

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ketidakmampuan tubuh dalam memenuhi standar fungsi fisiologisnya akibat minimnya populasi eritrosit merupakan manifestasi dari kondisi anemia (Hastuty & Nitia, 2022). Kelompok remaja putri tercatat sebagai salah satu populasi yang paling rentan terpapar gangguan anemia. Pesatnya proses tumbuh kembang serta siklus bulanan menstruasi menjadi pemicu utama melonjaknya konsumsi mikronutrien zat besi di usia remaja (Doni et al., 2024). Dampak jangka panjang dari defisiensi zat besi yang terabaikan adalah timbulnya kondisi anemia, yang berakibat pada penurunan konsentrasi belajar, pusing, serta berisiko terhadap gangguan perkembangan otak dan produktivitas di masa depan (Ratri, 2024).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa terdapat lebih dari 30% atau 2 miliar orang di dunia berstatus anemia (WHO, 2024). Wilayah Asia Tenggara terdapat 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan dan berat (Sakti et al., 2025). Prevelensi anemia di Indonesia mencapai 16,2% pada 2023, lebih tinggi di pedesaan 16,9% dibandingkan perkotaan 15,6%. Prevelensi anemia lebih tinggi pada perempuan sekitar 18,0% dibandingkan laki-laki 14,4% (Zuleha et al., 2025). Provinsi Jawa Timur menyumbang angka kejadian anemia pada wanita usia subur sebesar 8,7% (Dinas Kesehatan, 2025). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember menunjukkan jumlah remaja putri kelas VII dan X yang teridentifikasi mengalami anemia mencapai 6.179 orang (Dinas Kesehatan, 2026). Distribusi

Tablet Tambah Darah (TTD) menjangkau 76,2% remaja putri. Dari total penerima tersebut, mayoritas yaitu sebesar 80,9% perolehan TTD-nya terfasilitasi langsung melalui institusi pendidikan tempat mereka menimba ilmu. Sebagian besar remaja putri (98,6%) tercatat belum memenuhi target konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebanyak 52 butir di sekolah, dengan hanya 1,4% yang berhasil mencapainya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tingkat kepedulian remaja putri terhadap peran TTD dalam pencegahan anemia masih tergolong minim (Puspikawati et al., 2021). Penelitian menunjukkan bahwa di SMPN 2 Sukapura, terdapat 20 remaja putri tidak berminat minum tablet Fe, 15 (75%) remaja mengaku masih banyak teman sebaya tidak minum tablet tambah darah, 3 (15%) remaja mengaku pengalaman temannya yang minum tablet tambah darah (mengalami efek samping setelah minum tablet tambah darah seperti mual, dan feses warnanya berubah), 2 (10%) remaja mengaku tidak terbiasa minum obat atau tablet tambah darah dan mereka merasa tidak mengalami anemia (Nilawati, 2023).

Pemerintah telah meluncurkan program yang dibuat oleh PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) yaitu pemberian tablet tambah darah sejak tahun 2016 melalui kerja sama antara kementerian kesehatan, Dinas Pendidikan, dan pihak sekolah. Tablet tambah darah diberikan seminggu sekali bagi remaja putri di sekolah melalui kerja sama UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) dan puskesmas (Pusat Kesehatan Masyarakat). Meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa menstruasi sering kali memicu timbulnya anemia defisiensi besi pada remaja putri. Untuk mengatasi kondisi tersebut dan memicu kenaikan kadar hemoglobin, formulasi tablet tambah darah ini

dikembangkan (Nurfika & Putri, 2025). Penyelenggaraan program ini diimbangi dengan promosi kesehatan yang dilakukan oleh guru UKS bersumber dari kerja sama dengan petugas puskesmas (Ilham et al., 2023). Terdapat banyak kendala yang ditemukan dalam pelaksanaannya, seperti kurangnya sosialisasi, pengawasan yang lemah, dan minimnya partisipasi aktif dari siswa sendiri. Keberhasilan program kesehatan bagi kelompok usia muda salah satunya sangat dipengaruhi oleh partisipasi aktif dari teman sebaya. Remaja lebih mudah terpengaruh oleh lingkungannya, terutama oleh teman sebayanya yang menjadi sumber informasi dan motivasi.

Fakta empiris mengindikasikan bahwa komitmen remaja perempuan terhadap konsumsi suplemen zat besi belum optimal. Rendahnya kesadaran sebagian remaja putri terhadap fungsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia mengakibatkan belum optimalnya dorongan internal untuk bersikap patuh dalam menjalankan program (Oktaviani & Sari, 2024). Informasi yang disampaikan oleh rekan sebaya umumnya lebih intuitif dan gampang diterima oleh kalangan remaja daripada paparan dari pendidik atau staf medis, yang dipicu oleh tingginya ikatan emosional di antara mereka (Ilham et al., 2023). Dukungan ini bisa seperti saling mengingatkan untuk minum tablet tambah darah, memberi semangat, atau berbagi pengalaman positif setelah mengkonsumsi TTD (Sari et al., 2025).

Pola hidup sehat di kalangan remaja sangat ditentukan oleh keterlibatan serta dorongan positif dari kelompok usianya, sebagaimana dikonfirmasi dalam berbagai literatur ilmiah terdahulu. Remaja cenderung mengikuti kebiasaan kelompoknya, sehingga ketika teman sebaya mendukung

perilaku sehat, kepatuhan mereka meningkat (Nilawati, 2023). Dukungan ini terbukti berkaitan dengan peningkatan perilaku pencegahan anemia, termasuk kesiapan remaja mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian (Murdani et al., 2024) menunjukkan kepatuhan atau ketidakpatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh faktor psikologis dan perilaku, seperti takut efek samping, kurangnya kebiasaan, dan kontrol diri yang rendah. Remaja dengan dukungan sosial, terutama dari teman sebaya, cenderung lebih patuh mengonsumsi tablet tambah darah.

Keterkaitan antara dorongan rekan sejawat dan kedisiplinan minum tablet penambah darah pada siswi SMP serta SMA negeri telah banyak dianalisis dalam berbagai studi terdahulu, seperti pada penelitian (Murdani et al., 2024) di SMA Negeri 1 Bangli, penelitian (Hasanah et al., 2024) di SMA Negeri 10 Makassar, dan penelitian (Ilham et al., 2023) di SMP Negeri 1 Mamuju. Sementara itu, penelitian yang secara khusus meneliti remaja putri di lingkungan madrasah (MTs) masih sangat terbatas. Secara umum, madrasah dan sekolah negeri memiliki perbedaan pada sistem pengelolaan, kurikulum, serta lingkungan pendidikan. Tata kelola madrasah berada di bawah naungan Kementerian Agama, sementara satuan pendidikan formal seperti SMP dan SMA diselenggarakan di bawah kewenangan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Kurikulum di sekolah madrasah mengintegrasikan pendidikan umum dengan pendidikan agama Islam secara lebih intensif dibandingkan sekolah umum. Lingkungan sosial di madrasah cenderung menekankan nilai-nilai religius, kedisiplinan, serta pembinaan karakter berbasis agama dalam aktivitas sehari-hari di sekolah. Perbedaan

lingkungan pendidikan tersebut dapat memengaruhi pola interaksi sosial, pembentukan perilaku, serta pengaruh teman sebaya pada siswa. Berdasarkan pada konteks kesehatan remaja, lingkungan sosial dan budaya sekolah hal tersebut berpotensi mempengaruhi perilaku kesehatan, di antaranya yaitu kedisiplinan asupan suplemen zat besi dalam rangka menekan risiko terjadinya anemia.

Data studi pendahuluan berdasarkan keterangan pada siswa MTs Negeri 2 Jember pada tanggal 25 Januari 2026, hasil penelitian mendapatkan 26 dari 30 siswi kelas 9E dan 9F tidak mengonsumsi TTD minimal 1 minggu sekali dengan alasan lupa, malas, dan rasanya tidak enak. Terdapat 4 siswi lainnya yang mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin karena merasa ada dampak positif yang dirasakan. Hasil studi pendahuluan juga mendapatkan bahwasanya terdapat 17 siswi yang mendapatkan pengingat dari teman sebaya untuk mengonsumsi TTD, akan tetapi 17 siswi tersebut tidak mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Terdapat 9 siswi yang tidak mendapatkan pengingat dari teman sebaya dan juga tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Terakhir, sebanyak 4 siswi diingatkan oleh teman sebaya sehingga rutin mengonsumsi TTD. Data diatas menjadi dasar ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di MTs Negeri 2 Jember sebagai langkah pencegahan anemia pada remaja putri.

Kebutuhan akan pendekatan berbasis dukungan sosial teman sebaya selaras dengan teori perilaku kesehatan Lawrence Green. Teori ini

mengklasifikasikan determinan perilaku ke dalam tiga ranah: *predisposing*, *enabling*, serta *reinforcing*. Faktor *reinforcing* (penguat) yang salah satunya bersumber dari kawan sebaya memegang peranan penting dalam pembentukan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi tablet tambah darah. Kecenderungan untuk melakukan konformitas membuat remaja putri sangat rentan terpengaruh oleh kebiasaan kelompoknya. Apabila lingkaran pertemanan cenderung mengabaikan konsumsi tablet tambah darah, risiko ketidakpatuhan akan meningkat. Apabila lingkungan sebaya memberikan penguatan positif melalui pembagian informasi dan ajakan mengikuti edukasi anemia, kepatuhan remaja putri dalam meminum tablet tambah darah juga akan meningkat secara signifikan (Hilmiati et al., 2025).

Motivasi yang diberikan oleh sesama remaja dapat membentuk perilaku positif dan memperkuat komitmen untuk menjaga kesehatan. Dengan menggunakan pendekatan ini diharapkan terbentuk komunitas remaja sehat yang saling mendukung dalam menjalankan perilaku hidup sehat, terutama dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dan tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar dalam penyusunan strategi intervensi kesehatan remaja di sekolah.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Masa pertumbuhan dan siklus menstruasi pada remaja perempuan ditandai dengan peningkatan kebutuhan zat besi yang signifikan. Apabila

kecukupan nutrisi ini tidak terpenuhi, risiko timbulnya anemia akan meningkat, yang berujung pada kelelahan fisik, disfungsi konsentrasi, serta penurunan efisiensi kerja. Penjangkauan program tablet tambah darah telah mencakup mayoritas remaja putri, minimnya tingkat kedisiplinan dalam mengonsumsinya membuat angka kejadian anemia di Kabupaten Jember dan sekitarnya tetap berada pada level yang mengkhawatirkan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ketidakpatuhan dipengaruhi oleh kurangnya kebiasaan, takut efek samping, dan rendahnya motivasi, sementara dukungan teman sebaya terbukti berperan penting dalam membentuk perilaku kesehatan, termasuk konsumsi tablet tambah darah. Remaja cenderung meniru kebiasaan kelompoknya, sehingga dukungan atau ajakan dari teman sebaya dapat menjadi faktor penguat (reinforcing) yang memengaruhi kepatuhan, sesuai teori Lawrence Green. Penelitian yang secara khusus mengkaji korelasi antara dukungan teman sebaya dan tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di lingkungan madrasah sejauh ini masih relatif terbatas, sehingga penting untuk diteliti lebih lanjut.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana dukungan teman sebaya yang diterima oleh remaja putri di MTs Negeri 2 Jember dalam mengonsumsi tablet tambah darah?
- b. Bagaimana tingkat kepatuhan remaja di MTs Negeri 2 Jember dalam mengonsumsi tablet tambah darah?

- c. Apakah terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTs Negeri 2 Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 2 Jember.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan teman sebaya yang diterima remaja putri terkait perilaku mengonsumsi tablet tambah darah di MTs Negeri 2 Jember.
- b. Mengidentifikasi tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di MTs Negeri 2 Jember.
- c. Menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTs Negeri 2 Jember.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri melalui konsumsi tablet tambah darah. Secara teoritis, penelitian ini dapat memperkaya ilmu keperawatan komunitas dan kesehatan remaja terkait peran dukungan sosial terhadap perilaku kesehatan. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan program dan intervensi untuk

meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sekolah dan puskesmas

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang strategi intervensi berbasis kelompok sebaya, seperti pembentukan *peer support group*, guna meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di sekolah. Sekolah dan puskesmas dapat memanfaatkan temuan ini untuk memperkuat kegiatan UKS, meningkatkan pelaksanaan pemantauan konsumsi tablet tambah darah, serta menyusun program edukasi yang lebih sesuai dengan dinamika sosial remaja putri.

2. Tenaga Kesehatan dan Perawat Komunitas

Penelitian ini memberikan informasi praktis bagi tenaga kesehatan tentang pentingnya melibatkan teman sebaya sebagai penguat perilaku kesehatan. Tenaga kesehatan dapat menggunakan hasil penelitian untuk mengembangkan pendekatan edukasi yang lebih efektif, menetapkan metode konseling yang memanfaatkan dukungan sosial, serta menyusun materi penyuluhan yang lebih relevan dengan kebutuhan remaja.

3. Remaja Putri

Hasil penelitian ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan motivasi remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara teratur. Penelitian ini dapat mendorong terbentuknya lingkungan sosial yang mendukung, sehingga remaja lebih mudah mematuhi perilaku kesehatan yang dianjurkan.

4. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan dasar pengembangan model intervensi yang memanfaatkan dukungan teman sebaya dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD. Peneliti berikutnya dapat memperluas penelitian dengan desain yang berbeda, menambahkan variabel baru seperti motivasi, pengetahuan, atau efektivitas *peer education*, serta melakukan penelitian intervensi untuk melihat dampak langsung program dukungan sebaya.

