

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara maju dan berkembang yang membutuhkan calon pemimpin di masa datang. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang sangat berisiko menderita penyakit anemia (Shara *et al.*, 2014). Penyakit ini kerap terjadi pada kalangan remaja hingga dewasa dikarenakan rendahnya tingkat pengetahuan terhadap hal yang memicu terjadinya penyakit anemia. Penyakit anemia apabila tidak segera ditangani dapat memberi dampak berkaitan dengan aktivitas keseharian seperti mengganggu konsentrasi, dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan, serta bagi wanita hamil dapat berakibat fatal bagi ibu dan janinnya. Kasus terjadinya anemia di Indonesia tertulis pada data laporan RISKESDAS tahun 2018 bahwasannya prevalensi anemia pada remaja sebesar 32% dimana 3-4 dari 10 remaja putri yang menderita anemia yang dipengaruhi oleh asupan gizi yang tidak optimal serta kurangnya aktifitas fisik (Kemenkes RI, 2018).

Terjadinya kasus anemia berdasarkan WHO (*World Health Organization*) telah menunjukkan sekitar 35-75% anemia defisiensi besar di negara berkembang yang banyak terjadi pada anak-anak dan wanita usia subur termasuk halnya pada remaja putri. Remaja putri memiliki pola hidup yang kurang sehat dalam kesehariannya, sehingga remaja kurang mampu memenuhi keanekaragaman yang dibutuhkan oleh tubuh untuk pembentukan kadar hemoglobin dan telah dibuktikan bahwasannya Prevalensi terjadinya anemia pada remaja di negara berkembang sebanyak 27% dan di negara maju sebanyak 6% (Suryani *et al.*, 2017).

Menurut WHO, sebagai patokan dalam medis untuk mengetahui adanya penyakit anemia pada seseorang dapat dilihat dari kadar hemoglobin yang normal (Hidayat & Sunarti, 2015). Anemia disebabkan oleh kurangnya asupan zat gizi sehari-hari ditandai dengan ketersediaan makan yang salah dimana remaja putri yang pantang terhadap makanan tertentu dengan mengurangi jumlah makanan dikarenakan ingin langsing (Marmi, 2013).

Prevalensi anemia pada remaja putri lebih tinggi dibandingkan remaja putra. Berdasarkan angka prevalensi yang cukup tinggi ini, masyarakat terutama pada wanita usia subur ataupun remaja putri harus diberikan pedoman untuk menambah pengetahuan yang tepat bagi diet yang akan dijalani. Adanya penurunan sistem imunitas tubuh dapat menyebabkan kurangnya kadar hemoglobin sehingga diperlukan adanya upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Penyuluhan kepada santriwati dapat memberikan pengaruh perubahan pengetahuan, asupan makanan serta kadar hemoglobin santriwati. Pencegahan yang dapat didukung dengan rutin mengkonsumsi makanan yang tinggi akan zat besi (Sari *et al.*, 2022).

Penyuluhan merupakan salah satu upaya dalam pencegahan terjadinya penyakit anemia yang berkelanjutan di suatu daerah. Penggunaan media di setiap melakukan penyuluhan, sehingga lebih mudah dalam menambah pengetahuan, pemahaman, serta menambah banyak referensi yang bukan hanya dapat digunakan saat penyuluhan itu saja, namun dapat dilakukan secara individu di rumah dengan membaca ulang (Adilla, 2021).

Kegiatan penyuluhan sering dianggap membosankan oleh sebagian orang. Oleh karena itu, supaya kegiatan penyuluhan dapat berhasil dengan maksimal maka perlunya pemilihan metode dan media yang digunakan harus mendapat sudut pandang yang lebih dan juga disesuaikan dengan kelompok yang akan dijadikan sasaran. Metode penyuluhan dengan ceramah dan tanya jawab sering kali dianggap remeh karena bagi sebagian orang sangat tidak menarik, membosankan, pembahasan yang monoton, tidak ada pengulangan materi, sehingga sangat tergantung pada penyuluh, situasi dan kondisi tempat serta media yang digunakan baik dan lengkap (Notoatmodjo, 2010).

Penggunaan media harus memperhatikan tujuan akhir yang ingin dicapai dengan mempertimbangkan sasaran yang ada. Memberikan edukasi menggunakan media *leaflet* merupakan alat bantu yang sering sekali digunakan karena kelebihanannya yang sangat praktis serta isi materi diuliskan sangat singkat dan jelas. Namun, penggunaan media *booklet* dalam penyuluhan merupakan alternatif dalam menutupi kelemahan pada *leaflet* dikarenakan *booklet* memiliki materi lebih lengkap dan jelas sehingga memudahkan sasaran dalam memahami isi materi tersebut (Farudin., 2011).

Pondok Pesantren Sabilulrosyad merupakan Pondok Pesantren yang diasuh di bawah naungan Drs. KH. Marzuqi Mustamar, M.Ag. Pondok pesantren tersebut memiliki beberapa Lembaga Pendidikan diantaranya SMP, SMA, PAUD, serta Asrama untuk mahasiswa dari kampus luar.

Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu mahasiswa sebagai santriwati di Pondok Sabilulrosyad yang dilakukan pada tanggal 24 Oktober 2022 menjelaskan bahwasannya tepatnya pada hari santri nasional tanggal 22 Oktober 2022 merupakan acara besar yang diadakan satu tahun sekali. Pihak PMI melakukan acara donor darah, yang dihadiri dari santriwan dan santriwati sebanyak 31 mahasiswa terdiri dari 19 santri putra dan 12 santri putri. Proses wawancara ini dilakukan pada mahasiswa santri putri yaitu sebanyak 12 orang yang mendaftar sebagai pendonor, terdapat 3 orang yang lulus dalam proses *skrining* dikarenakan salah satu alasannya yaitu orang tersebut memiliki kadar hemoglobin yang rendah. Sebanyak 75% santriwati dengan kadar hemoglobin rendah.

Kadar hemoglobin rendah disebabkan oleh beberapa faktor yaitu perdarahan, nutrisi rendah, kadar zat besi rendah, asam folat dan vitamin B12 rendah (Tutik & Ningsih, 2019). Adanya kadar hemoglobin yang baik pada santriwati harus didukung dengan adanya pengetahuan yang baik. Khususnya bagi anak usia remaja yang sudah mulai mengalami perubahan secara fisik maupun perilaku, baik pola makan, gaya hidup serta lingkungan sekitar yang dapat membuat anak lebih mengenal berbagai macam aktivitas di dalam maupun luar sekolah.

Bagi seseorang yang akan mendonorkan darahnya harus dipastikan memiliki kadar hemoglobin normal dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Astuti & Artini, 2019). Pada proses *skrining* tersebut dilakukan pengecekan suhu, kadar hemoglobin darah serta tekanan darah sehingga apabila kadar hemoglobin dan tekanan darah yang rendah maka tidak bisa dilanjutkan kepada proses donor darah. Kegiatan di pondok pesantren ini sangatlah padat, terutama bagi mahasiswa yang harus mengemban dua tanggung jawab sekaligus, dengan lingkungan yang padat, sehingga membuat para santri kurang bisa memperhatikan kondisi kesehatannya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk memberikan penyuluhan gizi pada santriwati usia 12 hingga 17 tahun di

Pondok Pesantren Sabilulrosyad Kota Malang menggunakan media *booklet* yang merupakan salah satu upaya meningkatkan pengetahuan tentang tindakan preventif yang dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit anemia.

B. Rumusan Masalah

Apakah penyuluhan gizi menggunakan media *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan, asupan makan serta kadar hemoglobin santriwati usia 12 hingga 17 tahun di Pondok Pesantren Sabilulrosyad, Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media *booklet* terhadap tingkat pengetahuan, asupan makan serta kadar hemoglobin santriwati usia 12 hingga 17 tahun di Pondok Pesantren Sabilulrosyad, Kota Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengenal karakteristik santriwati usia 12 hingga 17 tahun penderita anemia (dengan melibatkan data responden berupa nama, usia, berat badan, tinggi badan, alamat, pendidikan, riwayat penyakit).
- b. Mengukur tingkat pengetahuan santriwati usia 12 hingga 17 tahun sebelum dan sesudahnya diberikan penyuluhan gizi dengan menggunakan media *booklet* di Pondok Pesantren Sabilulrosyad, Kota Malang.
- c. Mengukur kadar hemoglobin santriwati usia 12 hingga 17 tahun sebelum dan sesudahnya diberikan penyuluhan gizi dengan menggunakan media *booklet* di Pondok Pesantren Sabilulrosyad, Kota Malang.
- d. Menganalisis asupan makan santriwati usia 12 hingga 17 tahun sebelum dan sesudahnya diberikan penyuluhan gizi dengan menggunakan media *booklet* di Pondok Pesantren Sabilulrosyad, Kota Malang.

- e. Menganalisis pengaruh penyuluhan gizi menggunakan media *booklet* terhadap tingkat pengetahuan, asupan makan serta kadar hemoglobin santriwati usia 12 hingga 17 tahun di Pondok Pesantren Sabilulrosyad, Kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Menambah informasi mengenai pentingnya mendapat materi penyuluhan gizi dengan menggunakan media *booklet* terhadap tingkat pengetahuan, asupan makan dan kadar hemoglobin, preskripsi diet, dan anjuran asupan makan dalam sehari.

2. Praktis

- a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau masukan kepada penderita anemia terutama pada santriwati mengenai pengaruh penyuluhan gizi serta dapat menjaga pola makan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh.

- b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai pentingnya mendapatkan penyuluhan gizi dengan menggunakan media *booklet* terhadap tingkat pengetahuan, asupan makan serta kadar hemoglobin dan juga dapat mengetahui bagaimana cara pencegahan anemia tanpa melibatkan pengobatan medis terutama pada santriwati.

- c. Bagi institusi Pondok Pesantren

Pelayanan penyuluhan gizi yang dilaksanakan oleh peneliti dijadikan sebagai bahan evaluasi pihak santriwan dan santriwati di pondok pesantren serta dapat dijadikan pedoman ide baru untuk mengatasi atau mencegah terjadinya anemia pada santriwati dengan menggunakan media *booklet*.