

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat, karena prevalensinya di atas 20%. Anemia akibat kekurangan zat besi (Fe) pada remaja merupakan salah satu masalah gizi utama di Asia termasuk Indonesia, data menunjukkan Indonesia termasuk negara dengan prevalensi anemia tertinggi di Asia Tenggara. Anemia defisiensi besi atau kekurangan zat besi masih menjadi masalah Kesehatan serius di Indonesia. Kondisi ini seringkali tidak disadari masyarakat karena gejalanya yang muncul perlahan, namun berdampak besar terhadap daya tahan tubuh (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai 32%, yang berarti sekitar tiga dari sepuluh remaja di Indonesia mengalami anemia. Angka tersebut menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja berada di atas 20% sehingga termasuk kategori masalah kesehatan masyarakat yang perlu segera ditangani. Tingginya angka anemia pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola makan yang tidak seimbang, kurangnya konsumsi makanan sumber zat besi, serta rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (Kemenkes RI, 2022).

Prevalensi anemia pada remaja putri menurut Buku Data Kesehatan di Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2024, pada gambaran grafis

memperlihatkan bahwa di Kulon Progo (41,61%), Kota Yogyakarta (25,67%), Sleman (14,53%), Gunung Kidul (10,41%), Daerah Istimewa Yogyakarta (23,07%), Bantul (28,28%). Sedangkan untuk konsumsi tablet tambah darah, gambaran grafis memperlihatkan bahwa Kulon Progo (85,77%), Kota Yogyakarta (90,29%), Sleman (95,03%), Gunung Kidul (95,38%), Daerah Istimewa Yogyakarta (90,04%), Bantul (81,51%). Dapat dilihat dari data di atas bahwa Kabupaten Kulon Progo menduduki peringkat nomor satu masih tinggi terjadinya anemia pada remaja putri dan menduduki peringkat nomor lima dalam konsumsi tablet tambah darah (Dinkes Kesehatan DIY, 2024).

Hasil skrining anemia remaja putri kelas VII dan X pada tahun 2024 di Kulon Progo memperlihatkan bahwa Puskesmas Nanggulan menduduki peringkat nomor satu kasus anemia pada remaja putri dengan presentase 64% dari 409 responden (Dinkes Kulon Progo, 2024).

Anemia pada remaja putri dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan dan perkembangan. Remaja putri yang mengalami anemia cenderung mengalami penurunan daya tahan tubuh, mudah lelah, lesu, dan mengantuk, serta mengalami penurunan konsentrasi dan prestasi belajar di sekolah. Selain itu, anemia pada remaja putri juga dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi, seperti meningkatkan risiko anemia saat kehamilan, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, serta meningkatkan risiko stunting pada generasi berikutnya. Oleh karena itu, pencegahan anemia sejak masa remaja sangat

penting untuk mempersiapkan calon ibu yang sehat di masa depan (Hindratni et al., 2024).

Salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja putri adalah melalui konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang mengandung zat besi dan asam folat. Tablet tambah darah berfungsi untuk menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi serta memenuhi kebutuhan zat besi yang tidak tercukupi dari makanan sehari-hari. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah melaksanakan program suplementasi Tablet Tambah Darah sejak tahun 2015 bagi remaja putri usia 12–18 tahun di sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas melalui program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Pemberian TTD dilakukan dengan dosis satu tablet setiap minggu sepanjang tahun sebagai upaya pencegahan anemia (Kemenkes RI, 2021).

Kebiasaan remaja putri terkait konsumsi tablet tambah darah menentukan tingkat kesehatan remaja, terlebih lagi untuk kesiapan masa reproduksi. Pemenuhan kebutuhan tablet tambah darah dapat mencegah anemia yang disebabkan oleh defisiensi besi, sehingga remaja putri wajib mengonsumsi tablet tambah darah. Kebanyakan remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah dari pemberian sekolah. Sudah banyak sekolah-sekolah di Daerah Istimewa Yogyakarta yang memberikan tablet tambah darah kepada remaja putri yang ada di sekolahnya dalam rangka mencegah anemia defisiensi besi. Beberapa dinas Kesehatan kabupaten di DIY juga sudah membuat program untuk mencegah anemia pada remaja

(Rusmiati et al., 2025).

Remaja putri diharuskan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah karena setiap bulannya mengalami menstruasi. Tablet tambah darah juga berguna untuk mengganti zat besi yang hilang karena menstruasi dan untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan. Zat besi pada remaja putri juga bermanfaat untuk meningkatkan konsentrasi belajar, menjaga kebugaran dan mencegah terjadinya anemia pada calon ibu di masa mendatang (Helmyati et al., 2023).

Kementerian Kesehatan mengidentifikasi penyebab utama tingginya prevalensi anemia adalah rendahnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di kalangan remaja putri. Dari 12,1 juta remaja, lebih dari 8,3 juta tidak rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), oleh karena itu, fase ini merupakan periode krusial untuk intervensi kesehatan, terutama dalam upaya pencegahan anemia kronis yang dapat berdampak signifikan pada Kesehatan di usia dewasa dan komplikasi selama kehamilan (Kemenkes RI, 2022).

Kabupaten Kulon Progo sendiri telah memiliki program dalam pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri yaitu Gerakan Aksi Bergizi dan Cek Kesehatan. Program ini telah diluncurkan secara nasional sejak 26 Oktober 2022. Program ini merupakan salah satu Langkah strategis untuk mencegah anemia dan stunting, khususnya pada kalangan remaja putri. Program ini merupakan bentuk nyata dukungan Pemerintah Kulon Progo dalam upaya menurunkan angka kejadian anemia pada anak

dan remaja, dengan membiasakan pola hidup sehat Pemerintah Kulon Progo mengharapkan anak-anak dapat tumbuh tidak hanya cerdas dan pintar, tetapi juga sehat, kuat, dan berdaya saing. Melalui program ini, siswa-siswi khususnya remaja putri diberikan tablet tambah darah setiap hari Selasa pagi atau saat jam istirahat (Dinkes Kulon Progo, 2022).

Pemerintah Kabupaten Kulon Progo menegaskan bahwa program ini dapat memastikan remaja putri terhindar dari anemia, agar kelak dapat melahirkan generasi penerus yang sehat dan tidak mengalami stunting. Namun, dalam data nyatanya Kabupaten Kulon Progo masih menduduki peringkat nomor satu masih tinggi terjadinya anemia pada remaja putri dan menduduki peringkat nomor lima dalam kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah (Dinkes Kulon Progo, 2022).

Penelitian ini difokuskan pada MTsN 3 Kulon Progo, mengingat sekolah tersebut berada di wilayah yang menurut hasil skrining anemia remaja putri memiliki angka prevalensi tertinggi yaitu di kabupaten Nanggulan. Dengan mengetahui kebiasaan konsumsi TTD secara spesifik, pihak sekolah, puskesmas, dan pemerintah daerah dapat merancang strategi edukasi dan monitoring yang lebih tepat sasaran, sehingga program pencegahan anemia dapat berjalan lebih optimal.

Berdasarkan uraian di atas maka penelitian ini ditujukan untuk mengetahui gambaran kebiasaan konsumsi tablet tambah darah pada siswi di MTsN 3 Kulon Progo.

B. Rumusan Masalah

Pemenuhan zat besi pada remaja putri sangat penting. Berdasarkan kepentingan sebagai pencegahan anemia dalam mendukung Kesehatan reproduksi remaja putri sebagai calon ibu, dan mengingat program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu cara Pemerintah untuk mencegah anemia, karena kehilangan darah saat menstruasi, serta mendukung pertumbuhan optimal dan investasi kesehatan jangka panjang agar kelak dapat menjalani kehamilan sehat dan melahirkan bayi bebas stunting. Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di MTsN 3 Kulon Progo?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya gambaran kebiasaan remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah di MTsN 3 Kulon Progo.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran cara konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 3 Kulon Progo.
- b. Diketahui gambaran dosis konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 3 Kulon Progo.
- c. Diketahui gambaran waktu tablet tambah darah yang dikonsumsi secara umum pada remaja putri di MTsN 3 Kulon Progo.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah kesehatan reproduksi pada remaja di MTsN 3 Kulon Progo yang berada pada wilayah binaan Puskesmas Nanggulan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan dapat dijadikan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan Kesehatan reproduksi remaja.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswi MTsN 3 Kulon Progo, keterlibatan mereka sebagai responden bukan sekedar pengumpulan data, namun sebuah langkah awal dalam penerapan *evidence-based practice* di lingkungan sekolah. Setiap jawaban yang diberikan menjadi justifikasi ilmiah untuk merevitalisasi program suplementasi zat besi.
- b. Bagi Kepala Sekolah MTsN 3 Kulon Progo, penelitian ini menghasilkan data riil di lapangan mengenai bagaimana kebiasaan siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Sehingga, data ini dapat dijadikan acuan utama untuk membuat kebijakan yang mendukung program kesehatan reproduksi remaja, serta merancang intervensi yang solutif dan sesuai dengan kendala yang dihadapi siswi.
- c. Bagi pembina UKS MTsN 3 Kulon Progo, dengan hasil penelitian ini pembina UKS dapat mengetahui secara spesifik kendala yang

dihadapi siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah, apakah ada pada dosis, waktu minum dan cara minum tablet tambah darah.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
Sab'ngatun & Danik Riawati	Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja	Mayoritas pengetahuan tentang tablet tambah darah baik sebanyak 16 responden (53%) dan mayoritas konsumsi tablet tambah darah tidak teratur sebanyak 19 responden (63%). Hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah ada hubungan dengan taraf signifikan 0,01.	1. Meneliti tentang konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). 2. Subjek penelitian adalah remaja putri.	Lokasi,waktu dan variabel penelitian.
Endang Sawitrim, Nurul Budiana, Supardi, Wiwin Rohmawati	Gambaran Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri	Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Dukuh mayoritas tidak patuh yaitu sebanyak 43 responden (58,9%). Implikasi dari penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah dan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya kesehatan remaja putri sebagai investasi jangka panjang bagi generasi mendatang Implikasi Kesehatan (Sawitri et al., 2025)	1. Sama-sama menggunakan desain penelitian deskriptif (gambaran). 2. Fokus pada perilaku/ kepatuhan konsumsi TTD.	Lokasi, waktu
Hastuti Husain, Subriah, Melisa	Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMP Telkom Makassar	Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswi di SMP Telkom Makassar dalam Kategori patuh(63,6%),sementara yang tidak patuh sebanyak36,4%. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe di SMP Telkom Makassar tergolong cukup baik, karena lebih dari separuh responden telah mengonsumsi tabletFesecarateratursesuaidengan ketentuan. Meskipun demikian, masih terdapat sekelompok remaja yang belum menunjukkan kepatuhan optimal, sehingga perlu perhatian lebih lanjut, baik dari pihak sekolah maupun tenaga kesehatan, untuk meningkatkan kesadaran dan motivasi mereka dalam mengonsumsi tablet Fe secara rutin untuk mencegah anemia (Husain et	1. Meneliti tingkat kepatuhan/kebiasaan konsumsi TTD. 2. Menggunakan desain penelitian deskriptif.	Subjek dan Lokasi Penelitian

Teguh Santoso, Zahtamal	Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 2 Tambusai	Berdasarkan hasil penelitian, 17,1% responden menunjukkan praktik yang buruk, yakni tidak mengonsumsi tablet tambah darah, sementara 82,9% responden memiliki praktik yang baik dalam mengonsumsinya. Mengenai alasan tidak mengonsumsi tablet tambah darah, hasil survei menunjukkan bahwa 16,7% responden tidak memiliki alasan khusus atau memberikan alasan lainnya, 41,7% responden lupa untuk mengonsumsinya, 25,0% responden malas untuk meminumnya, dan 16,7% responden merasa mual saat mengonsumsi tablet tersebut. (Santoso, 2025)	1. Meneliti gambaran perilaku konsumsi 2. TTD. Subjek penelitian adalah siswi sekolah menengah pertama (SMP/MTs).	Subjek, Waktu, Lokasi Penelitian
-------------------------------	---	---	---	--