

BAB I

PENDAHULUAN

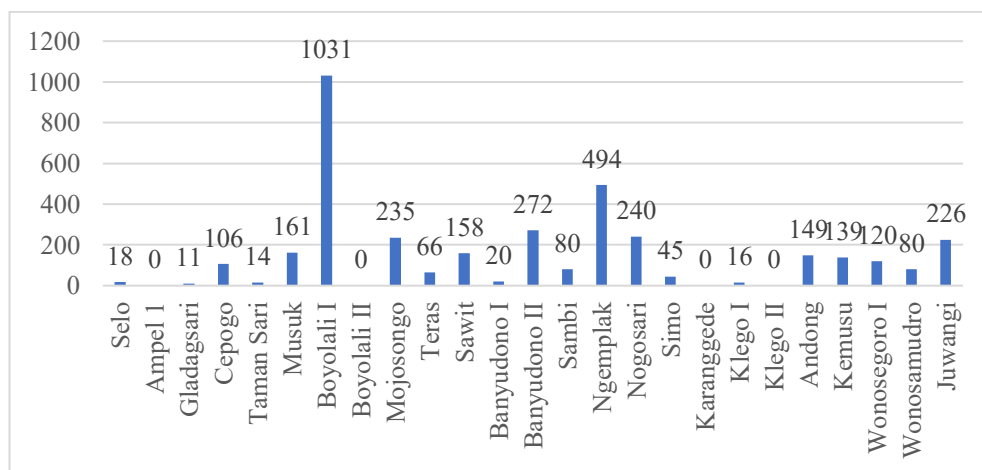
A. Latar Belakang

Perubahan fisik remaja dipengaruhi oleh kebiasaan gaya hidup yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada remaja. Kebiasaan buruk remaja masa kini banyak menghabiskan waktunya untuk bermain game online sehingga tidak melakukan aktivitas fisik di rumah, lupa waktu makan, lupa waktu tidur sampai begadang sehingga menurunkan kualitas hidupnya (Kumayas *et al.*, 2022). Kebiasaan makan yang kurang tepat dapat mempengaruhi kesehatan remaja hasil penelitian Aspihani *et al.*, (2023) menunjukkan remaja putri yang sering kali tidak mengonsumsi sayur mayur dan buah-buahan. Remaja lebih cenderung mengonsumsi nasi dan lauk tanpa memperhatikan asupan gizi lain. Kondisi ini menyebabkan kurangnya asupan zat besi serta zat yang dapat membantu penyerapan zat besi, yang seharusnya ditemukan dalam sayur dan buah-buahan yang kaya Vitamin C. Akibatnya, remaja rentan mengalami anemia.

Anemia merupakan keadaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari kadar normal. Pada remaja perempuan, kadar Hb normalnya adalah 12-15 gr/dl, dan pada remaja laki-laki 13-17 gr/dl (Aulya *et.al.*, 2022). Hemoglobin diperlukan untuk membawa oksigen, tetapi jika sel darah merah terlalu sedikit atau jika hemoglobin terlalu sedikit, kemampuan darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh berkurang (Fitria *et al.*, 2024). Remaja Wanita rentan terkena anemia karena pada saat menstruasi akan mengeluarkan darah 16-33,2 cc dan kehilangan zat besi sebanyak $\pm 1,3$ mg setiap hari (Hamranani *et.al.*, 2020).

Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) melaporkan data penderita anemia secara global pada tahun 2021 adalah 31,2% perempuan menderita anemia, dibandingkan dengan 17,5% laki-laki. Perbedaan gender semakin lebih jelas terlihat pada masa reproduksi, pada usia 15 sampai 49 tahun. Pada kelompok usia ini, prevalensi anemia pada perempuan sebesar 33,7% dibandingkan 11,3% pada laki-laki. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia di Indonesia adalah 16,2%, pada kelompok usia

5-14 tahun 16,3%, 15-24 tahun 15,5%, pada laki-laki 14,4%, perempuan 18,0% (Kemenkes BKPK, 2023). Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Jawa Tengah tahun 2023 remaja putri yang teridentifikasi anemia sebesar 30,45% dan prevalensi anemia berdasarkan data Dinas Kesehatan Boyolali tahun 2025 remaja putri kelas 7 dan 10 yang teridentifikasi sebesar 3.681 siswi/22,2%. Jumlah remaja putri kelas 7 dan 10 yang teridentifikasi anemia di 25 Kecamatan Boyolali.



Gambar 1. 1 Jumlah remaja putri kelas 7 dan 10 yang teridentifikasi anemia

Anemia akibat kekurangan zat besi pada remaja dapat menjadi masalah serius jika tidak ditangani dengan baik, khususnya terkait dengan persiapan kehamilan atau persalinan. Remaja putri yang tidak mencegah anemia berisiko mengalami kehamilan dengan komplikasi seperti berat badan lahir rendah (BBLR), bayi prematur, bahkan kematian ibu dan anak saat melahirkan akibat kekurangan darah saat hamil. Memantau status darah dan memastikan kebutuhan zat besi adalah hal yang sangat penting guna mencegah kekurangan darah pada masa kehamilan (Guarango, 2022).

Pada penelitian Porajow *et al.*, (2021) mengungkapkan bahwa kualitas hidup kesehatan remaja berhubungan dengan aktivitas fisik, sedangkan status gizi buruk menurunkan aspek lingkungan remaja. Anemia pada remaja dapat mengganggu pertumbuhan, perkembangan psikologis sehingga mempengaruhi kualitas hidupnya, Pada penelitian Yuliawati *et al.*, (2024) menyatakan bahwa, 42,9% responden tanpa anemia tidak mengalami depresi, 50% mengalami

kecemasan sedang, 25% dengan status anemia berada di Tingkat normal stres, sementara sisanya mengalami stres dalam berbagai tingkat (ringan hingga berat). Peneliti mengatakan kondisi anemia pada remaja mungkin tidak langsung terlihat, tetapi efeknya dapat dirasakan seperti melemahkan kemampuan belajar, mengurangi interaksi sosial, menghalangi remaja dalam mencapai cita-cita, menyebabkan kelelahan berkepanjangan, Remaja yang menderita anemia menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja tanpa anemia.

Mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh merupakan hal penting untuk mempersiapkan remaja putri yang sehat dan berkualitas. Salah satu cara mencegahnya adalah dengan mencukupi kebutuhan zat besi (Fe) dengan mengonsumsi obat tambah darah/Fe. Pemerintah memiliki program untuk remaja putri dengan memberikan satu tablet Fe setiap minggu sepanjang tahun, yang totalnya mencapai 52 tablet.

Data SKI tahun 2023 Proporsi jumlah tablet Fe yang diperoleh remaja putri usia 10-19 tahun secara nasional bervariasi, dengan 7,9% didapatkan melalui fasilitas kesehatan, 6,1% melalui sekolah, dan 4,9% diperoleh secara mandiri. Dari jumlah tersebut, proporsi remaja yang mengonsumsi lebih dari 52 tablet dalam setahun adalah 4,2% (diperoleh dari fasilitas kesehatan), 3,0% (diperoleh dari sekolah), dan 4,3% (diperoleh secara mandiri). Proporsi remaja putri usia 10-19 tahun yang mendapat/membeli tablet tambah darah dalam 12 bulan terakhir di Jawa Tengah 72,6% (Kemenkes BKPK, 2023). Data pada Kabupaten Boyolali jumlah remaja putri mendapatkan tablet Fe 46.011 siswi. Data tertinggi pada wilayah puskesmas Boyolali I sebesar 5.829 siswi. Data peneliti sebelumnya kepatuhan remaja putri di Desa Senting Sambi Boyolali 89,3% berada pada tingkat rendah, 10,7% memiliki tingkat kepatuhan sedang, dan tidak ada yang menunjukkan kepatuhan tingkat tinggi (Maesaroh *et al.*, 2023).

Proporsi alasan utama tidak minum atau menghabiskan tablet Fe yang diperoleh dari sekolah pada remaja putri usia 10-19 tahun dalam 12 bulan terakhir menurut SKI 2023.

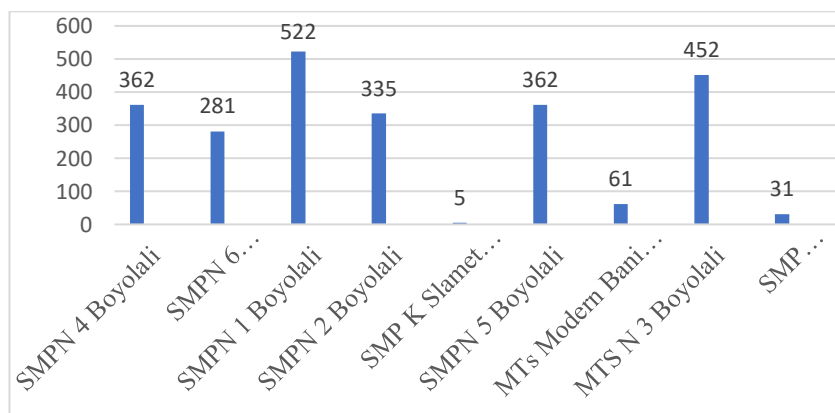
Tabel 1.1 Proporsi Alasan Utama Tidak Minum Tablet Fe Tahun 2023

	Indonesia	Kelompok usia 10-11	Kelompok usia 12-15	Kelompok usia 16-18	Kelompok usia 19
Merasa tidak perlu/tidak bermanfaat	14,5%	12,0%	15,1%	13,9%	16,3%
Hanya diminum Ketika haid	4,0%	2,8%	4,6%	3,4%	2,9%
Lupa	22,5%	20,1%	21,4%	23,4%	27,6%
Bosan	4,0%	3,8%	3,6%	4,3%	4,6%

Kemenkes BKPK, (2023)

Pada penelitian Rachmawati (2024) mengungkapkan bahwa remaja putri yang patuh mengkonsumsi tablet Fe rutin akan membawa dampak positif bagi tubuh salah satunya kadar Hb akan meningkat. Pemberian tablet Fe minimal 16 minggu dengan dosis 1 tablet seminggu sekali dan 1 tablet setiap hari selama menstruasi. Pada penelitian lainnya yang dilakukan Septina (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi tablet Fe dengan kadar Hb saat menstruasi dengan nilai $p=0,004 < \alpha = 0,05$. Dengan hasil 54,2% mengalami anemia, 75,0% remaja putri yang mengkonsumsi tablet Fe tidak mengalami anemia sedangkan 83,3% yang tidak mengkonsumsi tablet Fe mengalami anemia.

Data distribusi tablet Fe di sekolah tahun 2024/2025 wilayah puskesmas Boyolali I



Gambar 1. 2 Grafik data distribusi tablet Fe

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 1 Boyolali pada bulan Januari tahun 2025 dengan metode wawancara kepada 10 orang siswi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 7

siswi tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe, dengan alasan yang bervariasi, seperti malas, lupa dan merasa tablet Fe amis. Satu siswi patuh mengkonsumsi tablet Fe. Dua orang siswi yang memiliki riwayat penyakit anemia mengatakan sering mengalami pusing, kesulitan tidur, kelelahan, dan kesulitan berkonsentrasi dan tidak pernah mengkonsumsi tablet Fe. Sebagian besar siswi mengatakan jarang berolahraga, sering mengonsumsi makanan cepat saji, pola makan tidak teratur dan sering begadang.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kualitas Hidup Siswi SMP Negeri 1 Boyolali”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe pada siswi SMP Negeri 1 Boyolali.
- b. Mengidentifikasi kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali.
- c. Menganalisis hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah disebutkan, maka manfaat dalam penelitian adalah:

1. Bagi siswi/responden

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswi agar lebih menyadari pentingnya mengkonsumsi tablet Fe secara teratur untuk mendukung Kesehatan tubuh.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi dunia keperawatan khususnya prodi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta untuk pengembangan ilmu dan teori keperawatan khususnya hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi.

3. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian bagi peneliti adalah untuk menambah wawasan, pengetahuan, pemahaman dan pengalaman melalui penelitian tentang hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.2 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Nasir <i>et al.</i> , (2024)	Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Turikale	Variabel yang diteliti mengenai kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, Sasaran responden remaja, Penelitian menggunakan instrument kuesioner	Variabel kualitas hidup tidak diteliti oleh peneliti sebelumnya, waktu pelaksanaan penelitian, tempat pelaksanaan penelitian jumlah populasi sample responden, metode penelitian dan teknik sample, penelitian ini tidak meneliti pada pengetahuan remaja tentang anemia
2.	Ihsan, (2022)	Analisis Penyebab Rendahnya Kepatuhan Konsumsi Tablet FE pada Remaja Putri di Derah Pesisir Kecamatan Kabaena Timur	Variabel yang diteliti mengenai kepatuhan konsumsi tablet FE, sasaran responden remaja	Variabel kualitas hidup tidak diteliti oleh peneliti sebelumnya, Waktu, tempat pelaksanaan penelitian jumlah populasi sample responden, metode penelitian dan teknik sample, tidak mengkaji pada penyebab rendahnya kepatuhan konsumsi tablet FE
3.	Aura <i>et al.</i> , (2024)	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Remaja Di SMKN 1 Kecamatan Pangkalan Koto Baru	Variabel yang diteliti kualitas hidup remaja, responden remaja, penelitian menggunakan instrument kuesioner	Variabel kepatuhan minum tablet Fe tidak diteliti oleh peneliti sebelumnya, Waktu pelaksanaan penelitian, tempat pelaksanaan penelitian jumlah populasi sample responden, metode penelitian dan teknik sample, penelitian ini tidak mengkaji pada faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup remaja