

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan suatu keadaan dimana komponen di dalam darah yaitu hemoglobin (Hb) dalam darah jumlahnya kurang dari kadar normal (12 g/dL). Data World Health Organization (WHO) tahun 2021 menunjukkan bahwa tingkat anemia pada wanita usia reproduksi (15-49 tahun) mencapai 29,9% pada tahun 2019. Sementara itu, anemia pada wanita tidak hamil dalam rentang usia yang sama, termasuk remaja, mencapai 29,6% pada tahun 2019. Di Indonesia, fenomena ini juga terlihat, di mana Riset Kesehatan Dasar 2023 menemukan bahwa 26,8% anak usia 5–14 tahun dan 32% remaja usia 15–24 tahun menderita anemia, menunjukkan bahwa anemia adalah masalah kesehatan utama bagi remaja putri (Anisa, A. & Husain, 2025).

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini disebabkan oleh remaja putri yang mengalami menstruasi setiap bulan dan pola hidup yang sangat memperhatikan postur tubuh, membuat remaja putri membatasi konsumsi makanan serta menghindari makanan tertentu, seperti dalam diet vegetarian dan dalam masa pertumbuhan yang memerlukan asupan zat besi lebih banyak (Yunita et al., 2020).

Di Daerah Istimewa Yogyakarta, prevalensi anemia pada remaja putri justru mengalami peningkatan dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi

48,9% pada Riskesdas 2018, dengan proporsi anemia terbesar ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Berdasarkan survey pada tahun 2018 dengan sasaran 1500 remaja putri di 5 Kabupaten dan Kota yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan DIY, menunjukkan bahwa sebanyak 19,3% remaja putri mengalami anemia (Hb di bawah 12 g/dl) (Dinkes DIY, 2023).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja putri di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) tercatat sebesar 23,92%. Kabupaten Kulon Progo memiliki angka prevalensi tertinggi, yaitu 43,67%, sedangkan Kabupaten Gunungkidul menunjukkan prevalensi terendah sebesar 10,15%. Data dari Dinas Kesehatan DIY tahun 2023 juga menunjukkan bahwa Kulon Progo merupakan wilayah dengan kasus anemia remaja putri paling tinggi di DIY. Meskipun cakupan pemberian tablet tambah darah (Fe) pada remaja di Kabupaten Kulon Progo telah mencapai 96,9%, angka kejadian anemia di wilayah tersebut masih menjadi yang tertinggi dibandingkan kabupaten lain di DIY (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Faktor penyebab anemia pada remaja bisa disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak teratur, makan protein dalam jumlah sedikit, tidak menyukai konsumsi sayuran dan pola makan makanan cepat saji dan junk food, situasi ini yang membuat remaja rentan terjadi anemia (Siyami et al., 2023). Selain karena pola makan faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri adalah diantaranya kurangnya pengetahuan dan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Kepatuhan mengonsumsi tablet tambah

darah mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri secara signifikan (Sari & Safriana, 2023).

Anemia dapat menimbulkan berbagai gejala, di antaranya rasa lelah berlebihan, menurunnya kemampuan fisik untuk beraktivitas, serta sesak napas. Dalam masyarakat, gejala anemia sering dikenal dengan istilah 5L, yaitu lesu, lemah, letih, lelah, dan lalai. Istilah ini merujuk pada kondisi tubuh yang tampak lemah dan kurang energi dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Namun, gejala 5L bersifat umum dan tidak spesifik, sehingga bisa juga ditemukan pada kondisi lain, bukan hanya anemia (WHO, 2023). Anemia dapat menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, penundaan pertumbuhan, penurunan kemampuan fisik saat berolahraga, dan penampilan pucat pada wajah. Kondisi ini juga dapat berdampak pada prestasi belajar dan motivasi. Komplikasi potensial dapat muncul dari anemia jika tidak ditangani secara tepat dan berkelanjutan (Aulya et al., 2022).

Anemia pada remaja putri dapat berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan, termasuk perkembangan organ reproduksi, dan dapat berlanjut hingga dewasa jika tidak ditangani, meningkatkan risiko hamil dan melahirkan. Dampaknya pada kehamilan antara lain risiko abortus, kelahiran prematur, serta melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), yang dapat berujung pada stunting (Lailiyana & Hindratni, 2024). Dampak lain anemia yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan berbagai dampak merugikan, seperti meningkatnya risiko infeksi, gangguan fungsi kognitif dan fisik, menurunnya produktivitas kerja, serta berkontribusi

terhadap meningkatnya angka kematian ibu dan anak (Ariana & Alam Fajar, 2024).

Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan suplemen nutrisi yang dirancang khusus untuk menangani kekurangan zat besi dan asam folat. Dalam setiap tablet tambah darah terkandung 60 mg zat besi elemental dan 400 mikrogram asam folat, yang berfungsi penting dalam proses pembentukan hemoglobin serta mencegah terjadinya anemia akibat kekurangan kedua zat gizi tersebut. Sesuai dengan rekomendasi, tablet tambah darah dikonsumsi satu tablet setiap minggu secara rutin, serta diminum setiap hari selama tujuh hari berturut-turut saat sedang mengalami menstruasi (Trisasmitha et al., 2025)

Untuk mengatasi anemia, khususnya pada perempuan, pemerintah Indonesia telah menjalankan program suplementasi makanan yang terdiri dari asam folat (0,25 mg) dan zat besi (60 mg FeSO_4). Pada awal pelaksanaannya, program ini difokuskan bagi ibu hamil, dengan ketentuan pemberian minimal 90 tablet tambah darah (TTD) selama kehamilan. Saat ini, cakupan program tersebut mulai diperluas dengan sasaran kelompok remaja putri usia 12-18 tahun melalui institusi pendidikan (Wulandari et al., 2024).

Berdasarkan data SKI 2023, sebagian besar remaja putri di Yogyakarta tidak mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) karena tiga alasan utama. Pertama, sebanyak 38,7% remaja putri mengaku tidak tahu tentang TTD, menunjukkan bahwa sosialisasi program ini masih kurang. Kedua, sebanyak 29,9% remaja melaporkan tidak pernah diberi TTD oleh petugas kesehatan, yang mengindikasikan masalah dalam distribusi. Ketiga, sebanyak 16,9%

remaja merasa tidak perlu mengonsumsi TTD karena menganggapnya tidak bermanfaat. Sementara itu, alasan lain seperti persediaan TTD yang kosong, rasa tidak enak, efek samping, atau tidak ada uang justru hanya dialami oleh persentase yang sangat kecil (di bawah 2,5%).

Salah satu komponen yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan adalah pengetahuan. Sangat penting bagi remaja putri untuk mengetahui tentang anemia seperti gejala, dampak, dan pencegahannya karena dapat mempengaruhi cara mereka berperilaku dan menjaga pola makan sehari-hari mereka untuk mencegah anemia (Oktalia et al., 2023). Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah berkaitan erat dengan peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri. Pengaruh konsumsi tablet tambah darah terhadap peningkatan kadar hemoglobin menunjukkan bahwa tablet tambah darah efektif dalam mencegah anemia pada remaja putri (Putra, K. A. et al., 2020). Apabila remaja putri patuh dalam mengonsumsi TTD maka, kejadian anemia dapat dicegah (Savitri et al., 2021). Beberapa kendala yang dihadapi remaja putri saat mengonsumsi tablet tersebut adalah sering merasa mual, kurang menyukai aroma dan rasa dari tablet tersebut, serta merasa tidak perlu mengonsumsinya (Destania et al., 2021).

Berdasarkan hasil telaah berbagai penelitian terdahulu, penelitian mengenai anemia pada remaja putri telah banyak dilakukan, namun sebagian besar dilaksanakan pada lokasi dan karakteristik responden yang berbeda. Sementara itu, data mengenai tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo belum

tersedia. Keterbatasan informasi tersebut menyebabkan belum tersedianya data yang dapat digunakan untuk menggambarkan kondisi remaja putri di wilayah tersebut. Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh gambaran tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di Desa Sidoharjo?
2. Bagaimana kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengkaji tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di Desa Sidoharjo.
- b. Diketahui kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini adalah penelitian di bidang Gizi Masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah informasi dan wawasan mengenai anemia dan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan evaluasi dalam pelaksanaan program pencegahan anemia pada remaja putri di Desa Sidoharjo, khususnya program pemberian tablet tambah darah (TTD). Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam penyusunan kegiatan edukasi gizi dan kesehatan yang lebih sesuai dengan kondisi remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Samigaluh I.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi pihak sekolah mengenai tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Sidoharjo. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kegiatan edukasi kesehatan serta mendukung pelaksanaan progra pencegahan anemia di lingkungan sekolah.

c. Bagi Dinas Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi data pendukung dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program pencegahan anemia pada remaja putri, khususnya di Desa Sidoharjo dan wilayah Kabupaten Kulon Progo. Selain itu, hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

F. Keaslian Penelitian

1. Pada penelitian Hasanah, U., Amelia, A.R., & Septiyani tahun 2024, dengan judul “Faktor yang Memengaruhi Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMA Negeri 10 Kota Makassar”, perbedaan dengan penelitian penulis terletak pada tujuan penelitian dan desain analisis. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan analitik multivariat untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab rendahnya kepatuhan konsumsi TTD, sedangkan penelitian penulis menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang hanya memaparkan gambaran umum tingkat pengetahuan dan kepatuhan remaja putri tanpa menganalisis faktor Kebaruan penelitian penulis terletak pada penyediaan data dasar yang spesifik di Desa Sidoharjo, yang belum pernah diteliti sebelumnya.
2. Pada penelitian Dewi, I Gusti Agung Mas Dhiana et al. tahun 2025, dengan judul “Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah”, perbedaan dengan

penelitian penulis terletak pada variabel dan populasi penelitian. Penelitian tersebut meneliti hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, sedangkan penelitian penulis hanya menggambarkan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah tanpa menganalisis hubungan antarvariabel.

3. Pada penelitian oleh Rahmawati, L., & Rahmawati, S. (2022) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMA Negeri 1 Kendari” yang diterbitkan dalam Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya, perbedaan dengan penelitian saya terletak pada desain penelitian. Penelitian tersebut menggunakan desain analitik korelasional untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan, sedangkan penelitian saya menggunakan desain deskriptif yang hanya menggambarkan tingkat pengetahuan dan kepatuhan tanpa menganalisis hubungan antarvariabel.
4. Pada penelitian oleh Nurjanah, A., & Azinar, M. (2024) dengan judul “Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas” yang diterbitkan dalam Jurnal HIGEIA (Universitas Negeri Semarang), perbedaan dengan penelitian saya terletak pada desain dan pendekatan penelitian. Penelitian tersebut menggunakan desain cross sectional dengan analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan

konsumsi tablet tambah darah, sedangkan penelitian penulis menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk memaparkan gambaran tingkat pengetahuan dan kepatuhan tanpa mencari hubungan.

5. Pada penelitian oleh Pratiwi, R., & Lestari, D. (2021) dengan judul “Efektivitas Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMAN 2 Jember” yang diterbitkan dalam Jurnal Pendidikan Kesehatan Indonesia, perbedaan dengan penelitian penulis terletak pada desain penelitian. Penelitian tersebut menggunakan desain quasi experimental (pretest-posttest) untuk mengukur pengaruh edukasi terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, sedangkan penelitian penulis menggunakan kuesioner pengetahuan dan kepatuhan dalam konsumsi tablet tambah darah untuk mengukur tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.