

**ARTIKEL PENELITIAN**

**HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH  
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**

**Anzani Asti Fahrúnisa\*, Tutik Ekasari, Iit Ermawati**

Program Studi S1 Bidan, Universitas Hafsyawaty Zainul Hasan Probolinggo, Jatim, Indonesia.

[\\*anzani.asti.fahrúnisa@gmail.com](mailto:*anzani.asti.fahrúnisa@gmail.com)

**Abstrak**

**Pendahuluan:** Anemia suatu keadaan kadar Hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin. Remaja putri yang mengalami anemia juga dapat memengaruhi prestasi akademik siswa untuk berkonsentrasi pada tugas sekolah. bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di dunia masih sangat cukup tinggi berkisar 40-88%. Remaja putri lebih rentan terhadap anemia karena mereka tumbuh dewasa dan membutuhkan lebih banyak nutrisi, terutama zat besi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia remaja putri di wilayah kerja puskesmas tembokrejo **Metode:** Rancangan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross sectional study. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 1 di SMPN 2 gumukmas yang sudah mengalami menstruasi. Sampelnya adalah seluruh siswa kelas 1 di SMPN 2 gumukmas yang sudah mengalami menstruasi menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi, alat mengukur kadar hemoglobin. **Hasil:** Diketahui bahwa nilai diperoleh p value = 0,045 (>0,05). Sebagian besar remaja putri tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah. Sebagian besar remaja putri mengalami anemia. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia di SMPN 2 Gumukmas Kabupaten Jember.

**Kata Kunci :** Kepatuhan, Tablet Tambah Darah, Anemia

***Relationship Compliance of Blood Supplementing Tablet Consumption with The Incident of Anemia in Adolescent Girls***

***Abstract***

***Introduction:*** Anemia is a condition where the hemoglobin (Hb) level in the blood is lower than the normal value for the age group and gender. Adolescent girls who experience anemia can also affect students' academic performance in concentrating on school work. that the prevalence of anemia in adolescent girls in the world is still quite high, ranging from 40-88%. Adolescent girls are more susceptible to anemia as they grow older and need more nutrients, especially iron. ***Objective:*** This study was to determine the relationship between compliance with the consumption of blood supplement tablets and the incidence of anemia among young women in the working area of the Wallingrejo Community Health Center. ***Methods:*** The design of this research was a quantitative analytical study with a cross sectional study design. The population in this study were grade 1

*students at SMPN 2 Gumukmas who had experienced menstruation. The sample was all grade 1 students at SMPN 2 Gumukmas who had experienced menstruation using the total sampling technique. The instrument used is an observation sheet, a tool to measure hemoglobin levels. **Result:** The research, it is known that the value obtained is  $p$  value = 0.045 ( $>0.05$ ). Most young women are disobedient in consuming blood supplement tablets. Most young women experience anemia. **Conclusion:** There is a relationship between compliance with the consumption of blood supplement tablets and the incidence of anemia at SMPN 2 Gumukmas, Jember Regency.*

**Keywords:** *Compliance, Blood Supplement Tablets, Anemia*

## **PENDAHULUAN**

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menyerang Indonesia. Tanpa mengenal batas usia dan jenis kelamin anemia dapat diderita oleh siapapun tanpa disadari. Anemia didefinisikan suatu keadaan kadar Hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin (1).

Anemia di seluruh dunia, merupakan masalah kesehatan yang dimana 30% penduduk dunia mengalami anemia terutama di negara berkembang. Anemia sering terjadi di masyarakat, terutama pada remaja dan ibu hamil. World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di dunia masih sangat cukup tinggi berkisar 40-88%. Remaja putri lebih rentan terhadap anemia karena mereka tumbuh dewasa dan membutuhkan lebih banyak nutrisi, terutama zat besi. Di Indonesia, penderita anemia semakin meningkat. Hal ini di buktikan dengan data hasil Riskesdas pada tahun 2018 bahwa penderita anemia pada tahun 2018 sebesar 48,9% yang sebelumnya pada tahun 2013 hanya sebesar 37,1% (2).

Anemia pada remaja khususnya remaja putri memiliki prevalensi lebih dari 15%, namun tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat. Secara keseluruhan, prevalensi anemia defisiensi besi sangatlah tinggi dapat disebabkan dengan beberapa faktor, antara lain kekurangan darah kronis, asupan zat besi yang belum mencukupi, kurangnya penyerapan yang tidak memadai, dan kebutuhan zat besi yang terus bertambah (3).

Sebesar 22,7 % didapatkan remaja putri yang kekurangan atau terkena anemia zat besi,

sedangkan pada laki sebesar 12,4% jauh berbeda dengan remaja putri (4). Berdasarkan data tahun 2022 di puskesmas Tembokrejo masih terdapat remaja putri yang kekurangan zat besi atau terkena anemia sebesar 15 %.

Berdasarkan penelitian Christina et al (2018) remaja putrilah yang sering mengalami anemia. Hal ini sudah biasa karena di usia muda merupakan musim tanam yang membutuhkan nutrisi lebih tinggi, terutama zat besi. Plus, remaja muda mendapatkan menstruasi mereka setiap bulannya, sehingga mereka sangat butuh lebih banyak zat besi. Kebutuhan zat besi akan terus mengalami peningkatan pada masa remaja, karena masa remaja merupakan masa yang akan memulai mengalami menstruasi yang setiap bulannya akan terjadi. Sehingga sangat membutuhkan banyak sekali darah dan lebih banyak zat besi. Remaja putri yang mengalami anemia dapat memengaruhi prestasi akademik siswa. oleh karena itu anemia pada remaja putri dapat mengganggu kemampuan siswa untuk berkonsentrasi pada tugas sekolah. Remaja putri dengan anemia memiliki risiko keberhasilan sekolah 1,875 kali lebih rendah dibandingkan remaja putri non-anemia (5).

Remaja putri yang sedang mengalami menstruasi dan perlu minum suplemen tambah darah. Suplemen darah membantu menggantikan hilangnya zat besi selama mengalami menstruasi dan dapat juga untuk memenuhi zat besi yang tidak terdapat dalam makanan. Untuk meningkatkan konsentrasi dalam belajar remaja bisa diawali dengan terpenuhinya Zat besi (6).

Berdasarkan hasil program penanggulangan anemia oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada tahun 2018, anemia

dikalangan remaja sebesar 41,6%. Data tersebut mengindikasikan anemia adalah salah satu masalah di Indonesia, khususnya di Kabupaten Jember. Selama ini pemberian tablet tambah darah masih banyak terpusat pada ibu hamil, padahal remaja putri perlu diberikan perhatian lebih karena nantinya akan menjadi calon ibu, sehingga dapat mencegah anemia sedini mungkin. Remaja putri pada usia reproduksi memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dan aktif. Ia memerlukan zat-zat gizi yang lebih besar dari kelompok umur lainnya. Hal ini karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Selain itu, sebagian remaja putri lebih menerapkan “*well balanced diet*”. Hal ini dilakukan untuk menjaga berat badan agar terlihat tetap proporsional sehingga remaja putri mengalami kekurangan zat gizi (7).

Permenkes No.88 tahun 2014 tentang standart tablet tambah darah bagi wanita usia

subur dan ibu hamil. Ini dibuat dalam rangka mencegah terjadinya anemia gizi besi.

Dari uraian tersebut, maka perlu mengetahui lebih lanjut tentang kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi Fe.

#### METODE

Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 1 di SMPN 2 gumukmas yang sudah mengalami menstruasi. Sampelnya adalah seluruh siswa kelas 1 di SMPN 2 gumukmas yang sudah mengalami menstruasi menggunakan teknik total sampling sebanyak 32 orang. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi, alat mengukur kadar hemoglobin. Data dianalisis menggunakan uji *chi square*.

#### HASIL

##### Analisis Univariat

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Komsumsi Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia pada Remaja Putri**

Variabel	f	%
<b>Kepatuhan Minum</b>		
Tidak patuh	22	68,75
Patuh	10	33,35
<b>Kejadian Anemia</b>		
Anemi	20	62,5
Tidak Anemi	12	37,5

Berdasarkan tabel 1 bahwa Sebagian siswi yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 10 (33,75%) responden. dapat diketahui bahwa kejadian anemia pada siswa

SMPN 2 Gumukmas Kabupaten Jember (n=32) sebagian besar adalah anemia dengan presentase 62,5 % atau sebanyak 20 orang.

Analisis Bivariat

**Tabel 2 Tabulasi Silang Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri**

Kepatuhan minum	Kejadian Anemia						P-Value
	Anemia		Tidak anemi		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Tidak patuh	12	37,5	10	31,2	22	68,75	0,045
Patuh	8	25,0	2	6,25	10	31,25	
Total	20	62,5	12	37,45	32	100	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 32 responden remaja putri kelas 1 di SMPN 2 Gumukmas terdapat 10 responden yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah, 22 responden yang tidak patuh. Sedangkan 20 responden yang masih mengalami anemia, 12 responden yang tidak mengalami anemia. Setelah dilakukan uji statistik chi square diperoleh p value = 0,045 < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia di SMPN 2 Gumukmas Kabupaten Jember.

**PEMBAHASAN**

**Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Fe**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe di SMPN 2 Gumukmas Kabupaten Jember berada pada kategori kurang patuh berjumlah 22 orang (68,8%) dan yang patuh berjumlah 10 orang (31,2%). Dalam hal ini, yang menjadi pengaruh dalam kepatuhan responden ialah faktor pengetahuan yang ada dalam diri responden. Pengetahuan termasuk ke dalam faktor predisposisi yang mana dapat menjadi pengaruh bagi perilaku seseorang dalam mengonsumsi tablet Fe sebagai tablet penambah darah. Hal ini dikarenakan pengetahuan ialah faktor yang mendominasi seseorang dalam pengambilan keputusan atau tindakan (8). Notoatmodjo berpendapat bahwa informasi yang didapatkan

seseorang dapat menjadi suatu landasan kognitif dalam melakukan tindakan. Perilaku seseorang juga mendapat pengaruh dari faktor situasional yang mana cakupannya ialah lingkungan seseorang tersebut berkembang. Telah dapat dibuktikan bahwa perilaku atas dasar pengetahuan memiliki jangka panjang dibanding dengan perilaku yang tidak atas dasar pengetahuan (9).

Bagi seseorang yang memiliki keinginan rutin mengonsumsi tablet Fe harus dapat melakukan kontrol diri agar dapat tercapai keinginan tersebut. Remaja putri memiliki kewajiban dalam mengonsumsi tablet penambah darah, hal ini dikarenakan tiap bulannya remaja putri akan mengalami fase menstruasi yang menjadikan zat besi di dalam tubuh dapat terkuras dan dengan meminimum tablet penambah darah maka kebutuhan zat besi dalam tubuh dapat tercukupi. Selain itu, zat besi juga memiliki kebermanfaatannya yakni dapat menaikkan tingkat konsentrasi belajar, menjaga kebugaran serta sebagai pencegahan kejadian anemia pada calon ibu di masa yang akan datang.

Penelitian lain tentang kepatuhan dalam mengonsumsi Fe paling tinggi pada kelompok responden yang diberi suatu kartu monitoring berbentuk leaflet, dimana didalamnya didapati tanda tangan guru dan terdapat informasi terkait anemia dan TTD. Selain hal tersebut, juga dipengaruhi oleh petugas kesehatan dan adanya dukungan yang diberikan oleh guru dan orang tua. Sama dengan hasil penelitian (10). Dimana

dari sekolah melakukan penjadwalan untuk pengkonsumsian TTD secara bersama, hal ini dimaksudkan untuk memudahkan proses pemantauan perkembangan murid yang mengkonsumsi TTD. Pada hal ini dapat diasumsikan bahwa kepatuhan responden mendapat pengaruh dari pengetahuan mengenai urgensinya mengkonsumsi tablet Fe dan terdapatnya dorongan berupa dukungan dari pihak orangtua atau sekolah kepada anak. Dimana dapat diambil suatu simpulan kepatuhan responden dalam mengkonsumsi tablet Fe mendapat pengaruh dari terdapatnya dukungan yang diberikan keluarga dan pihak sekolah serta pengetahuan yang dimiliki responden mengenai kebermanfaatannya dan efek samping dalam mengkonsumsi tablet Fe.

### **Kejadian Anemia**

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar remaja putri SMPN 2 Gumukmas Kabupaten Jember kelas 1 yang mengalami anemia sebanyak 20 responden (62,5%). Dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 12 responden (37,45%). Dimana kadar normal Hb pada remaja putri adalah  $\geq 12\text{g/dl}$ . Remaja perempuan memiliki kecenderungan peluang besar menderita anemia, ini disebabkan tiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi yang menjadikan kebutuhan zat besi dalam tubuh berkurang besar.

Seseorang dalam fase menstruasinya berlangsung lama dan mengeluarkan darah yang banyak akan memerlukan zat besi yang banyak pula. Pada saat haid, perempuan membutuhkan tambahan darah dimana dapat berupa tablet penambah darah yang setiap harinya perlu dikonsumsi minimal 60 ml tiap bulannya dan jika dikonsumsi setara dengan 30 mg besi. Dengan mengonsumsi tambahan zat besi seorang remaja perempuan dapat menghindari atau bahkan mengobati kejadian anemia (10). Dari beberapa hal yang ada, dapat diambil suatu asumsi bahwa kadar haemoglobin dapat dipengaruhi oleh kesadaran yang dimiliki seseorang mengenai konsumsi zat besi yang dapat berbentuk tablet penambah darah ataupun

dari makanan yang memiliki kandungan zat besi (10).

Pada jaman sekarang ini, banyak remaja yang cenderung lebih menyukai makanan instan dibanding dengan sayuran, dimana ini menjadikan pola makan menjadi terganggu karena tubuh tidak diberi makan sesuai apa yang tubuh butuhkan mengenai vitamin atau mineral lainnya. Diperlukan dukungan berbagai pihak baik dari keluarga dan lingkungan sekolah untuk menjadi pengaruh yang baik agar remaja putri dapat patuh dalam mengonsumsi tablet penambah darah demi kebutuhan zat besi pada tubuhnya. Kejadian anemia yang menimpa kalangan remaja biasanya dipengaruhi oleh beragam faktor, yakni adanya pendarahan hebat pada saat fase menstruasi tiap bulannya, tidak terpenuhinya kadar zat besi secara cukup dalam tubuh, kurangnya asam folat pada tubuh, adanya penyakit yang kronis, infeksi cacing tambang, bawaan keturunan atau genetik (11).

### **Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 2 Gumukmas Kelas 1**

Berdasarkan hasil penelitian  $p\text{ value} = 0,045 < 0,05$  artinya ada hubungan antara kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian Anemia di SMPN 2 Gumukmas Kabupaten Jember. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Penyebab utama anemia gizi pada remaja putri adalah karena kekurangan asupan zat gizi melalui makanan, sementara kebutuhan zat besi relatif tinggi untuk kebutuhan dan menstruasi. Kehilangan zat besi diatas rata-rata dapat terjadi pada remaja putri dengan pola haid yang lebih banyak dan waktunya lebih panjang (12).

Kepatuhan dalam minum tablet FE merupakan salah satu faktor yang dianggap paling berpengaruh dalam keberhasilan program suplementasi besi. Selain penyediaan tablet FE dan sistem distribusinya. Puskesmas telah melaksanakan program pemeriksaan HB

pada remaja putri khususnya remaja putri yang mengalami anemia (13).

Pengetahuan terkait gizi yang dibersamai dengan pemberian suplemen zat besi kepada remaja perempuan akan meningkatkan kadar haemoglobin secara efektif apabila dibanding dengan pengetahuan gizi saja atau hanya pemberian suplemen zat besi saja. Remaja putri masuk dalam klasifikasi kelompok yang memiliki kerentanan besar mengidap anemia (14).

Faktor penyebab anemia salah satunya dengan pola makan yang buruk. Makanan bagi remaja harus memiliki kualitas yang baik agar dapat memenuhi Kesehatan tubuh yang kuat dan bergizi. Eritrosit merupakan salah satu sumber untuk pembetulan energi. Didalam eritrosit terdapat hemoglobin, jika asupan energi cukup maka hemoglobin juga akan cukup, dan sebaiknya jika kurang maka hemoglobin akan turun (15).

#### **KESIMPULAN**

Ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia di SMPN 2 Gumukmas Kabupaten Jember.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terimakasih kepada bidan desa wilayah tembokrejo yang telah memberikan tempat dalam pelaksanaan penelitian.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Adriana Merryana WB. Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana Prenada Media Group; 2015.
2. Ikatan Dokter Anak Indonesia. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta; 2019.
3. Christina, M., Sukartiningsih, E., Amaliah, M., Studi, P., & Waingapu K. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru. *J Kesehat Prim.* 2018;3(1):16–29.

4. Sya`Bani, I. R. N., & Sumarmi S. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Santriwati di Pondok Pesantren Darul Ulum Peterongan Jombang. *J Keperawatan Muhammadiyah.* 2016;1(1):8–15.
5. Melyani & A. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di sekolah SMPN 09 Pontianak. *J Kebidanan.* 2019;9(2):394–403.
6. Angelina, C., Siregar, D. N., Siregar, P. S., & Anggeria E. Pengetahuan Siswi Kelas XI tentang Dampak Anemia terhadap Kesehatan Reproduksi. *J Keperawatan Prior.* 2020;3(1):99–106.
7. Notoatmodjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.
8. Suhartini, S., Sari, J., & Hayati N. Pemeriksaan Kadar Haemoglobin pada Remaja Putri di Desa Sugiharjo Kecamatan Batang Kuis. *J Pengabd Masy.* 2021;1(1):12–8.
9. Fitriani, Herlin ACIL. Hubungan Umur Ibu dan Paritas dengan Kejadian BBLR di Wilayah Puskesmas Wates Kabupaten Kulon Progo. *J Kebidanan Univ Mataram.* 2019;4(2).
10. Savitri tupitu. Gizi dan Zat Besi. Yogyakarta: Deepublish; 2020.
11. Agustina E. Hubungan antara Asupan Zat Gizi Energi, Protein, Zat Besi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Berdasarkan Jenjang Pendidikan di Kabupaten Kebumen. [KTI]. Repository Stikes YLPP Purwokerto; 2017.
12. Natalia. Zat Besi Remaja Putri. Jakarta: Atlantis Press; 2018.
13. Khurhaiani. Asupan Gizi untuk Remaja Putri. Jakarta: Atlantis Press; 2018.
14. Rusmilawaty. Gizi Remaja Putri. Yogyakarta: Deepublish; 2016.
15. Widiastuti A R. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *J Sains Kebidanan.* 2019;1(1).