

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja menjalani masa peralihan dari usia anak-anak menuju fase dewasa. Pada tahap ini, mereka mengalami transformasi fisik dan mental yang penting, yang memerlukan asupan gizi yang seimbang. Namun, jika asupan nutrisi tidak seimbang, hal ini dapat menimbulkan berbagai masalah gizi seperti Kekurangan Energi Kronik (KEK), anemia, dan lain-lain (J. Pengabdian & Masyarakat, 2021).

Anemia termasuk permasalahan gizi berskala global yang tersebar di seluruh dunia dan dapat menyerang hampir semua golongan usia, dari anak-anak hingga ibu hamil, dan memerlukan perhatian serius (Sholehah et al., 2025). Remaja putri pada usia 14-15 tahun memiliki risiko tinggi mengalami anemia defisiensi besi yang dipicu menstruasi, stres, dan kurangnya asupan nutrisi, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, gangguan pertumbuhan dapat menyebabkan terjadinya penurunan Sistem imun yang membuat seseorang mudah terkena berbagai jenis penyakit (Anemia et al., 2024).

Penyebab utama dari tingginya angka anemia yaitu pola makan tidak teratur, rendahnya gizi seimbang, dan kebiasaan makan makanan yang rendah kandungan gizinya atau makanan cepat saji. Di samping itu, minimnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya konsumsi makanan dengan gizi seimbang turut berperan dalam meningkatnya angka kejadian anemia (Panjaitan et al., 2025).

Remaja putri penderita anemia seringkali belum menyadari gejala awal seperti kelelahan, pusing, dan wajah pucat, sehingga kondisi anemia tidak terdeteksi sejak dini dan memperburuk status gizi mereka. Hal ini menunjukkan bahwa, pemantauan gizi dan pola makan yang tepat sangat penting untuk mencegah dan mengatasi anemia pada remaja putri (Panjaitan et al., 2025). Kadar hemoglobin yang rendah dapat menyebabkan jaringan tubuh kekurangan oksigen, sehingga memicu munculnya gejala anemia yang beragam karena jaringan tidak dapat berfungsi secara optimal (Zahara, 2025).

Anemia dapat memiliki dampak jangka panjang pada kesehatan dan kemampuan individu, terutama pada anak-anak dan remaja yang sedang dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Kondisi ini dapat mempengaruhi kemampuan kognitif, konsentrasi belajar, dan prestasi akademik, serta dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja dan kualitas hidup secara keseluruhan (J. H. Pengabdian, 2025).

Jumlah penderita anemia di dunia diperkirakan mencapai 2 miliar, dengan sebaran tertinggi di Asia dan Afrika. Pada remaja secara global, prevalensi anemia berkisar antara 40% hingga 88%. Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi anemia pada gadis remaja di negara-negara sedang berkembang mencapai 53,7%. Selain itu, sekitar 50% kasus anemia pada remaja putri di seluruh dunia disebabkan oleh defisiensi zat besi (Amalia et al., 2024).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia meningkat dari 26,4% pada tahun 2013 menjadi 32% pada tahun 2018 (Pratiwi et al., 2025). Berdasarkan data Riskesdas 2018, pemberian suplemen zat besi pada remaja putri adalah 76,2%. Namun, tingkat pemenuhannya masih rendah: hanya 1,4% yang mengonsumsi lebih dari 52 tablet, sementara 98,6% sisanya mengonsumsi kurang dari 52 tablet (Azizah & Fatah, 2023).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah anemia pada provinsi ini mencapai 57,7%, yang menempatkan anemia sebagai masalah kesehatan masyarakat yang signifikan (R. Putri & Mtsn, 2025). Data yang diperoleh melalui Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan menunjukkan bahwa, pada tahun 2024 tercatat 102.319 remaja putri, pada tahun 2025 terdapat sebanyak 110.492 remaja putri. Salah satu puskesmas yang terdapat anemia cukup tinggi terdapat di puskesmas tawangharjo terdapat 3462 remaja putri yang menderita anemia.

Puskesmas Tawangharjo sudah melakukan pengecekan skrining Hb siswi pada Agustus tahun 2025 dengan total 793 remaja putri dengan siswi SMP sederajat 507 dan SMA Sederajat 286. Hasil skrining menunjukan bahawa 116 remaja mengalami anemia dengan rincian siswi SMP yang anemia sebesar 80 terdapat 68 remaja mengalami anemia ringan dan 12 remaja mengalami anemia sedang. Pada SMA sederajat yang anemia sebesar 36 remaja dengan rincian sebanyak 23 siswi dengan kategori anemia ringan serta 13 siswi dengan anemia sedang dan di SMPN 1 Tawangharjo terdapat 41 siswi mengalami anemia.

Remaja putri dengan anemia memiliki kerentanan yang lebih tinggi untuk memiliki presentasi belajar yang rendah, yaitu 1,875 kali lebih besar dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mengalami anemia (Cahaya & Volume, 2024). Remaja perempuan merupakan kelompok yang sangat berisiko mengalami anemia karena kehilangan darah saat menstruasi. Dalam jangka waktu sebulan, remaja putri kehilangan 5-10% zat besi bersama dengan darah menstruasi, sehingga meningkatkan resiko defisiensi zat besi dan anemia (Nadira et al., 2024).

Asupan zat besi yang cukup sangat penting untuk kesehatan tubuh karena berperan dalam proses pembentukan eritrosit dan hemoglobin. Kekurangan asupan zat besi dalam tubuh dapat menyebabkan terjadinya *Anemia Defisiensi Besi* (ADB) yang dapat mempengaruhi kesehatan dan aktivitas sehari-hari (Kusumawati et al., 2024).

Tingginya angka anemia pada gadis remaja bisa bertahan sampai mereka dewasa jika tidak mendapatkan penanganan yang tepat, dan hal ini dapat berkontribusi pada peningkatan tingkat kematian ibu dan bayi (Article, 2025). Salah satu metode untuk menghindari anemia pada gadis remaja adalah dengan mencukupi asupan besi sesuai dengan kebutuhan fisik mereka. Pemerintah Indonesia turut mendukung upaya tersebut melalui program suplementasi tablet yang meningkatkan kadar darah diberikan secara teratur kepada gadis remaja dengan takaran satu tablet setiap minggu untuk mengangkat kadar hemoglobinnya (Cholidah et al., 2024).

Kurangnya pemahaman serta pandangan yang tidak memadai mengenai pencegahan dan penanganan anemia menjadi beberapa faktor utama yang menyebabkan kondisi tersebut. Pemahaman yang tepat serta sikap yang baik sangat penting untuk menghindari anemia, mengingat remaja perempuan yang memiliki pengetahuan terbatas cenderung lebih mudah mengalaminya (Tahun et al., 2025).

Sejalan dengan paparan di atas, peneliti berencana untuk menyelidiki keterkaitan antara pemahaman tentang anemia dan kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen zat besi pada siswa perempuan di SMPN 1 Tawangharjo. Peneliti memilih tempat penelitian di SMPN 1 Tawangharjo dikarenakan belum pernah dilakukan penelitian terkait hubungan pengetahuan anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sebelumnya. Selain itu peneliti sudah melakukan studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 1 Tawangharjo pada Selasa 21 Oktober 2025 dari 15 remaja putri terdapat 66,6% pengetahuan rendah mengenai anemia dan 86,6%, tidak mengonsumsi secara teratur tablet tambah darah yang sudah diberikan puskesmas setempat dengan alasan tidak suka minum obat. Berdasarkan hasil studi pendahuluan penelitian ini sangat penting untuk dilakukan. Oleh karena itu, para ilmuwan berinisiatif untuk menyelidiki keterkaitan antara pemahaman tentang anemia dengan memenuhi asupan suplemen besi di kalangan siswa perempuan di SMPN 1 Tawangharjo.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada hubungan pengetahuan anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMP N 1 Tawangharjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Pengetahuan Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMP N 1 Tawangharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 1 Tawangharjo
- b. Mengetahui Kepatuhan dalam Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMP N 1 Tawangharjo
- c. Mengetahui Hubungan Pengetahuan Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMP N 1 Tawangharjo

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi peneliti yang ingin mengembangkan penelitian serupa.

2. Manfaat Praktis

a. Untuk Peneliti

Studi ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman peneliti tentang keterkaitan antara pemahaman mengenai anemia dan tingkat pemenuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) di kalangan remaja perempuan.

b. Untuk Sekolah

Studi ini dapat digunakan oleh institusi pendidikan sebagai alat penilaian untuk memberikan informasi yang lebih efektif kepada gadis remaja mengenai disiplin dalam mengonsumsi tablet suplemen darah serta meningkatkan wawasan mereka mengenai anemia.

c. Untuk Siswa

Penelitian ini dapat membantu meningkatkan pemahaman remaja putri tentang pentingnya mematuhi konsumsi tablet tambah darah untuk mencegah anemia.

d. Untuk pelayanan kesehatan

Temuan dari penelitian ini bisa menjadi landasan untuk langkah-langkah pencegahan atau pembentukan program kesehatan yang efisien.

e. Untuk Masyarakat

Penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai urgensi pencegahan anemia di kalangan remaja perempuan.

E. Sistematika Penulisan

Tabel 1.1; Sistematika Penulisan Tabel Proposal Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB 1	Pendahuluan bab ini menjelaskan konteks, pembahasan isu, tujuan dari penelitian, keuntungan, struktur karya tulis, dan referensi yang berkaitan
BAB II	Tinjauan Pustaka konsep teori yang berhubungan dengan tema penelitian / variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian
BAB III	Metodologi Penelitian mencakup variabel yang dijelaskan, kerangka teori, serta hipotesis; elemen-elemen metodologis dimulai dari tipe, desain, dan gagasan studi serta populasi, sampel, lokasi, dan periode penelitian, penjelasan operasional, teknik pengumpulan data, alat penelitian, alat pengujian, pengolahan dan analisis informasi, serta pertimbangan etika dalam penelitian.
BAB IV	Hasil penelitian berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisis 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 dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

1. Penelitian yang dilakukan (Romandani & Rahmawati, 2020) dengan judul "Keterkaitan antara pemahaman mengenai anemia dan pola makan di kalangan siswi SMPN 237 Jakarta." Metodologi yang diterapkan adalah analisis deskriptif dengan pendekatan potong lintang. Jumlah populasi adalah 244 siswi, sedangkan sampel yang digunakan meliputi 100 siswi. Hasil akhir: Ada keterkaitan antara pemahaman tentang anemia dan pola makan pada remaja perempuan di SMPN 237 Jakarta.
2. Penelitian yang dilakukan (Asiyah, 2023) dengan judul Kepatuhan terhadap suplementasi zat besi dan anemia pada anak perempuan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* dalam desain deskriptifnya. Populasi penelitian terdiri dari seluruh 89 siswi kelas X dan XI di SMK Sunan Giri, Desa Mulung, dengan 73 di antaranya dipilih sebagai sampel. Hasil: Kasus anemia yang dialami seorang siswi di SMK Sunan Giri, Desa Mulung, Kecamatan Driyorejo, Kabupaten Gresik, pada tahun 2022 berkaitan dengan tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen besi.

3. Studi yang dilakukan (Simbolon et al., 2023) dengan judul Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Indonesia: Meta-Analisis. eta-analisis digunakan untuk melakukan penelitian. Studi ini melibatkan tulisan-tulisan yang dipublikasikan dari tahun 2017 hingga 2022, dengan yang dilaksanakan pada tahun 2022. Populasi dan sampel penelitian: Tulisan-tulisan yang terbit selama periode 2017 hingga 2022 memenuhi syarat inklusi, yang mencakup penelitian yang dilakukan di Indonesia, artikel yang tersedia dalam bentuk teks lengkap, jenis penelitian berupa case-control dan cross-sectional, data mengenai odds rasio (OR) yang dapat diakses, serta artikel yang ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris. Kesimpulan: Temuan dari meta-analisis menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara kepatuhannya terhadap suplementasi zat besi dan pencegahan anemia.
4. Penelitian yang dilakukan (Efri Susanti Mesi et al., 2024) dengan judul “Dampak Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang Anemia

di Kalangan Remaja Putri di SMA Kesatrian 2 Semarang.” Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian pra-eksperimental, secara spesifik one-group pretest-posttest design. Subjek penelitian ini berjumlah 55 individu. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang anemia.

5. Penelitian yang dilakukan (D. . Putri et al., 2019) dengan judul "Keterkaitan Antara Pengetahuan dan Munculnya Anemia pada Siswa Perempuan di SMA PGRI 4 Banjarmasin." Kajian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan desain cross-sectional dan melibatkan sejumlah 56 partisipan. Hasilnya menunjukkan: Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan terjadinya anemia pada kalangan remaja perempuan di SMA PGRI 4 Banjarmasin.

Studi sebelumnya telah menunjukkan hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan pola makan (Romandani & Rahmawati, 2020), kepatuhan terhadap suplementasi zat besi dan kejadian anemia (Asiyah, 2023), dan pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang anemia (Efri Susanti Mesi et al., 2024). Namun, belum ada penelitian yang secara khusus menyelidiki hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan terhadap suplementasi zat besi pada remaja putri. Oleh karena itu, para peneliti dapat mengisi celah ini dan berkontribusi secara signifikan untuk mencegah anemia pada remaja putri.