

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja putri berada pada masa pertumbuhan yang membuat kebutuhan zat besi meningkat, baik untuk produksi hemoglobin, menjaga kondisi tubuh tetap prima, maupun membantu fokus dalam belajar. Menstruasi setiap bulan menyebabkan kehilangan zat besi, sehingga kebutuhan tersebut perlu dipenuhi melalui asupan makanan dan suplementasi tablet Fe. Program pemberian tablet Fe di sekolah dilaksanakan untuk membantu remaja putri dalam memenuhi kebutuhan zat besi harian melalui pemberian tablet Fe secara rutin yang dikoordinasikan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia bekerja sama dengan Dinas Kesehatan, Puskesmas, serta pihak sekolah. Konsumsi tablet Fe secara teratur diperlukan agar cadangan zat besi dalam tubuh tetap stabil. Selain itu, Upaya ini juga diperkuat melalui Gerakan Nasional Aksi Bergizi di lingkungan sekolah yang mendorong kebiasaan konsumsi tablet Fe, penerapan, serta aktivitas fisik secara rutin sebagai bagian dari pembentukan perilaku hidup sehat sejak remaja (Luh & Sri, 2025).

Fenomena saat ini menunjukkan bahwa kepatuhan remaja putri masih rendah meskipun distribusi tablet Fe sudah luas. Kurangnya informasi, persepsi yang keliru, serta pengalaman efek samping menyebabkan banyak remaja enggan mengonsumsi tablet Fe secara teratur (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Tingkat pengetahuan merupakan faktor

penting yang mempengaruhi kepatuhan. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik tentang manfaat, tujuan dan cara konsumsi tablet Fe cenderung lebih patuh. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menurunkan kesadaran dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe (Notoatmodjo, 2016).

Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa remaja putri lebih rentan mengalami kekurangan zat besi karena kebutuhan mineral tersebut meningkat seiring pertumbuhan dan adanya siklus menstruasi. Oleh karena itu, WHO merekomendasikan agar remaja putri mengambil suplemen zat besi secara teratur untuk mencegah kekurangan zat besi dan meningkatkan kesehatan mereka (World Health Organization, 2023).

Pemerintah Indonesia memasukkan tablet Fe ke dalam program kesehatan remaja melalui sekolah. Laporan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar, sebanyak 76,2% remaja putri memperoleh tablet zat besi, sedangkan 23,8% tidak mendapatkannya. Data ini menunjukkan bahwa meskipun cakupan distribusi tablet Fe kepada remaja putri tergolong cukup tinggi, tingkat kepatuhan konsumsi masih sangat rendah.

Dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan remaja, program pemberian tablet Fe kepada remaja putri terus dilaksanakan pada tingkat daerah. Data yang dikumpulkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur menunjukkan bahwa tablet Fe diberikan kepada remaja putri di Jawa Timur pada tahun 2022 mencapai 88,9%, dan data dari Dinas Kesehatan

Kabupaten Mojokerto mencapai 86,9%. Meskipun distribusi tablet Fe tergolong tinggi, kepatuhan remaja putri terhadap penggunaan tablet Fe secara teratur masih menjadi masalah dalam pelaksanaan program kesehatan remaja. Menurut (Juniati, 2025) Namun demikian, tingkat pengetahuan dan kepatuhan tersebut masih menunjukkan variasi di antara remaja putri (Rudy, 2024).

Gerakan Nasional Aksi Bergizi dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran siswa-siswi dalam membiasakan konsumsi tablet Fe, mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, serta melakukan aktivitas fisik secara rutin. Kegiatan ini diarahkan untuk membentuk perilaku hidup sehat sejak usia remaja. Program Gerakan Aksi Bergizi dijalankan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) bekerja sama dengan Dinas Kesehatan, Puskesmas, serta pihak sekolah (SMP/MTs, SMA/MA, SMK, dan pesantren sederajat) (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Pelaksanaan program difokuskan pada peningkatan kesadaran remaja, khususnya remaja putri, terhadap pentingnya gizi seimbang, aktivitas fisik, dan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia dan stunting. Kegiatan ini dilaksanakan secara nasional di lingkungan sekolah dengan mengusung pesan kunci “Hidup Sehat Sejak Sekarang untuk Remaja Kekinian”. Rangkaian kegiatan yang dilakukan meliputi konsumsi tablet Fe secara rutin, edukasi gizi, serta aktivitas fisik (Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Sejalan dengan program tersebut, hasil penelitian awal di MAN 1 Mojokerto menunjukkan bahwa program pemberian tablet Fe dikelola oleh puskesmas dengan dukungan UKS. Tablet Fe dibagikan oleh UKS setiap hari Jumat di tiap kelas. Di lingkungan sekolah, kegiatan ini dikenal dengan program JUMINTA (Jumat Minum Tablet Tambah Darah) yang dilaksanakan secara rutin setiap hari Jumat untuk membiasakan siswi mengonsumsi tablet Fe.

Namun, dalam pelaksanaannya belum terdapat sistem pemantauan langsung untuk memastikan siswi benar-benar mengonsumsi tablet tersebut, sehingga kepatuhan konsumsi masih belum dapat dipastikan secara optimal. Kondisi ini menunjukkan perlunya upaya pengawasan dan evaluasi agar pelaksanaan program dapat berjalan lebih efektif. Minimnya pengetahuan dipengaruhi oleh kurangnya akses terhadap informasi kesehatan, terbatasnya edukasi berkelanjutan di sekolah, serta penjelasan yang tidak menarik dan sulit dipahami. Selain itu, teman sebaya, dukungan keluarga, pendidikan orang tua, dan paparan media kesehatan juga memengaruhi pengetahuan. Keterbatasan interaksi dengan tenaga kesehatan dan kurangnya penyuluhan rutin di sekolah menyebabkan remaja putri belum memahami tujuan program pemberian tablet tambah darah secara menyeluruh (Islamiyah et al., 2025).

Pengetahuan yang kurang dapat menimbulkan persepsi keliru, seperti menganggap tablet Fe tidak penting atau hanya perlu dikonsumsi saat dibagikan di sekolah. Persepsi tersebut memengaruhi sikap dan

perilaku sehingga menurunkan kepatuhan konsumsi secara teratur. Selain itu, kepatuhan juga dipengaruhi oleh rasa tidak nyaman setelah minum tablet Fe, lupa, kurangnya dukungan orang tua dan guru, serta tidak adanya pengawasan di rumah. Tubuh tidak menerima cukup zat besi jika tidak patuh dalam mengonsumsi tablet besi. Akibatnya, cadangan zat besi tidak dapat dijaga dengan baik. Dalam jangka panjang, kondisi ini berdampak pada menurunnya kebugaran, mudah lelah, penurunan konsentrasi belajar, serta produktivitas dan prestasi akademik remaja putri (Suga & Jaya, 2024).

Sangat penting bahwa sekolah, tenaga kesehatan, dan keluarga bekerja sama untuk mengatasi kurangnya pengetahuan melalui edukasi kesehatan yang terstruktur dan berkelanjutan, seperti penyuluhan rutin di sekolah, penggunaan media edukatif (leaflet, poster, video), serta integrasi dalam kegiatan UKS. Edukasi yang komprehensif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe (Nurbaiti et al., 2025).

Tenaga kesehatan harus memberi tahu siswa tentang manfaat, aturan, dan pentingnya mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Selain itu, diperlukan sistem pemantauan seperti program minum bersama di sekolah dan pencatatan berkala untuk meningkatkan kedisiplinan. Selain itu, orang tua dan guru harus membantu remaja putri mengingat dan mendorong mereka untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur (Ramadhani & Deniati, 2024). Dengan peningkatan pengetahuan yang diikuti oleh dukungan lingkungan dan pemantauan yang baik, diharapkan kepatuhan konsumsi

tablet Fe pada remaja putri dapat meningkat secara optimal. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Kelas X di MAN 1 Mojokerto”.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri kelas x di MAN 1 Mojokerto.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri kelas x di MAN 1 Mojokerto.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pengetahuan tentang tablet Fe pada remaja putri kelas x di MAN 1 Mojokerto.
2. Mengidentifikasi kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri kelas x di MAN 1 Mojokerto
3. Menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri kelas x di MAN 1 Mojokerto.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Untuk memperluas rujukan penelitian kuantitatif yang berhubungan dengan bidang Kesehatan, terutama dalam memahami hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri kelas x di MAN 1 Mojokerto.
2. Peneliti berikutnya diharapkan menggunakan hasil penelitian ini untuk memperkaya informasi dan wawasan yang relevan dalam penelitian yang melibatkan variabel yang sama.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe secara teratur. Dengan meningkatnya pengetahuan, responden diharapkan memiliki kesadaran dan motivasi yang lebih baik untuk patuh dalam mengonsumsi tablet Fe sehingga dapat menjaga kesehatan dan prestasi belajar.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat membantu sekolah, terutama dalam pelaksanaan program kesehatan serta penyaluran tablet Fe. Selain itu, hasilnya dapat dijadikan acuan untuk meningkatkan edukasi kesehatan dan mengoptimalkan peran Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh para profesional kesehatan, khususnya perawat, sebagai dasar dalam menyusun dan menjalankan intervensi keperawatan komunitas serta memberikan edukasi kesehatan kepada remaja putri.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bahwa penelitian ini akan menambah referensi ilmiah dan menjadi sumber pembelajaran bagi lembaga pendidikan, terutama dalam bidang keperawatan dan kesehatan masyarakat. Selain itu, akan menjadi acuan bagi mahasiswa untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang kesehatan remaja putri.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti kesehatan remaja putri berharap dapat menggunakan hasil ini sebagai data dasar dan referensi. Penelitian ini akan dilakukan dengan berbagai variabel, metodologi, dan lokasi penelitian.

