

BAB.1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan remaja memegang peranan yang sangat penting dalam upaya meningkatkan mutu sumber daya manusia di suatu negara. Periode remaja merupakan tahap perkembangan yang krusial, ditandai dengan pesatnya pertumbuhan fisik, kematangan psikososial, serta meningkatnya kebutuhan asupan gizi (Nasution et al., 2024). Masa remaja adalah fase perkembangan yang memiliki kerentanan tinggi terhadap berbagai permasalahan kesehatan, khususnya terkait status gizi yang dapat berdampak pada kualitas hidup di masa depan. Salah satu masalah gizi mikro yang masih menjadi tantangan kesehatan di Indonesia ada anemia, karena kondisi ini dapat memengaruhi kemampuan fisik, fungsi kognitif, serta tingkat produktivitas remaja baik dalam kegiatan pendidikan maupun interaksi sosial (Dwiyana et al., 2022).

Anemia adalah kondisi ketika jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) berada di bawah nilai normal, sehingga kemampuan darah untuk mengikat dan mengangkut oksigen berkurang (Lombok et al., 2024). Pada kelompok remaja, anemia dapat menimbulkan berbagai dampak yang cukup serius, antara lain menurunnya kemampuan berkonsentrasi, berkurangnya tingkat kebugaran serta daya tahan tubuh, terhambatnya proses pertumbuhan, hingga penurunan prestasi akademik dan kemampuan fisik. Anemia juga dapat menimbulkan dampak berkelanjutan di masa depan. Pada ibu hamil anemia bisa mengakibatkan peningkatan risiko komplikasi kehamilan seperti ketuban pecah dini, persalinan prematur, dan berat badan lahir rendah (BBLR), serta dapat menyebabkan perdarahan *postpartum* (Anemia et al., n.d.).

Pada tahun 2019, prevalensi anemia secara global tercatat sebesar 29,9%, sementara di kawasan Asia Tenggara mencapai 41,9%. Di Indonesia, anemia pada perempuan usia 15 – 49 tahun dilaporkan sebesar 30,6%. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan RI, prevalensi

anemia pada remaja putri menunjukkan peningkatan dari 22,7% pada tahun 2013 menjadi 32% pada tahun 2018 (Ariana & Fajar, 2024). Temuan tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian dan penanganan secara serius.

Fenomena tingginya kasus anemia pada kelompok remaja tidak terlepas dari berbagai faktor penyebab, seperti kurangnya pemahaman mengenai anemia dan asupan zat besi yang belum mencukupi. Selain itu, kebiasaan yang kurang baik seperti melewatkan sarapan, minimnya asupan sayur dan buah, serta penerapan pola hidup yang tidak sehat, turut memperburuk kondisi gizi remaja (Masrikhiyah & Ratnasari, 2025). Upaya pencegahan anemia sejak usia dini memiliki peran yang sangat penting, khususnya melalui strategi promotif dan preventif. Pemberian edukasi gizi kesehatan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan serta mendorong penerapan perilaku hidup sehat pada remaja, termasuk dalam pemilihan konsumsi makanan yang kaya zat besi serta penerapan hidup sehat (Ardiansyah & Semarang, 2024).

Pada tingkat komunitas, Forum Anak Desa berperan sebagai sarana strategis dalam mendorong keterlibatan anak dan remaja pada proses pembangunan desa, termasuk dalam sektor kesehatan. Forum yang terdiri dari remaja setempat ini memiliki potensi yang besar untuk berfungsi sebagai agen perubahan dalam penyebaran informasi kesehatan kepada sesama remaja melalui pendekatan pendidikan sebaya (*peer education*). Pendekatan tersebut dinilai efektif karena pesan kesehatan disampaikan oleh individu yang memiliki kesamaan latar belakang sosial dan budaya, sehingga dapat meningkatkan penerimaan informasi serta mendorong terjadinya perubahan perilaku.

Dalam kerangka tersebut, Program KREPES hadir sebagai bentuk inovasi dalam upaya pencegahan anemia yang mengintegrasikan pendekatan edukasi, partisipasi aktif, dan keberlanjutan, dengan melibatkan remaja secara langsung pada setiap proses pelaksanaannya. Program ini tidak hanya berfokus pada penyampaian pengetahuan teoritis mengenai anemia, tetapi juga mendorong keterlibatan remaja dalam berbagai aktivitas pencegahan, promosi kesehatan,

serta evaluasi di lingkungan komunitasnya. Melalui pendekatan ini, diharapkan terbentuk pemahaman yang lebih komprehensif serta peningkatan penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Secara khusus di Desa Kesilir, Forum Anak Desa merupakan bagian dari komunitas remaja yang masih dihadapkan pada tingginya potensi risiko anemia, yang dipengaruhi oleh keterbatasan pengetahuan serta akses terhadap informasi gizi.

Kegiatan magang menjadi sarana yang strategis bagi mahasiswa untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang di peroleh selama masa perkuliahan ke dalam praktik langsung di tengah masyarakat. Melalui kegiatan ini, mahasiswa berperan aktif dalam tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi Program KREPES bersama Forum Anak Desa di Desa Kesilir. Keterlibatan tersebut mencerminkan kontribusi nyata mahasiswa dalam mendukung upaya pencegahan anemia, sekaligus menjadi pengalaman pembelajaran lapangan yang dapat meningkatkan dan memperkuat kompetensi profesional.

1.2 Tujuan dan Manfaat

1.2.1 Tujuan Umum

Program Kelas Remaja Peduli Kesehatan Edukasi Media Sosial dikembangkan agar remaja di Desa Kesilir dapat menjadi generasi yang sehat dan cerdas digital.

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pencegahan anemia.
2. Mendorong partisipasi aktif remaja dalam menyebarkan informasi kesehatan melalui digital.
3. Mengembangkan keterampilan remaja dalam literasi digital dan produksi konten edukasi.

1.2.3 Manfaat

a. Bagi Mahasiswa

Menambahkan wawasan dan pengalaman praktis dalam menyusun, menerapkan, serta mengevaluasi program promosi kesehatan di masyarakat, sekaligus menyediakan data dan informasi yang dapat digunakan sebagai dasar pengembangan penelitian dan publikasi ilmiah selanjutnya.

b. Bagi Desa Kesilir

Mendukung upaya pemerintah desa dalam meningkatkan kesehatan masyarakat, khususnya remaja, serta menjadi langkah awal pengembangan komunitas remaja peduli kesehatan yang dapat berkelanjutan di Desa Kesilir.

c. Bagi Remaja

Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan fisik serta membekali dengan kemampuan literasi digital dalam mengelola dan memproduksi konten edukatif yang positif. Selain itu, program ini juga menjadi wadah aktualisasi diri yang dapat mendorong peningkatan keterampilan komunikasi dan kepemimpinan pada remaja.

d. Bagi Instansi

Menjadi sarana kerja sama dengan mitra eksternal dalam meningkatkan kualitas pembelajaran mahasiswa sekaligus memperkuat citra serta kontribusi institusi terhadap pembangunan kesehatan masyarakat.

1.3 Lokasi dan Waktu

Kegiatan magang pengembangan promosi kesehatan bertempat di Desa Kesilir, Kecamatan Wuluhan, Kabupaten Jember. Selama 7 Minggu, dimulai pada tanggal 3 November sampai 20 Desember 2025

1.4 Metode Pelaksanaan

1. Observasi dan pengumpulan data awal.
2. Analisis kebutuhan remaja dan potensi media sosial.
3. Perancangan media promosi kesehatan.
4. Implementasi dan pelatihan program KREPES
5. Pembentukan komunitas KREPES