

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia ialah penyakit di mana angka eritrosit ataupun konsentrasi hemoglobinnya berada di posisi bawah normal (WHO, 2022). Anemia umumnya terjadi pada wanita usia subur. Hal ini dikarenakan seorang wanita menghadapi siklus menstruasi yang terjadi masing-masing bulannya. Kekurangan zat fe bisa menurunkan daya tahan tubuh dan berujung pada menurunnya produktivitas. Makanan dengan kandungan protein dari sumber hewani, seperti ikan, daging dan hati dapat meningkatkan penyerapan zat besi oleh tubuh. Akan tetapi makanan tersebut tidak tersedia untuk seluruh orang sehingga dibutuhkan asupan zat besi ekstra dan didapat melalui suplemen tablet darah (Ainiyyah, 2020).

Remaja putri merupakan remaja dalam periode pertumbuhannya yang memerlukan lebih tinggi zat gizi termasuk zat besi (Ilham *et al.*, 2023). Remaja perempuan memiliki resiko tinggi terkena anemia lantaran pada usia 14-15 tahun, mereka membutuhkan penyerapan zat besi yang mencapai puncaknya, sedangkan pada remaja putra, penyerapan zat besi tersebut mencapai puncaknya satu atau dua tahun setelahnya (Umayana & Cahyati, 2015). Dampak zat besi yang berkurang pada remaja dapat memunculkan efek lemah, pucat, penurunan fokus belajar, pusing, dan letih. Pencetusnya antara lain: konsumsi Fe, tingkat ekonomi, pendidikan orang tua, tingkat pengetahuan mereka tentang anemia, durasi menstruasi, serta Vitamin C (Kaimudin *et al.*, 2017).

Presentase penduduk yang menderita anemia semakin meningkat di negara-negara berkembang sebanyak 30-48% menderita anemia defisiensi besi dan di negara maju sebanyak 4,3-20%. Prevelensi anemia 191 juta orang di Asia pada perempuan umur 15 hingga 45 tahun serta Indonesia menempati urutan ke delapan dari sebelas negara di Asia sesudah negara Srilanka dengan pengidap anemia pada orang usia 10 hingga 19 tahun 7,5

juta orang (Aiman *et al.*, 2023). Secara umum, prevalensi anemia lebih tinggi pada anak-anak 43%, ibu hamil adalah 38%, 29% wanita usia subur serta 29% wanita tidak hamil dimana terdiagnosa anemia (Susanti *et al.*, 2022). Tingkat insiden anemia pada remaja pada provinsi DIY menurut kelompok usia 10 sampai 14 tahun perempuan 129.145, laki-laki sebanyak 137.502, umur 15-19 tahun perempuan 138.348 dan laki-laki 146.481 (Nurjanah, 2020). Angka kejadian anemia gizi besi kalangan remaja perempuan pada tahun 2018 di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) usia 12 hingga 19 tahun yaitu (36,00%). Data menunjukkan kalau di Kulonprogo (73,8%), Bantul (54,8%), Kota Yogyakarta (35,2%), Kabupaten Sleman (18,4%), Gunung Kidul (18,4%) (DIY, 2018). Sementara itu, hasil survei tahun 2018 memperlihatkan angka kejadian anemia pada remaja mengalami perbaikan menjadi (19,3%) dan risiko Kekurangan Energi Kronis sebesar 46% (Risksdas 2018). Data di atas memperlihatkan bahwa tingkat anemia pada remaja di DIY cukup tinggi.

Beberapa faktor yang biasanya memicu munculnya anemia pada remaja, yaitu, tidak terpenuhinya tingkat zat fe secara cukup pada tubuh, mengalami pendarahan hebat saat menstruasi setiap bulannya, kekurangan asam folat dalam badan, terdapat penyakit dalam waktu lama, terinfeksi cacung tambang, kelainan genetik dan tidak taat mengkonsumsi tablet zat fe (Handayani *et al.*, 2022). Pola konsumsi serta suplementasi remaja dipengaruhi oleh sikap remaja dan pengetahuan remaja tentang anemia dan kebutuhan gizi yang penting. Presepsi remaja tentang bentuk tubuh dan persepsi remaja tentang kehidupan sosialnya akan mempengaruhi pola konsumsi sehingga mempengaruhi status gizi remaja, Apabila kebutuhan besi tidak mencukupi, hemoglobin dalam tubuh justru akan berkurang (Nurfaiz *et al.*, 2020). Strategi penanggulangan dan pencegahan anemia salah satu caranya menggunakan suplemen tablet penambah darah untuk remaja perempuan merupakan bagian dari kegiatan kebijakan nasional (Widiastuti *et al.*, 2020). Keseriusan pemerintah pada sebab ini dibuktikan dengan peraturan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Program ini tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 88 Tahun 2014 tentang standar tablet suplemen darah bagi

wanita usia subur serta Ibu hamil. Disusul dengan surat edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Nomor HK.03.03/V/0595/2016 yang mengatur tentang pemberian tablet tambah darah kepada remaja gadis dan wanita usia subur (Dirjen Kesmas Kementerian Kesehatan, 2016).

Tablet Fe adalah suplemen gizi tambah darah yang pemerintah sediakan dan didistribusikan kepada kumpulan sasaran, yang mana salah satu sasaran adalah kelompok remaja usia 10-19 tahun (Pamangin, 2023). Pemberian tablet fe ialah cara yang efektif guna mengatasi persoalan anemia, jika digunakan dengan teratur maka kadar Hemoglobin akan bertambah. Berdasarkan Riskesdas 2018, angka cakupan tablet penambah bagi remaja putri adalah 76,2%. Menurut data Dinkes DIY, tingkat pemberian tablet fe bagi remaja pada tahun 2020 sebesar (67,7%). Data Riskesdas memperlihatkan bahwa remaja yang menerima tablet fe di sekolah sejumlah (80,9%). Berdasarkan remaja yang menerima tablet tambah darah di sekolah, hanya sebanyak 1,4% remaja putri yang meminum 52 butir Tablet Tambah Darah (TTD), sementara 98,6% remaja putri mengonsumsi kurang dari 52 butir TTD (Riskesdas, 2018). Padahal, target capaian persentase remaja putri yang mengonsumsi TTD tahun 2024 sebesar 58%, sebagaimana tercantum dalam (Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting, 2021) mengenai Percepatan Penurunan Stunting. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran remaja akan pentingnya mencegah anemia dengan mengonsumsi tablet besi masih rendah.

Sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi tablet fe antara lain dukungan keluarga, pengetahuan, minat, dukungan usaha kesehatan sekolah, serta dukungan pada *peer group*. Teman sebaya ialah salah satunya faktor yang bisa mempengaruhi kehidupan bagi remaja (Us *et al.*, 2023). Teman sebaya dapat dimaknai menjadi kelompok sosial, sebagai teman satu kelas ataupun tutor yang memiliki kesamaan, salah satunya adalah usia yang sama (Putri & Rusli, 2020). Selama masa remaja, remaja akan akrab dengan teman sebayanya dipadankan dengan orang tuanya dan menghabiskan

waktunya lebih dari 40% bersama teman sebaya (*peer group*) (Hakim & Yusmansyah, 2017).

Teman sebaya ialah seorang remaja atau anak dengan umur atau dengan tingkat kematangan yang hampir sama sering berinteraksi dengan teman sebaya mereka yang sebaya, dan memiliki peran unik dalam budaya atau kebiasaan mereka. Teman sebaya mempunyai peranan tersendiri dalam perkembangan remaja. Peran sahabat salah satunya yang paling utama adalah memberikan perbandingan tentang dunia di luar keluarga dan menyebarkan informasi. Anak-anak memperoleh tanggapan perihal keterampilan mereka melalui *group* sebaya mereka. Anak-anak mengevaluasi kinerja mereka dengan mengukur apakah mereka lebih buruk, sama baik, atau lebih baik dibandingkan anak-anak lainnya (Suhaida & Mardison, 2019).

Salah satu cara guna meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet fe pada remaja adalah dengan cara mengajak teman untuk ikut serta dalam konseling kesehatan reproduksi bagi remaja serta edukasi teman tentang kerugian dan keuntungan enggan mengonsumsi suplemen tambah darah (Fiaturohmah & Tridiyawati, 2024). Kepatuhan akan meningkat jika pemberian suplemen dibarengi dengan observasi langsung minuman di tempat, penyuluhan kepada remaja putri secara terus menerus dengan berbagai metode, pemantauan guru, melibatkan orang tua dan kelompok sebaya (Apriani & Syafiq, 2018). Menurut (Kemenkes RI, 2016) intervensi untuk meningkatkan kepatuhan penggunaan TTD di sekolah dengan cara salah satunya penyuluhan siswa terpilih (pendidik sebaya), Siswa kemudian dapat memberikan nasihat, dukungan, pemantauan dan pendampingan (*peer group support*) kepada siswa lain untuk membantu mereka mengonsumsi TTD sesuai ketentuan.

. Remaja seringkali lebih terbuka terhadap teman sebayanya dibandingkan dengan orang tua dan gurunya. Remaja cenderung mampu mengikuti dan meniru tindakan teman sebayanya, baik yang positif maupun yang buruk, sifat yang positif akan memberi pengaruh baik dalam kehidupannya. Kaum remaja akan mencoba melakukan hal yang sama seperti teman-temannya. Perubahan tentang kepatuhan konsumsi tablet penambah

darah disebabkan karena sikap dan pengetahuan siswi selama mengikuti pola konsumsi TTD, maka muncul kemauan, kesadaran, serta siswi mampu patuh minum tablet tambah darah di sekolah. Pemberian penyuluhan yang disertai dengan media terkait mengenai anemia dan tablet tambah darah yang sudah diambil dari sumber yang sudah ada. Pemantauan yang sudah dilakukan oleh teman sebaya dengan mengajak, menginformasikan, dan memotivasi teman sebaya untuk mengkonsumsi tablet fe di sekolah mampu mengubah perilaku siswi dalam pengkonsumsian TTD (Hasanah *et al.*, 2023).

Dampak anemia pada remaja menyebabkan kurangnya kemampuan akademik di sekolah karena kurangnya semangat belajar dan kesulitan konsentrasi atau pun produktivitas kerja. Anemia pula bisa menghambat tumbuh kembang dimana menjadi tidak idealnya berat dan tinggi badan. Disamping itu, daya tahan badan akan melemah akibatnya gampang terkena penyakit. Anemia dapat juga mengakibatkan akumulasi laktat pada otot dan penurunan produksi energi (Sulistiyawati & Nurjanah, 2020).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan didapat hasil adanya perbedaan kepatuhan konsumsi TTD dengan edukasi melalui *peer group* pada kelompok yang diintervensi didapatkan nilai  $p$  value 0,007 ( $< 0,05$ ) dan  $Z$ - 2,706 hal ini menunjukkan *peer group support* efektif meningkatkan kepatuhan minum tablet zat besi pada rematri (Mulyani, 2020). Penelitian yang dilakukan (Nurafiaturahmah & Tridiyawati, 2023) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara kesadaran diri dan, peran bidan serta peran teman sebaya tentang kepatuhan meminum tablet Fe.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Godean pada tanggal 4 Mei 2024 melalui wawancara 10 siswi, dari hasil didapatkan bahwa 2 dari 10 siswi mengatakan rutin minum TTD 1x per minggu. Saat ditanya tentang edukasi antar teman sebaya untuk mengingatkan minum tablet tambah darah, siswi menjawab tidak ada teman yang saling mengingatkan dan memberi edukasi.

Oleh sebab itu, peneliti tertarik melakukan edukasi kesehatan dalam rangka guna meningkatkan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah

darah dengan cara salah satunya dengan memanfaatkan edukasi *peer group*. Peneliti juga membuat buku pegangan dikarenakan peneliti ingin buku ini tidak hanya untuk memantau kepatuhan siswi dalam mengonsumsi TTD tetapi juga dapat membagikan informasi mengenai anemia dan tablet tambah darah.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang ada, yaitu banyaknya remaja putri yang mengalami anemia, minimnya kesadaran pada remaja putri terhadap pentingnya konsumsi TTD, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu “Bagaimana Pengaruh Edukasi *Peer group* Terhadap Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri”?

### **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum  
Mengetahui pengaruh edukasi *peer group* dalam upaya peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.
2. Tujuan Khusus
  - a. Mengetahui karakteristik remaja putri SMA Negeri 1 Godean
  - b. Mendeskripsikan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sebelum diberikan intervensi Edukasi *peer group*.
  - c. Mendeskripsikan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri setelah intervensi edukasi *peer group*.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini mampu meningkatkan pemahaman, terutama dalam usaha untuk meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet penambah darah.

### **2. Manfaat Praktis**

a. Bagi program kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi referensi dalam rangka perencanaan kebijakan serta program kesehatan terkait anemia pada remaja putri

b. Bagi siswi

Meningkatkan pengetahuan serta wawasan tentang anemia serta manfaat tablet tambah darah pada remaja dan meningkatkan kesadaran diri sendiri untuk patuh pada program minum TTD sesuai aturan untuk mencegah anemia dengan harapan tidak ada lagi remaja putri mengalami anemia.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian bisa memberi informasi dan sebagai sumber data bagi pengembang penelitian lebih lanjut berkaitan dengan upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

d. Bagi Keperawatan

Hasil penelitian bisa digunakan untuk masukan bagi profesi keperawatan di masyarakat agar dalam memberikan profesi kesehatan terkait penatalaksanaan remaja patuh pada program minum TTD sesuai aturan untuk mencegah anemia dengan harapan tidak ada lagi remaja putri mengalami anemia.