

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai oleh berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada masa ini, kebutuhan zat gizi meningkat secara signifikan, termasuk zat besi yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan anemia, yang ditandai dengan kadar hemoglobin di bawah normal. Kondisi ini banyak dialami oleh remaja putri karena adanya kehilangan darah setiap bulan akibat menstruasi, serta pola makan yang tidak seimbang (Sari, 2025).

Anemia adalah suatu kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah nilai normal sehingga kemampuan darah untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh menjadi berkurang. Hemoglobin merupakan komponen utama sel darah merah yang berfungsi mengikat dan mengangkut oksigen. Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia, terutama pada kelompok remaja putri yang mengalami kehilangan darah secara rutin akibat menstruasi dan memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi. Anemia pada remaja dapat menyebabkan berbagai dampak negatif seperti menurunnya daya konsentrasi belajar, mudah lelah, pucat, penurunan imunitas, hingga gangguan tumbuh kembang. Oleh karena itu, anemia pada remaja putri menjadi masalah kesehatan masyarakat yang penting untuk diperhatikan dan dicegah sejak dini melalui edukasi gizi serta pemberian suplemen tablet tambah darah secara teratur (Muchtar *et al.*, 2025).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pangandaran tahun ajaran 2024–2025, diketahui bahwa dari total 676 remaja putri yang diperiksa di SMAN 1 Parigi, sebanyak 105 siswi atau sekitar 15% teridentifikasi mengalami anemia. Dari jumlah tersebut, 57 siswi mengalami anemia ringan, 46 siswi mengalami anemia sedang, dan 2 siswi mengalami anemia berat. Angka ini menunjukkan bahwa kasus anemia pada remaja putri di SMAN 1 Parigi masih cukup tinggi dan memerlukan perhatian serius. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa sebagian remaja putri masih memiliki risiko kekurangan zat besi yang dapat berdampak pada kesehatan dan prestasi belajar. Oleh karena itu, perlu adanya peningkatan edukasi dan pemahaman tentang pentingnya pencegahan anemia melalui konsumsi makanan bergizi seimbang serta kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen tablet tambah darah (TTD).

Suplemen tablet tambah darah (TTD) adalah suplemen yang mengandung zat besi dan asam folat yang berfungsi untuk mencegah serta mengatasi anemia akibat kekurangan zat besi. Zat besi berperan penting dalam pembentukan hemoglobin yang membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh, sedangkan asam folat berfungsi dalam pembentukan sel darah merah baru dan regenerasi jaringan. Berdasarkan anjuran Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, dosis pemberian Tablet Tambah Darah untuk remaja putri adalah satu tablet per minggu sepanjang tahun yang mengandung 60 mg

zat besi elemental (dalam bentuk ferosulfat) dan 0,4 mg asam folat. Suplemen ini sebaiknya diminum setelah makan untuk mengurangi efek samping seperti mual atau nyeri lambung, dan dikonsumsi secara teratur agar kadar hemoglobin dapat meningkat secara optimal. Program pemberian Tablet Tambah Darah merupakan bagian dari upaya pemerintah dalam menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri, serta meningkatkan kesehatan, konsentrasi belajar, dan produktivitas mereka di usia sekolah (Diwala, 2024).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka permasalahan yang diangkat yaitu Bagaimana Gambaran Tingkat Pengetahuan Anemia dan Terapi mengenai suplemen tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Parigi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan Anemia dan Terapi mengenai suplemen Tablet Tambah Darah pada remaja putri di SMAN 1 Parigi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk Mengetahui Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri di SMAN 1 Parigi mengenai Anemia
- b. Untuk Mengetahui Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri di SMAN 1 Parigi mengenai suplemen Tablet Tambah Darah

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini berfokus pada bidang kefarmasian dengan ruang lingkup Farmasi Klinik dan Komunitas dengan dibatasi beberapa kelas pada siswi, yaitu kelas X dan XI di SMAN 1 Parigi, dengan fokus pada aspek pengetahuan anemia dan terapi tentang penggunaan tablet tambah darah, dilakukan selama bulan penelitian di 2026.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi tentang bagaimana pengetahuan remaja terhadap tablet tambah darah, khususnya untuk mencegah anemia.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini bisa menjadi masukan bagi pihak puskesmas untuk memberikan penyuluhan atau edukasi tentang pentingnya minum tablet tambah darah secara rutin.

b. Bagi Dinas Kesehatan

Dinas Kesehatan bisa menggunakan hasil penelitian ini untuk melihat apakah program pemberian tablet tambah darah di sekolah sudah berjalan baik atau perlu ditingkatkan lagi.

c. Bagi SMAN 1 Parigi

Untuk mendukung UKS dalam menjalankan promosi kesehatan remaja berbasis bukti, memenuhi target pemerintah dalam

penanggulangan anemia, dan memperkuat koordinasi dengan orang tua dan tenaga kesehatan untuk meningkatkan kualitas layanan kesehatan di sekolah.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
I Gusti Agung Ari Kusuma Yana dkk. (2023)	Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terkait Anemia dan Tablet Tambah Darah di Wilayah Denpasar	Sama-sama meneliti <i>tingkat pengetahuan remaja putri</i> terhadap anemia dan penggunaan tablet tambah darah (TTD).	1. Lokasi Penelitian 2. Waktu Penelitian
Zahroh Mutmainah dkk. (2024)	Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Anemia, Pola Menstruasi, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri SMA	Sama-sama meneliti remaja putri SMA.	1. Lokasi Penelitian 2. Waktu Penelitian
Tri Lestari <i>et al.</i> , 2025	Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dengan Kepatuhan Konsumsi TTD di SMAN 1 Krembung	Sama-sama meneliti pengetahuan remaja putri SMA tentang TTD	1. Lokasi: SMAN 1 Parigi, Pangandaran 2. Desain: Deskriptif kuantitatif cross-sectional tanpa hubungan 3. Sampel: 84 siswi kelas X-XI