

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja, juga disebut "*adolosence*" merupakan masa di mana seseorang mulai dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Remaja akan mengalami banyak perubahan, salah satunya adalah cara mereka berperilaku. Perubahan dalam preferensi makanan mereka saat mereka dewasa dapat memengaruhi kualitas hidup mereka. (Hendra *et al.*, 2019). Karena proses pertumbuhan yang cepat pada usia remaja, kebutuhan nutrisi meningkat. Wanita membutuhkan lebih banyak zat besi dari pada laki-laki. Menurut Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG), wanita pada usia 13 hingga 29 tahun membutuhkan 26 mg zat besi lebih banyak daripada laki-laki pada usia yang sama (Yunita *et al.*, 2020).

Faktor yang menjadi alasan banyaknya kebutuhan zat besi pada wanita dari pada laki-laki yaitu disebabkan oleh kebutuhan zat besi yang meningkat karena remaja putri memasuki masa pubertas mengalami pertumbuhan yang pesat. Remaja perempuan juga sering mengikuti diet yang salah dengan tujuan menurunkan berat badan, salah satunya adalah dengan mengurangi asupan protein hewani yang sangat penting untuk pembentukan hemoglobin darah. Remaja juga mengalami menstruasi, yang menyebabkan kehilangan banyak darah setiap bulan, sehingga kebutuhan zat besi dua kali lipat saat menstruasi. Terkadang, remaja putri juga mengalami gangguan seperti menstruasi yang lebih panjang dari biasanya atau lebih banyak darah haid dari pada biasanya sehingga remaja putri rentan mengalami defisiensi zat besi (Kas dan Mustakim, 2022).

Suplemen Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan sebuah produk nutrisi yang mengandung 60 mg besi elemental dan 0,5 mg asam folat, mengikuti rekomendasi dari WHO. Penggunaan rutin dan sesuai dosis TTD dapat membantu mencegah serta mengatasi anemia gizi (Widiastuti dan

Rusmini, 2019). Di negara-negara berkembang, walaupun suplemen zat besi seringkali mengandung asam folat, kekurangan vitamin seperti vitamin A, asam folat, dan vitamin B12 dapat menjadi penyebab anemia (Amanah, 2019). Asam folat dan vitamin B12 penting dalam proses pembentukan sel darah merah. Disarankan bagi wanita untuk mengonsumsi TTD secara teratur dengan dosis 1 tablet setiap minggu, dan 1 tablet setiap hari saat menstruasi (Widiastuti dan Rusmini, 2019).

Kadar hemoglobin normal wanita adalah 12–16 g/dl. Remaja putri berisiko lebih tinggi mengalami anemia jika mereka memiliki asupan zat besi yang rendah (Nasruddin *et al.*, 2021). Tablet suplemen besi diberikan minimal 52 tablet per tahun dan akan efektif jika diminum secara rutin, satu tablet per minggu. Penyerapan zat besi dari suplemen ini sekitar 18% di usus. Karena itu, dibutuhkan waktu rata-rata 1 hingga 2 bulan untuk mencapai kadar hemoglobin yang diinginkan. Peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri sangat dipengaruhi oleh kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet besi. Ketidakepatuhan dalam mengonsumsi tablet besi dapat mengindikasikan risiko mereka terhadap anemia (Darmayanti, 2019).

Gejala anemia, juga disebut sebagai 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), wajah pucat, dan kunang-kunang, disertai dengan kehilangan selera makan, masalah fokus, penurunan sistem kekebalan tubuh, dan gangguan perilaku. Anemia berdampak pada remaja menyebabkan berat badan dan tinggi badan di bawah standar, penurunan konsentrasi belajar, penurunan kesegaran fisik, dan gangguan pertumbuhan (Herwandar dan Soviyati, 2020). Jumlah anemia yang tinggi pada remaja putri memiliki dampak negatif pada masa depan mereka, karena jika anemia tidak ditangani dengan benar hingga dewasa dan saat hamil dapat berpotensi melahirkan bayi dengan tubuh pendek (stunting), yang juga dapat menyebabkan kematian ibu selama kehamilan dan bayi berat lahir rendah (BBLR) (Estri dan Cahyaningtyas, 2021).

World Health Organization (WHO) 2013 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri masih cukup tinggi, dengan angka kejadian berkisar 40-88% di seluruh dunia. Organisasi tersebut juga

menyatakan bahwa sekitar 53,7% remaja putri di Negara-negara berkembang menderita anemia, dan faktor-faktor yang paling umum yang menyebabkan anemia adalah stres, haid, dan terlambat makan. Tingginya angka kejadian anemia di Indonesia menurut data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja adalah 32% atau 3-4 dari 10 remaja. Hal ini disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat dan kurang olahraga (Asmanidar *et al.*, 2023). Namun, prevalensi kejadian anemia di Jawa Tengah pada tahun 2013 sebanyak 37,1% dan 2018 sebanyak 48,9% terjadi peningkatan yang cukup signifikan dalam kurun waktu 5 tahun terakhir, menurut data Riskesdas 2018 (Sukmakarti *et al.*, 2023). Dan untuk angka kejadian anemia pada remaja putri di Kota Surakarta mencapai 1,02% (Deviana, 2023).

Menurut Riskesdas Nasional tahun 2018, ada 76,2% remaja putri menerima tablet tambah darah, dan 80,9% dari mereka menerimanya di sekolah (anak sekolah). Data menunjukkan remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah hanya 1,4%, sedangkan remaja putri yang kurang mengonsumsi tablet tambah darah sebesar 98,6%. Ini menunjukkan bahwa rendahnya kesadaran remaja putri tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai tindakan pencegahan penyakit (Amir dan Djokosujono, 2019).

Gaya hidup remaja saat ini sering kali mencakup kebiasaan makan yang tidak sehat. Umumnya, makanan ringan yang disukai oleh remaja cenderung memiliki kandungan zat besi, vitamin, dan serat yang rendah. Remaja seringkali lebih memilih makan diluar rumah, mengonsumsi makanan seperti makanan cepat saji, minuman bersoda, dan produk makanan kemasan (Subiakni, 2019). Secara umum, konsumsi makanan terkait dengan status gizi dengan nilai gizi tinggi menghasilkan status gizi yang baik, sedangkan makanan dengan nilai gizi rendah menghasilkan kekurangan gizi yang dapat menyebabkan anemia (Nasruddin *et al.*, 2021).

Banyak orang di Indonesia menikmati teh sebagai bagian dari gaya hidup atau untuk memberi rasa pada minuman sehari-hari mereka. Kebiasaan ini dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya anemia (Martina dan

Abdillah, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Putri *et al.*, (2023) di SMA Negeri 2 Semarang, bahwa sebanyak 11,3% dari remaja mengonsumsi kafein melebihi kebutuhan harian mereka dengan rata-rata asupan kafein harian dari siswi-siswi tersebut adalah sekitar 142,32 mg. Dari hasil wawancaranya, rata-rata responden mengonsumsi makanan yang mengandung kafein seperti teh (67 mg) 1x sehari, kopi (106 mg) 3-4x dalam seminggu, minuman cokelat (12 mg) 1-2x dalam seminggu, cokelat hitam (27 mg) 1-2x dalam seminggu, dan brownies cokelat (4 mg) 1-2x dalam seminggu. Seperti studi yang dilakukan oleh Nugroho dan Wardani (2022), menemukan bahwa mengonsumsi kafein dapat menyebabkan anemia. Ini karena kandungan tannin dalam kopi dan teh dapat menurunkan penyerapan zat besi hingga 85% dan sebesar 20%. Selain mengandung tannin, minuman kopi, teh, dan susu juga mengandung polifenol yang dapat menghambat penyerapan zat besi (Gunec, 2023).

Konsumsi makanan yang disarankan untuk mencegah kekurangan zat besi seperti daging sapi (daging merah), hati sapi, daging ayam (daging putih), produk susu dan telur, kacang-kacangan, dan sayuran hijau adalah beberapa contoh makanan yang mengandung banyak zat besi (Zhu *et al.*, 2021). Mengonsumsi buah-buahan dan sayuran berdaun hijau secara teratur juga dikaitkan dengan kemampuan untuk mencegah anemia pada remaja putri (Ghatpande *et al.*, 2019).

Upaya pencegahan anemia pada remaja putri selain dari makanan salah satunya yaitu mematuhi aturan konsumsi suplemen zat besi. Perilaku seseorang yang berubah dari tidak taat terhadap peraturan menjadi taat terhadapnya disebut kepatuhan. Pemerintah dapat mengurangi jumlah kasus anemia dengan memberikan remaja putri suplemen darah dalam dosis yang tepat untuk meningkatkan cadangan zat besi dengan mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur (Melinda *et al.*, 2023). Dukungan dari individu seperti petugas kesehatan, keluarga, tetangga, dan teman dekat membentuk dorongan keinginan untuk mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Hal ini sangat penting dalam pelaksanaan dan pengelolaan program yang bertujuan

meningkatkan cakupan pemberian tablet tambah darah (TTD) serta mengurangi prevalensi anemia pada sasaran kelompok yang dilayani (Rohmatin *et al.*, 2021).

Seperti yang ditunjukkan oleh sikap remaja putri terhadap penggunaan tablet tambah darah (TTD), remaja tidak tertarik untuk mengonsumsi karena tidak merasakan perubahan didalam diri dan merasakan bau tablet tambah darah yang amis (Irianti dan Sahiroh, 2019). Sesuai dengan anjuran Kemenkes RI (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia) pada tahun 2016, tablet tambah darah sebaiknya dikonsumsi bersama dengan buah-buahan yang mengandung vitamin C dan makanan yang mengandung protein hewani. Hal tersebut dimaksudkan agar penyerapan zat besi lebih maksimal (Afiana, 2020).

Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah berhubungan erat dengan peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri. Pengaruh positif dari pemberian tablet tambah darah terhadap peningkatan kadar hemoglobin ini menunjukkan bahwa suplemen tersebut efektif dalam mencegah anemia pada remaja putri (Putra *et al.*, 2020). Beberapa kendala yang dihadapi remaja putri saat mengonsumsi tablet tambah darah antara lain sering merasa mual, tidak menyukai aroma dan rasa tablet tersebut, serta merasa bahwa mereka tidak perlu mengonsumsinya (Sari dan Safriana, 2023). Kepatuhan dapat memengaruhi sikap seseorang terhadap ketaatan minum obat. Seseorang lebih cenderung bersikap kritis dalam menghadapi masalah dan mengembangkan sikap positif terhadap nilai-nilai kesehatan, yang kemudian dapat menghasilkan kepatuhan dalam minum obat (Subiakni, 2019).

Data dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 16 Mei 2024 di Puskesmas Sibela kecamatan Jebres dan Puskesmas Setabelan kecamatan Banjarsari tentang kasus anemia pada remaja yaitu di Puskesmas Sibela sebanyak 97 kasus dan di Puskesmas Setabelan sebanyak 173 kasus pada tahun 2023. Di wilayah kerja Puskesmas Setabelan terdapat 4 kelurahan diantaranya yaitu, Kelurahan Setabelan, Kelurahan Timuran, Kelurahan

Keprabon dan Kelurahan Ketelan dengan jumlah remaja putri sebanyak 2.133 orang.

Untuk pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Setabelan disalurkan melalui sekolah yang dalam pelaksanaan sepenuhnya diserahkan oleh kebijakan masing-masing sekolah. Namun untuk jadwal penyaluran tablet tambah darah dari puskesmas tersebut tidak bisa disamakan karena mengikuti kebijakan dan menyesuaikan persediaan tablet tambah darah baik dari puskesmas maupun di masing-masing sekolah tersebut. Kemudian untuk data laporan *skrinning* anemia remaja putri yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta, yaitu:

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 20 Juni 2024 peneliti melakukan wawancara kepada 10 remaja putri di salah satu RW yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta, bahwa 10 orang remaja putri mendapatkan program tablet tambah darah. Namun 7 dari 10 remaja putri mengatakan bahwa sudah ada jadwal rutin di sekolah dalam pemberian tablet tambah darah, namun tidak ada pemantauan secara langsung. Selain itu masih ada yang belum patuh untuk mengonsumsi tablet tambah darah dikarenakan sering lupa dengan anjuran minum tablet tambah darah, malas, kurangnya dukungan dari teman sebaya, merasa tidak ada perubahan di dalam diri dan merasakan bau tablet tambah darah yang tidak enak.

Dari penelitian yang pernah dilakukan oleh Ratnawati (2022) di SMA Negeri 1 Sewon, Bantul, Yogyakarta. Program pemberian tablet besi oleh pemerintah untuk mengatasi anemia bergantung pada kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tersebut. Banyak remaja putri yang tidak patuh karena beberapa faktor seperti malas dan efek samping yang dirasakan. Hasil penelitian di SMA Negeri 1 Sewon, Bantul, Yogyakarta menemukan bahwa sikap tentang anemia berhubungan dengan kepatuhan mengonsumsi tablet besi pada remaja putri.

Berkaitan dengan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan sikap remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sikap remaja putri dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang maka didapatkan rumusan masalah peneliti yaitu “Adakah Hubungan Sikap Remaja Putri Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Sikap Remaja Putri Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi sikap remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta
- b. Mengidentifikasi kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan sikap remaja putri dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi masyarakat

Diharapkan dari hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada masyarakat yang berkaitan dengan sikap remaja putri dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

2. Bagi instansi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk referensi baik instansi kampus maupun luar kampus dalam melakukan penelitian.

3. Bagi peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi dalam mengembangkan wawasan serta kecakapan pengetahuan khususnya dalam ilmu keperawatan serta menjadi acuan sebagai seorang peneliti.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan, masukan dan perbandingan dalam mengembangkan dan melakukan penelitian tentang sikap remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat diketahui dari penelitian terdahulu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti sekarang, di antaranya:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

| No. | Penulis dan Tahun | Judul | Metode Penelitian | Hasil dan Kesimpulan | Persamaan dan Perbedaan |
|-----|-------------------------------|---|---|---|--|
| 1. | Ratnawati, (2022) | Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri | Metode penelitian: Jenis penelitian ini adalah survey analitik pendekatan cross sectional. Populasi 111 siswi kelas XI IPA. Sampel sebanyak 49 siswi dengan teknik purposive sampling. Instrumen menggunakan kuesioner. Analisis menggunakan Chi-Square. | Hasil: Penelitian menunjukkan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sewon, Bantul, memiliki tingkat pengetahuan baik tentang anemia sebanyak 13 siswi (26,5%), cukup sebanyak 25 siswi (51,0%), dan kurang sebanyak 11 siswi (22,5%). Kepatuhan Remaja Putri dalam mengonsumsi tablet Fe terdiri dari tidak patuh sebanyak 47 siswi (95,9%) dan patuh sebanyak 2 siswi (4,1%). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sewon, Bantul, dengan nilai signficancy ($p = 0,027 > 0,05$), dan nilai r sebesar 0,043 sehingga masuk kategori kekuatan hubungan sedang. Kesimpulan: ada hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sewon, Bantul, Yogyakarta. | Persamaan: Salah satu variabel yang diteliti kepatuhan konsumsi tablet FE, responden Remaja Putri, alat ukur kuesioner. Perbedaan: Salah satu variabel tingkat pengetahuan tentang anemia, jumlah populasi, jumlah sampel, lokasi penelitian. |
| 2. | Yunita <i>et al.</i> , (2020) | Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi | Metode penelitian: Desain penelitian adalah cross sectional untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri | Hasil: Dalam penelitian ini mayoritas responden yang diteliti memiliki pengetahuan tinggi terhadap konsumsi zat besi (66.67%) dan lebih dari seperempat | Persamaan: Salah satu variabel yang diteliti tentang konsumsi zat besi, |

| | | | | | |
|----|-------------------------------|---|--|---|---|
| | Dengan Anemia | Kejadian | tentang konsumsi zat besi dengan kejadian anemia. Penelitian dilakukan di SMP 18 Surakarta. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMP 18 Surakarta sebanyak 60 orang. Teknik pencuplikan sampel menggunakan simple random sampling. Alat ukur dalam penelitian ini adalah kuesioner dan lembar observasi. Analisis data dilakukan dengan uji statistik chi square. | total responden mengalami anemia (26.67%). Selanjutnya, terdapat hubungan pengetahuan konsumsi zat besi terhadap kejadian anemia dengan nilai $p < 0.04$. Responden yang memiliki pengetahuan rendah tentang konsumsi zat besi memiliki risiko anemia lebih besar 13.5 kal. Kesimpulan: mayoritas responden yang diteliti memiliki pengetahuan tinggi terhadap konsumsi zat besi dan lebih dari seperempat total responden mengalami anemia. Selanjutnya, terdapat hubungan pengetahuan konsumsi zat besi terhadap kejadian anemia. | responden remaja putri, alat ukur kuesioner. Perbedaan: Salah satu variabel yang diteliti pengetahuan dengan kejadian anemia, alat ukur lembar observasi, lokasi penelitian, jumlah populasi, jumlah sampel. |
| 3. | Andani <i>et al.</i> , (2020) | Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Di SMP Negeri 1 Kepahiang | Metode penelitian: Jenis penelitian adalah penelitian observasional dengan rancangan Cross Sectional Study. Sampel pada penelitian adalah remaja putri kelas XI sebanyak 73 orang. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus dan penarikan sampel menggunakan metode Simple Random Sampling. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Data penelitian kemudian diolah dan analisa data menggunakan uji statistik Chi Square Test. | Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap konsumsi TTD di SMP Negeri I Kepahiang tahun 2020 ($p=0,013$) dan terdapat hubungan antara sikap remaja putri terhadap konsumsi TTD di SMP Negeri I Kepahiang tahun 2020 ($p=0,048$). Kesimpulan: berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMP Negeri 1 Kepahiyang tahun 2020. | Persamaan: Salah satu variabel yang diteliti sikap remaja putrid an konsumsi TTD, responden remaja putri, alat ukur kuesioner. Perbedaan: Salah satu variabel yang diteliti pengetahuan, lokasi penelitian, jumlah populasi, jumlah sampel. |
| 4. | Putri dan Astuti (2023) | Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada | Metode penelitian: Penelitian ini menggunakan metode survei dengan desain penelitian cross sectional. | Hasil: Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden paling banyak berada pada kategori baik, sikap responden didominasi sikap negatif | Persamaan: Variabel yang diteliti tentang sikap terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. |

| | | | | |
|---------------------|---------|---|---|--|
| Mahasiswa FKM UI | Ektensi | <p>Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Menunjukkan, teknik pengambilan subjek menggunakan simple random sampling sesuai kriteria inklusi yang telah ditetapkan, sehingga didapatkan jumlah responden sebesar 38 yaitu mahasiswi Ekstensi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Menunjukkan. Analisis data yang digunakan yaitu menggunakan uji Chi-Square.</p> | <p>dan tingkat kepatuhan didominasi dengan responden tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD.</p> <p>Kesimpulan: Serta dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah</p> | <p>Perbedaan: Salah satu variabel yang diteliti tentang pengetahuan, responden yang digunakan lokasi penelitian, jumlah responden</p> |
|---------------------|---------|---|---|--|
