

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2025), anemia adalah kondisi di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin sendiri merupakan protein yang mengandung zat besi di dalam sel darah merah (eritrosit) yang berfungsi untuk mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh (Kurniasih Dedeh *et al.*, 2023). Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin. Kadar hemoglobin normal pada laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan. Kadar Hb untuk pria anemia yaitu kurang dari 13,5 g/dl, sedangkan kadar Hb pada wanita kurang dari 12 g/dl (Astuti, 2023).

Secara global, anemia masih menjadi masalah serius yang berdampak pada berbagai kelompok usia. *World Health Organization* (2025) memperkirakan bahwa 40% anak usia 6 - 59 bulan, 37% ibu hamil, dan 30% perempuan usia 15 - 49 tahun mengalami anemia. Kondisi ini lebih banyak menyerang kelompok perempuan, khususnya remaja putri, wanita usia subur, dan ibu hamil, karena kebutuhan zat besi yang meningkat. Anemia yang terjadi pada remaja putri yang sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan tidak hanya menyebabkan kelelahan dan penurunan

produktivitas, tetapi juga berdampak pada fungsi kognitif dan prestasi belajar (Nurul Arifin, Handayani and Handayani, 2024).

Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri masih tergolong tinggi. Data yang dirilis oleh Riset Kesehatan Dasar 2018 untuk kelompok usia 15-24 tahun, menyebutkan prevalensi anemia mencapai 32%, di mana prevalensi anemia remaja putri sebesar 27,2%, sementara remaja pria sebesar 20,3% (Riskesdas, 2018). Sementara berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023), prevalensi anemia remaja dengan rentang usia 15-24 tahun adalah sebesar 15,5%, di mana prevalensi anemia remaja putri sebesar 18%, sementara remaja pria sebesar 14,4%. Meskipun mengalami penurunan dibandingkan lima tahun lalu, namun angka kejadian anemia pada remaja putri masih tergolong tinggi, karena melebihi ambang 10% yang ditetapkan WHO sebagai kategori masalah kesehatan masyarakat (Anwar, Tajmiati and Rismawati, 2024).

Remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra karena pada remaja putri usia 14-18 tahun kebutuhan zat besi meningkat akibat pertumbuhan cepat dan kehilangan darah selama masa menstruasi. Penyebab utama anemia pada remaja putri adalah defisiensi zat besi yang bersumber dari asupan makanan yang tidak mencukupi asupan gizi harian, disertai dengan kebiasaan makan yang kurang sehat. Selain itu juga, anemia dapat disebabkan oleh kelainan darah bawaan seperti talasemia atau kelainan hemoglobin lainnya (Wahyuningsih and Uswatun, 2019).

Salah satu faktor penyebab terjadinya anemia adalah tingkat pengetahuan remaja tersebut mengenai anemia seperti tanda-tanda anemia, gejala awal anemia, dampak anemia dan faktor penyebab anemia (Soekardy, 2023). Faktor perilaku dan gaya hidup turut memperburuk resiko anemia pada remaja. Minimnya pengetahuan tentang gizi dan anemia, kebiasaan makan tidak teratur, serta pengaruh teman sebaya dan tren makanan cepat saji yang menjadi penyebab eksternal yang memperkuat terjadinya defisiensi zat besi. Fenomena "*fear of missing out*" (FOMO) juga mendorong remaja memilih makanan tanpa memperhatikan gizinya. Selain itu, kebebasan membeli dan menyiapkan makanan, didukung minimnya pengawasan orang tua, meningkatkan risiko penyakit termasuk anemia (Winurini, 2025).

Sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri, pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaksanakan program pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri dan wanita usia subur. Program ini mengacu pada Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur, surat edaran tersebut hingga saat ini masih digunakan sebagai dasar pelaksanaan program serta diperkuat melalui pedoman teknis dan kebijakan kesehatan terbaru, termasuk Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2025 tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Reproduksi. Program ini menargetkan remaja putri usia 12–18 tahun untuk mengonsumsi satu tablet tambah darah setiap minggu sepanjang tahun. Pendistribusian tablet tambah darah dilakukan melalui institusi

pendidikan, khususnya melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), dengan penetapan jadwal rutin konsumsi tablet tambah darah setiap minggunya. Pemberian tablet tambah darah dengan komposisi zat besi setara 60 mg besi elemental dan 400 µg asam folat. Tablet tambah darah merupakan suplemen yang diberikan secara gratis melalui Puskesmas dan sekolah serta dapat diperoleh secara mandiri dari apotek terdekat. Pemberian tablet tambah darah bisa dikatakan berhasil jika dosis yang dikonsumsi adalah 1 tablet setiap minggu selama durasi 52 minggu (Helmyati *et al.*, 2023). Meskipun program tersebut sudah berjalan, namun tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah masih rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Adnyana, Armini and Suarniti (2020), hasil analisis data menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMP Dwijendra Denpasar, yakni sebanyak 38 orang (61%), memiliki tingkat kepatuhan yang rendah dalam mengonsumsi tablet tambah darah, sementara hanya 4 orang (7%) yang menunjukkan kepatuhan tinggi dalam konsumsi tersebut. Dan dalam penelitian yang dilakukan oleh Sawitri *et al.* (2025) menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Dukuh itu mayoritasnya tidak patuh, yaitu sebanyak 43 responden (58,9%) dari total responden 3 remaja putri. Sedangkan 30 responden (41,1%) lainnya memiliki sikap patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Masalah kepatuhan menjadi kendala utama dalam penambahan zat besi harian, salah satu alternatif untuk meningkatkan kepatuhan adalah dengan

mengonsumsi tablet tambah darah seminggu sekali. Langkah ini bertujuan agar remaja putri tetap patuh dan tidak malas untuk mengonsumsi tablet tambah darah, serta melibatkan upaya penyuluhan mengenai tablet tambah darah dan masalah tentang anemia (Suaib, Rowa and Adwiah, 2024). Salah satu tolak ukur keberhasilan program pencegahan anemia pada remaja putri adalah kepatuhannya mereka untuk mengonsumsi suplemen tablet tambah darah dengan benar. Jika remaja putri tersebut tidak patuh, maka manfaat tablet tambah darah tersebut akan terhambat dan tidak efektif untuk mengurangi kasus anemia pada remaja putri (Yulianti, Herdhianta and Ediyono, 2023). Di Indonesia sendiri, kepatuhan konsumsi tablet produk darah masih tergolong rendah, umumnya disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang produk tambah darah, dan gejala yang ditimbulkan setelah konsumsi tablet tambah darah (Sawitri *et al.*, 2025). Ketidakpatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh pandangan negatif terhadap tablet tambah darah, seperti rasa mual akibat bau dan rasa yang bisa menyebabkan pusing serta sakit kepala (Widiastuti and Rusmini, 2019).

Untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah diperlukannya sosialisasi dan edukasi terkait anemia serta pemanfaatan tablet tambah darah menjadi kebutuhan. Adapun upaya ini tidak hanya ditujukan kepada remaja putri, tetapi juga orang tua. Orang tua dapat berperan sebagai pendamping dengan mengingatkan putrinya untuk minum tablet tambah darah dan memotivasinya bila merasa malas dan mual

(Apriningsih and Sufyan, 2021). Dukungan guru juga merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Dukungan guru dibutuhkan untuk menumbuhkan keyakinan dan persepsi positif bagi remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah dalam upaya mencegah risiko anemia. (Pou, Azhari and Virzanisda, 2024)

Berdasarkan data puskesmas Tamansari terkait pemberian tablet tambah darah SMAN 8 Kota Tasikmalaya tahun 2024 terdapat 734 siswi telah mendapatkan tablet tambah darah. Dengan angka anemia remaja di wilayah kerja puskesmas Tamansari adalah 11,52% dan untuk SMAN 8 Kota Tasikmalaya sendiri yaitu 11,99% (Tamansari, 2025). Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Pembina Ektra kulikuler PMR di SMAN 8 Kota Tasikmalaya di dapatkan bahwa distribusi pemberian tablet tambah darah pada siswi SMAN 8 Kota Tasikmalaya diberikan setiap 1 minggu sekali setiap hari kamis dengan total tablet tambah darah yang diberikan berjumlah 1 tablet. Berdasarkan dari edaran kuisioner pada survei awal kepada 15 siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 8 Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa 100% siswi mendapatkan tablet tambah darah dari sekolah. Berdasarkan hasil survey pendahuluan mengenai kuisioner kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 8 Kota Tasikmalaya menunjukkan bahwa 83.3% siswi menjawab kadang - kadang mengonsumsi tablet tambah darah dan sebanyak 16.7% siswi tidak pernah mengonsumsi tablet tambah darah. Dan dari hasil survey pendahuluan tersebut kebanyakan siswi menyebutkan alasan tidak mengonsumsi tablet tambah darah dikarenakan lupa, dan takut akan efek

sampingnya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa meskipun program pemberian tablet tambah darah telah berjalan dengan baik dari sisi distribusi, akan tetapi tingkat kepatuhan dalam mengonsumsinya masih rendah. Temuan tersebut menandakan adanya kesenjangan antara kebijakan program dengan perilaku aktual di lapangan. Rendahnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah menjadi hambatan dalam upaya pemerintah untuk menurunkan angka anemia pada remaja. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) Pada Remaja Putri Sma Negeri 8 Kota Tasikmalaya serta alasan yang mempengaruhinya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar evaluasi mengenai program pemberian tablet tambah darah di sekolah, serta bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dan pihak sekolah dalam meningkatkan edukasi dan motivasi terkait manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 8 Kota Tasikmalaya?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Mengetahui gambaran tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Fe) pada remaja putri SMAN 8 Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan khusus:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia dan tingkat kelas.
- b. Mengidentifikasi faktor yang mendukung kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
- c. Mengidentifikasi alasan utama yang mempengaruhi ketidakpatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini merupakan bagian dari penelitian di bidang Farmasi Klinis Komunitas (FKK) tentang gambaran tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 8 Kota Tasikmalaya.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi dan masukan yang bersifat membangun bagi pelayanan kesehatan khususnya untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

2. Bagi Puskesmas Tamansari

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi untuk lebih meningkatkan lagi pemberian edukasi mengenai pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah bagi remaja putri.

3. Bagi Institusi Pendidikan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Sebagai sumber informasi bagi mahasiswa dan dosen, juga dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut.

4. Bagi Peneliti

Menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian ilmiah mengenai tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
(Adawia, 2023)	Gambaran Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi dan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Mamuju Tahun 2023	1. Metode penelitian 2. Jenis data penelitian	1. Waktu penelitian 2. Tempat penelitian 3. Menggunakan 2 variabel dependen 4. Subjek penelitian
(Sawitri <i>et al.</i> , 2025)	Gambaran Kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Daarah pada Remaja Putri	1. Desain penelitian 2. Jenis data penelitian 3. Metode penelitian	1. Waktu penelitian 2. Tempat penelitian 3. Subjek penelitian
(Wahyuningsih and Uswatun, 2019)	Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganom	1. Desain penelitian 2. Penelitian dengan subjek remaja putri di SMA 3. Metode penelitian	1. Waktu penelitian 2. Tempat penelitian 3. Menggunakan 2 variabel 4. Jenis penelitian