

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tahapan perkembangan manusia mencakup fase remaja, yaitu masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Fase ini ditandai oleh perubahan psikologis serta fisik, di mana tubuh mengalami penyesuaian baik di bagian dalam ataupun luar, mempersiapkan diri untuk fungsi reproduksi, termasuk pertumbuhan tinggi dan berat badan (Mutmainnah et al., 2021). Remaja memiliki beragam kegiatan baik kegiatan pribadi maupun di sekolah. Sehingga remaja sangat kesulitan untuk mengatur pola makan maupun komposisi yang di makan, hal ini tidak sesuai dengan kebutuhan remaja. Hal ini menyebabkan remaja kerap merasa lelah, lemah, lesu, serta kehilangan energi, yang mungkin disebabkan oleh anemia ataupun yang umum disebut kurang darah (Basith et al., 2017).

Anemia ialah salah satu kendala kesehatan yang kerap dirasakan kepada remaja perempuan. Kondisi ini diakibatkan karena kekurangan sel darah merah, yang berdampak pada menurunnya suplai oksigen dan aliran darah ke otak. Hal tersebut dapat memicu gejala seperti pusing, lemah, lesu, hingga pingsan. Pada wanita, anemia didefinisikan jika kadar hemoglobin kurang dari 12 gr/dl.

Gejala anemia meliputi tubuh yang cepat merasa lelah, kulit yang terlihat pucat, sering gemetar, serta kondisi 5L yang mencakup lelah, letih, lesu, lunglai, dan lelah. Gejala lainnya adalah sering pusing dan penglihatan menjadi kabur atau berkunang-kunang. Pada kondisi yang lebih parah, kelopak mata, bibir, lidah, serta telapak tangan terlihat memucat. (Romandani et al., 2020).

Terjadinya anemia kepada remaja meliputi rendahnya asupan zat besi, menstruasi, gangguan tertentu, juga kebiasaan mengonsumsi makanan siap saji yang bisa membuat gejala anemia. Zat besi ialah mikronutrien esensial yang diperlukan dalam memproses fisiologis, misalnya produksi hemoglobin erta fungsi enzim. Pada masa pertumbuhan cepat atau kondisi kehilangan darah, seperti saat menstruasi, tubuh memerlukan lebih banyak zat besi. Hal ini menjadikan remaja putri yang rentan pada defisiensi zat besi dan anemia. langkah pemerintah didalam membereskan fenomona ini ialah pemberian tablet tambah darah pada remaja putri

sebagai calon ibu.

Pemerintah Indonesia telah meluncurkan program mencegah serta penanganan anemia kepada remaja putri sejak 2014 lewat memberi Tablet Tambah Darah (TTD) atau iron folic acid (IFA), yang juga dikenal sebagai Weekly Iron and Folic Acid Supplementation (WIFAS/WIFS). TTD adalah suplemen yang mengandung 60 mg zat besi elemental dan 400 µg asam folat, yang disediakan gratis pada fasilitas kesehatan seperti Puskesmas juga sekolah, serta dapat dibeli di apotek. Program ini dianggap berhasil jika remaja putri mengonsumsi satu tablet per minggu selama setahun penuh. Kebijakan ini didukung oleh peraturan, seperti Permenkes No. 88 Tahun 2014 tentang Standart TTD pada Wanita Subur serta Ibu Hamil, Surat Edaran No. HK.03.03/V/0595/2016 terkait distribusi TTD pada remaja putri, serta Permenkes No. 51 Tahun 2016 tentang Standard Suplementasi Gizi.

Pada 2019, pemerintah berharap 30% remaja mengonsumsi TTD, tetapi hanya 22,9% yang menerimanya secara nasional, dengan Provinsi Papua mencatat angka lebih rendah, yaitu 10,6% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). TTD dinilai efektif mengatasi anemia karena konsumsi teratur dapat meningkatkan kadar Hb hingga 8,6. Falkingham et al. (2019) juga mengungkapkan bahwasannya mengonsumsi TTD mampu mendorong konsentrasi kepada remaja juga wanita dan peningkatan IQ pengidap anemia.

Dari tahun 1990 sampai 2019, anemia sudah dilaporkan di 204 negara secara global. Afrika Barat, Asia Selatan, erta Afrika Tengah merupakan tiga wilayah dengan angka anemia tertinggi. Prevalensi anemia pada remaja putri masih cukup mengkhawatirkan. WHO menyebutkan bahwa prevalensi anemia di dunia hampir seragam, dengan rentang 40-88%. Di wilayah Asia Tenggara, sekitar 25-40% remaja putri mengalami anemia.

Menurut hasil RISKESDAS tahun 2018, 32,0% remaja berusia 15–24 tahun di Indonesia mengalami anemia, dengan prevalensi lebih tinggi pada anita (27,0%) daripada pria (20,0%). Di tahun 2019, angka prevalensi anemia kepada perempuan umur produktif (15–49 tahun) tercatat berkisar 31,2% (Faradiba, 2020). Sayangnya, tingkat kesadaran remaja untuk mencegah anemia lewat konsumsi tablet tambah darah tetap tergolong rendah.

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung (2018), angka anemia di provinsi tersebut mencapai 25,9% pada perempuan dan 21,6% pada laki-laki. Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) oleh remaja putri di Lampung tercatat sebesar 48,7%, yang belum memenuhi target nasional sebesar 58% pada tahun 2024 (Profil Kesehatan RI, 2021).

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Way Kanan (2022) menunjukkan bahwa pada tahun 2022, hanya 36,9% dari 25.896 remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Dinas Kesehatan pun membuat strategi agar gizi remaja bisa meningkat dengan pelayanan yang lebih baik.

Mengonsumsi TTD adalah cara remaja putri untuk mencegah anemia dan masalah kesehatan lainnya. Asupan zat besi dari TTD membantu pembentukan hemoglobin. Dianjurkan minum satu tablet tiap minggu selama setahun, sambil mengonsumsi makanan bergizi tinggi protein, zat besi, serta vitamin C agar zat besi diserap maksimal (Pamagin, 2023). Kalau mengonsumsi TTD tidak teratur, risiko anemia naik, dan ini dapat membuat sistem imun tubuh menurun dan lebih cepat terserang penyakit.

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Way Kanan (2022) memaparkan bahwasannya rasio anemia kepada ibu hamil di kabupaten tersebut ialah 12,52% pada 2020, turun menjadi 5,2% di 2021, dan naik kembali ke 5,79% pada 2022. Selain itu, kematian ibu hamil meningkat dari 8 kasus di 2020 menjadi 9 kasus di 2021, dengan 60% penyebabnya akibat perdarahan yang berhubungan dengan anemia. Berdasarkan data tersebut masa kehamilan menjadi faktor terjadi perdarahan yang mengakibatkan anemia. Anemia dapat dicegah dengan menerapkan penangkalan disaat belum terjadi nya fase kehamilan seperti memperhatikan faktor- faktor terjadi nya anemia sehingga terhindar dari anemia serta bisa menekan skala ibu meninggal (Djamil, R.A ,Iriyanto ,S. E & Maritansari, D.Y. (2023)

Berdasarkan hasil penelitian (Mirani, N., Syahinda, A., & Khairurnozi, M. (2021) rasio anemia defisiensi besi kepada remaja putri di Kota Langsa. Dengan total sampel berkisar 86 responden. riset ini menunjukkan rasio anemia defisiensi besi berkisar 33,7%, dan yang tidak anemia 66,3%.

Sikap remaja putri didalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

merupakan tanggapan mereka atas pemahaman akan pentingnya TTD, dan pemahaman terkait mengkonsumsi TTD lebih memotivasi remaja didalam berpikir serta bertindak agar terhindar dari anemia defisiensi besi (Andani et al., 2020).

Tingkat pengetahuan mengenai anemia remaja tidak hanya dipengaruhi oleh keberadaan informasi yang dimiliki seseorang (Wahyuningsih & Rohmawati, 2019). Bahkan ketika responden telah menerima materi terkait, rendahnya frekuensi dan persepsi negatif terhadap informasi tersebut akan menyebabkan rendahnya pemahaman mereka tentang anemia pada remaja (Indartanti & Kartini, 2014).

Pengetahuan yang terbatas mengenai anemia, mulai dari cara mendeteksi hingga gejala serta perilaku pencegahan melalui pola makan, dapat disebabkan oleh kurangnya materi pembelajaran di sekolah. Kondisi ini mengakibatkan rendahnya kesadaran remaja dan orang tua terhadap risiko serta tingkat keparahan anemia (Samputri & Herdiani, 2022). Selain itu, kurangnya edukasi mengenai manfaat konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) juga memengaruhi pemahaman responden, karena edukasi hanya diberikan kepada perwakilan kelas yang bertugas menyampaikan kepada teman-temannya. Pengetahuan adalah hasil dari proses belajar yang dipicu oleh rasa ingin tahu dan kemauan. Semakin banyak remaja putri memahami anemia defisiensi besi, semakin tinggi kesadaran mereka untuk mengonsumsi suplemen zat besi dengan rutin.

Perilaku rutin didalam konsumsi Tablet Tambah Darah sangatlah krusial untuk pencegahan serta menurunkan kasus anemia di kalangan remaja putri. Mengonsumsi yang disarankan adalah satu tablet per minggunya dengan konsisten selama setahun (52 tablet). Penting juga untuk mendukung dengan asupan makanan bergizi seimbang yang kaya protein, zat besi, serta vitamin C agar penyerapan zat besi menjadi optimal. Tablet ini bisa diperoleh di fasilitas kesehatan atau dibeli sendiri oleh remaja yang berinisiatif (Kemenkes RI, 2020). Meski demikian, sejumlah studi menunjukkan masih ada remaja yang tidak mematuhi konsumsi tablet secara teratur serta memiliki pola makan dengan asupan protein, zat besi, serta vitamin C yang mini (Putri, Simanjuntak & Kusdalinah, 2017; Sari et al., 2018; Ningtyias, Quraini & Rohmawati, 2020).

Remaja putri adalah calon ibu yang akan menjalani kehamilan serta persalinan dimasa mendatang, yang bisa mendorong risiko kematian ibu juga bayi,

persalinan prematur, serta bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) (Nurmalitasari et al., 2022). kekurangan asupan zat besi kepada masa remaja bisa jadi masalah serius jika kurang diatasi dengan tepat, khususnya saat persiapan kehamilan serta persalinan di masa dewasa. Anemia masih menjadi persoalan utama kesehatan masyarakat di Indonesia yang perlu mendapat perhatian. Anemia kepada perempuan didefinisikan menjadi kadar hemoglobin kurang dari 12 gr/dl (Basith et al., 2017).

Tablet Fe atau disebut Tablet Tambah Darah (TTD) ialah suplemen zat besi yang disalurkan oleh pemerintah kepada kelompok sasaran, salah satunya adalah remaja berusia 10-19 tahun. Penelitian memaparkan bahwasannya konsumsi TTD pada remaja putri efisien dalam mendorong kadar hemoglobin (Hb) darah serta mengurangi prevalensi anemia kepada kelompok ini (Gosdin et al., 2021; Haryanti, Kamesworo, dan Maksuk, 2021).

B. Rumusan Masalah

Mencakup latar belakang diatas, rumusan masalah didalam riset ini ialah “gambaran pengetahuan sikap serta kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMA 1 Rebang Tangkas Kabupaten Way Kanan”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum :

Adapun tujuan riset ini ialah melihat bagaimana gambaran pengetahuan serta sikap kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) SMA 1 Rebang Tangkas Kabupaten Way Kanan

2. Tujuan Khusus :

Tujuannya yaitu:

- a) Diketahui gambaran pengetahuan anemia remaja putri di SMA 1 Rebang Tangkas
- b) Diketahui gambaran sikap remaja putri di SMA 1 Rebang Tangkas dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD).

- c) Diketahui gambaran mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA 1 Rebang Tangkas.

D. Manfaat Penelitian

1.) Teoritis

Riset ini bisa berguna sebagai informasi dan menjadi sumber bacaan dalam menambah pengetahuan mengenai anemia bagi siswi di SMA Negeri 1 Rebang tangkas Kabupaten Way Kanan.

2.) Aplikatif

Hasil riset ini dapat dijadikan acuan bagi sekolah dalam pelaksanaan program perbaikan gizi anak sekolah terutama upaya pencegahan anemia

E. Ruang lingkup

Rencana penelitian yang dilakukan didalam riset tersebut ialah deskriptif yang berjudul “Gambaran pengetahuan, sikap serta kepatuhan remaja putri mengonsumsi TTD di SMAN 1 Rebang Tangkas Kabupaten Way Kanan. Dengan tujuan agar memahami gambaran pengetahuan, sikap, serta kepatuhan remaja didalam mengonsumsi tablet tambah darah. Objek penelitian yaitu remaja putri kelas X di SMAN 1 Rebang Tangkas Kabupaten Way Kanan. Variabel yang akan digunakan didalam riset ini ialah pemahaman, perilaku, serta kepatuhan remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah.