

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada masa remaja, seseorang melewati fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja merupakan tahap kehidupan sebelum masa dewasa dan ditandai dengan pertumbuhan fisik yang pesat. Masa remaja yang pertumbuhan cepat dikaitkan dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Remaja yang mengonsumsi zat besi dalam jumlah yang tidak mencukupi dapat mengalami anemia (Astri & Uswatun, 2020).

Tingkat hemoglobin (Hb) atau jumlah sel darah merah dalam darah yang berada di bawah kisaran normal untuk kelompok usia dan jenis kelamin tertentu disebut anemia (Sianipar et al., 2023). Anemia adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan jumlah sel darah merah yang tidak memadai dibandingkan dengan kapasitas pembawa oksigen tubuh. Ini adalah kondisi dimana kadar Hb kurang dari 12g/l pada wanita dan kurang dari 13 pada pria, atau ketika jumlah sel darah merah normal ($<4,2$ juta/ μ l) (WHO, 2017a) .

Anemia merupakan masalah kesehatan global salah satunya menyerang remaja perempuan. Tahun 2011 tercatat 191 juta orang di Asia menderita anemia pada remaja putri (rematri) dan Indonesia menempati peringkat kedelapan dari 11 negara Asia yaitu terdapat 7,5 juta remaja perempuan pada rentang usia 10–19 tahun. Pada tahun 2016 WHO melaporkan Indonesia menduduki peringkat ke-5 anemia di Asia Tenggara dengan jumlah 24,04% kasus. (WHO, 2017b).

Prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 37,1% menurut data Riset Kesehatan Dasar. Hal ini merupakan dampak lanjutan dari tingginya prevalensi anemia pada remaja perempuan (25%) dan wanita usia subur (17%) (Riskesdas, 2013). Dari 37,1% remaja putri yang mengalami anemia pada Riskedas 2013 menjadi 48,9% pada Riskedas 2018, anemia pada remaja putri mengalami peningkatan, dengan proporsi tertinggi terjadi pada kelompok usia 15–24 dan 25–34 tahun (Kemenkes RI, 2018).

Menurut Riskesdas tahun 2018 di Provinsi Bali ditemukan kejadian anemia pada remaja yang mencapai angka 27,1%. Angka kejadian anemia sebesar 5,07% pada tahun 2019 dan meningkat menjadi 5,78% pada tahun 2020. Pada tahun 2019 kejadian anemia pada remaja putri di kota Denpasar menunjukkan angka 45,9% rata-rata usia 12-17 tahun (Srinigrat et al., 2019).

Penyebab anemia yang paling umum adalah kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12, vitamin A, dan kurangnya pengetahuan tentang anemia. Remaja putri sangat rentan terkena anemia karena kekurangan zat besi yang disebabkan oleh kehilangan darah selama siklus menstruasi (McLoughlin, 2020). Aktivitas fisik yang tidak memadai, pola tidur yang tidak teratur, dan kurangnya asupan zat besi serta nutrisi lainnya merupakan beberapa faktor yang dapat memperburuk keadaan. Seringkali, remaja putri mengabaikan faktor-faktor lain ini (Aulya et al., 2022).

Kejadian anemia pada remaja putri dapat menyebabkan kelelahan dan rendahnya konsentrasi saat belajar yang dapat menghambat kemajuan akademis dan menurunkan produktivitas di tempat kerja. Selain itu, anemia dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh sehingga membuat infeksi dan penyakit lebih mungkin terjadi (Gedefaw et al., 2015). Remaja putri juga berisiko terkena anemia saat masa

kehamilan nanti yang akan berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan janin di dalam rahim sampai bayi lahir yang dapat menyebabkan BBLR dan stunting (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Penelitian di Bahia Brazil menyatakan ibu hamil yang menderita anemia berisiko melahirkan bayi BBLR (Figueiredo et al., 2019). Bahkan, penelitian di Kolombia menyatakan ibu hamil menderita anemia dapat mengakibatkan kematian ibu saat masa persalinan (Smith et al., 2019).

Pencegah anemia pada populasi umum dilakukan dengan pemberian suplementasi zat besi oral secara intermiten (satu, dua, atau tiga kali seminggu pada hari-hari yang tidak berturut-turut) telah diusulkan sebagai pengganti yang efisien untuk suplementasi zat besi harian (McLoughlin, 2020). Sejalan dengan itu, pemerintah Indonesia menerapkan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 88 Tahun 2014 tentang Standar TTD bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil menjadi upaya pemerintah dalam mencegah anemia pada remaja putri. Dimulai pada tahun 2014, program pemberian Tablet Suplemen Darah (TTD) merupakan salah satu intervensi yang ditargetkan untuk menurunkan angka stunting pada remaja putri (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan informasi Riskesdas 2018, remaja putri mencapai tingkat TTD tertinggi di tingkat SMP. TTD diberikan kepada 87,6% siswi SMP, berdasarkan pencapaian tersebut hanya 1,4% remaja putri yang mengikuti anjuran minum TTD seminggu sekali, yaitu 52 pil selama setahun. Sisanya sebesar 98,6% yang mengonsumsi kurang dari 52 pil dalam setahun (Kemenkes RI, 2020).

Puskesmas bersinergi dengan pemerintah untuk menurunkan angka anemia dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Peran

Puskesmas dalam misi tersebut direalisasikan dalam bentuk Gemar Tersyantik (Gerakan Jumat Dengan Pil Pintar Sehat dan Syantik). Program Gemar Tersyantik dilaksanakan setiap hari Jumat yang menysar remaja putri mulai dari sekolah menengah pertama di Kota Denpasar. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti salah satu puskesmas Denpasar yang masih menerapkan program tersebut yaitu Puskesmas I Denpasar Selatan. Program tersebut direalisasikan dengan menyebarkan TTD sejumlah 5707 kepada rematri. Salah satu sekolah menengah pertama yang termasuk ke wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan yaitu SMPN 6 Denpasar dan program capaian TTD sudah diterapkan juga. Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dikumpulkan oleh tim Puskesmas 1 Denpasar Selatan pada bulan September 2023, telah ditemukan sejumlah 112 kasus anemia remaja putri dari 700 orang yang baru diperiksa. Masih ditemukannya angka anemia yang relatif tinggi menunjukan masih adanya rematri yang tidak patuh dalam mengikuti anjuran konsumsi tablet tambah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 6 Denpasar dari 50 remaja putri yang diwawancarai hanya 20 remaja putri yang rutin sebulan minum empat tablet tambah darah. Sedangkan 30 remaja putri lainnya dalam satu bulan hanya 1-2 kali minum tablet tambah darah tidak sesuai dengan anjuran. Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan angka kejadian anemia yang cukup tinggi diketahui bahwa kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah masih rendah. Terlihat dari program pemerintah pusat maupun daerah yang sudah berjalan dengan baik akan tetapi angka kejadian anemia masih tergolong cukup tinggi.

Kepatuhan seseorang dalam mengonsumsi TTD salah satunya dipengaruhi oleh keyakinan diri atau efikasi diri terhadap program yang berjalan akan

membantu atau tidak dalam pencegahan anemia (Darmayanti, 2019). Efikasi diri adalah kemampuan seseorang dalam melaksanakan perilaku yang dibutuhkan untuk mencapai harapan yang ditentukan (Sari, 2020). Efikasi diri menjadi faktor yang paling berpengaruh terhadap niat remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Semakin baik efikasi diri yang dimiliki, maka akan menghasilkan niat yang kuat dalam mengonsumsi tablet tambah darah dan begitu juga sebaliknya apabila semakin buruk efikasi diri yang dimiliki, maka akan menghasilkan niat yang lemah dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Maka dari itu harus adanya upaya untuk mempertahankan niat yang kuat dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja guna mencegah kejadian anemia (Nasichah & Sulistyowati, 2023).

Upaya untuk meningkatkan efikasi diri dalam mengonsumsi tablet tambah darah yaitu dengan dilakukan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan efikasi diri individu dalam mengonsumsi TTD. Dengan memberikan informasi yang tepat, dukungan sosial, dan pengalaman langsung, individu dapat merasa lebih yakin dan mampu untuk mengatasi anemia melalui konsumsi TTD. Program pendidikan kesehatan yang komprehensif dan terstruktur dapat membawa perubahan positif dalam perilaku kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup.

Dengan menggunakan media untuk mempromosikan kesehatan tentang anemia dan cara mencegahnya, hal tersebut dapat meningkatkan kesadaran dan efikasi diri untuk mengubah persepsi masyarakat tentang pentingnya mengonsumsi TTD untuk mencegah anemia. Pendidikan kesehatan ini disampaikan dengan media *Telegram*. Telegram adalah media sosial yang

memudahkan pengguna untuk mengakses pesan gambar, video dan teks dan selain itu aplikasi ini memiliki fitur unik yang dapat memungkinkan kita menggunakan aplikasi tanpa batasan (Sulistiawati & Damayanti, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rusyani dkk mengenai pengaruh media audiovisual (youtube) terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dalam mencegah anemia remaja di posyandu remaja Wilayah Kerja Puskesmas Lasusua Dan Tiwu Kabupaten Kolaka Utara didapatkan hasil ada perbedaan nilai rata-rata antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu sebesar 7,1 sehingga terdapat pengaruh media audiovisual (youtube) terhadap sikap konsumsi tablet tambah darah dalam mencegah anemia remaja di posyandu remaja Wilayah Kerja Puskesmas Lasusua Kabupaten Kolaka Utara Tahun (Rusnayani et al., 2021).

Berdasarkan penelitian Noverina dkk mengenai pengaruh explanation video terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah Di SMPN 65 Jakarta Utara didapatkan hasil uji analisis Wilcoxon Signed-Rank diperoleh nilai $p = 0,001$ kelompok intervensi dan kelompok kontrol diperoleh nilai $p = 0,525$ bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah menggunakan media explanation video (Noverina et al., 2020).

Berdasarkan pemaparan kajian diatas, maka penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Telegram* Terhadap Efikasi Diri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMPN 6 Denpasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian “Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *telegram* terhadap efikasi diri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMPN 6 Denpasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *telegram* terhadap efikasi diri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMPN 6 Denpasar.

2. Tujuan khusus

Ada beberapa tujuan secara khusus dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi efikasi diri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media *telegram* pada kelompok perlakuan pada siswi SMPN 6 Denpasar.
- b. Mengidentifikasi efikasi diri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *telegram* pada kelompok perlakuan pada siswi SMPN 6 Denpasar.
- c. Menganalisis efikasi diri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *telegram* pada kelompok perlakuan pada siswi SMPN 6 Denpasar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengetahuan pada bahan pustaka untuk pendidikan kesehatan dengan memanfaatkan media *Telegram* untuk meningkatkan efikasi diri dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian serupa terkait pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *telegram* terhadap efikasi diri dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi petugas kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu para profesional kesehatan dalam memberikan masukan kepada masyarakat terutama remaja putri tentang pentingnya efikasi diri dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia.

- b. Bagi remaja putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca untuk mempelajari tentang efikasi diri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dalam upaya menurunkan kejadian anemia pada remaja putri.

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menggunakan temuan penelitian ini sebagai panduan untuk menginformasikan kepada masyarakat tentang upaya menurunkan kejadian anemia dengan meminum tablet suplemen darah sesuai anjuran.