

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Permasalahan kesehatan dan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) menjadi fokus perhatian di Indonesia karena dampaknya yang signifikan terhadap angka kesakitan dan kematian ibu serta anak, sekaligus berdampak pada kesejahteraan hidup bayi. Timbulnya permasalahan gizi pada anak dibawah dua tahun erat kaitannya dengan kesehatan wanita dan persiapan gizi ibu hamil, termasuk gizi pada remaja putri (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Masalah gizi yang masih banyak terjadi pada remaja putri di Indonesia adalah anemia defisiensi besi. Remaja diartikan sebagai fase transisi perkembangan yang berawal dari pubertas dan berakhir pada masa dewasa, dengan indikator seperti pernikahan, kepemilikan anak, serta penyelesaian studi formal, kira-kira pada usia 10–19 (United Nations Children's Fund, 2021). Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja didefinisikan sebagai populasi dengan rentang umur 10 sampai 18 tahun. Keberagaman definisi yang ada menunjukkan belum tercapainya konsensus universal mengenai klasifikasi usia kelompok remaja. Namun, masa remaja merupakan masa transisi antara kanak-kanak dan masa dewasa dimana seseorang mengalami banyak perubahan, antara lain perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis, dan emosional (UNICEF, 2021).

Beberapa perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan hal yang fisiologis, seperti pertumbuhan dan perkembangan fisik yang pesat dan terjadinya menstruasi pada remaja putri sehingga kebutuhan akan zat gizi makro dan mikro di kalangan remaja sangat tinggi. Salah satunya adalah kebutuhan zat besi, jika kebutuhan dari zat besi (Fe) tidak terpenuhi dapat menyebabkan anemia (Sari *et al*, 2022). Anemia merupakan kondisi penurunan kadar hemoglobin (Hb) darah yang berada di bawah ambang batas nilai normal (WHO, 2020). Anemia merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang termasuk ke dalam permasalahan terbesar di dunia, terutama di negara berkembang dimana menimbulkan dampak berupa gangguan kapasitas fisik, pertumbuhan, produktivitas, serta sistem imunitas. Dalam jangka panjang, anemia pada remaja putri berisiko meningkatkan

komplikasi kehamilan yang berujung pada kelahiran bayi dengan berat badan rendah (BBLR) dan kematian neonatal dalam 28 hari pertama kehidupan. (Chen *et al.*, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa prevalensi anemia remaja di dunia pada tahun 2020 sebesar 32,5% (WHO, 2020). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja di Indonesia mencapai 32%, yang berarti terdapat 3-4 dari setiap 10 remaja Indonesia mengalami anemia (Kemenkes RI, 2023). Data UNICEF (2021) melaporkan bahwa di Indonesia, prevalensi anemia tertinggi terdapat pada kelompok remaja putri usia 13–15 tahun, yaitu sebesar 22,7%. Menurut Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja sebesar 23,7% (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024).

Penyebab anemia pada remaja antara lain kurangnya asupan gizi, adanya penyakit penyerta dan konsumsi tablet tambah darah (TTD) yang belum optimal. Menurut Riskesdas 2018, angka konsumsi TTD pada remaja putri masih sangat rendah sebesar 1,4%. Rendahnya konsumsi TTD pada remaja putri disebabkan kurangnya pengetahuan mengenai TTD. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 bahwa sebesar 53,2 % alasan utama remaja tidak mengkonsumsi TTD karena pengetahuan mengenai TTD yang tidak adekuat sesuai dengan kelompok umur 12-15 tahun (Survei Kesehatan Indonesia, 2023)

WHO melalui *World Health Assembly* (WHA) ke-65 merekomendasikan rencana aksi dan target global untuk nutrisi ibu, bayi, serta anak, dengan target menurunkan prevalensi anemia pada wanita usia subur (WUS) hingga 50% pada tahun 2025. Sebagai tindak lanjut rekomendasi ini, pemerintah Indonesia menjalankan upaya pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri dan WUS. Mengacu pada rekomendasi WHO, strategi penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS diprioritaskan pada aktivitas promosi dan pencegahan melalui penyuluhan tentang anemia serta distribusi tablet tambah darah (TTD) (Kemenkes, 2023).

Upaya pemberian pendidikan kesehatan mengenai anemia dan gizi seimbang serta pemberian TTD pada remaja khususnya anemia pada remaja diperlukan untuk meminimalisir terjadinya anemia pada remaja putri. Pendidikan kesehatan ini

merupakan bagian dari promosi kesehatan yang bermanfaat untuk mengubah pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat (Suryana B dkk., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Wiafe (2023) menyatakan bahwa pendidikan gizi meningkatkan asupan zat besi dan mengurangi prevalensi anemia pada remaja (Wiafe, 2023). Remaja menjadi target strategis karena berada pada fase pembelajaran yang memungkinkan mereka lebih mudah menyerap informasi. Studi tentang peran edukasi kesehatan menunjukkan adanya dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia (Ghadam et al., 2023).

Salah satu cara untuk mengatasi permasalahan anemia adalah dengan melakukan pendekatan melalui peran teman sebaya untuk dilatih sebagai *peer educator*. Program *peer education* remaja memberikan manfaat yang besar bagi remaja lainnya. Hasil penelitian oleh Fitria, et al (2021) menjelaskan bahwa terdapat perbedaan rerata nilai pengetahuan ($p=0,0001$) dan sikap ($p=0,0001$) tentang anemia dan kekurangan energi kronik (KEK) pada pemberian edukasi dengan teman sebaya, artinya edukasi yang diberikan oleh *peer educator* kepada teman sebaya sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan peningkatan pengetahuan dan sikap terkait pencegahan anemia pada remaja dengan peran *peer educator* (Yurisma dkk., 2024). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Styanigrum, et al (2020) menjelaskan bahwa pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum dilakukan intervensi edukasi menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan setelah intervensi ($p<0,05$). Intervensi edukasi yang dilakukan di sekolah memberikan dampak positif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri (Styanigrum, 2020). Suplementasi zat besi oral umumnya efektif dalam mengoreksi anemia defisiensi besi dan memulihkan cadangan zat besi tubuh. Respons terapeutik yang adekuat ditandai dengan peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1 g/dL dalam kurun waktu 4 minggu (Pantopoulos, 2024).

Berdasarkan data hasil skrining kesehatan peserta didik di Kota Padang tahun 2023 didapatkan siswa SMP sederajat mengalami anemia sebesar 25,2% (Dinkes Kota Padang, 2023). Data dari Informasi Data Pokok Pendidikan Islam Direktoral

Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI dan Dinas Pendidikan Kota Padang tahun 2024, Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTsN) 6 Kota Padang merupakan Sekolah Menengah Pertama (SMP) terbanyak di Kota Padang dengan jumlah siswa 1180 orang dan jumlah remaja putri sebanyak 663 orang. MTsN 6 Kota Padang juga merupakan peraih juara 1 sekolah sehat jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP)/Madrasah Tsanawiyah (MTs) tahun 2023 di Provinsi Sumatera Barat. MTsN 6 Kota Padang berlokasi di Kelurahan Gunung Pangilun dan termasuk dalam cakupan wilayah kerja Puskesmas Alai. Anemia pada remaja di wilayah kerja puskesmas alai sebanyak 24,3%, dimana angka tersebut tinggi dibandingkan dengan prevalensi anemia remaja di Kota Padang. Observasi awal yang telah dilakukan di MTsN 6 Kota Padang dengan melakukan wawancara kepada Pembina Unit Kesehatan Sekolah (UKS). Wawancara yang dilakukan kepada Pembina UKS di MTsN 6 Kota Padang mengatakan bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan terkait anemia pada remaja putri serta pendistribusian pemberian TTD yang tidak merata kepada remaja putri. Dari fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh *peer education* dan tablet tambah darah terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di MTsN 6 Kota Padang”

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh *peer education* dan pemberian tablet tambah darah terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di MTsN 6 Kota Padang?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *peer education* dan pemberian tablet tambah darah terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di MTsN 6 Kota Padang

1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian di MTsN 6 Kota Padang ini adalah untuk:

1. Mengetahui pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan pada remaja putri anemia di MTsN 6 Kota Padang
2. Mengetahui pengaruh *peer education* terhadap sikap pada remaja putri anemia di MTsN 6 Kota Padang
3. Mengetahui pengaruh *peer education* dan pemberian TTD terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di MTsN 6 Kota Padang

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan terkait anemia remaja, menjadi referensi pada penelitian yang akan datang serta dapat menambah teori yang sudah ada mengenai bagaimana pengaruh *peer education* dan pemberian TTD terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan kadar hemoglobin pada remaja putri.

1.4.2. Manfaat Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan remaja putri di MTsN 6 Kota Padang dapat mengetahui terkait anemia dan pemberian TTD melalui *peer education* dan pemberian TTD serta dapat menjadi acuan untuk bisa lebih mengenal tentang anemia dan dapat mendeteksi dengan tepat anemia pada diri mereka.

1.4.3. Manfaat Bagi MTsN 6 Kota Padang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi sekolah terkait anemia pada remaja putri, sehingga dapat meningkatkan kesehatan siswa, mendukung prestasi akademik dan memperkuat program Usaha Kegiatan Sekolah (UKS).