BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh pertumbuhan fisik, perubahan hormonal, serta berbagai perubahan fisiologis. Pada tahap ini, kebutuhan zat gizi cenderung meningkat sejalan dengan terjadinya percepatan pertumbuhan atau *growth spurt***.** Zat besi merupakan salah satu zat gizi yang kebutuhan tubuhnya meningkat selama masa remaja. Kebutuhan zat besi pada remaja putri umumnya lebih tinggi dibandingkan dengan remaja putra karena menstruasi yang berlangsung setiap bulan dapat menyebabkan kehilangan darah secara berkala (Friska dan Hesteria, 2020). Asupan zat besi yang tidak mencukupi dapat mengurangi cadangan zat besi dalam tubuh dan selanjutnya meningkatkan risiko terjadinya anemia.

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah batas normal yang ditetapkan berdasarkan usia dan jenis kelamin. Pada remaja putri, kondisi anemia ditandai dengan kadar hemoglobin kurang dari 12 g/dL (Helmiyati, Cahya, Putri, & sundjaya, 2023).

Hemoglobin merupakan protein yang terdapat dalam sel darah merah dan berfungsi mengikat serta mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Penurunan kadar hemoglobin dapat menyebabkan distribusi oksigen ke jaringan tubuh tidak berlangsung secara optimal. Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai gejala, antara lain kelelahan, pusing, pucat, penurunan konsentrasi, serta penurunan daya tahan tubuh (Friska dan Hesteria, 2020). Selain itu, anemia pada usia sekolah dapat memberikan dampak terhadap kemampuan belajar, keterlibatan dalam berbagai aktivitas, serta produktivitas remaja secara keseluruhan

Di Indonesia, anemia pada kelompok usia remaja masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang memerlukan perhatian. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia pada kelompok usia 5–14 tahun sebesar 26,8%, sedangkan pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai 32% (buku saku pencegahan anemia kemenkes, 2023). Sementara itu, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada kelompok usia tersebut berada pada kisaran 15–18% (Aulia *et al.*, 2025). Meskipun prevalensi anemia menunjukkan tren penurunan dibandingkan dengan tahun 2018, angka tersebut masih termasuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat berdasarkan klasifikasi WHO. Kondisi ini menunjukkan bahwa

anemia pada remaja tetap menjadi permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Hal tersebut penting untuk diperhatikan karena anemia dapat memengaruhi kondisi kesehatan, kemampuan belajar, dan produktivitas remaja. Oleh karena itu, pencegahan anemia perlu dilakukan secara konsisten, terutama melalui pendekatan preventif di lingkungan sekolah.

Selain asupan zat gizi, tingkat pengetahuan mengenai anemia dan upaya pencegahannya merupakan salah satu faktor yang dapat berperan terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Pengetahuan menjadi aspek penting dalam pembentukan perilaku kesehatan individu. Remaja putri yang memiliki pemahaman yang baik mengenai anemia serta pentingnya tindakan pencegahan cenderung menunjukkan perilaku kesehatan yang lebih baik, termasuk kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menyebabkan rendahnya kesadaran remaja putri dalam menerapkan upaya pencegahan anemia (Sholehah, Suwarni dan Aryani, 2025).

Berbagai hasil penelitian mengindikasikan bahwa pemahaman remaja putri mengenai anemia dan penggunaan Tablet Tambah Darah masih berada pada kategori rendah. Penelitian Awalia *et al.*, (2023) ddi SMP Kota Banda Aceh melaporkan bahwa lebih dari 63,0% remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai tablet tambah darah. Penelitian Awalia *et al.*, (2023) di SMPN 8 Banjarmasin menunjukkan bahwa sekitar 59,4% remaja memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait Tablet Tambah Darah. Selain itu, penelitian menemukan bahwa sebagian besar responden belum memahami secara baik manfaat konsumsi TTD

Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) masih tergolong rendah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayu *et al.*,(2020) di SMP Dwijendra Denpasar menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri belum memiliki tingkat kepatuhan yang baik dalam mengonsumsi TTD. Hanya 39% remaja putri yang memiliki tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi TTD, sedangkan 61% lainnya termasuk dalam kategori kepatuhan rendah. Penelitian Ardila, (2024) yang dilakukan di SMP Baiturrahim Jambi menunjukkan bahwa sebanyak 57,9% remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi TTD. Rendahnya tingkat pengetahuan dan kepatuhan tersebut dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian anemia pada remaja putri.

Dalam rangka mencegah dan menanggulangi anemia pada remaja putri, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menerapkan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) melalui lingkungan sekolah. Sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia

Nomor 88 Tahun 2014, onsumsi TTD bagi remaja putri dianjurkan sebanyak satu tablet setiap minggu secara rutin sepanjang tahun dan satu tablet setiap hari selama masa menstruasi (Simatupang dan Widiyarti, 2024). Setiap tablet TTD mengandung 60 mg zat besi dan 0,4 mg asam folat yang berperan dalam mendukung pembentukan hemoglobin serta membantu mencegah terjadinya anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir mengalami peningkatan, meskipun pelaksanaannya masih menunjukkan perbedaan antardaerah (Profil Kesehatan Indonesia, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa distribusi tablet sudah berjalan, namun capaian administratif belum tentu mencerminkan keteraturan konsumsi di tingkat individu.

Meskipun program pemberian TTD telah dilaksanakan secara nasional, prevalensi anemia pada remaja masih ditemukan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pemberian tablet saja belum tentu menjamin keberhasilan program apabila tidak diikuti dengan konsumsi yang teratur.

Kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) menjadi salah satu indikator yang penting dalam menentukan keberhasilan pencegahan anemia. Kepatuhan tersebut menggambarkan konsistensi remaja putri dalam mengonsumsi TTD sesuai dengan anjuran. Tingkat kepatuhan yang rendah dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain keterbatasan pemahaman mengenai manfaat TTD, persepsi yang kurang tepat terhadap efek samping, kurangnya pengawasan, serta rendahnya motivasi dari dalam diri untuk mengonsumsi TTD secara rutin. Apabila kepatuhan rendah, maka tujuan program dalam menurunkan prevalensi anemia sulit tercapai meskipun distribusi tablet telah dilakukan secara rutin.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada siswi kelas VII dan VIII di SMP YPTM Karya Serdang Lubuk Pakam, diketahui bahwa sekolah tersebut telah memperoleh program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri sebagai salah satu upaya pencegahan anemia. Survei pendahuluan dilakukan melalui pemeriksaan kadar hemoglobin terhadap 36 siswi. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 7 siswi memiliki kadar hemoglobin <12 g/dL, berdasarkan hasil tersebebut menunjukan prevalensi anemia sebesar 19,44%. Berdasarkan klasifikasi WHO, angka tersebut termasuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat ringan dan mendekati kategori sedang (Pedoman Penatalaksanaan Pemberian TTD, 2013). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kasus anemia masih ditemukan pada remaja putri di sekolah tersebut, meskipun program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) telah dilaksanakan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 30 remaja putri di SMP YPTM Karya Serdang Lubuk Pakam, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang mengenai anemia dan Tablet Tambah Darah yaitu sebanyak 90%, sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 10% dan tidak terdapat responden dengan tingkat pengetahuan baik. Selain itu, berdasarkan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah diperoleh bahwa 76,7% remaja putri termasuk kategori tidak patuh, 23,3% kurang patuh, dan tidak terdapat responden yang patuh dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah masih rendah.

Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai "Gambaran Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMP YPTM Karya Serdang Lubuk Pakam".

A. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri di SMP YPTM Karya Serdang Lubuk Pakam?

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui gambaran pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri di SMP YPTM Karya Serdang Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

a) Menilai tingkat pengetahuan remaja tentang anemia dan Tablet Tambah Darah.

b) Menilai tingkat kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Sebagai bahan evaluasi dalam pelaksanaan program pemberian Tablet Tambah Darah di lingkungan sekolah.

2. Bagi Puskesmas

Sebagai dasar dalam merancang strategi edukasi dan pemantauan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri.