



HUBUNGAN PRAKTIK KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Ni Putu Sri Karika Muliariati^{1✉}, Ni Made Dwi Purnamayanti², Ni Wayan Ariyani³

^{1,2,3} Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia

Abstrak

Latar belakang: Kekurangan zat besi pada remaja putri dapat menyebabkan anemia, kondisi di mana jumlah sel darah merah dalam tubuh berkurang dan dapat menyebabkan kelelahan dan sesak napas. Salah satu pencegahan anemia pada remaja dilaksanakan dengan konsumsi tablet tambah darah.

Tujuan penelitian: Untuk menganalisis hubungan praktik konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Semarang Tahun 2023.

Metode: Penelitian menggunakan penelitian analitik metode Probability Simple Random dengan jumlah responden yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 74 siswi. Pengumpulan data menggunakan data kuisioner dan hemoglobinometri set. Teknik analisa yang digunakan adalah analisis korelasi Chi Square.

Hasil penelitian: menunjukkan sebagian besar (77%) siswi patuh dalam mempraktikkan konsumsi tablet tambah darah. Sebagian besar (51,4%) siswi mengalami anemia. Dari 38 responden yang mengalami anemia, 76,3% tidak patuh mengkonsumsi TTD, dan 36 responden yang tidak anemia, 83,3% patuh mengkonsumsi TTD. Nilai korelasi 0,597 dan p value sebesar 0,000.

Kesimpulan: Ada hubungan yang kuat dan signifikan praktik konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Semarang Tahun 2023.

Kata Kunci : *Praktik, Konsumsi, Tablet Tambah Darah, Remaja, Anemia*

THE CORRELATION BETWEEN THE PRACTISE OF TAKING BLOOD SUPPLEMENT TABLETS AND THE INCIDENCE OF ANAEMIA IN FEMALE STUDENTS AT THE JUNIOR HIGH SCHOOL

Abstract

Background: Iron deficiency in adolescent girls can lead to anaemia, a condition in which the number of red blood cells in the body is reduced and can cause fatigue and shortness of breath. Adolescent girls can experience an iron deficiency due to blood loss during menstruation and an unbalanced diet.

Purpose: This study was to analyse the relationship between the practise of consuming blood supplement tablets and the incidence of anaemia in female students at the State Junior High School 3 Semarang in 2023.

Method: Using the Probability Simple Random Method Data collection using primary data The analysis technique used is Chi Square correlation analysis, The number of respondents used in this study was 74, all female students.

Results: The results showed that most (77%) schoolgirls were obedient in practising the consumption of blood supplement tablets. Most (51,4%) female students anaemia. Of the 38 respondents who had anemia, 76.3% did not adhere to taking iron tablets. And of the 36 respondents who were not anemic, 83.3% adhered to consuming iron tablets. Correlation value 0.597 (p value = 0.000).

Conclusion: There is a strong and significant relationship between the practise of consuming blood-added tablets and the incidence of anaemia in female students at State Junior High School 3 Semarang in 2023.

Keywords: *Practice, Iron Supplementation, Adolescence, Anemia*

Pendahuluan

Anemia merupakan keadaan dimana kadar hemoglobin di bawah normal. Berdasarkan data Riskesdas Tahun 2013 dan 2018 adanya tren peningkatan prevalensi anemia pada remaja putri. Tingginya prevalensi anemia pada remaja putri mengalami peningkatan dari 37,1% pada

Riskesmas 2013 menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018, dengan proporsi anemia terbesar ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Pada Tahun 2021 32% remaja Indonesia mengalami anemia. Defisiensi besi merupakan penyebab utama anemia di Indonesia zat besi dari makanan sangat penting untuk hal tersebut, namun pola konsumsi remaja bertentangan dengan apa yang harus dipenuhi sehari-hari. Remaja saat ini lebih menyukai makanan yang praktis seperti fast food dan junk food. Sarapan juga penting dalam memenuhi kebutuhan energi dan nutrisi dalam kehidupan sehari-hari. Jika tidak ditangani dengan baik, anemia memiliki konsekuensi jangka panjang dan jangka pendek bagi remaja. Konsentrasi belajar berkurang, imunitas menurun terhadap suatu penyakit dan berdampak pada kebugaran dan produktivitas tubuh.^{1,2}

Unit Pelaksana Teknis Daerah Puskesmas Klungkung I mewilayahi SMP, SMA/SMK yang terdiri dari 5 SMA/SMK dan 2 SMP. Hasil screening yang dilaksanakan terhadap 2773 remaja putri di sekolah tersebut diperoleh hasil pemeriksaan Hb dengan kategori anemia berat (Hb <7 g/dl) sebanyak 5 orang (0,18%), anemia sedang (Hb 7-8 g/dl) sebanyak 298 orang 10,74 % , anemia ringan (Hb 9-10 g/dl) sebanyak 364 orang (13,12 %) dan HB normal- >12 g/dl sebanyak 1430 orang. Hasil kejadian anemia terbanyak terdapat di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Semarang, dengan angka kejadian total anemia sebanyak 213 (Dua ratus tiga belas) orang siswi dengan rincian 109 (Seratus sembilan) dengan anemia ringan, 99 (sembilan puluh Sembilan) dengan anemia sedang dan 5 (lima) dengan anemia berat.

Suplementasi besi atau Tablet Tambah Darah (TTD) adalah salah satu upaya pencegahan anemia termasuk anemia pada remaja. Penyediaan asupan zat besi yang cukup untuk menjalankan fungsi peningkatan pembentukan hemoglobin. UPTD Puskesmas Klungkung I dalam pelaksanaannya juga sudah memberikan tablet tambah darah kepada siswi yang ada di wilayah kerjanya. Program pemberian TTD di sekolah SMP 3 Semarang dilaksanakan sejak tahun 2017. Pemberian TTD disertai dengan edukasi manfaat konsumsi TTD dalam upaya pencegahan anemia pada remaja. Adanya pemberian dan edukasi yang dilakukan secara kontinyu pada remaja diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan sehingga akan berkorelasi pada praktik/tindakan terkait konsumsi TTD. Pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 3 Semarang belum pernah dilakukan evaluasi oleh karena itu pada penelitian ini peneliti ingin mengetahui sehingga dapat diketahui penyebab meningkatnya anemia. Program edukasi ini dilaksanakan secara reguler setiap bulan dengan melibatkan petugas UPTD Puskesmas serta guru dilingkungan sekolah.³

Hasil studi pendahuluan di SMP 3 Semarang didapatkan dari 10 remaja yang mengikuti program pemberian tablet tambah darah di sekolah 6 orang tidak rutin mengkonsumsi TTD dengan alasan tidak suka bau dan tablet yang besar serta sering lupa minum obat yang diberikan. Hasil ini mengindikasikan ketimpangan pola konsumsi TTD sehingga peneliti tertarik untuk meneliti hubungan praktik konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada siswi di sekolah menengah pertama negeri 3 Semarang yang telah dijelaskan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Semarang Tahun 2023.

Metode

Jenis penelitian yang dilakukan yaitu jenis Analitik Korelasional dengan menggunakan Rancangan penelitian *cross sectional* dengan metode observasional. Pengumpulan data primer dilakukan dengan pengisian data kuesioner yang diberikan oleh peneliti yang memuat praktik minum tablet tambah darah dan pemeriksaan kadar hemoglobin. Dalam pengumpulan data peneliti dibantu oleh 5 orang enumerator. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Probability Simple Random* berdasarkan hasil perhitungan sampel, dengan didapatkan jumlah sampel penelitian ini yaitu 74 sampel. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat dilakukan uji korelasi *Chi Square* dengan bantuan program statistika.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan karakteristik responden berusia 13 tahun dan 14 tahun masing-masing sebanyak 25 orang (33,8%). Karakteristik responden berdasarkan kelas diketahui kelas VII dan Kelas VIII masing-masing jumlahnya 25 orang (33,8%). Hal ini dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
13 Tahun	25	33,8
14 Tahun	25	33,8
15 Tahun	24	32,4
Jumlah	74	100
Kelas		
VII	25	33,8
VIII	25	33,8
IX	24	32,4
Jumlah	74	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswi di SMP Negeri 3 Semarang patuh mempraktikkan konsumsi TTD yaitu sebanyak 39 orang (52,7%). Hasil penelitian menggambarkan bahwa sebagian besar siswi di SMP Negeri 3 Semarang patuh mengkonsumsi TTD. Kepatuhan dalam mengkonsumsi suplementasi besi secara mingguan memiliki efektivitas yang sama terhadap suplementasi mingguan dan selama masa menstruasi pada remaja putri. Praktik konsumsi TTD siswi di SMPN 3 Semarang dapat dikatakan belum patuh disebabkan karena perilaku yang diabaikan dari penyebab yang tertinggi hingga terendah yaitu membuang tablet tambah darah yang diberikan di sekolah, kemudian tidak minum 4 tablet dalam sebulan, dan tidak rutin setiap minggu minum TTD. Hal ini dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel. 2 Praktik Konsumsi TTD di SMP Negeri 3 Semarang Tahun 2023

Praktik TTD	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak patuh	35	47,3
Patuh	39	52,7
Total	74	100

Sumber: Data Primer 2023

Siswi yang tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD beralasan tidak enak, baunya tidak sedap, banyak diantara mereka beralasan lupa, serta ada yang mual/muntah apabila mengkonsumsi tablet tambah darah. Sedangkan siswi yang patuh dapat dipengaruhi oleh baiknya tingkat pengetahuan siswi tentang bahaya anemia dan pentingnya mengkonsumsi Tablet Tambah Darah dengan tepat waktu dan cara minum tablet tambah darah yang baik dan benar yang diperoleh dari orang tuanya, maupun dari petugas kesehatan. Hasil penelitian ini sejalan dengan Putri (2017) yang mengamati remaja putri kelas I dan II MTsN 02 di Kota Bengkulu mengungkapkan sebanyak 74 persen remaja putri patuh mengkonsumsi TTD. Penelitian Runiari (2020) melakukan penelitian di SMA 6 Denpasar mendapatkan Tingkat kepatuhan responden minum TTD sebanyak 87 orang (58.4%) dengan kepatuhan rendah dan sebanyak 62 orang (41.6%) kepatuhan sedang. Penelitian yang dilakukan Anggoro (2020) menunjukkan kadar Hb tidak normal sebanyak 10 orang (41,7%), sedangkan siswi dengan kadar Hb normal sebanyak 14 orang (58,3%).^{4,5,6}

Hasil penelitian sebanyak 51,4% mengalami anemia. Hal ini berarti sebagian besar siswi di SMP Negeri 3 Semarang memiliki kadar hemoglobin yang memiliki kadar Hb yang rendah, yaitu kurang dari 12 g/dl. Juga dapat diartikan mayoritas remaja putri kurang mendapat asupan zat besi yang memadai melalui makanan atau suplemen, serta mempertahankan kesehatan yang baik dalam hal produksi dan fungsi sel darah merah. Untuk itu dalam pencegahan anemia edukasi dalam meningkatkan kepatuhan remaja pada praktik konsumsi TTD, serta pengawasan dari pihak sekolah dalam praktik konsumsi tablet tambah darah lebih ditingkatkan, Ramadhanti (2024). Hasil penelitian ini sejalan dengan Putri (2017) yang mengamati remaja putri kelas I dan II MTsN 02 di Kota Bengkulu mengungkapkan sebanyak 63 persen remaja putri mengalami anemia.⁴ Hal ini dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Kejadian Anemia di SMP Negeri 3 Semarang Tahun 2023

Kejadian Anemia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Anemia	38	51,4
Tidak anemia	36	48,6
Total	74	100

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan hasil pada Tabel 5 dapat diketahui terdapat 29 orang (39,2%) responden yang tidak patuh dan mengalami anemia. Sebanyak 30 orang (40,5) responden yang patuh dan tidak mengalami anemia. Nilai korelasi Spearman Rho pada variabel kepatuhan TTD dengan

kejadian anemia sebesar 0,597 dan p value sebesar 0,000. Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya hipotesis dalam penelitian ini diterima. Menurut Sugiyono (2019) nilai 0,597 dapat dikategorikan kuat, sehingga secara statistik ada hubungan yang kuat dan signifikan praktik konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Semarang Tahun 2023.⁷ Hal ini dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hubungan Praktik Konsumsi TTD Dengan Kejadian Anemia

Kejadian Anemia	Kepatuhan Konsumsi TTD						Chi square test (P value)
	Tidak Patuh		Patuh		Jumlah		
	f	%	F	%	f	%	
Anemia	29	76,3	9	23,7	38	100	10,875 (p=0,012)
Tidak Anemia	6	16,7	30	83,3	36	100	

Sumber: Data Primer 2023

Hasil penelitian ini secara statistik ada hubungan yang kuat dan signifikan praktik konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Semarang Tahun 2023. Jika remaja putri teratur mengkonsumsi tablet tambah darah sesuai aturan yaitu 1 tablet setiap minggu dapat mencegah anemia pada remaja putri. Anemia pada remaja putri terbanyak disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi (Kemenkes RI, 2016) sehingga keteraturan konsumsi tablet tambah darah dapat mencukupi kebutuhan akan zat besi dan mencegah anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuniarti (2015) yang mengatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA Darul Imad kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun dengan hasil uji statistik uji chi-square diketahui $p=0,001$. Kepatuhan dalam mengkonsumsi suplementasi zat besi atau pemberian tablet Fe sangat mempengaruhi perubahan kadar hemoglobin, dimana kadar hemoglobin yang normal maka status anemia juga akan normal, sehingga dapat mencegah dan menanggulangi anemia defisiensi besi. Hasil penelitian serupa ditunjukkan oleh Sustanti Y, dkk (2016) menyatakan bahwa kepatuhan dalam mengkonsumsi suplementasi besi secara mingguan memiliki efektivitas yang sama terhadap suplementasi mingguan dan selama masa menstruasi dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri. Tingginya kepatuhan dalam mengkonsumsi suplementasi secara mingguan dapat meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri.^{8,9,10}

Pemberian tablet tambah darah adalah suatu upaya untuk mencegah anemia, selain itu pendidikan serta upaya yang berkaitan dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan juga merupakan hal yang dapat mencegah kejadian anemia pada remaja putri. Meningkatnya kadar hemoglobin pada perempuan usia 11-19 tahun juga dipengaruhi faktor usia, status gizi, frekuensi menstruasi, asupan makanan sehari-hari, pola makan, mengkonsumsi tablet mineral, dan kegiatan bergerak atau olahraga ringan.¹¹ Di dukung oleh penelitian yang dilaksanakan oleh Pramardika dan Fitriana (2019) hasil analisis bivariat antara variabel kepatuhan TTD

dengan kejadian anemia diperoleh bahwa hubungannya bersifat searah antara kedua variabel tersebut, yang artinya semakin remaja putri patuh dalam mengkonsumsi TTD maka kadar Hb remaja putri akan meningkat. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Putri Simanjuntak dan Kusdalina Tahun 2017 yang menyatakan bahwa remaja putri yang memiliki kadar hemoglobin diatas 11 mg/dl adalah remaja putri yang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah. Resiko akan naik sebesar 61,55 kali jika remaja putri tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah. Remaja putri lebih patuh mengkonsumsi selama seminggu sekali (15%) daripada selama menstruasi (5,8%) yang mengharuskan meminumnya sehari sekali. Faktor yang mempengaruhi adanya efek samping dari TTD.^{12,13,14}

Masalah terkait kepatuhan menjadi kendala utama dalam penambahan zat besi harian, salah satu pengalihan untuk mengatasi kepatuhan dengan mengkonsumsi seminggu sekali. Hal ini dilakukan agar remaja patuh dan tidak malas untuk mengkonsumsi dan upaya pemberian penyuluhan terkait tablet tambah darah serta kejadian anemia. Apabila remaja patuh untuk mengkonsumsi maka, kejadian anemia dapat dicegah.¹⁵

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswi di SMP Negeri 3 Semarang (52,7%) patuh dalam mempraktikkan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil menunjukkan sebagian besar siswi di sekolah tersebut (51,4%) mengalami anemia. Hasil menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan signifikan antara praktik konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada siswi di SMP Negeri 3 Semarang pada tahun 2023. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar siswi mematuhi praktik konsumsi TTD, masih ada potensi faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap tingginya tingkat anemia di SMPN 3 Semarang Kabupaten Klungkung.

Daftar Pustaka

1. Fadelina, A. N. (2021) 'Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Saat Menstruasi Di Desa Lawatan Rw 04', Politeknik Harapan Bersama, x(09), pp. 1–5.
2. Runiari, N., & Hartati, N. N. (2020). Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(2), 103-110.
3. Julaecha, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 109-112. doi : <http://dx.doi.org/10.36565/jak.v2i2.105>
4. Putri Retno Desita Putri1, Betty Yosephin Simanjuntak, Kusdalina3(2017), Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet tambah darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Gizi, Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Bengkulu*. 3.404-409.
5. Runiari, N., & Hartati, N. N. (2020). Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(2), 103-110.
6. Anggoro, S. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Siswi SMA. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3), 341–350.

7. Sugiyono (2019) *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Kemenkes RI: Jakarta.
9. Yuniarti, Y., Rusmilawaty, R., & Tunggal, T. (2015). Hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1).
10. Sutanti, Y., Briawan, D., & Martianto, D. (2016). Suplementasi besi mingguan meningkatkan hemoglobin sama efektif dengan kombinasi mingguan dan harian pada remaja putri. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 11 (1). doi : <https://doi.org/10.25182/jgp.2016.11.1.%25p>
11. Putra, K. A., Munir, Z. dan 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). doi: 10.33650/jkp.v8i1.1021
12. Pramardika, D. D. dan Fitriana (2019) Hubungan Kepatuhan Konsumsi Ttd Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Puteri Wilayah Puskesmas Bengkuring Tahun 2019, *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 7(2), hal. 58–66. doi: 10.36998/jkmm.v7i2.60.
13. Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y. dan Kusdalinah (2017) Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri, *Jurnal Kesehatan*, VIII(3), hal. 404–409.
14. Nuradhiani, A., Briawan, D. dan Dwiriani, C. M. (2017) Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di Kota Bogor, *Jurnal Gizi dan Pangan*, 12(3), hal. 153–160. doi: 10.25182/jgp.2017.12.3.153-160.
15. Marsya Kamila Savitri, Nelvioni Devita Tupitu, Salsabila Aulia Iswah, Alsa Safitri. (2021). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: *A Systematic Review* . *Jurnal Kesehatan Tambusai Volume 2, Nomor 2, Juni 2021*