

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah gizi. Hal ini disebabkan karena masa remaja adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan dan perkembangan yang pesat pada berbagai aspek, terutama fisik dan biologis. Pada masa pertumbuhan ini, remaja membutuhkan asupan zat gizi yang memadai, salah satunya adalah zat besi. Kebutuhan zat besi pada remaja laki-laki dan perempuan meningkat seiring dengan pertumbuhan yang cepat, peningkatan masa otot, serta bertambahnya volume darah. Selain itu, remaja perempuan memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi akibat kehilangan darah yang terjadi selama menstruasi. Kurangnya asupan zat besi dapat menyebabkan masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja yaitu anemia. Remaja perempuan memiliki resiko lebih tinggi mengalami anemia karena pematangan organ reproduksi, perubahan bentuk tubuh, dan transformasi kognitif yang menuntut kebutuhan zat besi yang tinggi. (Marliyati et al., 2023)

Anemia gizi besi adalah salah satu kondisi medis dengan jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada laki-laki dan Perempuan. Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin berada di bawah batas normal. Pada laki-laki, anemia ditandai dengan kadar hemoglobin kurang dari 13,5

gram/100ml, sedangkan pada perempuan anemia terjadi jika kadar hemoglobinnya kurang dari 12,0 gram/100 ml. Zat besi adalah bagian dari struktur hemoglobin, unsur kimia yang membawa oksigen ke semua sel di dalam tubuh melalui darah. Oksigen diperlukan oleh darah untuk menghasilkan energi. Banyak balita dan remaja tidak mendapatkan cukup zat besi dari makanan dan anemia defisiensi besi cukup umum terjadi pada kelompok tersebut. Hal ini menyebabkan kelelahan, keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan, serta meningkatkan penyakit karena zat besi juga merupakan bagian dari sistem kekebalan tubuh (Arrahiyim, 2024)

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam *worldwide Prevalence Anemia* menunjukkan bahwa total populasi dunia yang mengalami anemia mencapai 1,62 miliar orang dengan prevalensi di kalangan anak sekolah sebesar 25,4%. Hal ini menunjukkan bahwa 305 juta anak sekolah di seluruh dunia menderita anemia. (Lusida et al., 2025). Angka kejadian anemia di Indonesia sendiri hingga saat ini masih tergolong tinggi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja mencapai 32%, yang menunjukkan bahwa sekitar tiga hingga empat dari sepuluh remaja di Indonesia mengalami anemia (Widyawati, 2021). Pada pria, prevalensi anemia adalah sebesar 20,3% prevalensi tersebut lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi anemia pada perempuan yaitu 27,2%. (Nuryanti et al., 2024). Di Provinsi Jawa Barat, prevalensi anemia pada remaja putri menunjukkan fluktuasi dari tahun ke tahun. Pada tahun 2018, prevalensi anemia tercatat sebesar 41,5%,

kemudian meningkat menjadi 42,3% pada tahun 2019. Selanjutnya, pada tahun 2020 terjadi sedikit penurunan dengan prevalensi sebesar 40,6%. Hingga tahun 2022, anemia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan, dengan sekitar 1,7 juta remaja atau sekitar 40% remaja di Jawa Barat dilaporkan mengalami anemia. (Nurhayani et al., 2025). Data dari Dinas Kesehatan Kota Cirebon menyatakan bahwa diantara seluruh remaja putri di Kota Cirebon terdapat 36,6% atau sebanyak 2.380 remaja putri menderita anemia, yang seumpama di hitung secara kasar maka diantara 10 remaja putri terdapat 3 hingga 4 remaja putri yang mengalami anemia (Syafrudin, 2024).

Salah satu upaya pemerintah dalam menanggulangi anemia pada remaja putri Adalah melalui pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) yang dilaksanakan dalam Program Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB), sesuai dengan rekomendasi *World Health Organization* (WHO). Berdasarkan pedoman Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 serta surat edaran Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat nomor HK.03.03/V/0595/2016, pemberian TTD ditujukan kepada remaja putri usia 12-18 tahun yang berada di lingkungan sekolah. Pelaksanaan program ini menggunakan pendekatan *blanket approach*, yaitu seluruh remaja putri diwajibkan mengonsumsi TTD tanpa melalui proses skrining status anemia terlebih dahulu. Program tersebut bertujuan untuk menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri serta meningkatkan status kesehatan dan kualitas sumber daya manusia. (Resfita & Rany, 2025).

Tablet Tambah Darah (TTD) Adalah suplemen gizi yang diformulasikan khusus untuk mengatasi kekurangan zat besi dan asam folat. Setiap tablet TTD mengandung 60 mg zat besi elemental dan 400 mcg asam folat, yang berperan penting dalam mendukung pembentukan hemoglobin serta mencegah anemia akibat defisiensi zat gizi tersebut. Berdasarkan anjuran, TTD dikonsumsi satu kali setiap minggu dan setiap hari selama tujuh hari saat menstruasi.(Kemenkes RI, 2020). Riskesdas 2018 mencatat bahwa cakupan penerimaan TTD pada remaja putri mencapai 76,2%, dengan 80,9% diantaranya diperoleh di sekolah. Namun, dari total tersebut, hanya 1,4% remaja putri yang mengonsumsi TTD sebanyak ≥ 52 tablet per tahun, sementara 98,6% lainnya mengonsumsi kurang dari 52 tablet. Kondisi ini mencerminkan rendahnya Tingkat kesadaran di kalangan remaja putri terhadap pentingnya konsumsi TTD sebagai Langkah pencegahan anemia (Trisasmita et al., 2025).

Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah masih rendah, disebabkan oleh beberapa factor seperti kurang mengertinya cara mengonsumsi tablet tambah darah, adanya rasa mual setelah mengonsumsi tablet tambah darah, dan malas dalam mengonsumsi tablet tambah darah. (Fariktahma et al., 2022)

Menurut (Fariktahma et al., 2022) pengetahuan memiliki hubungan yang erat sekali dengan sikap, artinya semakin tinggi pengetahuan seseorang mengenai obyek maka akan menentukan bagaimana sikap mereka terhadap obyek tersebut. Semakin tinggi pengetahuan seseorang

terhadap suatu obyek diharapkan akan menghasilkan sikap yang tepat (positif) pada obyek tersebut. Rendahnya Tingkat pengetahuan yang dimiliki remaja terhadap anemia berpengaruh pada kurangnya perhatian remaja dalam pemilihan makanan dan pola konsumsi serta pencegahan masalah Kesehatan terutama mengenai anemia. Hal tersebut pada akhirnya akan meningkatkan risiko terjadinya anemia pada remaja.

Tinjauan terhadap beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa, sebagian besar penelitian lebih banyak meneliti hubungan konsumsi atau kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian tersebut lebih berfokus pada dampak konsumsi tablet Fe terhadap kondisi anemia. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah masih terbatas. Selain itu, sebagian besar penelitian dilakukan pada tingkat SMA atau SMK, sedangkan penelitian pada remaja putri tingkat SMP, khususnya di SMP Negeri 9 Kota Cirebon, masih jarang dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi SMP Negeri 9 Kota Cirebon.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 9 Kota Cirebon pada terhadap 20 remaja putri, diperoleh gambaran mengenai pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Pengumpulan data dilakukan menggunakan

kuesioner terkait pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi TTD. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa dari 20 responden, 8 responden (40%) memiliki pengetahuan baik, sedangkan 12 responden (60%) memiliki pengetahuan kurang mengenai anemia dan manfaat konsumsi TTD. Selain itu, dari segi kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah, 7 responden (35%) patuh mengonsumsi TTD, sedangkan 13 responden (65%) tidak patuh. Hasil tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat remaja putri yang memiliki pengetahuan rendah serta belum patuh dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri.

Dari permasalahan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 9 Kota Cirebon tahun 2026.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 9 Kota Cirebon tahun 2026?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 9 Kota Cirebon tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMP Negeri 9 Kota Cirebon tahun 2026.
- b. Mengetahui tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 9 Kota Cirebon tahun 2026.
- c. Menganalisis hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 9 Kota Cirebon tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai sumber informasi ilmiah dan pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan terkait hubungan antara pengetahuan anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau bahan kajian bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti topik serupa.

2. Manfaat Praktis

- a.** Bagi siswi: sebagai sumber informasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).
- b.** Bagi sekolah (SMPN 9 Kota Cirebon): sebagai bahan masukan dalam upaya meningkatkan program kesehatan, khususnya pencegahan anemia pada remaja putri.
- c.** Bagi tenaga kesehatan: sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi dan intervensi terkait pentingnya konsumsi TTD pada remaja putri.