

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat global yang mempengaruhi negara maju maupun berkembang. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif 15-49 di dunia sebesar 30,7% dan prevalensi anemia pada wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 30,5% di mana kategori usia remaja termasuk ke dalamnya (WHO, 2023). Di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja putri usia 15-24 tahun sebesar 32% artinya 3-4 dari 10 orang remaja putri menderita anemia (Riskesdas, 2018). Kondisi ini juga terlihat pada remaja putri di Provinsi Kalimantan Barat, di mana data menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri pada tahun 2018 sebesar 23,8% dan pada tahun 2019 sebesar 16,4% (Octavianty dkk., 2024).

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah nilai normal sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh menjadi berkurang. Penurunan kadar hemoglobin tersebut menyebabkan berbagai gejala seperti mudah lelah, pusing, menurunnya konsentrasi belajar, serta berkurangnya daya tahan tubuh. Pada remaja putri, anemia umumnya ditetapkan apabila kadar hemoglobin berada di bawah 12 g/dL, dan kondisi ini sering terjadi akibat kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan serta kehilangan darah saat menstruasi (Muchtar, 2025).

Hasil penelitian oleh Ariana dan Fajar menunjukkan bahwa remaja putri merupakan kelompok paling rentan mengalami anemia, kondisi ini disebabkan oleh percepatan pertumbuhan yang memerlukan peningkatan kebutuhan protein dan zat besi untuk pembentukan hemoglobin. Selain itu, kehilangan darah secara rutin saat menstruasi meningkatkan kebutuhan tubuh terhadap zat besi. Oleh karena itu, pemenuhan gizi seimbang dan edukasi kesehatan berbasis sekolah sangat penting untuk mencegah anemia pada remaja putri (Ariana & Fajar, 2024).

Salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja putri adalah pemberian TTD secara rutin untuk meningkatkan status zat besi dalam tubuh. Menurut Yanuaringsih dkk. (2025) menunjukkan bahwa kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD berhubungan dengan kejadian anemia; remaja yang kurang patuh cenderung memiliki prevalensi anemia yang lebih tinggi dibanding mereka yang patuh mengonsumsi TTD

sesuai anjuran program suplementasi di sekolah (Yanuaringsih dkk., 2025). Temuan ini menguatkan pentingnya kepatuhan terhadap konsumsi suplemen zat besi sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada remaja putri, terutama melalui program yang dilaksanakan di lingkungan sekolah yang menjadi tempat intervensi kesehatan remaja.

Rendahnya kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain adanya efek samping setelah konsumsi TTD, rasa tidak nyaman di saluran pencernaan, serta persepsi bahwa TTD tidak diperlukan ketika remaja merasa sehat. Selain itu, kurangnya dukungan dari guru dan lingkungan sekolah juga berkontribusi terhadap rendahnya kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri (Wardani, 2024).

Kajian sistematis mengenai perilaku makan remaja di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi protein pada remaja masih belum adekuat, terutama protein hewani. Analisis data SKMI menunjukkan sekitar 45–50% remaja di Indonesia memiliki tingkat kecukupan protein hewani di bawah 80% AKG. Kondisi ini menunjukkan bahwa asupan protein hewani remaja masih rendah dan berpotensi meningkatkan risiko anemia (Rachmi dkk., 2020).

Selain konsumsi TTD, protein hewani seperti daging, ayam, dan telur dengan asupan yang dianjurkan sekitar 65 gram protein per hari juga berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja. Protein hewani membantu meningkatkan status hemoglobin karena protein tidak hanya menjadi komponen struktur hemoglobin tetapi juga berperan dalam absorpsi dan transportasi zat besi dalam tubuh (Awalinda dkk., 2025).

Protein hewani seperti daging, ayam, telur, dan ikan berperan penting dalam pembentukan hemoglobin karena mengandung zat besi heme yang mudah diserap tubuh. Selain sebagai komponen pembentuk hemoglobin, protein juga membantu proses absorpsi dan transportasi zat besi dalam tubuh. Penelitian Manurung dkk (2025) dan (Qurrotunnufus & Faridi, 2025) menunjukkan bahwa remaja putri dengan asupan protein hewani rendah lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan remaja dengan asupan protein hewani cukup.

Berdasarkan hasil pemeriksaan Puskesmas Ambawang, prevalensi anemia pada siswi kelas VII SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya mencapai 30,4%. Angka tersebut menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan pada remaja

putri di lingkungan sekolah. Tingginya angka anemia diduga berkaitan dengan rendahnya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan kurangnya asupan protein hewani. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan asupan protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas hubungan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) maupun asupan protein hewani terhadap kejadian anemia pada remaja putri, hasil penelitian di setiap daerah masih menunjukkan perbedaan. Selain itu, penelitian yang mengkaji kedua faktor tersebut secara bersamaan pada remaja putri tingkat SMP, khususnya di Kabupaten Kubu Raya, masih terbatas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan asupan protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dan asupan protein hewani terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dan asupan protein hewani terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya.
- b. Untuk mengetahui asupan protein hewani terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya.

D. Ruang Lingkup penelitian

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dan asupan protein hewani terhadap kejadian anemia pada remaja putri SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya. Penelitian ini memusatkan pada siswi kelas 7 SMPN 3 Ambawang yang berjumlah 109 orang sebagai populasi.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan untuk menambah kepustakaan dan referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi pihak SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya dan puskesmas Ambawang dalam upaya meningkatkan program kesehatan remaja, khususnya pencegahan anemia pada remaja putri. Informasi mengenai hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dan asupan protein hewani terhadap kejadian anemia dapat digunakan sebagai dasar dalam perencanaan, pelaksanaan, serta evaluasi kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan program suplementasi TTD di sekolah.

3. Bagi Penulis

Sebagai bahan pengalaman dalam melakukan penelitian dan meningkatkan kemampuan serta menerapkan ilmu yang didapat selama kuliah.

F. Keaslian Penelitian

Nama penulis : (Marzuki dkk., 2025)

Tahun : 2025

Tempat penelitian : SMP Negeri 3 Wates, Kulon Progo, Yogyakarta

Judul penelitian : Hubungan Asupan Protein Hewani Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Wates Kulon Progo Yogyakarta

Metode : Desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah responden 57 siswi. Data dikumpulkan melalui kuesioner SQ-FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) dan pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat *easy touch*. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square

Variabel : variabel independen “asupan protein hewani” dan variabel dependen “kejadian anemia”

Hasil penelitian : ditemukan hubungan signifikan antara asupan protein hewani dan kejadian anemia pada remaja putri ($p\text{-value} = 0,038$). Remaja dengan asupan protein hewani yang cukup memiliki peluang 3,6 kali lebih besar tidak mengalami anemia dibandingkan dengan asupan yang kurang.

Persamaan : Penelitian Marzuki dkk. (2025) memiliki kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama meneliti kejadian anemia pada remaja putri dengan pendekatan analitik observasional dan desain *cross-sectional*. Selain itu, variabel asupan protein hewani digunakan sebagai variabel independen, serta pengukuran kejadian anemia dilakukan melalui pemeriksaan kadar hemoglobin.

Perbedaan : Perbedaan penelitian terletak pada jumlah dan cakupan variabel, di mana penelitian Marzuki dkk. (2025) hanya meneliti hubungan asupan protein hewani dengan kejadian anemia, sedangkan penelitian ini menambahkan variabel kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Selain itu, lokasi penelitian berbeda, yaitu penelitian Marzuki dkk. dilakukan di SMP Negeri 3 Wates Kulon Progo Yogyakarta dengan teknik purposive sampling, sedangkan penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya dengan teknik simple random sampling. Jumlah sampel dan karakteristik responden juga berbeda.

1. Nama penulis : (Putra dkk., 2020)

Tahun :2020

Tempat penelitian :SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso

Judul penelitian : Hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso

Metode :Penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan *cross-sectional*.

Variabel : variabel independen “Kepatuhan minum tablet Fe (TTD)” dan variabel dependen “kejadian anemia (Hb)”

Hasil penelitian :Menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe berhubungan dengan kadar Hb, di mana responden yang patuh memiliki kadar Hb lebih tinggi dibanding yang tidak patuh. (hasil uji statistik menunjukkan hubungan signifikan antara kepatuhan dan anemia).

Persamaan : Penelitian Putra dkk. (2020) memiliki persamaan dengan penelitian ini pada variabel kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai variabel independen dan kejadian anemia sebagai variabel dependen. Kedua penelitian menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional* dan meneliti remaja putri tingkat SMP.

Perbedaan : Penelitian Putra dkk. (2020) Perbedaan penelitian terletak pada variabel yang diteliti, di mana penelitian Putra dkk. hanya meneliti kepatuhan

konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia, sedangkan penelitian ini menambahkan variabel asupan protein hewani. Selain itu, lokasi penelitian Putra dkk. berada di SMP Negeri 1 Tapan Kuning Kabupaten Bontol, sementara penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya. Perbedaan juga terdapat pada jumlah sampel dan teknik pengambilan sampel.

2. Nama penulis : (Suaib dkk., 2024)

Tahun : 2024

Tempat penelitian : SMP Muhammadiyah 9 Berua, Kota Makassar, Sulawesi Selatan

Judul penelitian : Hubungan Kepatuhan Konsumsi tablet tambah darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Metode : Penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*.

Variabel : variabel independen “Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD)” dan variabel dependen “kejadian anemia”

Hasil penelitian : Menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri patuh mengonsumsi tablet tambah darah (54,8%) dan tidak mengalami anemia (74,2%). Hasil uji Chi-Square ($p = 0,038$) membuktikan adanya hubungan signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan kejadian anemia, di mana remaja yang patuh memiliki risiko anemia lebih rendah.

Persamaan : Penelitian Suaib dkk. (2024) memiliki persamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama meneliti hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri. Kedua penelitian menggunakan pendekatan *cross-sectional* dan analisis bivariat dengan uji Chi-Square untuk melihat hubungan antar variabel.

Perbedaan : Perbedaan penelitian terletak pada desain penelitian dan lokasi penelitian. Penelitian Suaib dkk. menggunakan desain deskriptif korelasi dan dilakukan di SMP Muhammadiyah 9 Berua Kota Makassar, Sulawesi Selatan, sedangkan penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dan dilakukan di SMP Negeri 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya. Selain itu, penelitian ini menambahkan variabel asupan protein hewani sebagai variabel independen tambahan, yang tidak diteliti pada penelitian Suaib dkk. (2024).