

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pemenuhan gizi pada remaja merupakan salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan, sebab masa remaja sedang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat sehingga, kebutuhan makanan yang mengandung zat gizi seimbang sangat diperlukan. Remaja putri saat ini masih banyak yang kurang mengonsumsi zat gizi seimbang dalam makanan sehari-harinya. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian Suryani, Hafiyani dan Junita (2015) mengatakan bahwa Remaja putri pada umumnya memiliki karakteristik kebiasaan makan tidak sehat antara lain, kebiasaan tidak makan pagi, malas minum air putih, diet tidak sehat karena ingin langsing (mengabaikan sumber protein, karbohidrat, vitamin dan mineral), kebiasaan ngemil makanan rendah gizi dan makan makanan siap saji sehingga remaja tidak mampu memenuhi keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses sintesis pembentukan *hemoglobin* (Hb) bila hal ini terjadi dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan kadar Hb terus berkurang dan menimbulkan anemia.

Menurut (Kemenkes,2018) masalah kesehatan yang dihadapi remaja Indonesia adalah anemia sekitar 12% persen remaja laki-laki dan 23% remaja putri mengalami anemia sebagian besar dari permasalahan itu diakibatkan dari

kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi). Anemia defisiensi besi adalah keadaan menurunnya kadar hemoglobin di bawah normal akibat yang utama karena kehilangan darah atau tidak memadainya asupan besi. Anemia pada umumnya dijumpai pada golongan rawan gizi salah satunya yaitu anak-anak sekolah khususnya remaja putri (Rukman, 2014).

Tingginya angka prevalensi anemia pada remaja putri akan berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, sulit konsentrasi, prestasi belajar menurun dan menurunnya produktifitas. Selain itu, anemia yang dialami remaja putri akan berdampak lebih serius, mengingat remaja putri adalah calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi, sehingga memperbesar risiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur dan berat bayi lahir rendah (BBLR) (Kemenkes,2018).

Anemia sering diderita pada wanita usia subur, hal ini disebabkan karena terjadinya siklus menstruasi pada wanita setiap bulannya. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan menurunnya produktivitas karena daya tahan tubuh menurun. Asupan zat besi dapat diperoleh melalui makanan bersumber protein hewani seperti hati, ikan, dan daging namun, tidak semua masyarakat dapat mengkonsumsi makanan tersebut sehingga mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) diperlukan untuk asupan zat besi tambahan (Kemenkes, 2019).

Pemberian TTD pada remaja putri dilakukan melalui UKS di institusi pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) dengan menentukan hari minum TTD bersama serta dosis yang diberikan adalah satu tablet setiap minggu selama

sepanjang tahun. Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi para remaja putri yang akan menjadi ibu di masa yang akan datang. Cukupnya asupan zat besi sejak dini, diharapkan angka kejadian anemia ibu hamil, pendarahan saat persalinan, BBLR, dan balita pendek dapat menurun. (Kemenkes,2019).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja tidak hanya mengandalkan dari konsumsi tablet tambah darah (TTD) saja. Menanggulangi dan mencegah anemia harus diiringi dengan meningkatkan asupan makanan sumber zat besi dari hewani seperti, hati, ikan, daging dan unggas, sedangkan dari nabati yaitu sayuran berwarna hijau tua dan kacang-kacangan, serta mengkonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C untuk meningkatkan penyerapan zat besi. Asupan zat besi yang dikonsumsi sesuai dengan pola makan bergizi seimbang yang terdiri dari aneka ragam makanan, dalam jumlah yang cukup sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG).

Remaja putri merupakan salah satu sasaran program pemberian tablet tambah darah yang dimulai pada tahun 2018. Pelaksanaan program tersebut, remaja putri diberikan sosialisasi terlebih dahulu mengenai anemia dan tablet tambah darah dan dilakukan pemantauan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri oleh kader kesehatan remaja yang selanjutnya pemantauan tersebut dilaporkan ke pihak puskesmas. Kegiatan tersebut hanya dilakukan pada tahun ajaran baru saja atau pada saat penerimaan siswa baru kelas VII dan X.

Pemberian edukasi mengenai pola makan gizi seimbang kepada remaja putri sangatlah penting. Pemberian edukasi tersebut bisa melalui berbagai macam

media, salah satunya yaitu menggunakan buku saku interaktif. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Marzah, H. (2018) dengan judul penelitian “Pengaruh Edukasi Ceramah Menggunakan Slide Share Dan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa MTsN 7 Padang” hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa pemberian edukasi menggunakan buku saku dinilai dapat menambah pengetahuan serta perubahan sikap remaja putri dalam mengkonsumsi makanan dengan pola makan gizi seimbang.

Berdasarkan hasil uraian diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Melalui Buku Saku Interaktif Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh edukasi melalui buku saku interaktif terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pola makan gizi seimbang ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh edukasi melalui buku saku interaktif terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pola makan gizi seimbang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis pengetahuan remaja putri tentang pola makan gizi seimbang sebelum dan setelah diberi edukasi melalui buku saku interaktif

2. Menganalisis sikap remaja putri tentang pola makan gizi seimbang sebelum dan setelah diberi edukasi melalui buku saku interaktif

3. Menganalisis pengaruh edukasi melalui buku saku interaktif terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pola makan gizi seimbang

1.4 Manfaat Penelitian

a. Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk remaja putri mengenai pola makan gizi seimbang dalam mengatasi anemia gizi pada remaja

b. Penelitian ini diharapkan sebagai alternatif media promosi kesehatan dalam memberikan edukasi

c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi untuk penelitian selanjutnya

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisi konsep pengetahuan, sikap, gizi seimbang, anemia, media promosi kesehatan

BAB III METODELOGI PENELITIAN

Bab ini berisi jenis/desain penelitian, definisi konseptual dan operasional, populasi dan sampel, pengumpulan data, keterbatasan penelitian, dan etika penelitian

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi hasil pencarian jurnal, pembahasan jurnal, penilaian media dengan tim expert dan media buku saku

BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini berisi kesimpulan dan rekomendasi penelitian