

## HUBUNGAN KEPATUHAN MINUM TABLET *FE* DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Sri Rahayu<sup>\*1</sup>, Chintia Margareta<sup>2</sup>, Septi Nurhalisa<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Akademi Kebidanan Alifa Pringsewu

E-mail: [sri.rahayu@alifa.ac.id](mailto:sri.rahayu@alifa.ac.id)<sup>1</sup>, [chintia.margareta@alifa.ac.id](mailto:chintia.margareta@alifa.ac.id)<sup>2</sup>, [septinurhalisa@alifa.ac.id](mailto:septinurhalisa@alifa.ac.id)<sup>3</sup>

### Abstrak

*Anemia sering terjadi pada remaja putri karena pada masa remaja telah terjadi pertumbuhan cepat memasuki usia pubertas termasuk sel-sel darah merah akan meningkat. Selain itu pada remaja putri mulai terjadi keteraturan siklus menstruasi yang akan mengeluarkan darah dari tubuh dengan jumlah yang cukup banyak. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan konsumsi tablet Fe. Desain penelitian metode kuantitatif bentuk Cross Sectional Design. Penelitian dilakukan pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah Gisting Kabupaten Tanggamus pada bulan Juni 2021 dengan jumlah sampel 33 responden. Alat ukur yang digunakan adalah lembar kuesioner yang selanjutnya dilakukan uji analisis Spearman Rho dengan derajat kemaknaan  $p \leq 0,05$ . Hasil penelitian didapatkan  $p$ -value 0,007 ( $P \leq 0,05$ ). Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima maka, ada hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. Diperlukan adanya penyuluhan tentang pentingnya konsumsi tablet Fe dan kolaborasi dengan guru terkait pemberian konsumsi tablet Fe.*

**Keyword:** Tablet Fe, Anemia, Remaja

### PENDAHULUAN

Kejadian anemia di negara Indonesia juga masih merupakan masalah keadaan masyarakat yang utama untuk ditangani. Pemerintah telah melakukan upaya upaya perbaikan gizi masyarakat secara intensif untuk menurunkan prevalensi anemia, namun sampai saat ini anemia masih merupakan masalah utama. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan memiliki angka kejadian cukup tinggi di dunia dengan angka prevalensi mencapai 40-48% yang tersebar di seluruh dunia. Kejadian anemia banyak terjadi di negara berkembang dengan angka kejadian 3-4 kali lebih besar dibandingkan negara maju. Anemia tertinggi di dunia berada di bagian Asia Selatan, Asia tengah, dan Asia Barat. Wanita muda memiliki risiko yang lebih tinggi menderita anemia dibandingkan dengan laki-laki muda karena wanita sering mengalami pendarahan menstruasi yang teratur. (Armah, Harahap, Syari, & Sipayung, 2021)

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Penyebab utama anemia gizi pada remaja putri adalah karena kurangnya asupan zat gizi melalui makanan, sementara kebutuhan zat besi relative 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. Meningkatnya kebutuhan bila diiringi kurangnya asupan zat besi dapat mengakibatkan remaja putri rawan terhadap rendahnya kadar haemoglobin. (Budiarti, Anik, & Wirani, 2021)

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 1,25 mg.

Volume darah yang keluar setiap bulannya berkisar 30-50 cc. Kondisi tersebut menyebabkan wanita mengalami anemia. Anemia ditandai dengan rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) atau hematokrit dari nilai ambang batas yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb, meningkatnya kerusakan eritrosit atau kehilangan darah yang berlebihan. (Armah et al., 2021)

Untuk mengantisipasi anemia zat besi adalah dengan cara pemberian tablet zat besi, pendidikan dan upaya yang ada kaitannya dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan, pengawasan penyakit infeksi dan fortifikasi makanan pokok dengan zat besi. Kepatuhan adalah suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak menaati peraturan. Masalah kepatuhan merupakan kendala suplementasi besi harian, karena itu untuk menjaga kepatuhan konsumsi suplemen besi dapat diadakan dengan upaya mengkonsumsi suplemen besi langsung di depan petugas, dengan mengirimkan pesan singkat kepada sampel penelitian. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi anemia diantaranya pengetahuan gizi, pola makan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Hasil penelitian Yuniarti (2015) menyatakan bahwa jika pengetahuan gizi dipadukan dengan pemberian suplementasi besi terhadap remaja putri akan menghasilkan peningkatan kadar hemoglobin yang paling efektif dibandingkan dengan pengetahuan gizi saja atau pemberian suplementasi mingguan selama dua belas minggu. Kepatuhan minum tablet Fe dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor dari petugas kesehatan dan faktor dari diri sendiri seperti kesadaran dalam mengkonsumsi tablet Fe. Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan kadar hemoglobin pada remaja. (Fajrin, 2020)

Dengan demikian, penelitian tentang hubungan antara kepatuhan minum tablet fe dengan dan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah Gisting menjadi penting untuk memberikan wawasan yang lebih baik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan remaja dan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam mengatasi masalah anemia pada populasi ini.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berjenis penelitian analitik korelasional dengan pendekatan penelitian cross sectional. dengan sampel sebanyak 33 responden yang memenuhi kriteria inklusi dengan teknik Purposive Sampling. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat, analisis bivariat.

## HASIL DAN DISKUSI

Hasil penelitian disajikan pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswi SMA Muhammadiyah Gisting**

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
<b>Umur</b>		
14 tahun	5	15
15 tahun	23	69,7
16 tahun	5	15,3
Jumlah	33	100

<b>Menarche</b>		
9 – 10 tahun	12	36,4
11 – 12 tahun	14	42,4
13 – 14 tahun	7	21,2
Jumlah	33	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 33 responden sebagian besar responden berusia 15 tahun sebanyak 69,7% (23 responden), menstruasi pertama umur 11-12 tahun sebanyak 42,4% (14 responden)

**Tabel 2. Gambaran Tingkat Kepatuhan Minum Tablet Fe Siswi SMA Muhammadiyah Gisting**

Kepatuhan	Frekuensi	sentase (%)
Patuh	24	73
Tidak	9	27
Jumlah	33	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 33 responden sebagian besar responden patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe sebanyak 72,7% (24 responden).

**Tabel 3. Gambaran Nilai Hemoglobin (Hb) Siswi SMA Muhammadiyah Gisting**

Nilai Hb	Frekuensi	sentase (%)
Normal (12-14)	22	66,7
Anemia Ringan (11-11,9)	7	21,2
Anemia Sedang (8-10,9)	4	12,1
Anemai Berat (<8)	0	0
Jumlah	33	100

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 33 responden sebagian besar responden memiliki Hb yang normal sebanyak 66,6% (22 responden).

**Tabel 4. Analisis Hubungan Tingkat Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Nilai Hb Siswi SMA Muhammadiyah Gisting**

Tingkat Kepatuhan	Nilai Hb				P value
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	
<b>Patuh</b>	<b>19</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0,007</b>
<b>Tidak Patuh</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	

Tabel 4 diketahui bahwa hasil analisa statistik dengan uji korelasi nilai p- value 0,007 artinya ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 15 tahun sebanyak 69,7% (23 responden). Batasan usia remaja menurut WHO (2010) adalah usia 12-24 tahun. Menurut Depkes RI (2008) usia remaja antara 10-19 tahun dan belum kawin. Remaja mempunyai resiko

tinggi mengalami anemia karena defisiensi zat besi. Hal ini disebabkan karena pada fase ini remaja mengalami pertumbuhan yang pesat disertai berbagai perubahan hormonal menjelang fase kedewasaan. Remaja membutuhkan sejumlah besar nutrisi terutama zat besi yang digunakan untuk mengangkut oksigen. Zat besi yang tidak mencukupi memicu terjadinya anemia.

Peneliti berasumsi bahwa, usia remaja 10-19 tahun merupakan usia pertumbuhan dan perkembangan yang memerlukan energi yang lebih banyak, sehingga diperlukan suplemen tambahan berupa tablet Fe untuk mencegah terjadinya anemia. Hasil penelitian sebagian besar responden menstruasi pertama umur 11-12 tahun sebanyak 42,4% (14 responden). Usia menarache umumnya terjadi pada usia 12 sampai 16 tahun, tetapi sering terjadi pada usia 11 tahun. Usia menarache dikatakan cepat bila terjadi pada usia kurang dari 11 tahun, normal terjadi antara usia 11 sampai 14 tahun, dan lambat bila terjadi pada usia lebih dari 14 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe sebanyak 72,7%. Hasil analisa kuesioner menunjukkan bahwa kepatuhan responden yang kurang dalam hal: meminum tablet Fe dengan teratur tanpa diingatkan oleh keluarga, keluarga selalu mengingatkan untuk meminum tablet Fe, manfaat meminum tablet Fe, dampak kekurangan zat besi (Fe), efek samping setelah minum tablet Fe. Sedangkan analisa kuesioner kepatuhan responden yang sudah bagus adalah meminum tablet Fe sesuai dengan dosis yang telah diberikan, tidak menghentikan konsumsi tablet Fe sebelum waktunya, tidak meminum tablet Fe dengan kopi, tidak mual setelah minum tablet Fe, tablet Fe diminum setiap hari. (Putra, Munir, & Siam, 2020)

Faktor yang berpengaruh terhadap kepatuhan adalah pengetahuan responden. Pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposing (predisposisi) yang dapat mempengaruhi perilaku individu untuk mengkonsumsi tablet tambah darah, karena pengetahuan merupakan faktor dominan untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan segala informasi yang diterima seseorang dari luar dirinya dan disertai dengan pemahaman terhadap informasi yang didapatkan. (Kusumawardani et al., 2020)

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan dengan kejadian anemia pada remaja. Analisis data menunjukkan bahwa remaja yang memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi dalam mengkonsumsi tablet fe dengan cenderung memiliki risiko yang lebih rendah untuk mengalami anemia.(Putrianingsih, Windayanti, Fariyah, Suryani, & Rosanti, 2022) Temuan ini menekankan pentingnya kepatuhan dalam penggunaan suplemen zat besi, seperti tablet fedengan, sebagai salah satu strategi untuk mencegah anemia pada remaja. Kepatuhan yang tinggi dalam mengkonsumsi tablet memungkinkan tubuh untuk memperoleh jumlah zat besi yang cukup untuk menjaga kesehatan darah.(Maywati & Novianti, 2019) Pembahasan juga mencakup faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan, seperti pengetahuan tentang anemia dan manfaat penggunaan tablet fe dengan, aksesibilitas terhadap tablet, dan dukungan dari keluarga serta lingkungan. Memahami faktor-faktor ini dapat membantu merancang intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kepatuhan. Temuan ini memiliki implikasi praktis yang penting dalam upaya pencegahan dan pengelolaan anemia pada remaja. Meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja tentang pentingnya kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet fe dapat menjadi fokus utama dalam pengembangan program intervensi. (Sari, Hamranani, & Suyami, 2020)

## SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan dengan kejadian anemia pada remaja. Remaja yang patuh dalam mengkonsumsi tablet fe dengan cenderung memiliki risiko yang lebih rendah untuk mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang kurang patuh. Kepatuhan dalam mengkonsumsi suplemen zat besi, seperti tablet fedengan, memiliki peran krusial dalam pencegahan anemia pada remaja. Kepatuhan yang tinggi memastikan tubuh memperoleh asupan zat besi yang cukup untuk menjaga kesehatan darah. Faktor-faktor seperti pengetahuan tentang anemia, aksesibilitas terhadap tablet, dukungan dari keluarga dan lingkungan juga berperan dalam meningkatkan kepatuhan. Oleh karena itu, pendekatan yang holistik dalam meningkatkan kepatuhan perlu dipertimbangkan. Rekomendasi untuk tindakan lanjutan mencakup pengembangan program intervensi yang mencakup edukasi, dukungan, dan strategi untuk meningkatkan aksesibilitas terhadap tablet fe dengan di tingkat sekolah, keluarga, dan komunitas. Dengan demikian, kesimpulan ini menegaskan pentingnya peran kepatuhan dalam mencegah anemia pada remaja dan menyoroti urgensi untuk mengambil langkah-langkah konkret dalam meningkatkan kepatuhan sebagai bagian dari upaya pencegahan dan pengelolaan anemia pada populasi ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Armah, N., Harahap, N. R., Syari, M., & Sipayung, N. A. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Langkat. *Journal Of Midwifery Senior*, 5(1), 25-36.
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2).
- Fajrin, F. I. (2020). Kepatuhan Konsumsi Zat Besi (Fe) Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Window Of Health: Jurnal Kesehatan*, 336-342.
- Kusumawardani, E. S., Soimah, N., St, S., Kes, M., Sulistyoningtyas, S., & St, S. (2020). Kebiasaan Minum Tablet Fe Saat Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.
- Maywati, S., & Novianti, S. (2019). Analisis Perilaku Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 15(2).
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia (Hb) Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 49-61.
- Putrianingsih, E., Windayanti, H., Fariyah, L., Suryani, L., & Rosanti, D. (2022). *Literatur Review: Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja*. Paper Presented At The Prosiding Seminar Nasional Dan Cfp Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo.
- Sari, D. P., Hamranani, S. S. T., & Suyami, S. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Remaja Putri*. Paper Presented At The Prosiding University Research Colloquium.