

Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia

Correlation Fe Tablet Consumption Compliance with Anemia

Yuni Handayani¹, Ilyas Arif Budiman²

¹ Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

² Program Studi Profesi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

¹Email: Yunih579@uds.ac.id

ABSTRAK

Salah satu langkah pemerintah guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi dimulai dari masa remaja dengan memberikan tablet penambah darah kepada remaja putri. Diperlukan adanya pemahaman pengetahuan mengenai pentingnya pemenuhan gizi dan konsumsi tablet Fe yang teratur. Tujuan adanya penelitian ini yakni untuk menganalisa hubungan kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia di Desa Mumbulsari Kabupaten Jember tahun 2021. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini ialah *analitik korelational* dimana menggunakan pendekatan *cross sectional*, dengan jumlah sampel 50 responden dan sesuai kriteria inklusi menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Dalam menganalisa data penelitian diterapkan analisa univariat serta bivariat dengan korelasi *Spearman's Rho*. Didapatkan hasil remaja putri yang tidak mengkonsumsi tablet Fe sebanyak 62%, remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 66%, dan hasil tabulasi silang didapatkan hasil remaja putri tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe dan mengalami kejadian anemia sebesar 78,8%. Hasil uji analisa data menggunakan *spearman's Rho* p-value kurang dari nilai α maka dinyatakan bahwa terdapat hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri Di Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember Tahun 2021. Disarankan agar adanya kerjasama antara pihak petugas kesehatan, sekolah dan orang tua untuk melakukan pemantauan kepada remaja putri agar mematuhi dalam konsumsi tablet Fe dengan teratur.

Kata kunci: *Kepatuhan, Tablet Fe, Anemia*

ABSTRACT

The government's steps to reduce maternal mortality and infant mortality is starting from adolescence by giving blood tablets to young women. It is necessary to understand the knowledge of young women about the importance of nutrition fulfillment and regular consumption of Fe tablets. This study aims to analyze the relationship between adherence to Fe tablet consumption and the incidence of anemia in Mumbulsari Village, Jember Regency in 2021. The research design used in this study was a correlational analytic study with a cross sectional research approach. With sample of 50 respondents who meet the inclusion criteria with purposive sampling technique. The data analysis used in this research is univariate analysis, bivariate analysis with Spearman's Rho correlation. It was found that 62.% of female adolescents did not consume Fe tablets, 66% of female adolescents experienced anemia, and the results of cross tabulation showed that female adolescents did not comply in consuming Fe tablets and experienced anemia of 78.8%. The results of the data analysis test using a Spearman's Rho p-value less than the value of α , it is stated that there was a relationship between adherence to consuming Fe tablets with the incidence of anemia in adolescent girls in Mumbulsari District, Jember Regency in 2021. It is recommended that there be collaboration between health workers, schools and people parents to monitor adolescent girls to comply with taking Fe tablets regularly.

Keywords : *Compliance, Fe Tablets, Anemia*

PENDAHULUAN

Remaja putri termasuk ke dalam salah satu kelompok dengan tingkat kerawanan tinggi terkena anemia, dimana prevalensi anemia di Indonesia tergolong cukup tinggi. Faktor utama yang menjadi penyebab anemia gizi pada remaja perempuan ialah dikarenakan kurang tercukupinya asupan zat gizi yang dikonsumsi, dimana tubuh membutuhkan zat besi yang relatif lebih banyak terutama pada fase menstruasi. Pada kasus remaja putri yang memiliki pola haid lebih banyak dengan waktu yang cenderung lama akan didapati peristiwa kehilangan zat besi dengan jumlah di atas rata-rata. Adanya peningkatan kebutuhan zat besi yang banyak dan tidak diiringi dengan asupan zat besi yang cukup akan menjadikan remaja perempuan berpeluang besar mengalami kejadian rendahnya kadar haemoglobin (Putri, Simanjuntak, and Kusdalinah 2017).

Anemia defisiensi besi ialah suatu anemia yang penyebabnya yakni menurunnya cadangan besi yang ada pada tubuh dimana menjadikan kadar haemoglobin yang ada di dalam darah menjadi berkurang. Berdasarkan pedoman WHO, 2011 normalnya kadar haemoglobin yang ada pada remaja

perempuan ialah 12 g/dL (Gedefaw, Tesfaye, and Yemane 2015). Prevalensi anemia di seluruh dunia pada remaja adalah 15% (27% di negara berkembang dan 6% di negara maju). Di Ethiopia, prevalensi anemia di antara kelompok usia laki-laki dan perempuan berusia 15-19 tahun berkisar antara 2,8% sampai 15% dan 9,3% sampai 34,8%, masing-masing. Di Indonesia didapati sejumlah 21.7% kejadian anemia defisiensi besi yang mana khususnya dialami remaja putri mencapai 22.7% dimana hasil tersebut termasuk angka yang cukup tinggi (KemenKes RI 2015). Berdasarkan data (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember 2018) resiko anemia setingkat SMA/SMK, MA, SMALB di kabupaten Jember sebanyak 7632 orang. Jumlah remaja putri usia 10-14 tahun sebanyak 237 yang mengalami anemia dan jumlah remaja putri usia 15-19 Tahun sebanyak 330 yang mengalami anemia. Sedangkan di kecamatan mumbulsari terdapat remaja putri usia 10-14 tahun sebanyak 39 yang mengalami anemia dan jumlah remaja putri usia 15-19 Tahun sebanyak 43 yang mengalami anemia. Apabila prevalensi anemia defisiensi besi dalam kriteria rentang

20% hingga 39.9% masih termasuk dalam golongan permasalahan kesehatan masyarakat yang sedang. Remaja putri masuk dalam golongan kelompok yang memiliki kerentanan cukup besar untuk mengalami anemia defisiensi besi, hal ini disebabkan remaja putri pada tiap bulannya mengalami fase menstruasi dimana kebutuhan zat besinya harus semakin bertambah dikarenakan untuk mengganti zat besi yang telah hilang pada fase menstruasi (Briawan, Adriyani, and Pusporini 2009). Pengetahuan yang kurang juga turut andil dalam masalah anemia (Savitri, Tupitu 2021).

Dari penelitian terdahulu, didapati beberapa faktor yang menjadi pengaruh terjadinya kejadian anemia, yakni kurangnya pengetahuan terkait gizi, tidak teraturnya pola makan dan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe. Pada hasil penelitian (Yuniarti, Rusmilawaty 2016), didapatkan hasil bahwa pengetahuan mengenai gizi yang dipadukan dengan memberikan suplemen besi kepada remaja putri dapat meningkatkan kadar haemoglobin secara efektif apabila dibanding dengan memahami pengetahuan gizi saja atau juga hanya memberikan suplemen zat

besi mingguan yang hanya berlangsung selama 12 minggu.

Kepatuhan dalam meminum tablet Fe mendapat pengaruh dari 2 hal, yakni dari petugas kesehatan dan kesadaran dari dalam diri seseorang. Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe memiliki korelasi signifikan dengan peningkatan jumlah haemoglobin pada remaja SMP (Savitri, Tupitu 2021). Terdapat suatu pengaruh dalam memberikan tablet Fe secara efektif untuk pencegahan kejadian anemia pada mahasiswi. Berdasar (Runiari and Hartati 2020). Suatu anemia zat besi dapat dilakukan pencegahan dengan melakukan konsumsi tablet zat besi secara teratur, dimana dapat melalui suatu makanan yang memiliki kandungan zat besi tinggi. Dimana kadar haemoglobin akan berpengaruh pada saat mengkonsumsi suplemen zat besi. Jika didapati nilai haemoglobin dalam rentang normal maka status anemia juga akan normal, dimana ini menjadi suatu cara dalam pencegahan dan penanggulangan anemia defisiensi besi.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah *analitic korelational* dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 50 responden sesuai dengan kriteria inklusi yaitu bersedia menjadi responden, sudah menstruasi dan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Dalam menganalisa dilakukan uji univariat dan bivariat menggunakan korelasi *Spearman's Rho*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kepatuhan Responden dalam Mengonsumsi Tablet Fe

Berdasar hasil identifikasi mengenai kejadian anemia pada remaja putri, didapat hasil tertera dalam Tabel 1

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasar Kepatuhan Responden dalam Mengonsumsi Tablet Fe Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember Tahun 2021.

Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
Patuh	19	38,0
Tidak Patuh	31	62,0
Total	50	100,0

Berdasarkan tabel 1 tingkat kepatuhan responden dalam mengonsumsi tablet Fe sebagian besar tingkat kepatuhan yang “tidak patuh”,

yakni sebanyak 31 responden (62%). 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 (Savitri, Tupitu 2021).

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 (Fitriana and Dwi Pramardika 2019).

Bagi seseorang yang memiliki keinginan rutin mengonsumsi tablet Fe harus dapat melakukan kontrol diri agar dapat tercapai keinginan tersebut (Ningtyias Farida Wahyu, Ariyantini 2017). 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 meminum tablet penambah darah maka kebutuhan zat besi dalam tubuh dapat tercukupi. Selain itu, zat besi juga memiliki kebermanfaatan lainnya yakni dapat menaikkan tingkat konsentrasi belajar, menjaga kebugaran serta sebagai pencegahan kejadian anemia pada calon ibu di masa yang akan datang (Mardiana, Kartini, and Widjasena 2012).

Dalam penelitian (Nuradhiani, Briawan, and Dwiriani 2017) kepatuhan dalam mengonsumsi TTD 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 (Savitri, Tupitu 2021) dimana dari sekolah melakukan penjadwalan untuk pengkonsumsian TTD secara bersama, hal ini dimaksudkan untuk

memudahkan proses pemantauan perkembangan murid yang mengonsumsi TTD.

Pada hal ini dapat diasumsikan bahwa kepatuhan responden mendapat pengaruh dari pengetahuan mengenai urgensinya mengonsumsi tablet Fe dan terdapatnya dorongan berupa dukungan dari pihak orangtua atau sekolah kepada anak. Dimana dapat diambil suatu simpulan kepatuhan responden dalam mengonsumsi tablet Fe mendapat pengaruh dari terdapatnya dukungan yang diberikan keluarga dan pihak sekolah serta pengetahuan yang dimiliki responden mengenai kebermanfaatan dan efek samping dalam mengonsumsi tablet Fe.

Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Atas dasar identifikasi mengenai kejadian anemia pada remaja perempuan telah tertera dalam tabel 2

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasar Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember Tahun 2021.

Kejadian Anemia	Pernah	Persentase (%)
Tidak Anemia	17	34,0
Anemia	33	66,0
Total	50	100,0

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 33 responden (66,0%). 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. Dimana 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 dimana dapat berupa tablet penambah darah 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 menghindari atau bahkan mengobati kejadian anemia (Savitri, Tupitu 2021). 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. 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 mengkonsumsi tablet penambah darah demi kebutuhan zat besi pada tubuhnya (Savitri, Tupitu 2021).

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. Peneliti memiliki asumsi bahwa tidak didapatinya hubungan antara *menarche* dengan kejadian anemia, hal ini dikarenakan pendarahan pada saat menstruasi ialah suatu kejadian berkurangnya zat besi yang ada pada tubuh.

Remaja putri termasuk dalam golongan yang memiliki kerawanan terkena anemia. Di Indonesia pada umumnya, prevalensi penderita anemia termasuk dalam golongan yang tinggi. Dimana anemia yang terjadi pada remaja perempuan penyebab utamanya ialah kurangnya zat gizi yang di makan sementara kebutuhan mineral zat besi dalam tubuh remaja putri sangat banyak diperlukan, khususnya pada saat fase menstruasi.

Peristiwa menstruasi dapat menjadikan seorang perempuan kehilangan zat besi melebihi rerata dimana hal ini cenderung terjadi pada remaja putri yang memiliki pola haid lebih banyak serta memiliki waktu haid yang cukup lama. Pada kondisi haid telah terjadi peningkatan kebutuhan zat besi, dimana jika tidak dibersamai asupan zat besi secara cukup maka dapat menjadikan remaja putri memiliki peluang besar terkena kejadian anemia dimana juga berpengaruh pada rendahnya kadar haemoglobinnya.

Uji Analisis Hubungan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.

Hasil analisa dengan uji *Chi Square* dengan α 0,05 didapat p-value ($0,01 < \alpha$) dimana ini mengindikasikan terdapat hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember Tahun 2021. Kepatuhan ialah suatu perubahan mengenai perilaku yang sebelumnya dari perilaku yang tidak taat peraturan. Permasalahan mengenai kepatuhan ialah suatu persoalan suplementasi besi harian, dimana dari hal tersebut menjadikan adanya penjagaan terkait kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen besi di hadapan petugas kesehatan secara langsung (Putri, Simanjuntak, and Kusdalinah 2017). Dari berbagai penelitian yang telah ada sebelumnya, didapati faktor yang menjadi pengaruh kejadian anemia yakni pengetahuan terkait gizi, pola makan serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian (Yuniarti, Rusmilawaty 2016) telah didapati 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. Maka dari itu, sasaran penanggulangan telah meluas mencakup remaja putri tingkat SMP dan SMA sederajat dan perempuan di luar sekolah sebagai suatu usaha yang dilakukan untuk dapat memutus rantai siklus permasalahan terkait gizi mingguan selama 12 minggu. Dalam konsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh beberapa hal, yakni faktor petugas kesehatan serta diri sendiri yakni mengenai tingkat kesadaran dalam mengkonsumsi tablet Fe. Dimana dengan melakukan konsumsi tablet Fe secara teratur berpengaruh signifikan dengan meningkatnya kadar haemoglobin pada remaja SMP (Fatmawati and Subagja 2020).

Terdapatnya pengaruh dari pemberian tablet Fe yang dapat meningkatkan kadar haemoglobin dapat diambil simpulan bahwa tablet Fe secara efektif dapat menjadi alternatif dalam pencegahan terjadinya anemia pada mahasiswi. Berdasar Arisman

(2009) anemia zat besi bisa dilakukan pencegahan dengan rajin mengkonsumsi tablet Fe yang mana dengan melalui makanan. Dimana ini akan turut meningkatkan kadar haemoglobin yang mana kadar haemoglobin yang normal dapat menjadi alternatif pencegahan dan sebagai penanggulangan anemia defisiensi besi (Runiari and Hartati 2020).

Peneliti memiliki suatu asumsi bahwa dari adanya korelasi ini mendapatkan pengaruh dari kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe. Dan jika tablet Fe dikonsumsi secara teratur maka akan didapati pula peningkatan haemoglobin. Pada penelitian ini didapati hubungan yang positif yakni tingkat kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe berbanding lurus dengan kadar haemoglobin, yang mana dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe diperlukan dorongan dari berbagai pihak (orang tua, guru dan petugas kesehatan) sebagai upaya meningkatkan pengetahuan mengenai urgensinya konsumsi tablet Fe pada remaja perempuan.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar remaja putri mengalami kejadian anemia dan responden tidak patuh konsumsi tablet Fe. Tingkat kepatuhan dalam mengkonsumsi suplemen besi ini dapat meningkatkan kadar haemoglobin, yang mana dalam menaikkan tingkat kepatuhan perlu dibersamai adanya dukungan dari sekitar seperti orang tua, guru dan petugas kesehatan serta meningkatkan pengetahuan responden mengenai urgensi konsumsi tablet Fe pada remaja sebagai pencegahan ataupun penanggulangan terjadinya kejadian anemia pada remaja perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Briawan, Dodik, Ari Adriyani, and Pusporini Pusporini. 2009. "Determinant of the Success of Iron Supplementation on Adolescent Girl (Junior High School Students and Vocational School) in Bekasi." *The Indonesian Journal of Clinical Nutrition* 6(2): 78–83.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Jember. 2018. *Profil Kesehatan Kabupaten Jember*. Jember.
- Fatmawati, A, and C A Subagja. 2020. "Analysis of Compliance Factors Consuming Iron Tablets in Adolescent Girls." *Jurnal Keperawatan* 12(3): 363–70. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/772>.
- Fitriana, Fitriana, and Dhito Dwi Pramardika. 2019. "Evaluasi Program Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri." *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion* 2(3): 200–207.
- Gedefaw, Lealem, Melkam Tesfaye, and Yemane. 2015. "Anemia and Iron Deficiency among School Adolescents: Burden, Severity, and Determinant Factors in Southwest Ethiopia." *Journal Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*: 189.
- KemenKes RI. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- Mardiana, Apoina Kartini, and Baju Widjasena. 2012. "Media Medika." *Pemberian Cairan Karbohidrat Elektrolit, Status Hidrasi dan Kelelahan pada Pekerja Wanita* 46(14): 6–11.
- Ningtyias Farida Wahyu, Ariyantini, Mila Damanik. 2017. *Skripsi Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMP 9 Jember*.
- Nuradhiani, Annisa, Dodik Briawan, and Cesilia Meti Dwiriani. 2017. "Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kota Bogor." *Jurnal Gizi dan Pangan* 12(3): 153–60.
- Putri, Retno Desita, Betty Yosephin Simanjuntak, and Kusdalimah

- Kusdalimah. 2017. "Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian AnemiaPutri, R. D., Simanjuntak, B. Y., & Kusdalimah, K. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Remaj." *Jurnal Kesehatan* 8(3): 404.
- Runiari, Nengah, and Nyoman Hartati. 2020. "Pengetahuan Dan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri." *Jurnal Gema Keperawatan* 13(2): 20.
- Savitri, Tupitu, dan Iswah. 2021. "Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: A Systematic Review." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 2(2): 43-49.
- <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/1784>.
- Yuniarti, Rusmilawaty, Tunggal Tri. 2016. "HUBUNGAN ANTARA KEPATUHAN MINUM TABLET FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MA DARUL IMAD KECAMATAN TATAH MAKMUR KABUPATEN BANJAR Yuniarti, Rusmilawaty, Tri Tunggal." 2(1): 2011-16.