

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan fase dimana seseorang beranjak tumbuh dan berkembang dari anak-anak menuju dewasa. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja merupakan seseorang yang berada dalam rentang usia 10–19 tahun atau seseorang yang berada pada fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa tumbuh dan kembangnya, remaja akan mengalami perkembangan fisik sosial, emosional, dan kognitif yang signifikan. Masa ini dapat ditandai dengan perubahan biologis dan fisiologis sehingga kebutuhan nutrisi pun berbeda antara laki-laki dan perempuan. Pola makan yang kurang tepat menjadi salah satu penyebab masalah gizi pada remaja. Beberapa masalah gizi yang sering dialami pada masa remaja adalah gangguan makan, obesitas, Kekurangan Energi Kronik (KEK), pola makan tidak teratur, dan anemia (Andani, Esmianti, and Haryani 2020).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri. Menurut *World Health Organization* (WHO), Anemia adalah kondisi ketika kadar *hemoglobin* berada dibawah nilai normal. Kondisi ini ditandai dengan berkurangnya jumlah sel darah merah atau kadar *hemoglobin* (Hb) dalam darah sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh tubuh menjadi menurun. Kadar Hb normal pada laki-laki dan

perempuan berbeda, di mana laki-laki dikatakan mengalami anemia apabila kadar Hb kurang dari 13,5 g/dL, sedangkan perempuan dikatakan anemia apabila kadar Hb kurang dari 12 g/dL (Renita and Novianti 2025).

Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja putra karena mengalami menstruasi setiap bulan yang menyebabkan kehilangan darah secara rutin serta meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan. Apabila kebutuhan zat besi tersebut tidak terpenuhi akibat asupan makanan yang tidak seimbang, maka dapat menyebabkan anemia gizi besi. Anemia gizi besi pada remaja putri umumnya disebabkan oleh rendahnya konsumsi makanan sumber zat besi serta kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (tablet Fe). Tingkat pengetahuan remaja memiliki dampak signifikan terhadap sikap dan perilaku dalam upaya mencegah anemia. Pengetahuan yang baik mempermudah pembentukan perilaku positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Khasanah et al. 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam *Worldwide Prevalence of Anemia* tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di dunia sekitar 30%. Di Asia Tenggara 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan dan berat. Jumlah penduduk usia remaja (10-19 tahun) di Indonesia sebesar 21% (44 juta jiwa) terdiri dari 50,8% remaja laki-laki dan 49% remaja perempuan (Kemenkes RI, 2021).

Prevalensi anemia di Indonesia menurut hasil dari Riset Kesehatan Dasar (RISKEDAS) prevalensi anemia pada remaja berusia 13-18 tahun sebesar

22,7% artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Prevalensi anemia adalah sebesar 20,35% pada laki-laki, prevalensi tersebut lebih rendah dibandingkan prevalensi anemia pada perempuan yaitu sebesar 27,2% (Risikesdas, 2021). Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2022, prevalensi anemia pada remaja usia 13–18 tahun adalah 23% pada perempuan dan 17% pada laki-laki. Pemerintah Indonesia telah meluncurkan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri untuk mengatasi masalah anemia. Cakupan pemberian TTD pada remaja putri mencapai 80,9%, namun hanya 1,4% yang mengonsumsi TTD sesuai anjuran yaitu satu tablet per minggu selama 52 minggu.

Persentase remaja putri yang mengonsumsi TTD secara lengkap atau sesuai anjuran baru mencapai 57,56%. Persentase remaja putri kelas 7 dan 10 yang telah menjalani skrining *hemoglobin* (Hb) mencapai 85,39%, dan 30,45% teridentifikasi mengalami anemia. Hal ini menunjukkan perlunya penguatan program Aksi Bergizi serta kolaborasi lintas sektor untuk meningkatkan kesehatan remaja putri (Dinkes Jateng, 2023).

Pada tahun 2025, kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Grobogan mencapai angka 3.383 kasus anemia. Terdiri dari anemia ringan, anemia sedang dan anemia berat. Dari 19 Kecamatan di Kabupaten Grobogan, kejadian anemia yang cukup tinggi adalah di Kecamatan Purwodadi tepatnya pada wilayah kerja Puskesmas Purwodadi 1. Di antara 30 Puskesmas yang ada di Kabupaten Grobogan, Puskesmas Purwodadi 1 menduduki angka yang cukup tinggi dan mendominasi kejadian anemia (Dinkes Kab.Grobogan, 2025).

Di wilayah kerja Puskesmas Purwodadi I, berdasarkan laporan layanan kesehatan remaja tahun 2025, tercatat sebanyak 610 kasus anemia pada remaja putri, yang terdiri dari 419 kasus anemia ringan, 183 anemia sedang, dan 8 anemia berat. Jumlah tersebut menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang serius di wilayah ini. Petugas kesehatan menyampaikan bahwa tingginya angka anemia tersebut berkaitan dengan rendahnya pengetahuan dan sikap tentang anemia, serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yang belum optimal. Banyak remaja putri yang tidak mengonsumsi TTD secara rutin sesuai anjuran. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku pencegahan anemia pada remaja putri masih belum optimal, sehingga diperlukan upaya edukasi dan penguatan perilaku kesehatan yang lebih intensif dan berkelanjutan.

Remaja putri rentan terhadap gejala anemia, seperti lemah, letih, lesu, sakit kepala, pusing, dan mata berkunang-kunang. Gejala tersebut dapat menurunkan prestasi belajar serta mengganggu konsentrasi, sehingga memengaruhi aktivitas sehari-hari. Selain itu, anemia juga berdampak pada kesehatan secara umum, seperti menghambat pertumbuhan, meningkatkan risiko infeksi, dan berisiko menimbulkan komplikasi serius pada usia reproduktif, termasuk risiko kematian saat melahirkan, risiko kelahiran prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) (Siska et al. 2024).

Mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yang mengandung zat besi dan asam folat adalah salah satu cara untuk mencegah dan menangkal anemia pada remaja. Zat besi berperan atas pembentukan hemoglobin di tubuh,

sedangkan asam folat berperan atas pembentukan sel darah merah dan mencegah anemia megaloblastik. Tablet tambah darah juga dapat membantu memenuhi kebutuhan tubuh akan keduanya dan mengatasi anemia gizi besi (Kemenkes RI, 2021).

Menurut teori Lawrence Green, pengetahuan dan sikap merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku. Pengetahuan adalah informasi yang diterima seseorang dari luar dirinya melalui proses penginderaan dan pengalaman yang disertai dengan pemahaman terhadap informasi tersebut. Pengetahuan termasuk salah satu faktor predisposisi yang dapat mempengaruhi perilaku individu dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), karena berperan penting dalam membentuk kesadaran dan kecenderungan untuk bertindak. Pengetahuan yang baik tentang anemia berhubungan dengan kepatuhan dalam mengonsumsi TTD. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik akan memahami tentang anemia, manfaat konsumsi tablet tambah darah, serta cara mengonsumsi TTD yang benar sehingga lebih patuh dalam mengonsumsinya (Putu et al. 2025).

Sikap merupakan predisposisi atau kecenderungan seseorang untuk bertindak berdasarkan keyakinan dan informasi yang diterima. Sikap dapat bersifat positif maupun negatif dan mempengaruhi perilaku individu dalam melakukan suatu tindakan. Pada remaja putri, sikap terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD) berkaitan dengan penerimaan dan kesediaan dalam mengonsumsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia (Di et al., 2025).

Perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) merupakan tindakan kadar seseorang sebagai upaya dalam pencegahan anemia guna meningkatkan hemoglobin darah. Pembentukan perilaku mengkonsumsi TTD yang didasari dari pengetahuan dan sikap dapat berlangsung relatif lama. Hal ini menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap merupakan faktor kunci dalam membentuk perilaku sehat, sehingga program pencegahan anemia pada remaja putri akan lebih efektif jika kedua faktor tersebut diperhatikan (Andani et al. 2020).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe. Penelitian di SMA Kuta Cot Glie, Aceh Besar oleh Herita Herawati (2024) menemukan bahwa 64,6% remaja putri patuh mengonsumsi tablet Fe, dan remaja dengan pengetahuan baik memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk patuh dibandingkan yang pengetahuannya kurang, dengan hasil uji Chi-Square $p < 0,001$. Temuan ini menegaskan pentingnya edukasi mengenai manfaat tablet Fe untuk meningkatkan kepatuhan dan mencegah anemia pada remaja putri.

Hal yang serupa dengan penelitian Zul Adhayani Arda (2023) ditemukan di SMP Negeri 1 Limboto, di mana penelitian terhadap 267 remaja putri menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang anemia dan tablet Fe berhubungan signifikan dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe ($p = 0,001$; $p < 0,05$). Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih patuh dibandingkan yang pengetahuannya kurang, dan temuan ini menekankan bahwa

edukasi yang memadai menjadi kunci untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe serta menurunkan risiko anemia pada remaja putri.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di MTs Manba'ul A'laa Purwodadi melalui metode wawancara terhadap 10 remaja putri, diberi pertanyaan mengenai pengetahuan dan sikap tentang anemia serta perilaku konsumsi tablet Fe. Hasil wawancara menunjukkan bahwa delapan siswi memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia karena hanya mengetahui bahwa anemia adalah “kurang darah” tanpa memahami penyebab, tanda dan gejala, serta dampaknya, sedangkan dua siswi memiliki pengetahuan lebih baik. Tujuh siswi menunjukkan sikap kurang positif terhadap tablet tambah darah, seperti bau tablet tambah darah yang tidak enak, rasa mual, dan rasa malas untuk mengonsumsinya secara rutin. Sementara itu, tiga siswi memiliki sikap positif dan memahami pentingnya tablet tambah darah dalam mencegah anemia. Secara keseluruhan, delapan siswi menyatakan jarang hingga tidak pernah minum tablet tambah darah dan dua siswi menyatakan rutin minum tablet tambah darah.

Meskipun program pemberian tablet tambah darah telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Purwodadi 1, berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara, sebagian besar remaja putri di MTs Manba'ul A'laa Purwodadi menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai anemia masih kurang, sikap terhadap konsumsi tablet Fe kurang positif, serta perilaku konsumsi tablet Fe belum optimal. Penelitian sebelumnya memang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe, namun dilakukan di

wilayah dan karakteristik responden yang berbeda. Hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan pengetahuan dan sikap tentang anemia dengan perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri di MTs Manba'ul A'laa Purwodadi. Oleh karena itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui hubungan tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik dalam melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia dengan Perilaku Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di MTs Manba'ul A'laa Purwodadi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitiannya yaitu "Apakah terdapat Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia dengan Perilaku Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di MTs Manba'ul A'laa Purwodadi?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia dengan Perilaku Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di MTs Manba'ul A'laa Purwodadi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia.
- b. Untuk mengidentifikasi sikap remaja putri terhadap anemia.
- c. Untuk mengidentifikasi perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

- d. Untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri.
- e. Untuk menganalisis hubungan antara sikap tentang anemia dengan perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam bidang pendidikan kesehatan remaja, khususnya mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan sikap tentang anemia dengan perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan upaya pencegahan anemia pada remaja.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman dan wawasan dalam merancang serta melaksanakan penelitian tentang hubungan faktor pengetahuan dan sikap dengan perilaku kesehatan, khususnya perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

b. Bagi bidang penelitian

Penelitian ini menambah literatur dan data empiris mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi tablet Fe serta memberikan kontribusi bagi pengembangan penelitian di bidang kesehatan remaja dan pencegahan anemia.

c. Bagi responden

Penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe secara teratur dalam mencegah anemia, sehingga mendorong perubahan sikap dan perilaku yang lebih positif terhadap kesehatan diri.

d. Bagi instansi kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi puskesmas atau dinas kesehatan dalam menyusun program edukasi dan penyuluhan tentang anemia serta meningkatkan efektivitas kegiatan distribusi dan monitoring konsumsi tablet Fe di kalangan remaja putri.

e. Bagi institusi pendidikan

Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan strategi untuk meningkatkan kegiatan pendidikan kesehatan di sekolah, khususnya dalam membentuk kebiasaan hidup sehat dan mendukung program pencegahan anemia pada remaja putri.

E. Sistematika Penulisan

Bagian ini merupakan bagian yang menjelaskan sistem penyusunan skripsi penelitian. Secara umum sistematika penulisan skripsi sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Sistematika Penulisan Skripsi Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka konsep teori yang berhubungan dengan tema penelitian/variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian berisi tentang variabel penelitian, kerangka konsep dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, design dan rancangan penelitian, populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, uji instrumen, pengolahan data dan analisa data.
BAB IV	Hasil Penelitian berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (hasil uji statistik).
BAB V	Pembahasan berisi tentang pembahasan hasil dan keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dan hasil penelitian.

F. Peneliti Terkait

1. Putu Ayu Windu Sari Dewi 2025 dengan judul **Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Anemia Menggunakan Tiktok Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah**. Metode dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-experimental design dengan rancangan one group pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel secara

stratified random sampling. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 64 siswi kelas XI. Pengambilan data menggunakan kuesioner kepatuhan. Analisis data menggunakan uji McNemar. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pemberian pendidikan kesehatan tentang anemia menggunakan TikTok terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi di SMAN 5 Denpasar ($p\text{-value } 0,000 < 0,05$). Diharapkan remaja putri dapat secara rutin untuk mengkonsumsi TTD dan metode pendidikan kesehatan anemia ini dapat diterapkan di sekolah sehingga mampu menurunkan prevalensi kejadian anemia pada remaja putri (Sari Dewi, 2025).

2. Teguh Santoso 2025 dengan judul **Gambaran Perilaku Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah**. Metode yang digunakan adalah survei deskriptif, dan melibatkan sebanyak 70 orang responden yang dipilih melalui teknik non-probability sampling jenis purposive sampling yaitu teknik penemuan sampel dengan pertimbangan. Berdasarkan temuan yang diperoleh melalui pengisian kuisisioner, ditemukan dari hasil persentasi dari gambaran perilaku remaja putri dalam mengkonsusi tablet tambah darah padaa tingkat pengetahuan responden tentang TTD berada pada kategori cukup baik, di mana 47,1% peserta memiliki pemahaman yang memadai. Di samping itu, sebanyak 80% responden memperlihatkan sikap yang mendukung terhadap konsumsi TTD, dan 82,9% di antaranya telah menjalankan praktik konsumsi TTD dengan baik. Pengambilan data dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama SMP Negeri 2 Tambusai dalam

kurang waktu pelaksanaan dari bulan Januari sampai dengan Desember 2023. Meskipun secara umum pengetahuan awal yang dimiliki remaja putri terbilang belum begitu baik, namun sikap dan praktiknya dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sudah tergolong positif (Santoso, 2025).

3. Renti Fortina 2026 dengan judul **Efektivitas Pendidikan Kesehatan Media Poster Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Fe**. Metode dalam penelitian ini menggunakan Jenis Penelitian ini adalah pre-experiment dengan rancangan penelitian one group pretest posttest. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil: Pengetahuan remaja putri setelah diberikan Pendidikan Kesehatan memiliki kategori baik sebanyak 68 orang (84,0%), kategori cukup sebanyak 9 orang (11,1%) dan kategori kurang sebanyak 4 orang (4,9%). Dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan memiliki kategori baik sebanyak 77 orang (95,1%), kategori cukup sebanyak 3 orang (3,7%) dan kategori kurang sebanyak 1 orang (1,2%). Berdasarkan hasil uji Wicoxon, hasil $p = 0,000$ yang berarti nilai p value ($<0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya dikatakan signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu. Kesimpulan: Dikatakan signifikan antara pengetahuan remaja putri sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Tablet FE di SMKN 1 Kelayang Kabupaten Indragiri Hulu (Jubida, 2026).

4. Suyati 2025 dengan judul **Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri terhadap Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Fe**. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Sampel sebanyak 55 siswi kelas 7 dipilih dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup dan dianalisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dan kepatuhan dalam kategori sedang. Uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan ($p = 0,045$). Penelitian ini merekomendasikan perlunya edukasi berkelanjutan dan pendekatan kolaboratif untuk meningkatkan efektivitas program tablet Fe di sekolah (Annuchasari, 2025).
5. Oktaviani 2024 dengan judul **Hubungan Sikap Remaja Putri Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah**. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan menggunakan rancangan cross-sectional. Hasil yang diperoleh bahwa Sebanyak 94 responden (97,9%) memiliki sikap positif, dan 66 responden (68,8%) patuh mengonsumsi TTD. Analisis Rank Spearman menunjukkan nilai $\alpha 0,034 < 0,05$. Kesimpulannya yaitu terdapat hubungan antara sikap remaja putri dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di wilayah kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta. Remaja dengan sikap positif cenderung lebih patuh mengonsumsi TTD dibandingkan dengan yang memiliki sikap negatif (Oktaviani, 2024).

Perbedaan penelitian ini dan sebelumnya terletak pada waktu, variabel independent, metode penelitian. penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional, dan penelitian ini mengambil populasinya adalah remaja putri di MTs Manba'ul A'laa Purwodadi yang termasuk Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Purwodadi 1.