

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal, yang menyebabkan penurunan kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Anemia akibat kekurangan zat besi adalah jenis anemia yang paling umum, terutama di kalangan remaja putri. Kelompok ini rentan terhadap anemia karena mereka berada dalam fase pertumbuhan yang cepat, mengalami menstruasi setiap bulan, dan sering kali memiliki pola makan yang tidak seimbang. Kondisi tersebut menjadikan anemia pada remaja putri sebagai masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapat perhatian serius (Zaitun & Rivai, 2024).

Anemia pada remaja putri berdampak luas terhadap kesehatan dan kualitas hidup. Remaja yang menderita anemia cenderung cepat merasa lelah, lesu, pusing, dan mengalami penurunan daya tahan tubuh. Selain itu, anemia juga memengaruhi kemampuan konsentrasi dan daya ingat, yang berdampak langsung pada prestasi belajar di sekolah. Dalam jangka panjang, anemia pada remaja putri dapat menurunkan produktivitas serta meningkatkan risiko komplikasi kesehatan reproduksi saat memasuki usia dewasa dan kehamilan (Setiawan *et al.*, 2022).

Selain berdampak langsung pada kesehatan remaja, anemia pada remaja putri juga memiliki konsekuensi jangka panjang terhadap kesehatan generasi berikutnya. Remaja yang menderita anemia cenderung cepat

merasa lelah, lesu, pusing, dan mengalami penurunan daya tahan tubuh. Selain itu, anemia juga memengaruhi kemampuan konsentrasi dan daya ingat, yang berdampak langsung pada prestasi belajar di sekolah. Kondisi ini dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin, meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan lahir rendah, serta berkontribusi terhadap terjadinya stunting pada anak (Puteri *et al.*, 2024).

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis yang ditandai dengan tinggi badan menurut umur berada di bawah standar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyatakan bahwa status gizi ibu sebelum dan selama kehamilan, termasuk status anemia, merupakan faktor penting yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting harus dimulai sejak masa remaja dengan memperbaiki status gizi dan mencegah anemia pada remaja perempuan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Tablet tambah darah memiliki peran penting dalam pembentukan hemoglobin dan sel darah merah. Kekurangan asupan zat besi dapat mengganggu proses pembentukan sel darah merah, yang mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin dalam darah. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan zat besi melalui konsumsi makanan bergizi dan suplementasi tablet Fe merupakan upaya utama dalam pencegahan anemia, terutama pada kelompok remaja putri yang memiliki kebutuhan zat besi lebih tinggi dibandingkan kelompok lain (Latif *et al.*, 2023).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi anemia di kalangan remaja putri di Indonesia masih cukup tinggi dan cenderung meningkat. Riskesdas 2018 mencatat bahwa prevalensi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai sekitar 32%, dengan angka pada remaja putri lebih tinggi dibandingkan remaja putra. Beberapa penelitian di tingkat daerah juga menunjukkan prevalensi anemia remaja putri berkisar antara 20–50%, yang menandakan bahwa anemia masih menjadi permasalahan gizi utama di kalangan remaja (Kemenkes RI, 2018).

Di tingkat daerah, anemia pada remaja perempuan masih merupakan masalah kesehatan yang cukup serius. Beberapa penelitian di Kota Kupang melaporkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri tergolong tinggi dan dipengaruhi oleh rendahnya asupan zat besi, pola makan yang kurang bervariasi, serta rendahnya tingkat pengetahuan remaja mengenai pencegahan anemia (Boimau *et al.*, 2024).

Sebagai langkah pencegahan anemia dan mendukung pengurangan stunting, pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah melaksanakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri, terutama di institusi pendidikan. Program ini merekomendasikan konsumsi satu tablet Tablet Tambah Darah setiap minggu untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan mencegah anemia. Namun, pelaksanaan program ini belum berjalan optimal karena masih rendahnya tingkat kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah serta kurangnya

pemahaman remaja putri mengenai manfaat dan cara penggunaan Tablet Tambah Darah yang benar (Kemenkes RI, 2020).

Pengetahuan adalah faktor penting yang memengaruhi sikap dan perilaku kesehatan individu. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik mengenai anemia dan penggunaan Tablet Tambah Darah cenderung menunjukkan tingkat kepatuhan konsumsi yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan rendah. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan menjadi salah satu kunci keberhasilan dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri (Notoatmodjo, 2018).

SMA Negeri 8 Kupang dan MAN Kupang dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan sekolah menengah atas dengan jumlah remaja putri yang cukup besar serta menjadi sasaran program pemberian Tablet Tambah Darah. Selain itu, data spesifik mengenai tingkat pengetahuan remaja putri tentang penggunaan Tablet Tambah Darah di kedua sekolah tersebut masih terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri mengenai penggunaan Tablet Tambah Darah (TTD) untuk pencegahan anemia di SMA Negeri 8 Kupang dan MAN Kupang.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat pengetahuan remaja putri mengenai penggunaan Tablet Tambah Darah untuk pencegahan anemia di SMA Negeri 8 Kupang dan MAN Kupang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Menganalisis tingkat pemahaman remaja putri terkait konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya pencegahan anemia di SMA Negeri 8 Kupang serta MAN Kupang.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri berdasarkan pengertian dan penyebab anemia.
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri berdasarkan kandungan dan fungsi Tablet Tambah Darah.
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri berdasarkan cara penggunaan Tablet Tambah Darah yang baik dan benar.
- d. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri berdasarkan manfaat Tablet Tambah Darah.
- e. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri berdasarkan efek samping Tablet Tambah Darah.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Menjadi wadah untuk menerapkan dan mengembangkan pengetahuan ilmiah yang telah diperoleh selama kuliah di Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Kupang.

2. Bagi institusi

Diharapkan dapat memperkaya koleksi literatur di perpustakaan Program Studi Farmasi serta memberikan kontribusi referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

3. Bagi instansi

Memberikan masukan ilmiah dan sumber informasi dalam merancang program edukasi kesehatan, khususnya mengenai strategi pencegahan anemia pada remaja putri melalui penggunaan Tablet Tambah Darah (TTD) dengan cara yang benar dan aman