

DESKRIPSI PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN REMAJA PUTRI DALAM MENGGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH

Elok Kharismawati ^{1*}, Enggar Anggraeni ², Tutut Pujiyanto ³

¹Prodi D3 Gizi AKZI Karya Husada Kediri, elokwati0410@gmail.com, 081247228541

² Prodi D3 Gizi AKZI Karya Husada Kediri, eeng.gizi@gamil.com, 081314711280

³ Prodi D3 Gizi AKZI Karya Husada Kediri, noanpujiyanto@gmail.com, 081334309088

Abstrak

Remaja putri sangat beresiko mengalami anemia dan memerlukan perhatian khusus terkait kesehatan dikarenakan kebutuhan zat besi pada remaja putri meningkat hal ini terjadi karena pertumbuhan dan datangnya menstruasi. Tujuan penelitian ini secara umum untuk mengetahui Deskripsi Pengetahuan dan Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Posyandu Remaja Desa Badal Pandean, Kecamatan Ngadiluwih, Kabupaten Kediri. Metode penelitian yang digunakan adalah survei deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Alat pengumpulan data menggunakan kuisioner kepada 35 remaja putri. Teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*. Analisa data deskriptif dengan mendeskripsikan pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dalam tabel distribusi frekuensi. Hasil penelitian dari 35 responden mayoritas pengetahuan tentang anemia cukup sebanyak 15 responden (42.9%) dan mayoritas konsumsi tablet tambah darah tidak patuh sebanyak 19 responden (54.3%). Di era perkembangan digital yang semakin pesat ini dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia, dengan memanfaatkan handphone yang dimiliki remaja putri, desa Badal Pandean dan Puskesmas Wonorejo bisa bekerjasama membuatkan web khusus yang berisi tentang edukasi kesehatan khususnya tentang anemia, bisa juga dibuatkan video edukasi melalui tik tok, Instagram dan media social lainnya. Selanjutnya, remaja bisa mengunduh aplikasi CERIA (Cegah Anemia Remaja Indonesia) dari Kemenkes untuk mengingatkan minum tablet tambah darah dengan menetapkan jadwal 1 hari dalam seminggu untuk minum tamblet tambah darah agar meminimalisir ketidak patuhan konsumsi tablet tambah darah.

Kata kunci: Remaja putri, anemia, pengetahuan, kepatuhan, tablet tambah darah

Abstract

Adolescent girls are very at risk for anemia and require special attention related to health because the need for iron in adolescent girls increases, this occurs due to growth and the arrival of menstruation. The general aim of this study was to find out the description of the knowledge and compliance of young women in consuming iron supplement tablets at the Youth Posyandu in Badal Pandean Village, Ngadiluwih District, Kediri Regency. The research method used is a descriptive survey with a cross sectional approach. The data collection tool used a questionnaire to 35 young women. The sampling technique is simple random sampling. Descriptive data analysis by describing knowledge about anemia and adherence of young women in consuming iron tablets in the frequency distribution table. The results of the study from 35 respondents the majority of knowledge about anemia was sufficient as many as 15 respondents (42.9%) and the majority of consumption of iron supplement tablets was non-compliant as many as 19 respondents (54.3%). In this era of increasingly rapid digital development, this can be an alternative to increase youth knowledge about anemia, by utilizing mobile phones owned by young women, the village of Badal Pandean and the Wonorejo Health Center can work together to make a special web that contains health education, especially about anemia, videos can also be made. education through tik tok, Instagram and other social media. Furthermore, teenagers can download the CERIA application (Preventing Anemia Adolescents Indonesia) from the Ministry of Health to remind them to take iron tablets by setting a schedule for 1 day a week to drink blood tablets in order to minimize non-adherence to taking blood tablets.

Keywords: Young women, anemia, knowledge, adherence, iron tablets

PENDAHULUAN

Akibat adanya perubahan biologis, psikologis dan masalah kecukupan gizi pada remaja menimbulkan beberapa masalah kesehatan. Masalah kesehatan yang biasa terjadi adalah anemia [1]. Remaja putri rentan terkena anemia. Adanya siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri mudah terkena anemia [2].

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 32% atau 3-4 dari sepuluh remaja Indonesia menderita penyakit anemia. Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensinya yang tinggi dan berdampak terhadap kesehatan [3]. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh *World Health Organization* (WHO, 2015) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 29%. Di negara

berkembang prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun mencapai 41,5%. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang, dengan prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menurut WHO sebesar 37% lebih tinggi dari prevalensi anemia di dunia [4].

Faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja di antaranya pengetahuan dan kesadaran dalam mencukupi kebutuhan zat gizi individu. Pengetahuan mempengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih makanan maupun mengkonsumsi suplemen tablet tambah yang akan mempengaruhi keadaan gizi individu. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah berdasarkan petunjuk teknis memberikan dampak yang signifikan terhadap kadar hemoglobin dalam darah. Kepatuhan merupakan suatu perilaku yang sangat erat dipengaruhi oleh pengetahuan. Semakin tinggi tingkat pengetahuan, maka semakin mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang terhadap standar yang berlaku. Dalam membentuk perilaku kepatuhan langkah pertama yang dibutuhkan adalah pengetahuan [5].

Hasil studi pendahuluan ke Puskesmas Wonorejo diketahui bahwa pendistribusian tablet tambah darah (TTD) ke sekolah dan posyandu remaja mencapai 100% sedangkan capaian program pemberian TTD Kabupaten Kediri mencapai 69,76% pada Tahun 2018. Menurut Risesdas Provinsi Jawa Timur tahun 2018, cakupan TTD yang diterima remaja putri sebesar 95%. Dari angka 95% tersebut, sebanyak 83,67% mendapat TTD di sekolah (anak sekolah) dan didapatkan data konsumsi TTD remaja putri ≥ 52 butir hanya 2,05% sisanya sebanyak 97,95% konsumsi TTD < 52 butir. Hal ini menunjukkan masih rendahnya kesadaran remaja putri akan pentingnya konsumsi TTD sebagai langkah untuk pencegahan anemia [6].

Desa Badal Pandean merupakan salah satu desa di Kecamatan Ngadiluwih yang memiliki posyandu remaja. Kegiatan di posyandu remaja aktif dilakukan setiap 1 bulan. Adapun kegiatannya meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, pengukuran tekanan darah dan pemberian TTD. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Remaja Desa Badal Pandean pada tanggal 8 Oktober 2022 dengan mewawancarai 10 remaja putri dengan rentang usia 10-18 tahun menunjukkan bahwa 10 remaja putri menerima TTD setiap satu bulan dengan masing-masing mendapatkan 4 tablet. Dari 10 remaja putri yang telah mendapatkan TTD tersebut, terdapat 7 remaja putri (70%) yang patuh dalam mengkonsumsi TTD dengan air putih sedangkan 3 remaja putri (30%) tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD dengan alasan malas, rasa yang tidak enak, lupa, bau amis dan rasa mual yang ditimbulkan.

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang dilakukan oleh Bidan Desa Badal Pandean diketahui 4 remaja putri dengan usia 11 tahun dengan rincian 3 remaja putri dengan kategori patuh mengkonsumsi TTD, memiliki kadar hemoglobin normal $\geq 11,5$ g/dL (non-anemia), sedangkan 1 remaja putri dengan kategori tidak patuh mengkonsumsi TTD, memiliki kadar hemoglobin di bawah normal $< 11,5$ g/dL (anemia). Untuk 6 remaja putri lainnya berusia 12-16 tahun dengan rincian 2 remaja putri dengan kategori tidak patuh mengkonsumsi TTD memiliki kadar hemoglobin di bawah normal < 12 g/dL (anemia), sedangkan 4 remaja putri dengan kategori patuh mengkonsumsi TTD memiliki kadar hemoglobin normal ≥ 12 g/dL (non-anemia).

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan deskriptif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Lokasi pada penelitian ini bertempat di Posyandu Remaja Desa Badal Pandean Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri pada tanggal 29 Desember 2022. Responden dari penelitian ini adalah remaja putri yang berusia 10-18 tahun yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi didapat berdasarkan teknik *simple random sampling* yang berjumlah 35 responden. Identifikasi responden diperoleh dengan pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner dan wawancara. Kuesioner penelitian terdiri dari dua jenis kuesioner yaitu kuesioner pengetahuan tentang anemia sebanyak 11 butir soal dan kuesioner kepatuhan sebanyak 2 soal. Teknik analisis data menggunakan univariat dengan distribusi frekuensi. Penelitian dilaksanakan setelah memperoleh surat rekomendasi penelitian dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Pemerintah Kabupaten Kediri dan Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Posyandu Remaja

Desa Badal Pandean merupakan salah satu desa di Kecamatan Ngadiluwih yang memiliki posyandu remaja. Posyandu ini beralamat di Jalan Pahlawan RT03 RW03, Desa Badal Pandean, Kecamatan Ngadiluwih, Kabupaten Kediri, Provinsi Jawa Timur.

Posyandu remaja ini berdiri pada tanggal 29 Maret 2022 yang dilaksanakannya di salah satu rumah perangkat desa setempat. Seiring berjalannya waktu posyandu remaja dipindah ke Balai Desa Badal Pandean karena tempatnya lebih luas. Posyandu remaja ini aktif dilakukan 1 bulan sekali kegiatannya meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkaran atas, lingkaran perut, pengukuran tekanan darah, pengukuran kadar hemoglobin dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Posyandu remaja ini memiliki remaja putri dengan jumlah 50 orang. Posyandu remaja ini memiliki bidan desa yang dibantu oleh tenaga kesehatan lainnya yaitu bidan penanggung jawab program dan bidan poli desa dan tenaga pembantu terdiri dari kader posyandu.

Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Umur		
10 tahun	5	14.3
11 tahun	4	11.4
12 tahun	5	14.3
13 tahun	4	11.4
14 tahun	7	20.0
15 tahun	5	14.3
16 tahun	3	8.6
17 tahun	1	2.9
18 tahun	1	2.9
Total	35	100
Pendidikan Remaja Putri		
SD	14	40.0
SMP	19	54.3
SMA	2	5.7
Total	35	100
Menstruasi		
Sudah Menstruasi	32	91.4
Belum Menstruasi	3	8.6
Total	35	100

Sumber : Data terolah 2023

Berdasarkan tabel 1, terlihat bahwa sebagian besar responden berumur 14 tahun (20.0%), sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMP yaitu 19 orang (54.3%) dan

mayoritas responden sudah mengalami menstruasi (91.4%).

Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia

Tabel. 2 Distribusi Kriteria Tingkat Pengetahuan tentang Anemia

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	9	25.7
Cukup	15	42.9
Kurang	11	31.4
Total	35	100

Sumber: Data terolah (2023)

Berdasarkan hasil tabel 2 dapat diketahui tingkat pengetahuan tentang anemia yang paling banyak terdapat pada tingkat pengetahuan dengan kriteria cukup dengan jumlah 15 responden (42.9%). Untuk tingkat pengetahuan dengan kriteria baik dengan jumlah 9 responden (25.7%) dan kriteria kurang dengan jumlah 11 responden (31.4%).

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden mengetahui dengan baik tentang tanda dan gejala anemia (100%) yang dibuktikan dari seluruh responden menjawab dengan benar, namun pengetahuan tentang dampak anemia (42,9%) hanya sebagian kecil yang menjawab dengan benar. Remaja putri mengetahui dengan baik tentang tanda dan gejala anemia dikarenakan di posyandu remaja terdapat poster tentang tanda dan gejala anemia. Berbeda dengan pengetahuan tentang dampak anemia, remaja putri kurang mengetahui tentang apa dampak anemia terhadap remaja. Selain itu, sebagian besar remaja putri mengetahui makanan apa yang baik dikonsumsi untuk pencegahan anemia (80%) yang dibuktikan sebagian besar responden menjawab dengan benar, namun pengetahuan tentang vitamin yang membantu penyerapan zat besi (40%) hanya sebagian kecil yang menjawab benar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih (2020) pada Remaja Putri di SMPN 1 Karangnaongko bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang anemia sebanyak 55,3% [7]. Hal ini juga didukung oleh penelitian Octaviani, dkk (2021) pada remaja putri usia 12-15 tahun di SMPN 01 Brondong Lamongan yang menyatakan bahwa sebagian besar remaja putri mempunyai tingkat pengetahuan cukup tentang anemia yaitu sebanyak 53,5% [8].

Pengetahuan remaja putri di posyandu remaja Desa Badal Pandean salah satunya dipengaruhi oleh informasi yang didapat dari penyuluhan tenaga kesehatan dan mahasiswa PKL (Praktik Kerja Lapangan) dari Puskesmas Wonorejo yang dilaksanakan setiap 1-2 bulan sekali. Namun, hambatan yang muncul saat penyampaian penyuluhan adalah tidak semua remaja mendapatkan materi penyuluhan dari awal hingga akhir. Hal ini terjadi karena remaja putri tidak datang secara bersamaan, sehingga remaja putri yang datang terlambat tidak mendapatkan materi dari awal hingga akhir. Pemberian edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri [9].

Selanjutnya, upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dengan memanfaatkan handphone yang dimiliki remaja putri desa Badal Pandean dan Puskesmas Wonorejo bekerjasama membuat *website* khusus yang berisi tentang edukasi kesehatan khususnya tentang anemia, bisa juga dibuatkan video edukasi melalui sosial media seperti tik tok, instagram dan media sosial lainnya. Edukasi ini harus dikembangkan guna meningkatkan manfaat dan mengurangi hambatan.

Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Tabel. 3 Distribusi Kriteria Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Kepatuhan	Frekuensi	Presentase (%)
Patuh	16	45.7
Tidak patuh	19	54.3
Total	35	100

Sumber: Data terolah (2023)

Berdasarkan hasil penelitian yang tertera pada tabel 3 dapat diketahui bahwa tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang paling banyak terdapat pada kriteria tidak patuh dengan jumlah 19 responden (54.3%). Hal tersebut juga sejalan dengan hasil wawancara kepada salah satu remaja putri, remaja putri tersebut mengatakan bahwa setiap bulan mendapatkan tablet tambah darah namun remaja putri tersebut tidak rutin mengkonsumsi tablet tambah darah setiap minggunya. Ketidakpatuhan tersebut terjadi karena tingkat pemahaman terhadap dampak keparahan masalah kesehatan yang dihadapi oleh remaja tersebut. Remaja putri menganggap bahwa mereka masih sehat dan tidak mengalami gejala anemia sehingga berasumsi bahwa mereka belum memerlukan pengobatan untuk saat ini.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih (2020) pada Remaja Putri di SMPN 1 Karangnaongko sebagian besar responden tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 22 responden (57,9%) [7].

Ketidakpatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah menjadi tidak sejalan dengan tujuan pemerintah untuk memutuskan mata rantai terjadinya stunting dan tindakan pencegahan anemia tidak terealisasikan dengan baik. Selain itu dukungan keluarga

menjadi salah satu faktor yang diperlukan dalam membentuk niat para remaja putri untuk mengkonsumsi tablet tambah darah guna mencegah anemia. Dengan tingginya dukungan keluarga maka akan terbentuk suatu keyakinan normatif dan remaja putri akan cenderung membentuk persepsi positif terhadap konsumsi tablet tambah darah, sehingga terbentuklah suatu niat yang kuat untuk mengkonsumsi tablet tersebut agar terhindar dari risiko anemia [10].

Desa Badal Padengan bekerjasama dengan Puskesmas Wonorejo turut andil dalam pencegahan anemia pada remaja putri melalui program posyandu remaja yang dilakukan setiap 1 bulan sekali. Diharapkan program ini bisa meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja dengan memberikan pendampingan konsumsi tablet tambah darah oleh orang tua. Selain itu, dengan memanfaatkan handphone yang dimiliki remaja bisa mengunduh aplikasi CERIA (Cegah Anemia Remaja Indonesia) dari Kemenkes untuk mengingatkan minum tablet tambah darah dengan menetapkan jadwal 1 hari dalam seminggu untuk minum tablet tambah darah agar meminimalisir ketidakpatuhan konsumsi tablet tambah darah.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja putri di Posyandu Remaja Desa Badal Pandean mayoritas berpengetahuan cukup dan sebagian masih tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Saran

Di era perkembangan digital yang semakin pesat ini dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dengan memanfaatkan *handphone* yang dimiliki remaja putri. Desa Badal Pandean dan Puskesmas Wonorejo bisa bekerjasama membuat website khusus yang berisi tentang edukasi kesehatan khususnya tentang anemia, bisa juga dibuatkan video edukasi melalui tik tok, instagram dan media sosial lainnya. Selanjutnya, remaja putri bisa mengunduh aplikasi CERIA (Cegah Anemia Remaja Indonesia) dari Kemenkes untuk mengingatkan minum tablet tambah darah dengan menetapkan jadwal 1 hari dalam seminggu untuk minum tablet tambah darah agar meminimalisir ketidakpatuhan konsumsi tablet tambah darah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Indartanti, Dea dan Kartini, Apoina. 2014. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, vol 3 no 2, pp 33 - 39
- [2]. Mularsih, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di Smk Nusa Bhakti Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 6 (2), 2017, 80-85, 80-85.
- [3]. Riskesdas, (2018)' Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja „Riset Kesehatan Dasar“
- [4]. [WHO] World Health Organization. (2015). *The Global Prevalence Of Anaemia In 2011*. Geneva: World Health Organization
- [5]. Boyoh, M., dkk. (2015). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Poliklinik Endokrin RS Prof. Dr. R.D.Kandou Manado. *Ejurnal Keperawatan (E-Kp) Vol 3*
- [6]. Riskesdas, (2018). *LAPORAN PROVINSI JAWA TIMUR RISKESDAS 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- [7]. Wahyuningsih, A., & Rohmawati, W. (2019). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri DI SMP N 1 Karangnongko. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 4(10), 8–12.
- [8]. Octaviani Ikke Ningtyas, E. U. (Volume 4 Nomor 2, September 2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 128-139.
- [9]. Rizqi Widyantori Hasanah Putra, J. S. (2019). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Riset Gizi, Vol.7 No.2 2019*, 75-78.
- [10]. Nur Syaima Dhiya Savitry, S. A. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Niat Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Puteri . *Berkala Kedokteran*. Vol.13, No.1, Feb 2017: 113-118, 113-118.