Dengan pengetahuan yang cukup, remaja akan lebih mampu menjaga kesehatan mereka, mendukung perkembangan fisik dan mental yang optimal, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Rosdiana et al. 2023).

Penyuluhan kesehatan adalah salah satu metode yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi mengenai anemia. Namun, efektivitas penyuluhan sangat dipengaruhi oleh cara penyampaian informasi tersebut. Media yang menarik dan interaktif, seperti *flipchart*, dapat membantu meningkatkan perhatian dan pemahaman remaja mengenai isu kesehatan ini. *Flipchart* memungkinkan penyampaian informasi secara visual yang dapat memudahkan remaja untuk memahami konsep yang kompleks (Nurani Asmara et al. 2022).

Media *Flipchart* adalah media yang berupa lembaran kertas berisi materi, sehingga ketika educator menyampaikan materi audiens dapat mengulang kembali lembaran kertas tersebut. Hal ini efektif ketika dilakukan diskusi dalam kelompok, sehingga para responden tidak hanya akan mendengar diskusi tetapi juga dapat mengamati apa yang ada di depannya (Ernawati, 2022).

Penggunaan *flipchart* dalam penyuluhan kesehatan juga memberikan kesempatan bagi remaja untuk berinteraksi dan berdiskusi. Hal ini penting, mengingat remaja cenderung lebih responsif terhadap metode pembelajaran yang melibatkan partisipasi aktif. Penelitian menunjukkan bahwa interaksi dalam penyuluhan dapat meningkatkan retensi informasi dan mendorong perubahan perilaku positif (Ernawati, 2022).

Menggunakan media *flipchart* dalam penyuluhan memiliki beberapa keunggulan, *flipchart* memungkinkan interaksi langsung antara penyuluh dan audiens, menjadikan sesi lebih dinamis dan menarik. Selain itu, penyuluh dapat menyesuaikan materi sesuai respons audiens, menambah atau mengubah informasi saat sesi berlangsung. Dari segi keterjangkauan, *flipchart* lebih ekonomis dibandingkan alat modern seperti proyektor, sehingga lebih mudah diakses oleh berbagai kalangan. Keterlibatan audiens juga meningkat karena mereka dapat memberikan masukan atau bertanya langsung saat melihat materi yang ditulis di depan mereka. Selain itu, *flipchart* tidak memerlukan teknologi canggih, sehingga dapat digunakan dalam berbagai kondisi, termasuk tempat tanpa akses listrik atau internet. Dengan penggunaan warna dan gambar, *flipchart* membantu menyampaikan informasi dengan cara yang mudah dipahami dan diingat, menjadikannya alat yang efektif untuk penyuluhan (Aziz et al. 2020).

Terdapat adanya perbedaan yang bermakna pada pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media kalender atau *Flipchart*, pada penelitian tersebut dilakukan dengan 2

kelompok yaitu pada kelompok perlakuan yakni yang diberikan edukasi dengan media kalender atau *Flipchart* dan pada kelompok kontrol yang mendapat edukasi dengan media leaflet dan didapatkan hasil bahwa kelompok perlakuan mengalami peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi secara bermakna dibandingkan dengan kelompok kontrol (Khafifa et al. 2023). Dengan demikian, media *flipchart* dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya pencegahan dan penanganan anemia.

Melakukan penelitian kembali tentang anemia pada remaja tetap penting meskipun topik ini telah diteliti sebelumnya. Pertama, kondisi dan konteks sosial dapat berubah seiring waktu, sehingga hasil penelitian sebelumnya mungkin tidak lagi relevan dengan situasi saat ini. Misalnya, perubahan pola makan, gaya hidup, dan akses terhadap layanan kesehatan dapat mempengaruhi prevalensi dan pengetahuan tentang anemia. Selain itu, penelitian baru dapat mengungkapkan faktor-faktor yang belum teridentifikasi sebelumnya, seperti pengaruh media sosial atau perubahan dalam kebiasaan belajar remaja. Penelitian lanjutan juga dapat memberikan data terbaru yang diperlukan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dan relevan dalam meningkatkan kesadaran serta pencegahan anemia di kalangan remaja (Budiarti, 2021).

Hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan dengan wawancara kepada 10 siswi MTS Sudirman Getasan didapatkan 7 sari 10 siswi mengatakan bahwa belum pernah mendapatkan penyuluhan anemia, 2 siswi dapat menyebutkan penyebab anemia dengan tepat, 3 siswi mengatakan selalu

lemas setiap harinya, dan 5 siswi menyebutkan dampak anemia dengan tidak tepat. Siswi mengatakan sebelumnya sekolah telah mengedukasi terkait pemberian tablet tambah darah.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Perbedaan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum Dan Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Flipchart* di MTS Sudirman Getasan.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum Dan Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan dengan Media *Flipchart* di MTS Sudirman Getasan?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Apakah Ada Perbedaan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum dan Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan dengan Media *Flipchart* di MTS Sudirman Getasan

### **2. Tujuan khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum pendidikan kesehatan menggunakan media *flipchart*.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia setelah pendidikan kesehatan menggunakan media *flipchart*.

- c. Mengetahui perbedaan pengetahuan remaja tentang anemia sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan menggunakan media *flipchart*.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Pada bidang Ilmu Keperawatan penelitian ini dapat digunakan sebagai bukti dan referensi untuk mengetahui perbedaan pengetahuan tentang Perbedaan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Sebelum Dan Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Flipchart*.
- b. Mengembangkan ilmu dan keterampilan dalam memberikan intervensi yang sesuai bagi anak remaja putri

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Responden dan Orang Tua

Dapat dijadikan sumber pengetahuan tentang anemia sehingga kedepan remaja termotivasi untuk secara mandiri mencegah terjadinya anemia.

- b. Bagi Sekolah

Dapat dijadikan sumber data seberapa banyak anak yang mengalami pengetahuan rendah tentang anemia sehingga diharapkan kedepan sekolah merancang program untuk membantu orang tua dalam membimbing anak agar mencegah terjadinya anemia.

c. Bagi Puskesmas

Diperoleh jumlah data pengetahuan anak mengenai anemia. Sehingga timbul sikap positif dari puskesmas untuk mendorong orang tua yang memiliki anak remaja dengan resiko anemia agar dapat membimbing pola hidup sehat untuk mencegah anemia.

d. Bagi Peneliti

Menambah wawasan tentang anemia, sehingga harapannya dapat memberikan dampak positif bagi orang sekitar terutama bagi remaja resiko anemia.