

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia diartikan sebagai gangguan pada tubuh di mana jumlah sel darah merah yang dimiliki seseorang berada di bawah batas wajar, jika dibandingkan dengan standar yang berlaku menurut umur maupun jenis kelaminnya. Hal ini menyebabkan fungsi darah untuk mendistribusikan oksigen ke berbagai bagian tubuh menjadi tidak optimal atau terhambat. Ketika kadar sel darah merah berkurang, distribusi oksigen menuju jaringan-jaringan tubuh pun ikut terganggu dan tidak lagi memadai. Situasi semacam ini kerap memunculkan berbagai tanda, di antaranya tubuh yang gampang capek, rasa lesu berkepanjangan, kulit atau wajah yang terlihat kurang segar, sensasi kepala berputar, sampai melemahnya fokus berpikir dan ketahanan fisik seseorang. Selain berdampak pada kondisi fisik, anemia juga berpotensi memengaruhi fungsi kognitif serta produktivitas penderitanya (Fitriany et al., 2018).

Timbulnya anemia pada siswi tidak terlepas dari faktor langsung maupun tidak langsung yang berhubungan dengan status gizi, khususnya rendahnya asupan zat besi dari sumber makanan seperti daging sapi, ikan, telur dan sayuran hijau, serta minimnya konsumsi zat gizi pendukung pembentukan hemoglobin seperti protein, vitamin C dan asam folat, yang disebabkan oleh pola makan yang kurang seimbang. Kondisi tersebut semakin diperburuk oleh kebiasaan melewatkan jam makan dan tingginya konsumsi makanan dengan kandungan gizi yang minim. Kurangnya pengetahuan gizi menyebabkan siswi cenderung memilih makanan yang tidak memenuhi kebutuhan zat gizi harian, sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Status gizi termasuk salah satu unsur penting yang turut memengaruhi kemunculan anemia pada seseorang. Pelajar perempuan yang mengalami masalah gizi kurang cenderung lebih rentan terkena anemia, jika dibandingkan dengan mereka yang kondisi gizinya tergolong normal. Hal tersebut mengindikasikan bahwa ketidakseimbangan antara jumlah asupan dan kebutuhan zat gizi merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap terjadinya anemia pada siswi (Jannah & Anggraeni, 2021). Oleh karena itu, siswi dijadikan sebagai kelompok sasaran

mengingat mereka sedang mengalami masa pertumbuhan yang pesat dan rutin mengalami menstruasi, sehingga memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi dan risiko anemia yang lebih besar dibandingkan kelompok usia lainnya.

Tablet Tambah Darah merupakan bentuk suplementasi gizi mikro yang memadukan unsur zat besi bersama asam folat di dalamnya. Pemberian tablet ini biasa diterapkan sebagai langkah antisipasi sekaligus penanganan terhadap kondisi anemia, terlebih anemia yang muncul akibat rendahnya cadangan zat besi dalam tubuh. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dimaksudkan agar kebutuhan zat besi tubuh terpenuhi secara rutin setiap hari, sebab zat besi menjadi komponen utama dalam proses pembentukan hemoglobin maupun sel darah merah. Ketika kebutuhan ini tercukupi, otomatis daya angkut darah terhadap oksigen ke berbagai jaringan tubuh akan ikut membaik. Pada siswi, Selama masa pertumbuhan, kebutuhan tubuh akan zat besi cenderung meningkat, ditambah lagi dengan zat besi yang terbuang akibat proses menstruasi. Oleh karena itu, mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara teratur menjadi hal yang penting untuk dilakukan, guna memastikan kedua kebutuhan tersebut dapat terpenuhi dengan baik. Pemberian TTD sejak sejak usia siswi menjadi bagian dari upaya kesehatan masyarakat yang bertujuan menurunkan prevalensi anemia Serta membantu meningkatkan kadar hemoglobin secara bertahap melalui konsumsi tablet tambah darah secara teratur sesuai dengan pedoman pelayanan kesehatan yang berlaku (Susanti et al., 2021).

Program pembagian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada para pelajar perempuan menjadi salah satu agenda utama yang tercantum dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019, dengan tujuan memperbaiki taraf kesehatan sekaligus kondisi gizi mereka. Mengacu pada Surat Edaran Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/0595/2016, penyaluran TTD ditujukan bagi pelajar putri usia 12 hingga 18 tahun, dilaksanakan lewat program UKS/M di jenjang SMP maupun SMA atau yang setara, dengan aturan minum satu tablet per minggu yang dilakukan secara bersamaan. Program ini bertujuan untuk menurunkan kejadian anemia pada siwi, meningkatkan status gizi, memperbaiki cadangan zat besi dalam tubuh, serta mencegah terjadinya stunting pada masa kehamilan dan generasi berikutnya.

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang terjadi secara global dan mencerminkan rendahnya status gizi serta kondisi kesehatan masyarakat di berbagai negara, menurut *World Health Organization* (WHO, 2025). Berdasarkan data estimasi global, anemia masih tergolong sebagai beban kesehatan yang tinggi, khususnya pada kelompok perempuan usia reproduktif dan anak-anak di berbagai belahan dunia. Di tingkat dunia, telah disepakati sasaran untuk memangkas angka kejadian anemia pada perempuan usia subur hingga separuhnya, atau sebesar 50%, yang ditargetkan tercapai pada tahun 2025 (Rahman & Fajar, 2024).

Menurut undang-undang No.17 Tahun 2023 tentang kesehatan, Menurut undang-undang No.17 Tahun 2023 tentang kesehatan, kesehatan tidak hanya dimaknai sebagai kondisi bebas dari penyakit, melainkan juga mencakup keadaan optimal dari aspek fisik, mental, dan sosial. Kondisi kesehatan yang baik menjadi prasyarat penting bagi setiap individu untuk dapat menjalankan aktivitas secara produktif. Oleh karena itu, upaya peningkatan kesehatan menjadi tanggung jawab bersama. Upaya kesehatan mencakup berbagai kegiatan yang dilaksanakan secara sistematis dan berkelanjutan guna memelihara serta meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Kegiatan tersebut meliputi upaya promotif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan, preventif untuk mencegah terjadinya penyakit, kuratif dalam penanganan penyakit, rehabilitatif untuk memulihkan kondisi kesehatan, serta paliatif yang berfokus pada pengurangan penderitaan pasien. Berbagai langkah tersebut dijalankan oleh Pemerintah Pusat bersama Pemerintah Daerah, dengan turut menggandeng peran serta masyarakat secara aktif di dalamnya.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah hubungan pengetahuan anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi di SMA Swasta Al-Amjad Medan?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi di SMA Swasta Al-Amjad Medan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya pemahaman tentang anemia dan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada siswi, serta menjadi sumber edukasi bagi masyarakat, khususnya siswi, terkait pentingnya pengetahuan tentang anemia.