BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa atau periode untuk menghubungkan anak dan dewasa atau dalam rentang umur 10 tahun sampai 18 tahun. Masa remaja merupakan masa yang penting karena berakibat langsung pada perubahan psikologis dan fisik remaja (Lasmawanti et al., 2024). Remaja Indonesia saat ini memiliki tiga masalah gizi atau *triple burdeon of malnutrition* yaitu kelebihan berat badan, kekurangan gizi dan kekurangan zat gizi mikro dengan anemia. Remaja putri dikatakan anemia apabila kadar hemoglobin dalam sel darah merah < 12 gr/dl (Kemenkes RI, 2024).

Prevalensi anemia global tahun 2023 pada perempuan dengan usia 15-49 tahun sebesar 30,7% (WHO, 2025). Prevalensi anemia di Indonesia tahun 2023 tercatat 15,5% wanita usia remaja (15-24 tahun) menderita anemia (Kemenkes RI, 2024). Prosentase prevalensi anemia di Provinsi Jawa Tengah cenderung mengalami peningkatan, tahun 2023 sebesar 30,5% dan meningkat pada tahun 2024 sebesar 57,7% (Dinkes Prov. Jateng, 2025). Kabupaten Cilacap remaja putri yang dilakukan skrining tahun 2024 mencapai 92,2 % dengan hasil 39,05 % mengalami anemia (Dinkes Kab. Cilacap, 2025).

Tingginya kasus anemia khususnya pada remaja putri diperlukan strategi untuk mencegah dan menanggulangi kejadian anemia yaitu dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) (Andani et al., 2020). Kebijakan pemerintah menganjurkan remaja putri minum 1 tablet setiap minggu selama 52-53

minggu. Manfaat utamanya adalah mencegah lemas/kurang konsentrasi, memenuhi kebutuhan zat besi, dan mencegah stunting pada keturunan di masa depan (Zaeni, 2024). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa masih banyak remaja putri yang belum mendapatkan Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia (Kemenkes RI, 2023).

Pemberian TTD pada remaja putri merupakan salah satu pelayanan gizi yang harus tetap dilakukan, sebagai salah satu cara mengurangi dampak anemia pada remaja putri (Anggraeni et al., 2025). Remaja putri yang tidak minum tablet tambah darah (TTD) berisiko tinggi menyebabkan anemia defisiensi besi akibat menstruasi bulanan. Dampaknya meliputi penurunan konsentrasi belajar dan prestasi sekolah, tubuh mudah lelah/lesu, imunitas menurun, hingga risiko jangka panjang gangguan pertumbuhan dan komplikasi kehamilan di masa depan (Muslimah, 2022).

Faktor faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada siswa antara lain pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan dukungan teman (Yanuaringsih et al., 2025). Penelitian Lubis et al. (2025) menyatakan bahwa pengetahuan yang rendah terkait tablet tambah darah (TTD) menyebabkan banyak remaja putri tidak mengonsumsi TTD sesuai anjuran. Sikap seorang remaja juga akan mempengaruhi tindakan untuk mengonsumsi TTD atau tidak. Penelitian Muntabiah et al. (2026) menyatakan bahwa teman sebaya memainkan peran penting dalam kehidupan remaja, dan biasanya merujuk pada teman sekolah atau teman yang berada pada rentang usia yang sama. Sehingga, dukungan dari teman sebaya sangat berpengaruh dalam

meningkatkan kesadaran remaja putri akan pentingnya konsumsi tablet tambah darah

Pemerintah Indonesia melalui Gerakan Nasional Aksi Bergizi berupaya membangun kesadaran pelajar mengenai pentingnya pola hidup sehat. Inisiatif ini mengajak siswa di berbagai jenjang, mulai dari SMP hingga Pesantren, untuk rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), menyantap makanan bergizi seimbang, dan aktif berolahraga. Program ini mengintegrasikan kegiatan fisik, makan bersama, edukasi kesehatan, hingga pengecekan kadar hemoglobin secara nasional (Kemenkes RI, 2024a).

Cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 78,9%. Cakupan pemberian TTD tertinggi terdapat pada Kep. Bangka Belitung sebesar 97,5%, Provinsi Bali sebesar 92,3%) dan Kepulauan Riau sebesar 90%. Cakupan pemberian TTD di Provinsi Jawa Tengah menempati urutan ke-14 sebesar 59,3% masih jauh berada di bawah cakupan Nasional (Kemenkes RI, 2024c). Hasil skrining anemia pada remaja putri kelas 7 dan 10 di Provinsi Jawa Tengah tahun 2023 dengan hasil 30,45% remaja putri mengalami anemia. Cakupan TTD pada remaja putri di Kabupaten Cilacap tahun 2023 sebesar 72,2%. Cakupan ini jauh di bawah dari cakupan Propinsi Jawa Tengah sebesar 85,4% dan Kabupaten Cilacap berada di peringkat delapan terbawah dan Kabupaten dengan cakupan terendah terdapat pada Kabupaten Boyolali (36,8), Kabupaten Sragen (43%) dan Kabupaten Kendal (63,2%) (Dinkes Prop. Jateng, 2024).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia antara lain : pola menstruasi, penyakit infeksi, faktor istirahat, pengetahuan yang kurang tentang gizi dan status ekonomi orang tua. Kurangnya kandungan zat besi dari makanan yang dikonsumsi memiliki peran penting dalam meningkatkan Hemoglobin (Viorenza et al., 2024). Diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh akan menyebabkan tubuh kekurangan zat-zat penting seperti zat besi (Andini et al., 2024). Riset Yulianti et al. (2024) menyatakan bahwa adanya hubungan antara status gizi, siklus menstruasi dan pengetahuan dengan anemia pada remaja putri.

Pengetahuan dan sikap seseorang mengenai pencegahan anemia akan mempermudah terbentuknya perilaku seseorang dalam mengkonsumsi TTD. Pengetahuan dari semua peristiwa yang terjadi pada seseorang akan mendapatkan sebuah pengalaman dan membentuk keyakinan, kesadaran serta sikap atau kecendrungan dalam berperilaku mengkonsumsi TTD. Perilaku mengkonsumsi TTD merupakan tindakan seseorang sebagai upaya dalam pencegahan anemia guna meningkatkan kadar hemoglobin darah. Pembentukan perilaku mengkonsumsi TTD yang didasari dari pengetahuan dan sikap dapat berlangsung relatif lama (Andani et al., 2020).

Pengetahuan dan sikap memiliki korelasi yang sangat kuat; kedalaman pemahaman seseorang terhadap suatu objek akan secara langsung membentuk arah sikapnya. Idealnya, penguasaan informasi yang komprehensif akan melahirkan sikap yang positif dan tepat. Sebaliknya, minimnya literasi remaja mengenai anemia berdampak pada rendahnya kepedulian mereka dalam

mengatur pola makan serta melakukan tindakan preventif (Fariktahma et al., 2025). Sikap merupakan bentuk penilaian personal terhadap suatu hal yang tercermin melalui perasaan atau pandangan tertentu. Manifestasinya terlihat dari bagaimana seseorang menunjukkan posisi mereka, apakah mereka mendukung (setuju/suka) atau menolak (tidak setuju/tidak suka) terhadap konsumsi tablet tambah darah (Zaeni, 2024). Riset Andani et al. (2020) menunjukkan bahwa remaja yang mempunyai sikap positif cenderung akan minum tablet TTD (64,7%) dibandingkan remaja putri dengan sikap negatif yang sebagian besar cenderung tidak mium TTD (66,1%).

SMA Negeri 1 Cilacap merupakan salah satu SMA di wilayah kota Kabupaten Cilacap. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap tahun 2026 menyebutkan bawah berdasarkan hasil *screening* kadar Hb di sekolah-sekolah di wilayah kota didapatkan hasil SMA Negeri 1 Cilacap merupakan sekolah dengan prevalensi anemia terbanyak sebesar 62,2%. Hasil ini menjadi perhatian bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap dalam menangani anemia pada remaja (Dinkes Kab. Cilacap, 2026).

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 13 Mei 2026 terhadap 10 siswi di SMA N 1 Cilacap dengan melakukan wawancara didapatkan hasil bahwa 8 (80 %) siswi tidak mengetahui manfaat tablet tambah darah. Siswi tidak mengetahui tujuan mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 7 (70%) orang. Siswi tidak mengetahui aturan konsumsi tablet tambah darah sebanyak 6 (60 %) orang dan semua siswi belum pernah mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 8 (80%) orang.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA N 1 Cilacap.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang tersebut, maka penulis ingin mengetahui "Bagaimana gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA N 1 Cilacap?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

   Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA N 1 Cilacap.

2. Tujuan khusus

   a. Mendeskripsikan karakteristik remaja putri berdasarkan umur dan riwayat konsumsi TTD di SMA N 1 Cilacap.

   b. Mendeskripsikan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA N 1 Cilacap.

   c. Mendeskripsikan sikap remaja putri tentang konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMA N 1 Cilacap.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

   Penelitian ini nantinya dapat sebagai acuan dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri khususnya tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah dalam mencegah terjadinya anemia.

2. Bagi Instalansi Pelayanan Kesehatan

   Penelitian ini bisa berguna sebagai sumber inforamsi ilmiah untuk menambah pengetahuan dalam penanganan masalah pengetahuan dan sikap remaja putri tentang konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya pencegahan anemia.

3. Bagi remaja putri

   Penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan dan pengetahuan pada remaja putri tentang konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sehingga remaja putri dapat lebih patuh dalam mengkonsumsi TTD.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang terkait dengan penelitian yang dilakukan penulis disajikan dalam Tabel 1.1.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Peneliti, Tahun dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan dan Persamaan penelitian
Zaeni (2024), Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah di SMP Negeri 2 Kota Cirebon Tahun 2023	Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VII, VIII, dan IX di SMP Negeri 2 Kota Cirebon tahun ajaran 2022/2023, dengan jumlah sampel sebanyak 85 siswi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan, sikap, dan konsumsi TTD.	Remaja Putri sebagian besar mengonsumsi TTD sesuai anjuran (1 tablet/minggu) sebesar 74,1% siswi. Siswi sebagian besar memiliki pengetahuan dengan kategori baik (74,1%). Siswi sebagian besar memiliki sikap positif (89,4%). Konsumsi remaja putri mayoritas berada dikategori sesuai anjuran (74,1%).	Persamaan : 1. Menggunakan variabel tunggal yaitu pengetahuan dan sikap tentang Tablet Tambah Darah (TTD) 2. Desain penelitian menggunakan kuantitatif deskriptif dengan desain *cross sectional*. Perbedaan : 1. Instrumen penelitian yang akan digunakan peneliti untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang Tablet Tambah Darah disusun oleh peneliti. 2. Tempat dan waktu penelitian.
Anggraeni et al. (2025), Analisis Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri	Jenis penelitian kuantitatif dengan design *cross sectional*, dengan jumlah sampel 364 responden menggunakan Teknik sampel random sampling. Subjek dalam penelitian yaitu seluruh remaja putri kelas 7 dan 8 (SMP) dan kelas 10 dan 11 (SMA) di wilayah perkotaan dan pedesaan Kabupaten Way Kanan. Teknik pengumpulan data melalui wawancara langsung, Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat dan multivariat.	Ada hubungan pengetahuan (p-value 0,037), OR (odd ratio) 2.258, Dukungan orang tua p-value 0,025 OR (odd ratio) 2.331, Peran petugas kesehatan p-value 0,008 OR (odd ratio) 2.535, Peran guru sekolah p-value 0,010 OR (odd ratio) 2.394, peran petugas kesehatan variabel dominan yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP dan SMA Kabupaten Way Kanan dengan p-value 0,006 dan OR 2.560	Persamaan : 1. Desain penelitian menggunakan *cross sectional*. 2. Sampel adalah remaja putri. Perbedaan : 1. Menggunakan variabel tunggal yaitu pengetahuan dan sikap tentang Tablet Tambah Darah (TTD) 2. Instrumen penelitian. 3. Tempat dan waktu penelitian.
Ansyariah et al. (2023), Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap Tindakan	Penelitian ini menggunakan metode Observasional Analitik dengan rancangan	Tingkat pengetahuan terbanyak yaitu dengan kategori	Persamaan : 1. Menggunakan variabel tunggal yaitu pengetahuan dan

Peneliti, Tahun dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan dan Persamaan penelitian
terhadap Tablet Fe, dan Status Gizi pada Remaja Putri Anemia	penelitian *Cross sectional*. Sampel dalah 33 remaja putri yang mengalami anemia. Analisis data menggunakan analisis univariat.	kurang (39%). Tingkat Sikap terbanyak dengan kategori sedang (42,4%). dan Tingkat tindakan terbanyak dengan kategori kurang (57,6%) dan Status Gizi terbanyak dengan kategori baik (82%)	sikap tentang Tablet Tambah Darah (TTD) 2. Desain penelitian menggunakan kuantitatif deskriptif dengan desain *cross sectional*. Perbedaan : 1. Instrumen penelitian yang akan digunakan peneliti untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang Tablet Tambah Darah disusun oleh peneliti. 2. Tempat dan waktu penelitian.