

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja putri pada masa pubertas termasuk kelompok yang rentan mengalami berbagai masalah kesehatan akibat perubahan fisik, biologis, fisiologis dan gaya hidup yang tidak seimbang. Salah satu gangguan yang sering muncul pada masa ini yaitu anemia. Hal ini disebabkan banyaknya zat besi yang hilang selama masa menstruasi. Menstruasi yang terjadi setiap bulan menyebabkan kehilangan darah secara rutin, yang berarti tubuh juga kehilangan banyak zat besi. Selain menstruasi, dalam masa pertumbuhan yang cepat dan mempunyai aktifitas yang banyak kebutuhan zat gizi termasuk zat besi meningkat (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Meningkatnya kebutuhan zat besi dalam jumlah banyak yang tidak diimbangi dengan asupan zat besi yang cukup menyebabkan remaja putri berisiko tinggi mengalami kondisi penurunan kadar hemoglobin (Handayani & Budiman, 2022). Dengan meningkatnya risiko anemia akibat kebutuhan zat besi, maka diperlukan strategi preventif berupa suplementasi zat besi melalui konsumsi tablet zat besi secara teratur. Tablet zat besi merupakan suplementasi gizi yang mengandung zat besi dan asam folat (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Pemberian tablet zat besi pada remaja putri bertujuan untuk meningkatkan tingkat hemoglobin dan untuk memperbanyak cadangan zat besi dalam tubuh (Kusumaningtyas et al., 2023).

Menurut *World Health Organization*, (2025), anemia diestimasi dialami oleh 500 juta perempuan berusia 15 hingga 49 tahun secara global.

Berdasarkan data 2019, sebanyak 539 juta (30%) perempuan tidak hamil kelompok usia 15-49 tahun menderita anemia. Wilayah Afrika dan Asia Tenggara tercatat sebagai daerah dengan kasus tertinggi menurut WHO, dengan jumlah penderita di Afrika mencapai 106 juta perempuan, sementara di Asia Tenggara terdapat 244 juta perempuan yang mengalami kondisi serupa. Kementerian Kesehatan RI, (2023) dalam Data Riskesdas 2018 menunjukkan angka kejadian anemia di Indonesia pada kelompok anak usia 5 sampai 14 tahun sebesar 26,8%, sedangkan pada kelompok remaja usia 15 sampai 24 tahun mencapai 32,0%. Sementara itu, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, mencatat bahwa prevalensi anemia pada remaja berusia 15 sampai 24 tahun di Indonesia adalah 15,5%.

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur dalam laporan Sigizi Kesga tahun 2024, jumlah remaja putri di Jawa Timur sebanyak 1.759.660 dengan kejadian anemia pada remaja putri sebesar 20,75%. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, kejadian anemia tertinggi di Bakorwil Madiun adalah Kabupaten Ngawi dengan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 35,22%. Sedangkan menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi dalam hasil capaian skrining remaja Kabupaten Ngawi tahun ajaran 2024/2025, angka kejadian anemia tertinggi di Kabupaten Ngawi adalah di wilayah kerja Puskesmas Bringin, dengan prevalensi anemia sebesar 64,85%. Berdasarkan data dari puskesmas bringin didapatkan bahwa SMP Negeri 1 Bringin memiliki kasus tertinggi anemia, dalam hasil skrining yang dilakukan tahun 2024 pada kelas VII dengan jumlah 69 siswi, didapatkan bahwa sebanyak 42 siswi mengalami anemia.

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur dalam laporan Sigizi Kesga tahun 2024, prevelensi remaja putri yang mendapatkan tablet zat besi mencapai 82.37%. Sementara itu, prevelensi remaja putri yang mengonsumsi tablet zat besi yaitu 80.77%. Sedangkan menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi remaja putri yang mendapatkan tablet zat besi sudah mencapai 86.21% dan prevelensi remaja putri yang mengonsumsi tablet zat besi sebesar 92.06%.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada November 2025 di SMP Negeri 1 Bringin didapatkan data bahwa jumlah siswa di SMP N 1 Bringin adalah 502 orang yang terdiri dari 282 siswa laki-laki dan 220 siswa perempuan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 10 siswi secara acak didapatkan fakta bahwa siswi tidak memahami dan mengerti tentang anemia, cara penanganan, pencegahan dan juga dampak anemia. Para siswi juga tidak tahu manfaat mengonsumsi tablet zat besi, kapan harus di minum, berapa kali mengonsumsi tablet zat besi dalam seminggu, apa yang tidak boleh dikonsumsi bersamaan dengan tablet zat besi. Siswi mengatakan mendapatkan tablet zat besi pada tiap minggu dan dikonsumsi bersama pada hari Rabu dengan di awasi oleh guru, jika tidak diawasi para siswi mengatakan tidak mengonsumsi tablet zat besi tersebut.

Di Indonesia kasus anemia kebanyakan terjadi karena kurangnya asupan zat besi, baik dari hewani maupun nabati. Faktor lain yang berperan dalam anemia adalah pola makan dan pola tidur yang kurang baik pada remaja, siklus menstruasi yang tidak teratur serta tidak mengonsumsi suplemen zat besi (Nurrohmah et al., 2026). Selain itu, mengonsumsi vitamin C turut memaksimalkan penyerapan zat besi dalam tubuh, dan perlu dihindari

konsumsi teh atau kopi yang terlalu banyak karena dapat menurunkan kemampuan tubuh menyerap zat besi (Turner et al., 2025).

Anemia yang dialami oleh remaja putri dapat menimbulkan dampak berupa hambatan dalam perkembangan fisik serta gangguan pada aspek perilaku dan emosional. Kondisi ini berdampak pada proses tumbuh kembang sel-sel otak yang mengakibatkan menurunnya sistem imun tubuh, terganggunya kemampuan konsentrasi, mudah merasa lelah, menurunnya pencapaian akademik, dan rendahnya tingkat produktivitas dalam bekerja. Selain itu, remaja perempuan merupakan calon ibu yang kelak akan mengalami masa kehamilan. Apabila anemia terjadi saat hamil, hal ini dapat menimbulkan berbagai komplikasi seperti keguguran, perdarahan, kelahiran prematur, gangguan pada perkembangan janin, komplikasi dalam proses persalinan, abortus, serta masalah selama masa nifas (Rusdiana & Zubaidah, 2024).

Upaya pemerintah dalam menangani anemia pada remaja putri dilakukan melalui pemberian tablet zat besi. Sejak 2014, pemerintah Indonesia melaksanakan program *Weekly Iron and Folic Acid Supplementation* (WIFAS), yaitu pemberian satu tablet setiap minggu yang berisi 60 mg zat besi elementar dan 400 mcg asam folat (Lestari et al., 2026). Namun, kepatuhan remaja putri dalam konsumsi tablet zat besi masih belum maksimal. Dua hal yang dapat berpengaruh terhadap kepatuhan saat mengonsumsi tablet zat besi yaitu petugas kesehatan serta seberapa besar tingkat kesadaran pribadi seseorang untuk mengonsumsinya (Utami & Sudaryanto, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan program suplemen tablet zat besi sangat tergantung pada seberapa patuh remaja dalam menjalankannya. Salah satu upaya meningkatkan kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi yaitu dengan pemberian edukasi

tentang pentingnya kepatuhan konsumsi tablet zat besi. Edukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta meningkatkan kesadaran remaja putri terhadap pencegahan anemia. Peningkatan pengetahuan yang diperoleh diharapkan perubahan sikap dan perilaku, khususnya dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah secara berkelanjutan (Daipadli et al., 2026)

Penelitian yang dilakukan oleh (Handayani & Budiman, 2022) didapatkan hasil bahwa terdapat korelasi yang sangat jelas antara kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu et al., 2020) didapatkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan dengan kejadian anemia pada remaja.

Allah SWT berfirman pada QS. Al-Baqarah 269 :

يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُوا الْأَلْبَابِ

Artinya: “Allah menganugerahkan al hikmah (kefahaman yang dalam tentang Al Quran dan As Sunnah) kepada siapa yang dikehendaki-Nya. Dan barangsiapa yang dianugerahi hikmah, ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. Dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari firman Allah)” (QS. AlBaqarah 269). Dengan adanya penjelasan ayat Al-Qur’an diatas kita sebagai manusia mendapatkan hikmat untuk menjaga kesehatan dan menjaga diri agar tidak terkena penyakit anemia dengan cara patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi sebagai pencegahan anemia.

Berdasarkan data di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “bagaimana hubungan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Bringin Kabupaten Ngawi.”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Bringin Kabupaten Ngawi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi Remaja Putri di SMP Negeri 1 Bringin Kabupaten Ngawi.
2. Mengidentifikasi kejadian anemia Remaja Putri di SMP Negeri 1 Bringin Kabupaten Ngawi.
3. Menganalisis hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Bringin Kabupaten Ngawi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang keperawatan dan wawasan pembaca tentang hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini memberikan informasi kepada remaja putri terkait hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

2. Bagi Universitas

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan pustaka dan sebagai bahan ajar dalam bidang keperawatan.

3. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan bagi puskesmas dalam meningkatkan program pencegahan anemia pada remaja putri dengan meningkatkan konsumsi tablet zat besi dan mempertimbangkan faktor-faktor risiko lainnya.

4. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi pihak sekolah untuk memperkuat program mengonsumsi tablet zat besi bersama dan edukasi kesehatan di lingkungan sekolah, khususnya

faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

5. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat, khususnya orang tua remaja putri, bahwa pencegahan anemia memerlukan pendekatan yang lebih luas dan tidak cukup hanya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi..

6. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai pengalaman dan pengetahuan peneliti dalam menganalisis, menulis, serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis.

7. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian terkait faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri dengan variabel atau metode yang lebih luas.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan (Masruroh et al., 2024) berjudul “*Peningkatan Kepatuhan Remaja Putri dalam Konsumsi Tablet Tambah Darah melalui Pemanfaatan Teknologi Digital*” menggunakan metode literature review terhadap artikel tahun 2018–2024. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan teknologi digital seperti aplikasi TEENFIT, Edu-Anemia, ARMi, WhatsApp Blast, dan media sosial TikTok dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri sebesar 20–23,6%. Persamaan penelitian ini dengan penelitian mendatang

terletak pada fokus kajian, yaitu kepatuhan konsumsi tablet zat besi dan kejadian anemia pada remaja putri. Perbedaannya terletak pada metode penelitian, di mana penelitian Masruroh et al. menggunakan literature review, sedangkan penelitian mendatang menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross sectional.

2. (Omasti et al., 2022) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Klungkung II”. Penelitian ini melibatkan seluruh ibu hamil TM III dengan menggunakan desain case control, pada penelitian ini membagi 2 kelompok ibu hamil yaitu kelompok kasus (26 orang) dan control (26 orang), hasil penelitian menunjukkan kelompok kasus sebagian besar yaitu 73,1% tidak patuh mengonsumsi tablet besi. Sedangkan kelompok kontrol didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 80,8% patuh mengonsumsi tablet besi. Setelah dilakukan uji chi-square diperoleh $p=0,000$ dan OR 11,4, jelas bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Persamaan penelitian ini dan penelitian yang akan datang sama-sama berfokus pada kepatuhan mengonsumsi tablet besi, tetapi responden adalah ibu hamil TM III, sedangkan responden pada penelitian yang akan datang adalah remaja putri.
3. Penelitian yang dilakukan (Widyanthini & Widyanthari, 2021) dengan judul “Analisis Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Bangli, Provinsi Bali, Tahun 2019”. Penelitian dilakukan pada Bulan September 2019, melibatkan 135 siswi, menggunakan metode penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilakukan

dengan kuesioner untuk mendapatkan data siklus menstruasi, lama menstruasi dan konsumsi tablet zat besi. Hasil penelitian menunjukkan dari 135 sampel, sebanyak 7,4% rematri mengalami anemia. Pada variabel pola menstruasi, sebanyak 68,9% rematri memiliki siklus menstruasi teratur (setiap 25-32 hari), dan mayoritas (88,9%) memiliki lama menstruasi normal (3-8 hari). Sebanyak 68,1% rematri mengatakan meminum tablet zat besi seminggu sekali. Persamaan penelitian ini dan penelitian mendatang terletak pada variabel kejadian anemia, perbedaannya pada penelitian mendatang mengidentifikasi kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi.

4. (Rusdiana & Zubaidah, 2024) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Zat Besi dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Dengan jumlah sample 33 responden dan menggunakan uji validitas analisis Chi Square. Hasil penelitian Pengetahuan tentang anemia berhubungan dengan pencegahan anemia pada remaja putri ($p = 0,027$). Sedangkan kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi tidak berhubungan dengan pencegahan anemia ($p = 0,516$). Persamaan penelitian ini dengan penelitian mendatang terletak pada kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi atau tablet zat besi. Perbedaannya yaitu pada penelitian ini menggunakan hubungan dan kepatuhan dalam pencegahan anemia, sedangkan penelitian yang akan datang menganalisis kepatuhan dengan kejadian anemia.

5. (Rehman et al., 2025) pada tahun 2025 melakukan penelitian tentang dosis dan durasi optimal suplementasi zat besi untuk mengobati anemia defisiensi zat besi pada anak dan remaja melalui tinjauan sistematis dan meta-analisis. Penelitian ini menganalisis 28 studi dengan 8.829 partisipan dari 16 negara yang diterbitkan antara tahun 2013 dan 2024. Hasil menunjukkan ukuran efek gabungan untuk peningkatan hemoglobin (Hb) adalah 2,01 gm/dL (95% CI: 1,48–2,54, $p < 0,001$). Suplementasi zat besi selama kurang dari 3 bulan menunjukkan ukuran efek tertinggi (2,39 gm/dL), sedangkan dosis rendah (<5 mg/kg/hari) efektif meningkatkan kadar Hb pada individu dengan kadar Hb awal yang lebih rendah. Hasil Penelitian suplementasi zat besi dosis rendah dengan durasi kurang dari 3 bulan atau lebih dari 6 bulan optimal untuk meningkatkan kadar Hb pada remaja dengan anemia defisiensi zat besi. Baik penelitian terdahulu maupun penelitian yang akan datang berfokus pada suplementasi zat besi untuk anemia pada remaja putri. Namun, penelitian terdahulu mengkaji dosis dan durasi optimal, sedangkan penelitian yang akan datang meneliti kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi dengan kejadian anemia.