

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja mengalami perkembangan kritis yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan nutrisi yang signifikan. Peningkatan kebutuhan gizi remaja terdiri dari protein, kalsium, zat besi, dan zink. Kekurangan zat besi meningkatkan risiko anemia (WHO, 2023a). Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia disebabkan remaja putri mengalami menstruasi. Untuk mengganti zat besi yang hilang karena menstruasi, remaja putri lebih banyak membutuhkan zat besi dibandingkan remaja laki-laki (Angrainy *et al.*, 2019). Remaja putri juga berisiko lebih tinggi terkena anemia dikarenakan meningkatnya kebutuhan nutrisi untuk mendukung pertumbuhan yang maksimal, menstruasi, dan remaja putri juga seringkali menjaga penampilan dengan diet (Ekasanti *et al.*, 2020).

World Health Organization (WHO) menyebutkan prevalensi anemia tahun 2021 pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun secara global adalah sebesar 29.9% (WHO, 2021). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2021, prevalensi anemia pada remaja di Indonesia berusia 13-18 tahun sebesar 22,7%, artinya 3 sampai 4 dari 10 remaja menderita anemia (Riskesdas, 2021). Angka kejadian anemia pada remaja di Provinsi Sumatera Barat berdasarkan Survei Pemantauan Status Gizi (PSG) yang dilaksanakan oleh Dinas

Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2020 sebanyak 43,1% (Dinkes Sumbar, 2021). Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023 tercatat sebanyak 34,12% remaja putri mengalami anemia (Dinkes Kota Padang, 2023).

Faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja putri melibatkan sejumlah penyebab utama yang saling terkait. Salah satu penyebab utama adalah kekurangan zat besi, yang sering terjadi akibat rendahnya asupan zat besi dari sumber hewani, seperti daging merah dan ikan, serta kebiasaan makan yang tidak sehat, seperti konsumsi makanan cepat saji (Wandasari, 2022). Selain itu, faktor-faktor yang menghambat penyerapan zat besi, seperti konsumsi teh, kopi, atau makanan tinggi kalsium berlebihan juga dapat memperburuk kondisi ini (Novita Sari *et al.*, 2024). Perdarahan yang terjadi akibat menstruasi juga menjadi faktor signifikan, karena kehilangan darah rutin meningkatkan kebutuhan tubuh akan zat besi (Jesika Agustia *et al.*, 2024). Di sisi lain, hemolitik, yaitu penghancuran sel darah merah lebih cepat daripada produksi, juga berkontribusi terhadap anemia, terutama pada kondisi seperti talasemia atau gangguan genetik lainnya (WHO, 2023a).

Dampak yang akan terjadi akibat anemia pada remaja yaitu dapat menghambat pertumbuhan fisik, mengganggu perkembangan sel otak sehingga dapat menurunkan daya tahan tubuh, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktivitas kerja yang rendah (Lodia Tutuop *et al.*, 2023).

Dampak langsung dari anemia adalah mata berkunang-kunang dan sering mengeluh pusing, kulit, lidah, bibir, kelopak mata dan telapak tangan terlihat pucat, terlihat letih, lemah, lesu, lelah, dan lunglai (Sudarti *et al.*, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Alfiah *et. al* yang menunjukkan bahwa 30-50% remaja putri mengalami gejala seperti kelelahan, penurunan motivasi, lesu, dan kurang bersemangat dalam aktivitas sehari-hari (Alfiah *et al.*, 2021).

Anemia juga memberikan dampak jangka panjang terutama saat kehamilan, karena kebutuhan zat besi meningkat dan jika tidak ditangani, dapat membahayakan ibu dan janin (Apriyanti, 2019). Ibu yang mengalami anemia saat hamil berisiko melahirkan bayi BBLR, prematur, gangguan tumbuh kembang seperti *stunting* serta perdarahan sebelum dan saat melahirkan (Utami *et al.*, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Farhan dan Danny, yang menunjukkan bahwa ibu dengan anemia memiliki resiko 2,4 kali lebih besar melahirkan bayi BBLR dan 4,5 kali lebih tinggi melahirkan bayi prematur dibandingkan ibu tanpa anemia (Farhan & Dhanny, 2021).

Sebagai respon terhadap tingginya prevalensi anemia, WHO (2022) merekomendasikan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai intervensi prioritas. Tablet tambah darah sangat bermanfaat bagi remaja putri untuk mengganti kehilangan zat besi akibat menstruasi dan memenuhi kebutuhan zat besi yang tidak terpenuhi dari makanan sehingga kadar hemoglobin dalam darah tetap terjaga. Manfaat zat besi lainnya adalah dapat meningkatkan

konsentrasi, menjaga kesegaran tubuh, dan mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil (WHO, 2022).

Sebagai upaya untuk mengatasi masalah ini, Kementerian Kesehatan Indonesia telah meluncurkan program distribusi tablet tambah darah yang diberikan secara rutin kepada remaja melalui sekolah-sekolah. Program ini mengatur pemberian satu tablet sekali per minggu dan satu tablet per hari saat haid (BKKBN, 2020). Meskipun program ini bertujuan untuk mengatasi masalah anemia, pelaksanaannya belum berjalan efektif karena rendahnya tingkat kepatuhan dan kesadaran remaja putri untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin, yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang manfaat tablet tambah darah dan pentingnya konsumsi secara teratur (Hartono, 2023).

Meskipun menghadapi berbagai tantangan, cakupan pemberian TTD pada remaja putri di Indonesia tahun 2023 menunjukkan hasil yang cukup mengembirakan. Pada tingkat nasional, cakupan mencapai 78,91% (Kemenkes RI, 2024). Di Sumatera Barat, cakupannya lebih tinggi, yaitu 84%, yang menunjukkan keberhasilan program ini di tingkat provinsi. Namun, di Kota Padang, berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023 Edisi 2024 rata-rata remaja putri yang memperoleh dan mengonsumsi TTD sedikit lebih rendah, yaitu 74,94% (Dinkes Kota Padang, 2024).

Salah satu cara untuk mengatasi tantangan tersebut adalah dengan melakukan upaya promotif, seperti penyuluhan kesehatan. Penyuluhan atau pendidikan kesehatan mengupayakan agar perilaku individu, kelompok,

masyarakat mempunyai pengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan. Dalam rangka pembinaan dan peningkatan perilaku kesehatan masyarakat, metode pendidikan lebih cepat dibandingkan dengan metode paksaan (Saputra, 2024).

Salah satu metode pendidikan yang dianggap relevan adalah dengan *peer education* atau pendidikan sebaya. Domas (2020) menyebutkan bahwa remaja sangat dipengaruhi oleh teman sebaya mereka. Jika seorang remaja memiliki pengetahuan yang cukup tentang anemia dan manfaat tablet tambah darah, ia dapat berbagi informasi ini dengan teman-temannya, mendorong perilaku yang lebih sehat secara kolektif. Metode *peer education* memungkinkan transfer pengetahuan yang lebih efektif karena remaja cenderung lebih mudah menerima informasi dari teman sebaya yang mereka percayai. Pendidikan sebaya remaja juga dapat lebih terbuka dan percaya diri dalam menyampaikan pikirannya karena remaja sudah merasa akrab terlebih dahulu dengan *peer educator*, sehingga tidak ada ketakutan dari setiap individu dalam bertanya ataupun berpendapat (Utari *et al.*, 2019).

Efektivitas *peer education* dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja didukung oleh beberapa penelitian. Luluk dan Sofi (2024) menunjukkan perubahan yang signifikan dalam pengetahuan dan perilaku remaja sebelum dan sesudah pendampingan pendidik sebaya. Hal serupa juga ditemukan dalam studi Helmi (2023) yang mengungkapkan bahwa intervensi *peer education* secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan reproduksi remaja. Selain itu penelitian Astari & Fitriyani (2019)

menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan HIV-AIDS dengan (ρ value = 0,000). Keberhasilan metode ini dalam berbagai bidang kesehatan menunjukkan potensinya untuk diterapkan pada masalah lain, termasuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah (Permanasari *et al.*, 2021)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Raharjo & Indrayati, terdapat peningkatan kepatuhan dalam konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pembentukan *peer group*. Kepatuhan ini dipengaruhi oleh persepsi remaja terhadap perilaku kesehatannya seperti niat untuk mengonsumsi tablet tambah darah dengan frekuensi satu tablet setiap minggu dan 1x sehari saat haid (Ningtyias *et al.*, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman remaja tentang manfaat konsumsi tablet tambah darah dapat mempengaruhi keputusan mereka untuk mengonsumsinya secara teratur.

Pengetahuan tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah berkaitan erat dengan perilaku yang akan ditunjukkan oleh individu. Perilaku merupakan semua aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo, 2014). Menurut Bloom (1908), perilaku manusia terdiri dari tiga bagian yaitu pengetahuan, sikap, dan tindakan. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam pembentukan perilaku seseorang. Perilaku yang didasari pengetahuan yang baik akan lebih efektif dibandingkan dengan perilaku yang

tidak didasari pengetahuan (Notoatmodjo, 2007 dalam Suwanti dan Aprilin, 2017).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Januarti & Yulianto, Hasil analisis rerata pengetahuan responden sebelum diberikan *peer education* didapatkan hasil rerata (*mean*) pengetahuan 53,99% menjadi 74,99% setelah diberikan intervensi. Pengetahuan responden meningkat setelah peneliti melakukan intervensi berupa pemberian materi edukasi atau penyuluhan mengenai suplementasi tablet tambah darah dengan metode *peer education* (Januarti & Yulianto, 2024). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu, yang menyatakan tingkat pengetahuan yang kurang menyebabkan rendahnya kesadaran remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Hartono *et al.*, 2023).

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek (Notoadmodjo, 2018b). Berdasarkan penelitian Beda Ama *et al* tentang pengaruh pemberdayaan konselor sebaya terhadap pengetahuan dan sikap mengonsumsi tablet tambah darah. analisis rerata sikap responden sebelum pemberdayaan konselor sebaya didapatkan hasil rerata (*mean*) sikap 75,6% menjadi 80,64%. Terlihat peningkatan yang signifikan setelah diberikan intervensi, yang mencerminkan keberhasilan program dan kontribusi positif dari konselor sebaya (*Peer educator*). Ini menunjukkan bahwa pemberdayaan dengan metode ini efektif meningkatkan sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah (Beda Ama *et al.*, 2024).

Berdasarkan data yang didapat SMAN 16 Kota Padang merupakan sekolah menengah atas yang program ekstrakurikuler PMRnya merupakan yang terbaik di kota padang. PMR merupakan organisasi remaja di lingkungan sekolah atau lembaga pendidikan yang berfokus pada kegiatan kepalangmerahan melalui program ekstrakurikuler. Anggota PMR yang tertarik pada bidang kesehatan menjadi mitra yang tepat untuk melakukan pemberdayaan di sekolah. Dari konsep *peer* tersebut, PMR dapat dijadikan sebagai *peer educator* karena dianggap mampu dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja remaja putri di sekolah mengenai konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 November 2024 yang dilakukan kepada 10 orang siswi di SMA 16 Padang didapatkan 7 di antaranya tidak mengetahui apa itu anemia, sementara 3 siswi menganggap anemia sebagai kekurangan darah. Sebagian besar siswi tersebut memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dan jarang mengonsumsi sayuran. Dari hasil pemeriksaan konjungtiva, terdapat 6 siswi menunjukkan tanda konjungtiva anemis. Selain itu, hanya 3 siswi yang pernah mengonsumsi tablet tambah darah itu pun tidak rutin. Sedangkan 7 siswi lainnya yang tidak mengonsumsi tablet tambah darah karena merasa enggan akibat efek samping berupa mual.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Pembina PMR di sekolah tersebut menunjukkan bahwa belum pernah ada penyuluhan mengenai anemia, khususnya terkait anjuran konsumsi tablet tambah darah. Meskipun demikian,

pihak puskesmas Kuranji telah menyediakan stok tablet tambah darah untuk sekolah, namun distribusinya belum terlaksana karena belum ada kesempatan untuk mensosialisasikan dan menyalurkannya kepada siswi di SMAN 16 Padang.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti melakukan penelitian yang berjudul, “Pengaruh *Peer Education* terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Konsumsi Tablet Tambah Darah sebagai Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 16 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia di SMAN 16 Padang?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia di SMAN 16 Padang.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui rata-rata pengetahuan remaja putri dalam konsumsi tablet

tambah darah sebelum dan sesudah diberikan *peer education* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

- b. Mengetahui rata-rata sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah diberikan *peer education* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- c. Mengetahui perbedaan pengetahuan remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah dengan *peer education* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- d. Mengetahui perbedaan sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah dengan *peer education* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- e. Mengetahui pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- f. Mengetahui pengaruh *peer education* terhadap sikap remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

Hasil data yang diperoleh dapat dijadikan data dasar bagi institusi pendidikan dan data pendukung untuk penelitian selanjutnya. Serta diharapkan dapat menambah teori yang sudah ada mengenai bagaimana

pendidikan kesehatan yang efektif dan efisien terhadap pengetahuan dan sikap dalam pencegahan anemia dengan mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur dan sesuai anjuran.

2. Bagi Intitusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai data sekolah tentang anemia dan menjadi acuan dalam pembentukan program usaha kesehatan sekolah, bekerjasama dengan puskesmas untuk mengedukasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai gambaran, panduan, bahan rujukan atau referensi yang mendukung bagi peneliti selanjutnya untuk mengetahui pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan dan sikap remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia.

