

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan terjadinya berbagai perubahan pada aspek fisik, psikologis, emosional, mental, dan sosial. Pada fase ini, proses pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan cepat sehingga kebutuhan zat gizi, terutama zat besi, meningkat. Zat besi memiliki peran yang sangat penting dalam tubuh karena berfungsi sebagai komponen pembentuk enzim dan hemoglobin pada sel darah merah yang berperan dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Apabila kebutuhan zat besi tidak terpenuhi secara optimal, remaja berisiko mengalami anemia. Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) berada di bawah nilai normal sesuai dengan usia dan jenis kelamin. Secara umum, anemia pada laki-laki ditetapkan apabila kadar hemoglobin kurang dari 13 g/dL, sedangkan pada perempuan apabila kadar hemoglobin kurang dari 12 g/dL (Yuniarti & Zakiah, 2021).

Anemia hingga saat ini masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang banyak ditemukan pada remaja putri. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 19 orang (63,3%). Risiko terjadinya anemia pada remaja putri lebih tinggi dibandingkan remaja putra karena adanya kehilangan darah akibat menstruasi yang terjadi setiap bulan. Remaja putri yang mengalami menstruasi dengan durasi lebih dari lima hari dan volume perdarahan yang banyak

cenderung kehilangan zat besi dalam jumlah lebih besar, sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan remaja putri yang mengalami menstruasi selama sekitar tiga hari dengan volume darah yang lebih sedikit. Selain itu, keinginan untuk mempertahankan bentuk tubuh yang langsing sering mendorong remaja putri melakukan pembatasan asupan makanan melalui diet. Apabila pola diet tersebut tidak memenuhi kebutuhan gizi tubuh, terutama zat besi, maka dapat meningkatkan risiko terjadinya kekurangan zat besi yang berujung pada anemia (Triana, 2023).

Anemia hingga saat ini masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat di tingkat global yang diperkirakan memengaruhi sekitar setengah miliar perempuan usia 15–49 tahun serta 269 juta anak usia 6–59 bulan di seluruh dunia. Berdasarkan data tahun 2019, prevalensi anemia mencapai 30% atau sekitar 539 juta pada perempuan yang tidak hamil dan 37% atau sekitar 32 juta pada perempuan hamil usia 15–49 tahun (WHO, 2023). Selain itu, data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 191 juta remaja putri di dunia mengalami anemia. Di kawasan Asia, Indonesia menempati peringkat ke-8 dari 11 negara dengan jumlah penderita anemia yang diperkirakan mencapai sekitar 7,5 juta orang (WHO, 2024).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja usia 15–24 tahun di Indonesia sebesar 15,5%. Jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, prevalensi anemia pada remaja laki-laki sebesar 14,4%, sedangkan pada remaja perempuan mencapai 18,0% (Kemenkes, 2023). Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), prevalensi anemia pada remaja

putri juga masih cukup tinggi, yaitu sebesar 23,92%. Berdasarkan kabupaten/kota di Provinsi DIY, prevalensi tertinggi terdapat di Kabupaten Kulon Progo sebesar 43,67%, diikuti Kota Yogyakarta sebesar 29,51%, Kabupaten Bantul sebesar 28,30%, Kabupaten Sleman sebesar 17,57%, dan yang terendah berada di Kabupaten Gunung Kidul sebesar 10,15% (Dinkes, 2023). Sementara itu, berdasarkan hasil Skrining Anemia Remaja Putri Tahun 2024, prevalensi anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Panjatan I masih tergolong tinggi. Dari total 496 remaja putri yang menjalani pemeriksaan, sebanyak 296 orang terdiagnosis mengalami anemia, sehingga prevalensi kejadian anemia mencapai 59,68%.

Kepatuhan didefinisikan sebagai perubahan perilaku dari tidak menaati menjadi menaati suatu aturan. Rendahnya kepatuhan merupakan salah satu kendala utama dalam program suplementasi zat besi sebagai upaya pencegahan anemia. Penanggulangan anemia pada remaja putri salah satunya dilakukan melalui program pemberian tablet tambah darah (TTD). Program ini telah dilaksanakan oleh puskesmas dengan pemberian empat tablet per bulan yang dikonsumsi satu tablet setiap minggu (Putri *et al.*, 2017).

Sebagai salah satu strategi pencegahan anemia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat menerbitkan Surat Edaran Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Program tersebut ditujukan kepada remaja putri usia 12–18 tahun melalui institusi pendidikan, serta WUS usia 15–49 tahun melalui

institusi tempat kerja. Pelaksanaan program ini menunjukkan peningkatan cakupan pemberian TTD, yaitu dari 31,3% pada tahun 2021 menjadi 78,9% pada tahun 2023. Namun demikian, tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD masih tergolong rendah. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, proporsi remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah sesuai standar hanya mencapai 1,4% (Adnyana et al., 2020).

Rendahnya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan tentang pentingnya zat besi, sikap negatif terhadap suplemen, serta kekhawatiran akan efek samping seperti mual dan nyeri perut. Selain faktor tersebut, keterlambatan distribusi tablet tambah darah, kurangnya pengawasan, pengaruh teman sebaya, kondisi sosial ekonomi, pola makan dalam keluarga, serta siklus menstruasi yang berlangsung lebih lama atau dengan perdarahan yang lebih banyak juga dapat meningkatkan kebutuhan zat besi dan memengaruhi kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. (Kemenkes, 2023).

Dalam lingkup wilayah kerja Puskesmas Panjatan I, terdapat sekolah dengan jumlah sasaran remaja putri yang cukup besar, yaitu sebanyak 575 siswa (Dinkes, 2023). Kondisi ini menjadikan wilayah Puskesmas Panjatan I sebagai salah satu wilayah yang memerlukan perhatian khusus melalui upaya promotif dan preventif. Dilakukan penelitian pada SMP Negeri 1 Panjatan sebagai lokasi yang strategis untuk pelaksanaan kegiatan atau penelitian terkait pencegahan anemia pada remaja putri dalam rangka mendukung peningkatan derajat kesehatan remaja di Kabupaten Kulon Progo.

Siswa kelas VIII umumnya berada pada rentang usia 13–15 tahun yang termasuk dalam kategori remaja awal, di mana pada fase ini sebagian besar remaja putri telah mengalami menarche (haid pertama). Kondisi tersebut menyebabkan remaja putri memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia akibat kehilangan darah setiap bulan (Kemenkes, 2023). Dengan demikian, pemilihan siswa kelas VIII sebagai responden diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Panjatan.

B. Rumusan Masalah

Anemia hingga saat ini masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh remaja putri, baik di tingkat global, nasional, maupun daerah. Di wilayah kerja Puskesmas Panjatan I, prevalensi anemia pada remaja putri pada tahun 2024 masih tergolong tinggi, yaitu mencapai 59,68%. Berbagai upaya telah dilakukan pemerintah untuk mencegah dan menanggulangi anemia, salah satunya melalui program pemberian tablet tambah darah (TTD). Meskipun cakupan program terus meningkat, keberhasilannya masih dipengaruhi oleh rendahnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran.

Siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Panjatan termasuk dalam kelompok usia remaja yang memiliki risiko mengalami anemia, terutama akibat adanya menstruasi serta faktor lain yang dapat memengaruhi kebutuhan dan kecukupan zat besi. Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam

penelitian ini adalah: “Bagaimana gambaran kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Panjatan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah diketahuinya gambaran kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Panjatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik remaja putri berdasarkan usia di SMP Negeri 1 Panjatan.
- b. Mengetahui karakteristik remaja putri berdasarkan siklus menstruasi di SMP Negeri 1 Panjatan.
- c. Mengetahui gambaran perilaku kepatuhan remaja putri mengenai tablet tambah darah di SMP Negeri 1 Panjatan.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup pelayanan kebidanan pada bidang kesehatan reproduksi remaja, khususnya yang berkaitan dengan upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri. Penelitian ini berfokus untuk menggambarkan tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai salah satu bentuk intervensi program pemerintah dalam mencegah terjadinya anemia serta meningkatkan status kesehatan remaja putri.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan serta menjadi referensi ilmiah di bidang kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan gambaran kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai salah satu upaya pencegahan anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi SMP Negeri 1 Panjatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) secara rutin sebagai salah satu upaya pencegahan anemia. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat mendorong terbentuknya perilaku yang lebih patuh dalam mengonsumsi TTD sesuai dengan anjuran.

b. Bagi SMP Negeri 1 Panjatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dan evaluasi bagi pihak sekolah mengenai tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi. Informasi tersebut dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam meningkatkan pelaksanaan program kesehatan sekolah, khususnya kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

c. Bagi Puskesmas Panjatan I

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi Puskesmas Panjatan I dalam melakukan evaluasi dan pengembangan

program pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri. Informasi mengenai tingkat kepatuhan konsumsi TTD dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam menyusun program promosi kesehatan, penyuluhan, monitoring, serta pendampingan konsumsi TTD di lingkungan sekolah sehingga pelaksanaan program pencegahan anemia dapat berjalan lebih optimal.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar dan referensi untuk penelitian berikutnya yang berkaitan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengembangkan penelitian yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, efektivitas program pemberian tablet tambah darah, maupun intervensi yang dapat meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti, Judul Penelitian, Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1	Parwati, Ni Kadek Ema. Gambaran Tingkat Kepatuhan dan Motivasi Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMP N 6 Denpasar Tahun 2023. (2023)	Deskriptif dengan pendekatan cross-sectional, instrumen MMAS-8 dan kuesioner motivasi	Kepatuhan sebagian besar berada pada kategori rendah, yaitu 62 orang (93,9%), sedangkan motivasi sebagian besar kategori sedang, yaitu 33 orang (50,0%)	Persamaannya dalam meneliti kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri, menggunakan desain deskriptif cross-sectional, dan instrumen MMAS-8. Perbedaan penelitian Parwati menilai dua variabel yaitu kepatuhan dan motivasi pada siswi kelas VII SMP Negeri 6 Denpasar, dengan sampel siswi kelas VII.
2	Tia Anggraeni, Bambang Setiaji, Sugeng Eko Irianto, Endang Budiati. Analisis Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMP dan SMA/ Sederajat. (2025)	Kuantitatif analitik, wawancara (364 responden kelas 7-8 & 10-11)	Hubungan signifikan pengetahuan ($p=0,037$), dukungan orang tua ($p=0,025$), peran petugas kesehatan ($p=0,008$), guru ($p=0,010$) dengan perilaku konsumsi.	Persamaannya dalam mengukur perilaku konsumsi TTD pada remaja putri di sekolah negeri menggunakan wawancara terstruktur dan analisis statistik. Perbedaan dalam instrumen wawancara terstruktur dan <i>chi-square test</i> , teknik pengumpulan data campur SMP/SMA
3	Nurjanah, Azinar. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas. (2023)	Survei analitik <i>cross-sectional</i> , kuesioner (210 responden)	Hanya 25,2% patuh; berpengaruh pengetahuan ($p=0,000$), sikap ($p=0,014$), dukungan orang tua/guru/petugas.	Persamaan dalam fokus perilaku konsumsi TTD di SMP negeri. Perbedaan dalam analitik faktor multivariat, penelitian ini deskriptif HBM tanpa uji hubungan, lokasi berbeda.
4	Nadiya <i>et al.</i> Gambaran Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Mahasiswa di Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI. (2023)	<i>Cross-sectional</i> analitik, kuesioner (119 responden usia 19 th)	Hubungan pengetahuan-konsumsi ($p=0,039$); tidak ada hubungan persepsi ($p=0,429$).	Persamaan dalam analisis perilaku konsumsi TTD remaja putri. Perbedaan dalam populasi mahasiswa perguruan tinggi, penelitian ini fokus SMP negeri & HBM sekolah dasar.