

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan terjadinya kematangan seksual, umumnya dimulai pada usia sekitar 11–12 tahun. Risiko anemia pada remaja putri cenderung lebih besar daripada remaja putra, yang dapat disebabkan oleh kebiasaan diet untuk mempertahankan tubuh ideal dan adanya kehilangan darah setiap siklus menstruasi. Anemia sendiri merupakan kondisi ketika tubuh mengalami kekurangan sel darah merah yang mengandung hemoglobin sehingga kemampuan darah dalam mendistribusikan oksigen ke seluruh jaringan dan organ tubuh menurun. Hemoglobin (Hb) merupakan unsur penting dalam tubuh yang berfungsi membawa oksigen (O^2) ke seluruh jaringan. Apabila kadar hemoglobin rendah, kemampuan darah untuk membawa oksigen akan berkurang sehingga kebutuhan oksigen (O^2) tubuh tidak terpenuhi secara optimal. Oleh karena itu, anemia menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian khusus, terutama pada remaja putri. (Syahrial, 2021).

Masalah anemia pada remaja tidak hanya berpengaruh terhadap fungsi fisiologis tubuh, namun juga mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari mereka seperti penurunan kemampuan bekerja, penurunan kemampuan belajar serta penurunan pencapaian akademik. Remaja yang menderita anemia rentan terhadap kelelahan berkepanjangan,

kesulitan berkonsentrasi, serta masalah suasana hati seperti kecemasan dan depresi, yang dapat meningkatkan kondisi kesehatan mental mereka. Dampak tersebut menggambarkan bahwa anemia tidak hanya menjadi permasalahan kesehatan, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan remaja secara keseluruhan, maka dari itu diperlukan upaya pencegahan yang tepat guna mengatasi permasalahan ini (Melfira, Abdullah dan Arlianti, 2024).

Salah satu upaya pencegahan anemia yang dapat dilakukan yaitu melalui peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia. Pengetahuan dapat diartikan sebagai informasi atau pemahaman yang diperoleh seseorang melalui proses pengamatan dan pengindraan terhadap objek tertentu (Kusnadi, 2021). Pengetahuan yang baik mengenai definisi, penyebab, gejala, serta pencegahan anemia dapat membentuk perilaku hidup sehat. Namun dalam praktiknya, pengetahuan remaja putri mengenai anemia masih terbatas pada tingkat mengetahui (*know*) dan belum diwujudkan dalam perilaku sehari-hari, seperti mengonsumsi makanan yang kaya zat besi serta melakukan aktivitas fisik secara teratur (Astuti dan Kulsum, 2020).

Selain pengetahuan, perilaku pencegahan anemia juga dipengaruhi oleh kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe. Kepatuhan dapat diartikan sebagai sikap dan perilaku individu dalam mengikuti serta menaati aturan, perintah, atau anjuran yang telah ditetapkan (Bahrami, Farzi dan Haghani, 2024). Program suplementasi Tablet Fe yang diberikan

pada remaja putri telah dilaksanakan sejak pada tahun 2014 hingga sekarang. Pelaksanaan program ini didasarkan pada Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 51 Tahun 2016 tentang Standar Produk Suplementasi Gizi. Selain itu, program suplementasi Tablet Fe juga mengacu pada Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS) yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Perilaku konsumsi tablet besi (Fe) secara patuh dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti dukungan dan edukasi dari petugas kesehatan, serta faktor internal yang berasal dari diri individu. Faktor dari petugas kesehatan bahwa tablet besi hanya digunakan sebagai pengobatan, serta kurang optimalnya tindak lanjut kunjungan dan pemantauan konsumsi tablet besi. Sementara itu, faktor individu mencakup rendahnya kesadaran akan manfaat tablet Fe dan memiliki efek samping seperti mual dan muntah, kebiasaan lupa mengonsumsi tablet, serta ketidaknyamanan setelah minum tablet Fe. Rendahnya kepatuhan tersebut dapat menghambat manfaat suplementasi zat besi. Keberhasilan program suplementasi besi sangat dipengaruhi oleh kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe, selain dipengaruhi oleh ketersediaan tablet serta mekanisme pendistribusiannya (Aisyah dan Ngatining, 2023).

Permasalahan rendahnya pengetahuan dan kepatuhan ini berdampak pada masih tingginya angka kejadian anemia. Kejadian anemia merupakan permasalahan kesehatan global yang banyak ditemukan, khususnya di negara berkembang. Menurut World Health Organization

(WHO) persentase anemia pada remaja berada pada angka sekitar 15-40%. WHO menyatakan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang utama, pada tahun 2023 persentase anemia pada angka 30,5%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya global saat ini belum berada pada jalur yang tepat untuk mencapai target penurunan prevalensi anemia sebesar 50% pada tahun 2030 (WHO, 2024). Persentase anemia pada remaja putri secara global sebesar 53,7 %. Berdasarkan data survey kesehatan dasar di Indonesia menunjukkan peningkatan persentase anemia pada remaja putri di Indonesia dari 22,7 % pada tahun 2013 meningkat menjadi 32% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, persentase anemia pada remaja putri menunjukkan tren penurunan, dari sekitar 48,9% pada Riskesdas tahun 2018 menjadi 23,92% pada Riskesdas tahun 2023. Meski demikian, angka tersebut masih tergolong tinggi dan tetap menjadi permasalahan kesehatan masyarakat. Berdasarkan data remaja putri anemia di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2023 yang bersumber dari Seksi Kesehatan Keluarga, Gizi, dan Kesehatan Jiwa (2024), prevalensi anemia tertinggi pada remaja putri terdapat di Kabupaten Kulon Progo sebesar 43,67%, diikuti oleh Kota Yogyakarta sebesar 29,51% dan Kabupaten Bantul sebesar 28,30%. Kabupaten Sleman menempati urutan berikutnya dengan persentase anemia sebesar 17,57%, yang meskipun lebih rendah dibandingkan beberapa wilayah lain, tetap menunjukkan bahwa anemia masih

merupakan masalah kesehatan masyarakat. Sementara itu, persentase anemia terendah terdapat di Kabupaten Gunung Kidul sebesar 10,15%. Data ini menegaskan bahwa anemia remaja putri di Kabupaten Sleman masih memerlukan perhatian dan intervensi berkelanjutan meskipun angkanya relatif lebih rendah dibandingkan kabupaten/kota lain di DIY (Dinkes, 2024). Persentase anemia di Sleman pada tahun 2022 sebesar 12,60% meningkat pada tahun 2023 sebesar 17,57%, kemudian meningkat kembali pada tahun 2024 sebesar 22,86%. Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri masih menjadi permasalahan serius baik secara global maupun nasional, sehingga memerlukan perhatian khusus hingga tingkat daerah. (Regita, Pramesti dan Estri, 2024).

Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, pemerintah Sleman telah mengeluarkan berbagai kebijakan, salah satunya melalui Pemkab Sleman mengeluarkan Surat Edaran Bupati Sleman Nomor 440/00376 tentang Hari Minum Tablet Fe di Sekolah (Wardhani, 2020). Hal ini dikarenakan Kabupaten Sleman merupakan kabupaten dengan cakupan pemberian tablet Fe bagi remaja putri terendah yaitu sebanyak 12.526 dengan jumlah remaja putri sebanyak 44.611 atau 28,08% (Regita, Pramesti dan Estri, 2024). Pemerintah melalui program pemberian Tablet Fe bagi remaja putri bertujuan untuk menurunkan prevalensi anemia pada kelompok tersebut. Keberhasilan pelaksanaan program ini sangat bergantung pada kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe. Kepatuhan tersebut dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang dapat

membentuk sikap dan perilaku individu. Kepatuhan mencakup kemampuan remaja dalam mengikuti anjuran hingga melaksanakan rencana yang telah ditetapkan. (Fitria, Aisyah dan Sibero, 2021).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan mengenai anemia dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan arah hubungan positif. Pengetahuan dan kepatuhan dalam pencegahan anemia saling berkaitan erat karena pengetahuan menjadi landasan dalam membentuk sikap dan perilaku kesehatan. Pengetahuan tentang anemia meliputi pemahaman mengenai definisi, tanda gejala, penyebab, akibat, serta upaya pencegahan dan pengobatan, termasuk pentingnya konsumsi tablet Fe (Fe). Remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang baik umumnya lebih menyadari risiko anemia dan manfaat pencegahannya, sehingga lebih taat dalam menjalankan anjuran konsumsi tablet Fe. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menyebabkan rendahnya kesadaran dan kepatuhan terhadap upaya pencegahan anemia. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan diharapkan dapat mendorong kepatuhan yang lebih konsisten dalam menerapkan perilaku pencegahan anemia (Billa *et al.*, 2025).

Berdasarkan studi pendahuluan dengan pihak SMK Kesehatan Binatama diketahui bahwa sebagian siswi belum memiliki pemahaman yang jelas tentang anemia terkait definisi, tanda, penyebab, akibat, maupun upaya pencegahan dan pengobatan anemia. Selain itu, kepatuhan siswi dalam mengonsumsi tablet Fe juga masih tergolong rendah yang

terlihat dari kebiasaan konsumsi tablet yang belum dilakukan secara teratur sesuai dengan anjuran. Kondisi ini menunjukkan perlunya perhatian khusus melalui penelitian untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan siswi terhadap konsumsi tablet Fe.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, didapatkan hasil remaja putri di MAN 2 Sleman remaja putri yang mengalami anemia sebesar 29,5% (Maydianasari *et al.*, 2024). Sebanyak 71,3% remaja putri mengalami anemia dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 45% dan kepatuhan konsumsi tablet Fe mayoritas tidak patuh sebanyak 76,3% (Suffara *et al.*, 2025). Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti Gambaran Pengetahuan tentang Anemia dan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di SMK Kesehatan Binatama tahun 2026.

B. Rumusan Masalah

Kejadian anemia pada remaja putri hingga saat ini masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat termasuk pada tingkat global, nasional, maupun daerah. Meskipun telah dilakukan berbagai upaya, termasuk program suplementasi Tablet Fe dan kebijakan pendukung seperti Hari Minum tablet Fe di Sekolah, prevalensi anemia remaja putri di Kabupaten Sleman saat ini menunjukkan perubahan naik atau turun secara tidak tetap dan cakupan pemberian serta konsumsi tablet Fe tergolong rendah.

Kondisi ini mengindikasikan adanya permasalahan dalam pelaksanaan program, khususnya terkait kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk menggambarkan tingkat pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe sebagai salah satu upaya mendukung penurunan prevalensi anemia di Kabupaten Sleman. Berdasarkan masalah tersebut, maka pertanyaan penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran tentang Pengetahuan tentang Anemia dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Siswi Kelas XI di SMK Kesehatan Binatama Tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada siswi kelas XI di SMK Kesehatan Binatama Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik siswi berdasarkan: usia, IMT, dan siklus menstruasi kelas XI di SMK Kesehatan Binatama
- b. Diketahui tingkat pengetahuan siswi kelas XI di SMK Kesehatan Binatama tentang anemia
- c. Diketahui kepatuhan siswi kelas XI di SMK Kesehatan Binatama dalam mengonsumsi tablet Fe

- d. Diketahui tabel silang gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia berdasarkan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada siswi kelas XI di SMK Kesehatan Binatama
- e. Diketahui tabel silang tingkat pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan karakteristik responden pada siswi kelas XI di SMK Kesehatan Binatama

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan dalam minum tablet Fe pada remaja putri di SMK Kesehatan Binatama tahun 2026.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan ilmu kesehatan, terutama dalam memberikan gambaran mengenai tingkat pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada siswi kelas XI di SMK Kesehatan Binatama.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi (Remaja)

Diharapkan mampu meningkatkan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe sehingga siswi mampu menerapkan perilaku hidup sehat dan berperan aktif dalam pencegahan anemia.

b. Bagi SMK Kesehatan Binatama

Diharapkan mampu menjadi masukan dan bahan evaluasi bagi pihak sekolah dalam pelaksanaan program kesehatan sekolah, khususnya dalam program pemberian tablet Fe pada siswi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan menjadi data awal dan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam anemia dan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama	Judul Penelitian	Metode dan hasil penelitian	Persamaan dan perbedaan penelitian ini
1.	Inayati Suffara, Abdullah, Rini Palupi, Alifiyanti Muharramah (Suffara <i>et al.</i> , 2025)	Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Anemia Remaja Putri	Desain penelitian: <i>cross sectional</i> Data: Data primer (wawancara dan kuisioner) Subjek: seluruh remaja putri usia 14 - 16 tahun yang ada berjumlah 80 responden. Waktu: November 2024. Tempat: MTs Al Huda Bandungbaru Kecamatan Adiluwih Hasil: Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri berkaitan dengan rendahnya tingkat pengetahuan serta ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe. Dari total 80 responden, sebanyak 71,3% remaja putri mengalami anemia. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang, yaitu sebesar 45%, dan mayoritas tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, yaitu sebesar 76,3%.	Persamaan: Desain penelitian <i>cross sectional</i> , pengumpulan data Perbedaan: Subjek penelitian, waktu penelitian , lokasi penelitian
2.	Lenna Maydianasari, Nonik Ayu Wantini, Jacoba Nugrahaningt yas Wahjuning Utami, Hasnah Hanifah Rinardi (Maydianasari <i>et al.</i> , 2024)	Kejadian Anemia dan Faktor yang Mempengaruhi pada Remaja Putri di MAN 2 Sleman	Desain penelitian : <i>cross sectional</i> Variabel: Variabel bebas penelitian ini yaitu kepatuhan konsumsi TTD, asupan zat gizi, status obesitas dan status gizi, sedangkan variabel terikat penelitian ini yaitu kejadian anemia pada remaja putri. Data : Data primer (wawancara dan pengukuran) Subjek : siswi kelas X MAN 2 Sleman sebanyak 113 siswi Waktu: Agustus 2024 Tempat: MAN 2 Sleman Hasil : Kejadian anemia pada remaja putri di MAN 2 Sleman sebesar 29,5%dan sebagian	Persamaan: Desain penelitian <i>cross sectional</i> , pengumpulan data Perbedaan: Subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian, variabel penelitian

3.	Siti Asiyah, Ngatining (Aisyah dan Ngatining, 2023)	Kepatuhan Minum Tablet Fe dan Kejadian Anemia pada Remaja	besar remaja putri di MAN 2 Sleman patuh konsumsi TTD, memiliki status obesitas maupun status gizi normal. Namun demikian, sebagian besar asupan zat gizi remaja putri di MAN 2 Sleman masih berada pada kategori kurang. Desain penelitian: <i>cross sectional</i> Data: Data primer (kuisisioner) Variabel: Variabel independent kepatuhan minum tablet Fe, variabel dependent anemia pada remaja. Subjek: Sebagian remaja putri X dan XI ber jumlah 73 siswa Waktu: Penelitian di laksanakan mulai bulan Mei-Juni 2022 Tempat: SMK Sunan Giri Desa Mulung. Hasil: Hasil penelitian di SMK Sunan Giri Desa Mulung menunjukkan bahwa dari 54 siswi yang patuh mengonsumsi tablet Fe, sebanyak 6 siswi (26%) mengalami anemia. Sementara itu, dari 19 siswi yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe, sebanyak 17 siswi (74%) menderita anemia. Berdasarkan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri.	Persamaan: Desain penelitian cross sectional, pengumpulan data Perbedaan: subjek penelitian, waktu penelitian, tempat penelitian, variabel penelitian
----	---	---	--	---