

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan kondisi medis ketika kadar hemoglobin atau jumlah sel darah merah dalam tubuh berada di bawah nilai normal sehingga kemampuan darah dalam pengangkutan oksige ke seluruh tubuh menjadi berkurang. Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia, terutama remaja putri, karena masa pertumbuhan pesat, fase menstruasi, serta memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya (Febrianti et al., 2023).

Masalah anemia hingga saat ini masih menjadi perhatian dunia karena prevalensinya yang tinggi dan dampaknya yang luas terhadap kesehatan masyarakat. Berdasarkan data terbaru World Health Organization (WHO) tahun 2025, tercatat bahwa pada tahun 2023 sekitar 30,7% wanita berusia 15-49 tahun mengalami anemia. Angka tersebut menunjukkan bahwa hampir satu dari tiga wanita usia reproduksi mengalami kekurangan hemoglobin, yang berpotensi memengaruhi kesehatan dirinya maupun kesehatan reproduksi pada masa mendatang.

Sejalan dengan kondisi global tersebut, anemia juga masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 , Prevalensi anemia pada remaja putri tercatat sebesar 18%, lebih tinggi dibandingkan remaja putra yang sebesar

14,4%. Data ini menunjukkan bahwa remaja putri merupakan kelompok yang lebih rentan mengalami anemia sehingga memerlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan dan penanggulangannya.

Tingginya prevalensi anemia juga terlihat pada tingkat daerah. Data Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) tahun 2024 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di DIY mencapai 23,93%, angka tersebut bervariasi antar kabupaten/kota, dengan prevalensi tertinggi di kabupaten Kulon Progo (43,67%), diikuti kota Yogyakarta (29,52%), Sleman (17,57%), dan Gunungkidul (10,15%). Kondisi ini menunjukkan bahwa Kabupaten Kulon Progo merupakan wilayah yang perlu mendapatkan perhatian lebih dalam upaya pencegahan anemia.

Meskipun berbagai program pencegahan telah dilakukan, prevalensi anemia di Kabupaten Kulon Progo masih tergolong tinggi. Berdasarkan data internal dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kulonprogo tahun 2024, cakupan pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri telah mencapai 98,85%. Namun demikian, prevalensi anemia di wilayah ini masih menjadi yang tertinggi di DIY. Secara khusus, kecamatan Nanggulan tercatat memiliki prevalensi anemia tertinggi pada remaja putri, yaitu sebesar 64%, meskipun cakupan distribusi TTD telah mencapai 100%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingginya angka anemia tidak disebabkan oleh kurangnya ketersediaan atau distribusi suplemen zat besi, tetapi juga oleh faktor perilaku, seperti pengetahuan, sikap, dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD secara rutin.

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri perlu menjadi perhatian karena dapat menimbulkan berbagai dampak serius baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, anemia menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, mudah lelah, penurunan prestasi akademik, serta gangguan imunitas (World Health Organization, 2021). Sementara itu dalam jangka panjang, anemia dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, gangguan kognitif, dan berisiko menimbulkan komplikasi pada masa kehamilan di kemudian hari, seperti bayi berat lahir rendah (BBLR), prematuritas, dan peningkatan risiko kematian ibu dan janin. Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga pada kualitas sumber daya manusia di masa depan (Kementrian Kesehatan RI, n.d.).

Salah satu faktor yang berperan penting dalam pencegahan anemia adalah tingkat pengetahuan remaja. Pengetahuan yang baik mengenai anemia akan mendorong remaja untuk menerapkan perilaku pencegahan yang tepat, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, rutin mengonsumsi tablet tambah darah, serta menerapkan gaya hidup sehat. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia akibat kurangnya kesadaran dalam melakukan tindakan pencegahan.

Pentingnya pengetahuan dalam pencegahan anemia telah dibuktikan oleh berbagai penelitian. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Yulidasari dkk (2025) di Kalimantan Selatan menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat pengetahuan dan kadar hemoglobin, dimana remaja dengan

pengetahuan rendah memiliki risiko anemia lebih tinggi (Yulidasari et al., 2025). Penelitian Octavia, Maziyah, dan Dari (2025) menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tingkat pengetahuan baik cenderung memiliki kadar hemoglobin normal dibanding dengan yang berpengetahuan rendah (Nabila Putri Octavia et al., 2025). Selain itu, penelitian Nurmalasari dan Arlym (2025) juga menegaskan bahwa pengetahuan yang rendah tentang pentingnya konsumsi tablet Fe masih menjadi salah satu faktor utama ketidak patuhan dalam pencegahan anemia (Nurmalasari & Arlym, 2025).

Berdasarkan pentingnya pengetahuan dalam pencegahan anemia, pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja. Kurangnya pengetahuan mengenai cara pencegahan anemia, seperti pentingnya mengonsumsi makanan bergizi, suplementasi tablet fe, dan penerapan gaya hidup sehat, merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan remaja tetap berisiko anemia. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan anemia (Khaira Maulina Khaira et al., 2025). Namun, metode pendidikan kesehatan konvensional sering kali menghadapi berbagai kendala, seperti rendahnya partisipasi aktif di kalangan remaja, rasa malu dalam bertanya, dan ketidaknyamanan saat berdiskusi dengan orang dewasa. Kondisi ini menunjukkan perlunya metode edukasi yang lebih sesuai dengan karakteristik remaja.

Selain pendidikan kesehatan, karakteristik individu juga dapat memengaruhi tingkat pengetahuan remaja mengenai pencegahan anemia. Salah satu karakteristik yang berperan adalah usia. Semakin bertambah usia remaja, semakin berkembang pula kemampuan kognitif, daya tangkap, dan kemampuan dalam menerima serta mengolah informasi kesehatan. Remaja dengan usia yang lebih matang cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik karena telah memperoleh lebih banyak pengalaman belajar dan paparan informasi dibandingkan remaja yang lebih muda.

Faktor lain yang dapat memengaruhi tingkat pengetahuan adalah pengalaman mendapatkan penyuluhan kesehatan. Penyuluhan merupakan salah satu sumber informasi yang dapat meningkatkan pemahaman individu terhadap suatu masalah kesehatan. Remaja yang pernah mendapatkan penyuluhan mengenai anemia berpeluang memiliki pengetahuan yang lebih baik dibandingkan remaja yang belum pernah memperoleh penyuluhan karena telah mendapatkan informasi, penjelasan, dan penguatan mengenai upaya pencegahan anemia.

Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nanggulan memiliki jumlah remaja putri terbanyak di Kecamatan Nanggulan yang merupakan wilayah dengan prevalensi anemia tertinggi di Kabupaten Kulon Progo, sehingga dianggap representatif untuk menggambarkan kondisi anemia di wilayah tersebut. Meskipun pada tahun-tahun sebelumnya SMK N 1 Nanggulan telah melaksanakan kegiatan penyuluhan dan pendidikan kesehatan mengenai anemia yang disampaikan oleh guru serta bidan puskesmas setempat, angka

prevalensi anemia di wilayah Nanggulan masih tergolong tinggi. Selain itu, dalam satu tahun terakhir kegiatan penyuluhan mengenai anemia belum kembali dilaksanakan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa program edukasi yang telah dilakukan sebelumnya belum mampu membentuk perubahan perilaku yang berkelanjutan dalam hal pengetahuan, kepatuhan konsumsi tablet fe, maupun penerapan gaya hidup sehat dalam upaya pencegahan anemia. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukatif yang lebih inovatif dan relevan dengan karakteristik remaja agar pesan kesehatan dapat diterima dan diimplementasikan secara lebih efektif.

Salah satu pendekatan pendidikan kesehatan yang dinilai sesuai dengan karakteristik remaja adalah *Peer Group Education* atau pendidikan teman sebaya. Pendekatan ini menekankan peran aktif remaja dalam menyampaikan informasi kepada sesama remaja melalui hubungan yang lebih dekat, setara, dan partisipatif. Melalui komunikasi yang berlangsung antar teman sebaya, pesan kesehatan diharapkan lebih mudah diterima, dipahami, dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Efektivitas *Peer Group Education* dalam meningkatkan pengetahuan mengenai anemia telah dibuktikan oleh berbagai penelitian. Penelitian yang dilakukan Iswahyudi (2025) menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap remaja setelah diberikan pendidikan sebaya dibandingkan kelompok kontrol. Penelitian Sari (2022) juga menemukan adanya peningkatan yang bermakna pada nilai rata-rata pengetahuan dan sikap remaja setelah dilakukan intervensi *peer group education*. Selain itu, penelitian

Yurisma dkk. (2024) menunjukkan bahwa edukasi sebaya efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap anemia. (Yurisma et al., 2024). Temuan tersebut diperkuat oleh tinjauan sistematis yang dilakukan Lutfiasari dkk. (2023) yang menyimpulkan bahwa intervensi berbasis kelompok sebaya efektif dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap, memengaruhi niat, serta mengubah perilaku pencegahan anemia pada remaja (Lutfiasari et al., 2023).

Meskipun berbagai penelitian menunjukkan bahwa *Peer Group Education* efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai anemia, penelitian tersebut umumnya dilakukan pada lokasi dan karakteristik responden yang berbeda dengan kondisi penelitian ini. Selain itu, masih sedikit penelitian yang mengkaji efektivitas *Peer Group Education* pada wilayah dengan prevalensi anemia yang tinggi, meskipun program pemberian tablet tambah darah telah dilaksanakan secara optimal. Kondisi ini menunjukkan masih adanya kesenjangan penelitian terkait penerapan *Peer Group Education* pada remaja putri di wilayah dengan beban anemia yang tinggi dan karakteristik masalah yang berbeda.

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas *Peer Group Education* dalam meningkatkan pengetahuan mengenai anemia, penelitian terkait metode ini pada remaja putri di SMK Negeri 1 Nanggulan belum pernah dilakukan. Mengingat bahwa Kecamatan Nanggulan merupakan wilayah dengan prevalensi anemia tertinggi di Kabupaten Kulon Progo dan sekolah tersebut memiliki jumlah remaja putri yang besar serta berisiko

mengalami anemia. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai " Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Pencegahan Anemia Sebelum dan Sesudah Peer Group Education di SMK Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo "

B. Rumusan Masalah

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian serius di Indonesia, terutama di kalangan remaja putri yang memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kondisi tersebut. Penanganan anemia pada remaja putri sangat penting, mengingat mereka merupakan calon ibu di masa mendatang. Anemia yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan berbagai komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan masa pascapersalinan, termasuk peningkatan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah, serta meningkatnya angka kematian ibu dan perinatal. Berdasarkan hal tersebut, peneliti bertujuan untuk mengetahui ” Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Pencegahan Anemia Sebelum dan Sesudah Peer Group Education di SMK Negeri 1 Nanggulan Kulon Progo”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas *Peer Group Education* terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia di SMK 1 Nanggulan

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi karakteristik responden berdasarkan usia dan pengalaman mengikuti penyuluhan.
- b. Untuk mengetahui rata-rata nilai pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia sebelum dilakukan *Peer Group Education*
- c. Untuk mengetahui rata-rata nilai pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia sesudah dilakukan *Peer Group Education*.
- d. Untuk mengetahui nilai perbedaan rata-rata pengetahuan remaja putri terhadap pencegahan anemia sebelum dan sesudah dilakukan *Peer Group Education*
- e. Untuk mengetahui hubungan usia responden dengan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia setelah diberikan *Peer Group Education*.
- f. Untuk mengetahui hubungan pengalaman mengikuti penyuluhan dengan peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia setelah diberikan *Peer Group Education*.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah pengetahuan remaja putri dalam upaya pencegahan anemia. Sasaran pada penelitian ini adalah remaja putri.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bukti empiris terkait metode edukasi pada remaja putri dengan menggunakan metode pendekatan sebaya dalam suasana yang lebih akrab dan partisipatif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi guru dan petugas UKS di SMK 1 Nanggulan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi guru dan petugas UKS di SMK 1 Nanggulan dalam memberikan layanan kesehatan bagi remaja putri, khususnya melalui program pemantauan perilaku yang dievaluasi setiap bulan untuk mencegah anemia.

b. Bagi Remaja Putri

Remaja putri di SMK 1 Nanggulan diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai sumber informasi terkait pencegahan anemia.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan, dan informasi tambahan bagi peneliti masa depan untuk memperkuat temuan penelitian terkait pencegahan anemia pada remaja putri.

F. Keaslian Penelitian

Table 1. Keaslian Penelitian

No	Judul/Peneliti/Tempat penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Efektivitas Pendidikan untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Pencegahan	a. Metode Penelitian: Kuantitatif b. Desain: Quasi-eksperimen dengan desain	Pengetahuan remaja meningkat rata-rata 63,2 menjadi	Intensitas keterpaparan <i>Peer Group Education</i> , desain penelitian	Metode Penelitian, dan variabel independen, teknik pengambilan sampel

	Anemia/ Iswahyudi, A. S. R. (2025)/ Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (SMA Negeri di Yogyakarta)	<i>pre-test-post-test control group design</i> . c.Populasi: Siswi kelas X dan XI (± 120 Siswi) d.Sampel: 60 remaja putri,(30 remaja putri untuk masing-masing kelompok) . Teknik pengambilan sampel purposive sampling	87,6 pada kelompok intervensi. Sikap terhadap kondumsi tablet Fe juga meningkat signifikan ($p < 0.05$)	umur responden, desain penelitian	
2.	Pengaruh Pendidikan Sebaya terhadap Pengetahuan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri/ Handayani, T., dkk. (2022)/ SMA Negeri 2 Semarang, Jawa Tengah	a.Metode Penelitian: Kuantitatif b.Desain: Kuasi-eksperimen, pendekatan <i>one group pre-test post-test</i> . c.Populasi: Siswi kelas X SMA N 2 Semarang (± 150 orang) d.Sampel: 40 Siswi Kelas X. Teknik Pengambilan Sampling: Simple random sampling	Pengetahuan meningkat 28% setelah dilakukan intervensi	Intensitas keterpaparan <i>Peer Group Education</i> , desain penelitian, umur responden, teknik pengambilan sampel.	Metode Penelitian, , dan variabel independen, hanya fokus pada validasi metode, desain penelitian
3.	Efektivitas Peer Group dalam Pencegahan Anemia Remaja di Sekolah Menengah Atas/ Nurhidayah, L. (2021)/ SMA Negeri 1 Banjarmasin	a.Metode Penelitian: Kuantitatif b.Desain: <i>Quasi experiment</i> dengan kelompok kontrol. c.Populasi: Siswi Kelas X-XI SMA N 1 Banjarmasin (± 200 Orang)	Kelompok intervensi mengalami kenaikan pengetahuan sebesar 30 poin	Teknik pengambilan sampel, desain penelitian , variabel dependen, intensitas keterpaparan <i>Peer Group Education</i> .	Metode Penelitian, dan variabel independen.

d.Sampel: 80
siswi (40 siswi
untuk masing-
masing
kelompok).
Teknik
pengambilan
sampel:
Cluster
random
sampling
berdasarkan
kelas.
