

Article

Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Ana Soraya Siyami^{1*}, Khamidah Achyar¹, Inggar Ratna Kusuma¹¹ Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto* Correspondence: anasoraya134@gmail.com

Abstrak: Anemia is one of the problems of various public health problems that globally affect 1.62 billion people in the world. Anemia in young women is still a big public health problem because the prevalence is still around 20%, which is 21.7%. Anemia status in adolescents is thought to be influenced by several factors, namely knowledge and adherence to taking iron tablets. The purpose of this study was to describe and analyze the relationship between knowledge and adherence to blood supplement consumption with the incidence of anemia in young women. This study used a systematic review design obtained from Google Scholar and PubMed which was then filtered according to inclusion and exclusion criteria. There is a significant relationship between adherence to blood supplement consumption and the incidence of anemia in young women in Indonesia. This means that the more obedient in consuming iron tablets, the female adolescent Hb level will increase. Based on the results of the analysis conducted, it was found that the incidence of anemia in young women was influenced by adherence in taking iron tablets.

Citation: Siyami, A. S.; Achyar, K; Kusuma I.R. "Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri." *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, vol. 3, no. 1, Apr. 2023.
<https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18844>

Keywords : Anemia, Young Women, Blood Supplement Tablets

Received: 20 Januari 2023

Accepted: 10 Maret 2023

Published: 30 April 2023



Copyright: © 2023 by the authors. Universitas Diponegoro. Powered by Public Knowledge Project OJS and Mason Publishing OJS theme.

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode pertumbuhan dan proses kematangan manusia, sehingga terjadi perubahan yang sangat unik dan berkelanjutan. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. WHO telah meminta semua negara untuk menurunkan prevalensi anemia pada wanita usia subur, termasuk anak perempuan, sebesar 50% pada tahun 2025. Prevalensi global anemia pada tahun 2010 adalah 32,9% pada anak-anak dan orang dewasa. Kekurangan zat besi diperkirakan menjadi penyebab paling umum dari anemia di seluruh dunia. Pada tahun 2013, 1,2 miliar orang menderita anemia defisiensi besi.¹

Prevalensi anemia pada remaja putri adalah 191 juta (World Health Organization, 2011). Menurut WHO, Indonesia menempati urutan ke-8 dari 11 negara di Asia dengan jumlah 7,5 orang. WHO mendistribusikan pedoman untuk membantu mencegah kejadian anemia pada populasi rentan, salah satunya merekomendasikan suplementasi zat besi untuk semua remaja di negara-negara dengan status anemia yang kurang lebih

sama sampai 20%. Suplemen zat besi oral, atau tablet zat besi sebagai strategi untuk mencegah kekurangan zat besi.¹

Menurut Riskesdas 2013, angka anemia di Indonesia mencapai 21,7%, 26,4% pada usia 5-14 tahun dan 18,4% pada usia 15-24 tahun. Anemia pada remaja diduga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengetahuan gizi dan kepatuhan terhadap suplementasi zat besi. Pengetahuan gizi berkaitan dengan kandungan gizi makanan dan pola hidup sehat.²

Penyebab terjadinya anemia pada remaja dikarenakan pola makan yang tidak teratur, pantangan makan makanan berprotein, tidak suka mengonsumsi sayuran, kebiasaan makan fast food dan junk food. Keadaan ini yang dapat menyebabkan remaja menjadi anemia selain itu penyebab anemia pada remaja status kesehatan yang kurang baik, status gizi, infeksi parasit dan pengetahuan yang kurang tentang anemia.³⁻⁵

Masalah anemia pada remaja putri telah menarik perhatian pemerintah dan perlu segera ditangani. Salah satu cara mengatasi anemia pada remaja putri adalah dengan memberikan tablet tambah darah (TTD). Masalah yang berkaitan dengan kepatuhan merupakan hambatan utama untuk menambah zat besi harian, dan ini adalah salah satu cara untuk mengatasi kepatuhan dengan mengonsumsi zat besi seminggu sekali. Hal ini dilakukan agar remaja patuh, tidak malas mengonsumsi, dan berusaha memberikan penyuluhan tentang suplemen darah dan kejadian anemi. Jika remaja patuh mengonsumsi zat besi, maka dapat mencegah terjadinya anemia.

2. Metode

Studi penelitian ini merupakan *systematic review*, jurnal yang dipilih adalah jurnal yang mengkaji terkait para perempuan khususnya remaja di Indonesia. Jurnal penelitian diperoleh melalui *database online* yaitu laman *Google Scholar* dan *PubMed*. Jurnal penelitian dipilih dengan *filter* antara tahun 2017-2021 (lima tahun terakhir). Artikel akan diriset lebih lanjut untuk mendata apakah terdapat hubungan dengan patuh atau tidaknya dalam konsumsi tablet tambah darah dengan angka kejadian anemia pada remaja putri jika artikel tersebut telah memenuhi kriteria yang ditetapkan. Seluruh informasi yang telah ditemukan berkaitan dengan hubungan dengan patuh atau tidaknya dalam konsumsi tablet tambah darah dengan angka kejadian anemia pada remaja putri akan didata serta disajikan dengan penjelasan bentuk naratif. Setelah diperoleh data akan dilakukan penarikan kesimpulan.

3. Hasil

Tabel 1. Karakteristik jurnal berdasarkan penulis, tahun, judul, tempat, metode, dan ringkasan hasil penelitian

Penulis Jurnal (Tahun) dan Judul	Tempat Penelitian	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian
Rachmanida N, Kirana M, Lintang P dan Nadiyah (2021) "Hubungan Sikap Dan Pengetahuan Siswi Terhadap Kepatuhan Konsumsi	SMP N 26 Kota Bekasi	Cross sectional	Analisa data dengan uji chi-square hubungan sikap dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah didapatkan p-value 0,000; < 0,005. Sedangkan pengetahuan anemia dan konsumsi

Tablet Tambah Darah Relationship Between Female Students' Attitude And Knowledge On Fe-Tablets Compliance"					tablet tambah darah mendapatkan analisa data dengan uji chi-square didapat p-value 0,002; < 0,005.
Hamidah Lismiana dan Sofwan Indarjo (2021) "Pengetahuan dan Persepsi Remaja Putri Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah"	SMP Semarang	N 27	Cross sectional		Hasil menunjukkan persepsi kerentanan (p=0,00), persepsi keseriusan (p=0,01), persepsi manfaat (p=0,01), persepsi hambatan (p=0,01), persepsi keyakinan diri (p=0,023) berhubungan terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja putri. Serta tidak terdapat hubungan antara pengetahuan (p= 0,93) terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.
Yuniarti, Rusmilawaty dan Tri Tunggal (2015) "Hubungan Antara Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Ma Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar"	MA Darul Imad Banjar		Cross sectional		Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang mengalami anemia sebanyak 20 orang (40,8%) dan sebanyak 20 orang (40,8%) tidak patuh mengkonsumsi tablet besi 1 kali sehari selama 6 minggu. Hasil uji <i>chi square</i> didapatkan ada hubungan antara kepatuhan minum tablet besi dengan kejadian anemia di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013
Astri W dan Wiwin R "Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Karangnongko"	SMP Karangnongko	N 1	Cross sectional		Ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMP N 1 Karangnongko dengan nilai p value = 0,001 (p<0,05).
Nuniek Nizmah F dan M. Laelatul Huda F (2016) "Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri"	SMA Wiradesa Pekalongan	N 1	Correlation study		Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 27 remaja putri (64,3%) tidak mengetahui tentang anemia.
Apri B dan Nur Fadhilah (2016) "Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia In Young Women Affected By Level Of Knowledge Of Anemia"	MA Mathla'ul Anwar Gisting Kabupaten Tanggamus		Cross sectional		Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang Anemia dengan kejadian Anemia pada remaja putri di MA Mathla'ul Anwar Gisting dengan pvalue = 0,002 < α (0,05).
Safira L dan Helmi Yenie (2018)	SMA Talang Padang	N 1	Cross sectional		Hasil penelitian diperoleh 53,1% remaja putri memiliki pengetahuan kurang dan 46,9% memiliki pengetahuan cukup. Pada kejadian

Prawira D, Merry Maeta S Dan Ichayuen A (2019) "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor Tahun 2018	SMA Analisis Cross sectional	anemia diperoleh, 62,8% remaja putri mengalami anemia, dan 37,2% tidak mengalami anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan anemia dengan kejadian anemia ($p = 1.000$).
--	------------------------------	---

4. Diskusi

Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri

Salah satu rencana pemerintah untuk mengurangi kejadian anemia adalah dengan memberikan tablet suplemen zat besi kepada remaja putri yang tersedia secara gratis. Meski tersedia gratis, masih ada remaja putri yang tidak rutin mengonsumsi tablet besi. Kepatuhan responden dipengaruhi oleh faktor pengetahuan yang dimiliki responden. Pengetahuan tersebut merupakan salah satu faktor predisposisi yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam mengonsumsi suplemen darah karena pengetahuan diri merupakan faktor dominan dalam keputusan individu untuk bertindak.⁶

Pengetahuan adalah hasil tahu, yang terjadi setelah seseorang merasakan objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Notoatmodjo mengatakan bahwa informasi yang sudah dapat diakses seseorang dapat memberikan dasar kognitif. Perilaku seseorang juga dipengaruhi oleh faktor situasional, yang meliputi lingkungan tempat tinggal seseorang. Perilaku berbasis pengetahuan juga terbukti bertahan lebih lama daripada perilaku yang tidak berbasis pengetahuan.⁷ Individu yang ingin sering mengonsumsi harus memiliki kemampuan untuk mengontrol konsumsi rutinnya.⁸ Notoadmodjo mengemukakan dalam Nuniek Health Journal (2016) bahwa kurangnya pengetahuan tentang anemia pada remaja menyebabkan kurangnya pemahaman remaja tentang anemia ranah kognitif mencakup enam tingkatan pengetahuan yaitu mengetahui, memahami, menerapkan, menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi. Pemahaman remaja putri tentang anemia baru pada tahap tahu. tidak digunakan dalam kehidupan sehari-hari Menurut penelitian yang dilakukan Agustin, remaja putri yang sudah memiliki pengetahuan kategori baik dan 5.947 peluang untuk dapat mengikuti anjuran mengonsumsi suplemen zat besi dibandingkan dengan remaja yang memiliki kategori cukup.²

Kepatuhan tertinggi pada pemberian suplementasi besi adalah pada kelompok responden yang mendapatkan VVM berupa leaflet, tanda tangan guru dan informasi lain tentang anemia dan hipertensi.⁹ Oleh karena itu, kepatuhan minum tablet tambah

darah juga dipengaruhi oleh faktor tenaga kesehatan, faktor dukungan guru dan orang tua. Sekolah juga menentukan tanggal minum TTD agar dapat memantau perkembangan siswa dalam mengonsumsi TTD.¹⁰

Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Sekelompok perempuan berisiko terkena anemia adalah remaja putri. Berdasarkan hasil keseluruhan kasus di Indonesia masih banyak wanita yang mengalami anemia. Remaja putri berisiko mengalami anemia karena sebulan sekali mereka akan mengalami menstruasi, sehingga kadar zat besi relatif lebih tinggi. Para remaja putri yang memiliki rentang waktu lama dan banyak saat kedatangan bulan maka akan membutuhkan zat besi yang banyak. Hemoglobin rendah pada wanita usia 11 sampai 19 tahun karena kehilangan kebutuhan zat besi, tetapi tidak mengonsumsi makanan kaya zat besi.⁶ Pemberian tablet besi merupakan upaya penanggulangan anemia, selain edukasi dan upaya terkait peningkatan asupan zat besi melalui diet juga merupakan hal yang dapat mencegah timbulnya anemia pada wanita. Meningkatnya kadar hemoglobin pada perempuan usia 11-19 tahun juga dipengaruhi factor usia, status gizi, frekuensi menstruasi, asupan makanan sehari-hari, pola makan, mengonsumsi tablet mineral, dan kegiatan bergerak atau olahraga ringan.⁶

Ketika wanita muda mengalami menstruasi, hal itu mempengaruhi konsumsi tablet Fe dapat meningkatkan kadarnya. Dibuktikan dengan teori dikarenakan kurangnya kadar zat besi. Saat menstruasi perempuan membutuhkan setidaknya tablet tambah darah satu miligram per hari demi menjaga keseimbangan dikarenakan saat menstruasi rata-rata darah yang keluar sebanyak 60 ml per bulan yang sama dengan 30 mg besi. Dengan konsumsi tablet Fe remaja putri dapat terhindar dari anemia atau pun mengobati anemia.⁶ Oleh karena itu, diduga kadar Hb dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran dalam mengonsumsi tablet suplemen zat besi atau kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Remaja sendiri cenderung lebih menyukai makanan siap saji dibandingkan sayuran. Dukungan keluarga, guru atau bahkan lingkungan juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri.⁶

Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putra, Munir dan Siam (2020) dinyatakan bahwa tablet tambah darah mempunyai hubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.⁶ Sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Pramardika dan Fitriana (2019) hasil analisis bivariat antara variabel kepatuhan TTD dengan kejadian anemia diperoleh bahwa hubungannya bersifat searah antara kedua variabel tersebut, yang artinya semakin remaja putri patuh dalam mengonsumsi TTD maka kadar Hb remaja putri akan meningkat.⁷ Diperlihatkan juga bahwa program pemberian TTD yang dilakukan oleh puskesmas berjalan cukup baik berdasar kepada hasil pengukuran kadar Hb dimana 71,1% dari total 45 responden

memiliki Hb \geq 12 gr/dl. Peran petugas puskesmas serta peran dari guru UKS dalam memberikan penyuluhan tentang TTD berpengaruh terhadap kepatuhan. Sejalan dengan hasil penelitian Putri, Simanjuntak dan Kusdalinah (2017) yang menyatakan bahwa remaja putri yang memiliki kadar hemoglobin diatas 11 mg/dl adalah remaja putri yang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah. Resiko akan naik sebesar 61,55 kali jika remaja putri tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah.¹¹

Remaja putri lebih patuh mengkonsumsi selama seminggu sekali (15%) daripada selama menstruasi (5,8%) yang mengharuskan meminumnya sehari sekali. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Quraini menunjukkan bahwa responden mempunyai keinginan dalam rutin mengkonsumsi TTD dan dapat mengontrol perilaku. 14,6% responden tidak ingin patuh dalam mengonsumsi. Dapat dilihat walaupun adanya kemudahan untuk mengkonsumsi TTD tetapi remaja tersebut tidak memiliki niatan untuk rutin mengonsumsi.⁸

5. Kesimpulan

Menurut hasil penelitian yang didapatkan dengan *systematic review* maka dapat disimpulkan bahwa dengan remaja putri mematuhi untuk mengkonsumsi TTD maka dapat menanggulangi kejadian anemia. Artinya bahwa semakin patuh dalam mengkonsumsi TTD maka kadar Hb remaja putri akan meningkat. Hasil penelitian menjelaskan bahwa terdapat hubungan pengetahuan terhadap kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia.

Referensi

1. World Health Organization. Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity [Internet]. Geneva, Switzerland: World Health Organization. 2011. p. 1–6. Available from: <http://scholar.google.com/scholar?hl=en&btnG=Search&q=intitle:Haemoglobin+concentrations+for+the+diagnosis+of+anaemia+and+assessment+of+severity#1>
2. Agustina. Analisis Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi. J Ilm Kesehat Masy. 2019;11(4):269–76.
3. Ersila W, Prafitri LD. Layanan kesehatan reproduksi remaja dalam upaya pencegahan anemia pada remaja di kabupaten pekalongan. Implementasi Penelit dan Pengabd Masy Untuk Peningkatan Kekayaan Intelekt [Internet]. 2017;(September):635–41. Available from: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/viewFile/2934/2857>
4. Julaecha J. Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. J Abdimas Kesehat. 2020;2(2):109.
5. Setianingsih LZ. Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja: Literatur Review. J Ilm Kesehat Delima. 2023;5(2):80–5.
6. Putra KA, Munir Z, Siam WN. Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. J Keperawatan Prof. 2020;8(1):49–61.
7. Dwi Pramardika D, Fitriana. Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Puteri Wilayah Puskesmas Bengkuring Tahun 2019. J Kebidanan Mutiara Mahakam. 2019;7(2):58–66.
8. Quraini DF, Ningtyas FW, Rohmawati N. Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. J Promkes J Chem Inf Model. 2020;8(2):155–62.
9. Meikawati W, Aminah S, Salawati T, Nurullita U. Edukasi Manfaat Konsumsi Tablet Tambah Darah untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren KH Sahlan Rosjidi UNIMUS. J Inov Dan Pengabd Masy Indones.

- 2022;1(3):22–4.
10. Runiari N, Hartati NN. Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah darah Pada Remaja Putri. *J Gema Keperawatan*. 2020;13(2):103–10.
 11. Putri RD, Simanjuntak BY, Kusdalinah K. Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *J Kesehat*. 2017;8(3):404.