

# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Salah satu masalah kesehatan yang masih sangat umum di banyak negara, terutama negara berkembang, adalah anemia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 30% orang di seluruh dunia mengalami kondisi ini. Remaja putri dan ibu hamil adalah kelompok yang paling rentan. Tidak memahami pencegahan anemia, terutama pada remaja perempuan, dapat berdampak buruk seperti penurunan konsentrasi belajar, prestasi akademik yang menurun, dan produktivitas yang lebih rendah. Risiko komplikasi jangka panjang, seperti kematian ibu, kelahiran prematur, bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), dan kematian perinatal, akan meningkat jika anemia tidak ditangani (Kemenkes RI, 2018).

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa tingkat konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri masih rendah. Meskipun TTD diberikan kepada 76,2% remaja putri secara nasional, hanya 1,4% yang mengonsumsi tablet tersebut minimal 52 butir setiap tahun. Di Kalimantan Tengah, konsumsi TTD bahkan lebih rendah, hanya 1,15%. Hampir 25,73% remaja mengatakan mereka tidak memerlukannya (Kemenkes, 2018).

Data tahun 2024 dari UPTD Puskesmas Telaga Pulang juga menunjukkan hal serupa. Dari 92,6% remaja putri yang menerima TTD, hanya 47,34% yang menghabiskannya. Salah satu alasan yang paling umum adalah karena mereka merasa tubuh mereka sehat atau sering lupa untuk meminumnya. Remaja putri memiliki risiko anemia sepuluh kali lebih besar dibandingkan laki-laki, yang mungkin menjadi penyebab rendahnya kepatuhan ini. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa mereka berada dalam masa pertumbuhan, membutuhkan lebih banyak zat gizi, terutama zat besi, karena mereka menstruasi setiap bulan (Titin, 2014). Kekurangan asupan zat besi dapat menyebabkan anemia (Titin, 2014). Selain itu, kurangnya pengetahuan juga penting karena dapat memengaruhi kebiasaan makan dan status gizi secara keseluruhan (Ely, 2017).

Jika anemia tidak dicegah, konsekuensinya bisa sangat berbahaya, seperti penurunan daya konsentrasi dan aktivitas fisik, serta penurunan sistem kekebalan tubuh, yang membuat seseorang lebih rentan terhadap penyakit (Titin, 2014; Umi, 2017). Anemia dapat meningkatkan risiko kematian ibu, kelahiran prematur, dan BBLR jika tidak ditangani hingga usia dewasa (Robertus, 2014, dalam Umi, 2017). Pengetahuan gizi remaja sering diabaikan, yang berdampak pada pemenuhan kebutuhan zat besi, yang menyebabkan anemia (Titin, 2014). Faktor utama yang menyebabkan remaja kekurangan asupan nutrisi adalah kebiasaan makan yang tidak sehat, seperti makan makanan ringan atau makan di luar tanpa memperhatikan gizinya (Rotua, 2017).

Edukasi gizi adalah salah satu cara untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang anemia. Semakin banyak seseorang tahu tentang gizi, semakin baik sikap dan perilaku kesehatannya, termasuk konsumsi makanan. Dengan menggunakan buku panduan, proses pendidikan akan lebih efektif karena lebih mudah dipahami dan menarik perhatian audiens (Nurul, 2016).

Booklet adalah jenis media cetak yang berisi informasi berupa teks dan gambar. Mereka dapat dibawa pulang dan dibaca ulang untuk meningkatkan pemahaman pembaca (Mardikanto, 1993; Soehoet, 2003 dalam Parwiyati, 2014). Desain buku yang padat dan menarik dianggap dapat mendorong remaja untuk membaca dan memahami informasi kesehatan (Mardikanto, 1993; Soehoet, 2003).

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh edukasi gizi menggunakan media booklet tentang anemia terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 2 Danau Sembuluh, Kabupaten Seruyan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah edukasi gizi menggunakan media booklet tentang anemia berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 2 Danau Sembuluh Kabupaten Seruyan?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media booklet tentang anemia terhadap pengetahuan gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 2 Danau Sembuluh, Kabupaten Seruyan

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan karakteristik responden
- b. Menganalisis pengaruh edukasi dengan media booklet tentang anemia terhadap pengetahuan gizi remaja puteri di SMAN 2 Danau Sembuluh Kabupaten Seruyan.
- c. Menganalisis pengaruh edukasi dengan media booklet tentang anemia terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja puteri di SMAN 2 Danau Sembuluh Kabupaten Seruyan

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dalam upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah melalui edukasi gizi dengan media booklet pada remaja putri.

2. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi sekolah dalam merancang kegiatan edukatif yang mendorong peningkatan pemahaman siswa mengenai anemia dan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur

3. Bagi peneliti

Sebagai pengalaman empiris dalam melakukan penelitian terkait media edukasi gizi serta sebagai dasar pengembangan penelitian sejenis di masa yang akan datang.