

The Relationship Between Consumption of Blood Supplemental Tablets to the Incidence of Anemia in Adolescent Women

Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Fitri Sudarti¹, Fitriyani Bahriyah², Monifa Putri³
Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri^{1,2,3}
fitriyani.bahriyah93@gmail.com

Article Info

Article history

Received date: 2023-06-15

Revised date: 2023-07-21

Accepted date: 2023-07-21



Abstract

Adolescent girls are a group that is prone to anemia. In Indonesia, the incidence of anemia is still quite high. This is influenced by the habit of consuming iron tablets that are not optimal. This study aims to determine the relationship of compliance with blood supplement consumption tablets to the incidence of anemia in female adolescents. The method used is analytic with a cross sectional approach. Using a total sampling technique, 113 final year adolescents attending SMK N 1 Rengat were used as research respondents. Data were analyzed using the chi-square test. Based on the results of the study, the adherence of adolescents in consuming iron tablets was disobedient, namely 75.2%. The majority of young women have anemia, amounting to 66.4%. It can be concluded that there is a relationship between adherence to taking iron tablets and the incidence of anemia in young women at Rengat 1 Public Vocational School in 2022 with a *p*-value of 0.00.

Keywords:

Obedience; Blood Supplement Tablets; Anemia

Abstrak

Remaja putri merupakan kelompok yang rawan menderita anemia. Di Indonesia angka kejadian anemia masih terbilang cukup tinggi. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan mengkonsumsi tablet tambah darah yang tidak optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Metode yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Menggunakan teknik *total sampling*, remaja tingkat akhir yang bersekolah di SMK N 1 Rengat berjumlah 113 dijadikan responden penelitian. Data dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Berdasarkan hasil penelitian, kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah adalah tidak patuh yaitu 75,2%. Remaja putri mayoritas mengalami anemia berjumlah 66,4%. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kepatuhan minum tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Rengat tahun 2022 dengan hasil *p*-value 0,00.

Kata Kunci

Kepatuhan; Tablet Tambah Darah; Anemia

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis seseorang bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Penyebab anemia umumnya karena kekurangan pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan vitamin A, peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, dan kelainan bawaan yang mempengaruhi sintesis hemoglobin (Apriyanti, 2019).

Masa remaja diasosiasikan dengan masa transisi dari anak menuju dewasa. Masa ini merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisisi kemampuan (*skill*) untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi. Remaja putri merupakan kelompok usia yang berisiko menderita anemia dengan rentan usia 10-19 tahun (*World Health Organization*, 2014), dan umur 10-24 (BKKBN, 2014).

Menurut WHO, prevalensi anemia di dunia berkisar pada 40-80%. Data prevalensi anemia di kalangan remaja putri di Asia berkisar antara 17%-90% di setiap wilayahnya. Di India terdapat anemia pada remaja putri berkisar 90%, Bhutan memiliki prevalensi 58,6%, Maldives memiliki 50%, Nepal memiliki 46%, Myanmar memiliki 45,2%, Bangladesh dan Sri Lanka memiliki 40%, Indonesia memiliki 30%, dan Thailand memiliki 17% populasi remaja putri yang mengalami anemia. Data ini menunjukkan dari setiap wilayahnya terdapat lebih dari seperempat remaja putri mengalami anemia, kecuali negara Thailand (WHO, 2011). Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia sebesar 32%. Proporsi anemia pada perempuan 27,2% lebih besar dibanding laki-laki sebesar 20,3%. Ironisnya, kejadian anemia pada remaja putri justru mengalami peningkatan dari 37,1% menjadi 48,9% (Kemenkes RI, 2018).

Beberapa dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia

adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai dan juga berdampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak, pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya (Sandra, 2017)

Salah satu penyebab anemia pada remaja putri adalah pengetahuan, kesadaran konsumsi tablet Fe saat menstruasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan, hal ini dikarenakan pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi seseorang. Faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan, rendahnya pengetahuan tentang konsumsi berhubungan erat dengan konsumsi dan kesadaran dalam mencukupi zat gizi individu (Irianto, 2014).

Salah satu penyebab anemia pada remaja putri menstruasi yang bisa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja, Volume darah yang keluar saat menstruasi mengakibatkan kehilangan zat besi sebanyak 12- 15 mg per bulan atau 0,4-0,5 mg per hari. Pada saat menstruasi wanita tidak hanya mengalami kehilangan zat besi tetapi juga mengalami kehilangan basal, jadi bila ditotal wanita perhari mengalami kehilangan zat besi sebanyak 12-15 mg. Volume darah yang keluar setiap bulannya berkisar 30-50 cc. Kondisi tersebut menyebabkan wanita mengalami anemia (Retno, 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada 10 orang remaja putri di SMK Negeri 1 Rengat tahun 2023 terdapat 2 orang yang patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe mereka mengatakan bahwa tidak pernah lagi mengalami gejala anemia seperti: pusing, dan lemes. Sementara 3 orang yang jarang mengkonsumsi tablet Fe dan 5 orang sama sekali tidak mengkonsumsi tablet Fe. Hal ini dikarenakan mereka malas dan kadang lupa mengkonsumsinya. Sebagian remaja tidak mengenali gejala anemia dan menganggap

hal seperti pusing adalah hal yang biasa dan normal.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas XII SMK N 1 Rengat berjumlah 113. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* atau sampel jenuh (Sensus) dengan memperhatikan beberapa kriteria seperti sedang tidak haid dan tidak hadir saat penelitian. Penelitian dilakukan pada Maret 2023 dengan cara menyebarkan kuesioner dan melakukan pemeriksaan Hb pada remaja putri. Hasil penelitian diolah menggunakan uji chi-square.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian telah dilakukan kepada 103 remaja putri SMK N 1 Rengat. Adapun karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Kategori	Frekuensi	%
Usia			
1	15	2	1,8
2	16	28	24,8
3	17	52	46,0
4	18	27	23,9
5	19	4	3,5
Jumlah		113	100
Tempat Tinggal			
1	Desa	17	15
2	Kota	96	85
Jumlah		113	100

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Minum Tablet Fe

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Tidak patuh	85	75,2
2	Patuh	28	24,8
Jumlah		113	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMK Negeri 1 Rengat tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe dengan jumlah 85 orang (75,2%), sedangkan minoritas remaja putri patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe dengan jumlah 28

orang (24,8%). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi remaja putri tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe adalah tingkat pengetahuan, sikap, dukungan orang tua dan motivasi teman sebaya.

Hal yang berpengaruh dalam kepatuhan responden ialah faktor tingkat pengetahuan dan sikap. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Klaten yaitu remaja putri yang memiliki tingkat pengetahuan kurang akan berisiko tidak mengkonsumsi tablet Fe 1 tablet/minggu 4.998 kali lebih besar dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan cukup atau baik (Devi, *et al*, 2020). Sedangkan dukungan orang tua, tingginya dukungan orang tua maka dapat terbentuk suatu keyakinan dan remaja putri cenderung membentuk persepsi positif terhadap tablet Fe, sehingga terbentuklah suatu niat yang kuat untuk mengkonsumsi tablet Fe agar terhindar dari risiko anemia (Herdini, 2022). Remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang tinggi tentang anemia, dukungan keluarga yang baik, serta dukungan teman sebaya yang baik cenderung lebih patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe, begitupun sebaliknya (Sulistiyani, *et al*, 2020).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Anemia	75	66,4
2	Tidak anemia	38	33,6
Jumlah		113	100

Berdasarkan tabel 3 mayoritas remaja putri mengalami anemia dengan jumlah 75 orang (66,4%). Minoritas remaja putri tidak mengalami anemia dengan jumlah 38 orang (33,6%).

Remaja putri memiliki kecenderungan besar menderita anemia, ini disebabkan tiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi. Seseorang yang fase menstruasinya berlangsung lama dan mengeluarkan darah yang banyak akan memerlukan zat besi yang banyak pula. Pada saat haid, perempuan membutuhkan tambahan darah yaitu dapat berupa tablet Fe yang setiap harinya perlu dikonsumsi minimal 60 ml tiap bulannya dan jika dikonversikan setara dengan 30 mg besi. Dengan mengkonsumsi tambahan zat besi seorang remaja perempuan dapat terhindar

atau bahkan mengobati kejadian anemia (Savitri, *et al.*, 2021).

Dampak anemia pada remaja putri diantaranya adalah penurunan imunitas, gangguan konsentrasi, penurunan prestasi, mengganggu kebugaran dan produktivitas, memperbesar risiko kematian saat melahirkan, menjadi penyebab salah satu bayi lahir prematur, berat bayi yang cenderung rendah. Adanya berbagai macam

penyakit anemia pada remaja di atas, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran para remaja untuk bisa mulai menerapkan berbagai macam pencegahan anemia, seperti mengkonsumsi makanan tinggi zat besi, asam folat, dan mengkonsumsi tablet tambah darah (Kemenkes R1, 2021).

Tabel 4. Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia

No	Kepatuhan	Kejadian anemia		Total	%	p-value
		Anemia	Tidak anemia			
1	Tidak patuh	69	16	85	75,2	0,00
2	Patuh	6	22	28	24,8	
	Jumlah	75	38	113	100,0	0,00

Dari tabel hasil pengujian *chi-square* yang dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS, maka didapatkan hasil *p-value* sebesar 0,00. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe terhadap kejadian anemia di SMK Negeri 1 Rengat tahun 2023.

Hasil uji statistik *Chi-square* menunjukkan ada hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia. Terlihat dengan jelas jika remaja putri tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe, maka cenderung mengalami anemia. Adanya hubungan ini menunjukkan bahwa kepatuhan berpengaruh terhadap kebiasaan seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian di Jember yang menyimpulkan bahwa adanya hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemi pada remaja putri (Handayani, 2021).

Dari penelitian yang telah dilakukan dapat dikatakan dan ditarik kesimpulan bahwa pemberian tablet Fe dapat meningkatkan kadar hemoglobin, dimana tablet Fe secara efektif dapat menjadi alternatif dalam pencegahan terjadinya anemia pada remaja putri. Dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe diperlukan dorongan dari berbagai pihak seperti orang tua, guru, dan petugas kesehatan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan mengenai urgensinya konsumsi tablet Fe pada remaja putri (Handayani, 2021).

Program pemberian tablet Fe yang telah dilaksanakan yaitu kegiatan rutin pemberian tablet Fe kepada remaja oleh Puskesmas. Namun demikian masih banyak remaja putri yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe, hal ini dikarenakan tenaga kesehatan dari Puskesmas tidak turun langsung ke lapangan. Pemberian tablet Fe diserahkan kepada pihak UKS sekolah sehingga banyak remaja putri yang belum mengetahui manfaat dari tablet Fe tersebut.

KESIMPULAN

Ada hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri kelas XII di SMK Negeri 1 Rengat tahun 2023 dengan *p-value* 0,00.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti., F. (2019). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *Jurnal Doppler*, Vol. 3, No. 2.
- BKKBN, 2014. *Kajian Profil Penduduk Remaja (10-24 tahun) : Ada apa dengan remaja*. Policy Brief Puslitbang Kependudukan.
- Devi, P, S., Suyami., Hamranani, S, S, T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Minum tablet Fe Pada Remaja Putri. *Proceeding of The 12th University Research Colloquium 2020: Bidang MIPA dan Kesehatan*. 328-336

- Handayani, Y. (2021). Hubungan kepatuhan minum tablet Fe terhadap kejadian anemia di Desa Mumbulsari Kabupaten Jember tahun 2021. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*. 9(2). 121-130
- Herdiani, N. (2022). Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 69-73, <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.69-73>
- Irianto, Koes. (2014). *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balanced Nutrition in Reproductive Health)*. Bandung: ALFABETA
- Kemkes RI. (2021). *Dampak Anemia Pada Remaja*. <https://promkes.kemkes.go.id/7-dampak-anemia-pada-remaja>. (Diakses pada tanggal 15 Maret 2023).
- Kemkes RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kemenkes RI
- Retno, D., dkk. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404-409.
- Sandra, F., dkk. (2017). *Gizi anak dan remaja*. Depok : Rajawali Pers.
- Savitri, M. K., Tupitu, N. D., Iswah, S. A., & Safitri, A. (2021). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 43-49. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i2.1784>
- Utomo, E.T.R, Rohmawati, N., Sulistiyani. (2020). Pengetahuan Dukungan keluarga dan Teman Sebaya dengan Konsumsi Tablet Tambah darah Pada Remaja Putri. *Ilmu Gizi Indonesia*. 4(1). 1-10. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i1.147>
- WHO. 2011. *The Global Prevalence Of Anemia in 2011*. Geneva : World Health Organization
- WHO. 2014. *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva: World Health Organization Departemen of Noncommunicable disease surveillance.