

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **I.1 Latar Belakang**

Perubahan remaja merupakan masa anak-anak ke masa dewasa, dimana terjadi perkembangan, adanya tanda seks sekunder dan primer, tercapai produktivitas dan terjadi perubahan emosional, fisiologi dan psikologi. Perubahan fisiologi yaitu ditandai dengan berfungsinya organ reproduksi seperti menstruasi pada wanita (Rohan & Siyito, 2013).

Pertumbuhan remaja adalah perkembangan, transformasi, timbulnya berbagai waktu dan seringkali menghadapi risiko kesehatan reproduksi. Kebutuhan untuk peningkatan pelayanan kesehatan dan sosial remaja semakin menjadi perhatian seluruh dunia.

Pada usia reproduktif, pengeluaran darah dialami oleh wanita atau kehilangan darah akibat menstruasi, dan secara tidak langsung dapat juga dikatakan kehilangan zat besi dalam darah sebanyak 12,5-15 mg/bulan, atau kira-kira sama dengan 0,4-0,5 mg sehari (Arisman, 2010). Zat besi yang hilang akan menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dalam tubuh sehingga menyebabkan anemia.

Kehilangan 0,6 mg zat besi yang diekskresi setiap individu mengalami, tertentu melalui feses (tinja), setiap bulan remaja putri mengalami menstruasi dengan kehilangan zat besi  $\pm 1,3$  mg per hari, sehingga kebutuhan zat besi lebih banyak daripada pria. Jika pemberian zat besi sebagai nutrisi ini berkurang, tubuh kita akan mengalami penurunan kadar hemoglobin, disebut dengan anemia.

Sel darah merah yang kurang mengakibatkan jumlah hemoglobin menurun dalam sel darah merah tersebut, darah tidak dapat mengangkut oksigen dalam jumlah banyak diperlukan tubuh. Karena itu zat besi lebih banyak dibutuhkan wanita saat menstruasi. Tablet tambah darah perlu dikonsumsi saat menstruasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan, hal ini dikarena pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi seseorang. Pencegahan diupayakan

melalui kesadaran remaja putri terjadinya anemia melalui konsumsi tablet tambah darah saat menstruasi masih rendah.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Latar belakang diatas dirumuskan permasalahan penelitian ini sebagai: Tingkat pengetahuan remaja putri tentang pemberian tablet tambah darah pada saat menstruasi masih kurang dipahami dan informasi yang didapatkan masih kurang sehingga remaja putri di sosial media yaitu whatsapp kurang adanya kesadaran dalam upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet tambah darah saat menstruasi masih rendah.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

1. Dapat Mengetahui pengetahuan tentang Tablet Penambah Darah pada remaja putri
2. Mengetahui pentingnya mengkonsumsi Tablet Penambah Darah pada saat menstruasi
3. Mencegah terjadinya anemia pada saat menstruasi dengan cara konsumsi tablet penambah darah

## **I.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini harapan dapat memberikan manfaat dalam konsumsi Tabet Tambah Darah yang penting saat menstruasi pada remaja putri yang sedang mengalami menstruasi, pencegahan ini upaya dari terjadinya anemia pada remaja putri. Sehingga membuat penerus generasi yang sehat guna mempersiapkan kelahiran generasi baru yang sehat.