

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN PADA REMAJA PUTRI TENTANG KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH

Maulina Handayani¹, Ratih Latiffah Khamadika¹

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia

Corresponding Email: maulina_h@uinjkt.ac.id

Abstrak

Latar belakang : Prevalensi anemia pada remaja berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 sebanyak 32% dimana 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia pada kelompok usia terbanyak usia 15 tahun hingga 24 tahun dengan kondisi ini maka perlunya konsumsi TTD (Tablet Tambah Darah). Tujuan : penelitian ini untuk mengetahui gambaran umum pengetahuan dan kepatuhan pada remaja putri tentang konsumsi tablet tambah darah di SMAN 6 Kota Tangerang Selatan. Metode : pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan survei. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 90 orang remaja putri kelas X dan XI di SMAN 6 Kota Tangerang Selatan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportion stratified random*. Analisa data deskriptif dengan mendeskripsikan pengetahuan tentang anemia defisiensi besi dan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah dalam tabel distribusi frekuensi. Hasil : penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 69 (76,7%), cukup sebanyak 18 (20%) dan kurang sebanyak 3 (3,3%) responden. Sedangkan tingkat kepatuhan dengan hasil tidak patuh sebanyak 80 (88,9%) dan patuh hanya 10 (11,1%) responden. Kesimpulan didapatkan bahwa mayoritas reesponden memiliki pengetahuan baik namun tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Saran: peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali faktor yang mempengaruhi ketidakpatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah dan perlunya pemantauan dalam konsumsi TTD.

Kata kunci : Anemia defisiensi besi, kepatuhan, pengetahuan, tablet tambah darah.

Abstract

Background : The prevalence of adolescents with anemia based on Riskesdas data in 2018 was 32%, where 3-4 out of 10 teenagers had anemia and the most age groups were 15-24 years old, this shows the importance of consuming iron tablet. *Objectives* : The purpose of this study is to determine the description of knowledge and compliance in female adolescent regarding the consumption of blood-added tablets at SMAN 6 Tangerang Selatan. *Methods* : The method used in this study is descriptive quantitative approach with survey method. The sample used were 90 female students of X and XI grade. The sampling technique used was *proportion stratified random*. *Analysis of descriptive data by describing knowledge about iron deficiency anemia and adherence to consuming blood-added tablets in the frequency distribution tablets. Results* : The results of this study indicate that out of 90 female students there are 69 respondents (76.7%) in Good knowledge category, 18 respondents (20%) in Sufficient category, 3 respondents (2%) in Poor category. Meanwhile, the level of compliance with non-compliance is 80 (88.9%) respondents and compliance is only 10 (11.1%) respondents. *Conclusion of this research was majority respondents had good knowledge but non compliance regarding consumption of blood-added tablet. Future researchers are expected can explore factors influence the non compliance of consumption blood- added tablet and the importance of monitoring its consumption.*

Keywords : Blood-added tablets, compliance, iron deficiency anemia, knowledge.

PENDAHULUAN

Anemia defisiensi besi termasuk kedalam salah satu permasalahan kurang gizi yang terjadi pada umumnya di Indonesia bahkan dunia. Kekurangan besi ini bisa terjadi ketika absorpsi besi tidak mencukupi untuk kebutuhan besi pada tubuh (Almatsier dkk, 2013). Tanda-tanda anemia sering disebut juga dengan singkatan 5 L, yaitu letih, lesu, lelah, lunglai, dan lemah (Kemenkes, 2021).

Prevalensi remaja yang mengalami anemia berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 sebanyak 32 % dimana 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia dan kelompok umur terbanyak rentang umur 15 hingga 24 tahun (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil survei yang telah dilakukan oleh Badan Survei Kementerian Kesehatan pada tahun 2022 angka kejadian anemia mengalami peningkatan sebesar 37,1% pada remaja yang berusia 15-19 tahun (Eko, 2022).

Permasalahan kesehatan di Indonesia khususnya pada remaja masih menjadi suatu hal yang perlu diperhatikan. Masalah kesehatan pada remaja yang sering terjadi yaitu masalah gizi yang tubuh butuhkan dalam jumlah yang kecil (mikronutrien) yang mengakibatkan terjadinya kekurangan zat besi atau anemia defisiensi besi (Kemenkes, 2018). Remaja yang anemia dapat berdampak penurunan imunitas, fokus berkurang, prestasi belajar, kebugaran remaja, dan produktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian, anemia yang lebih sering dialami oleh remaja putri akan berlanjut lebih serius kedepannya karena kelak nanti remaja putri menjadi seorang ibu yang akan hamil dan melahirkan. Ketika seorang ibu hamil yang menderita anemia akan lebih berisiko mengalami komplikasi pada kehamilannya bahkan saat melahirkan dapat menyebabkan kematian ibu dan anak (Kemenkes, 2018). Intervensi untuk mengatasi anemia kehamilan antara lain pemberian tablet Fe, tablet Fe dan zat tambahan, minyak ikan, CSB plus, Vitamin D, dan Vitamin D3 (Dewi dkk, 2022)

Pemerintah telah menyelenggarakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) yang disasarkan pada kelompok remaja putri pertama kali di 2014. Namun sejak pandemi Covid-19, TTD diberikan kepada remaja putri sesuai dengan protokol kesehatan pandemi Covid-19. Akibatnya, pemerintah harus menyusun aturan agar dapat menjadi pedoman bagi para tenaga kesehatan yang mendistribusikannya selama wabah masih berlangsung. Pemberian TTD pada remaja putri merupakan salah satu bentuk program pemerintah dalam bentuk layanan gizi yang harus diberikan meskipun sedang terjadi wabah Covid-19 (Kemenkes, 2020).

Untuk menghindari anemia pada remaja putri terutama di sekolah, keterlibatan sekolah sangat penting untuk keberhasilan program pemberian TTD di sekolah untuk remaja putri terutama dalam kepatuhan mengkonsumsinya. Pemberian TTD dilakukan 1 minggu sekali atau 52 kali dalam setahun. Pemberian TTD dipantau dan dinilai oleh puskesmas setempat yang memegang program tersebut berkolaborasi dengan pihak sekolah (Dinkes Tangsel, 2020). SMA 6 Tangerang Selatan merupakan salah satu SMA yang masuk dalam program distribusi tablet tambah darah dari dinkes Tangsel. Pemantauan konsumsi tablet ini sangat diperlukan. Penelitian sebelumnya terkait kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi SLTP menunjukkan hasil terdapat kurang dari 50% siswi yang patuh mengonsumsi TTD (Widiastuti dan Rusmini, 2019). Penelitian yang dilakukan Novita dkk (2021) pada siswi di SMK Negeri 1 Kedawang Cirebon didapatkan hasil bahwa pengetahuan yang baik tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe sebanyak 52,4% dukungan guru (68,8%), dukungan orang tua (56,0%), dukungan tenaga kesehatan (60,2%), efikasi diri positif (59,2%) dan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet Fe 25% (1 tablet/bulan) (73,8%). Penelitian Subagja dkk (2019) menunjukkan pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri di suatu SMP di Bandung didapatkan pengetahuan baik 25,4%, sedang 48,5%, dan rendah 26,1%.

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pengetahuan dan tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMA 6 Tangerang Selatan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri SMAN 6 Kota Tangerang Selatan kelas X dan XI yang berjumlah 513 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportion stratified random* sehingga jumlah sampel yang digunakan adalah 90 orang yaitu 50 sampel pada kelas X dan 40 sampel pada kelas XI. Dengan kriteria responden: remaja putri yang mendapatkan tablet tambah. Kuesioner pengetahuan tentang anemia defisiensi besi terdiri dari 20 item pertanyaan. 11 pertanyaan positif dan 9 pertanyaan negatif yang meliputi beberapa indikator yaitu : definisi anemia, nilai Hb, pemeriksaan Hb, tanda dan gejala, penyebab, dampak, pencegahan, pengobatan anemia, anjuran konsumsi TTD, efek samping konsumsi TTD dan kandungan zat gizi pada makanan. Hasil dari kuesioner ini dikategorikan menjadi pengetahuan baik, cukup, atau kurang. Pada kuesioner kepatuhan tentang konsumsi tablet tambah darah terdiri dari 10 pertanyaan. 8 pertanyaan positif dan 2 pertanyaan negatif yang meliputi beberapa indikator

yaitu : dosis, jadwal, dan efek samping tablet tambah darah. Hasil kuesioner ini dikategorikan menjadi patuh dan tidak patuh. Kuesioner pengetahuan tentang anemia defisiensi besi dan kuesioner tentang kepatuhan konsumsi tablet tambah darah ini diukur dengan skala guttman. Kuesioner pengetahuan tentang anemia defisiensi besi (Purba dkk, 2021) yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh penulis sebelumnya didapatkan hasil valid dan realible dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,929. Sedangkan pada kuesioner kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (Novita dkk, 2021) hasil uji validitas dan reliabilitasnya tidak didapatkan pada jurnal dan peneliti belum mendapatkan informasi mengenai hasil uji valid dan reliabel dari peneliti sebelumnya. Oleh karena itu peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas dengan hasil valid dan realible dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,862.

Data dikumpulkan pada bulan April sampai dengan Juni 2022, melalui penyebaran *link google form*.

HASIL

Berdasarkan data tabel 1 data demografi menunjukkan usia responden didominasi remaja putri yang berusia 16 tahun 43 (47,8%) responden, disusul dengan usia 17 tahun 28 (31,1%) responden dan usia 15 tahun 19 (21,1%) responden. Tabel 2 data demografi berdasarkan kelas, responden dari kelas X sebanyak 50 orang (55,6%) dan responden dari kelas XI sebanyak 40 orang (44,4%).

Tabel 3 menunjukkan bahwa gambaran pengetahuan tentang anemia defisiensi besi berdasarkan kelas X. Responden yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia defisiensi besi berjumlah 43 orang (86%), responden yang memiliki pengetahuan yang cukup mengenai anemia defisiensi besi sebanyak 6 orang (12%) dan responden yang memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia defisiensi besi sebanyak 1 orang (2%).

Tabel 4 mengenai gambaran pengetahuan tentang anemia defisiensi besi berdasarkan kelas XI. Mayoritas responden yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia defisiensi besi sebanyak 26 orang (65%). Tabel 5 gambaran pengetahuan anemia defisiensi besi pada seluruh responden didapatkan mayoritas pengetahuan baik yaitu sebanyak 69 (76,7%). Tabel 6 mengenai gambaran kepatuhan konsumsi tablet tambah darah berdasarkan kelas X didapatkan responden yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 8 orang (16%) dan responden yang tidak patuh sebanyak 42 orang (84%).

Tabel 7 gambaran kepatuhan konsumsi tablet tambah darah berdasarkan kelas XI. Responden yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 2 orang (5%) dan tidak patuh sebanyak 38 orang (95%) responden. Tabel 8 gambaran kepatuhan konsumsi tablet tambah

darah secara keseluruhan didapatkan responden yang patuh sebanyak 10 (11,1%) dan tidak patuh sebanyak 80 (88,9%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	%
15 tahun	19	21,1
16 tahun	43	47,8
17 tahun	28	31,1
Total	90	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi	%
X	50	55,6
XI	40	44,4
Total	90	100

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Berdasarkan Kelas X

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	43	86
Cukup	6	12
Kurang	1	2
Total	50	100

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Berdasarkan Kelas XI

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	26	65
Cukup	12	30
Kurang	2	5
Total	40	100

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	69	76,7
Cukup	18	20
Kurang	3	3,3
Total	90	100

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Responden Berdasarkan Kelas X

Kepatuhan	Frekuensi	%
Patuh	8	16%
Tidak patuh	42	84%
Total	50	100%

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Responden Berdasarkan Kelas XI

Kepatuhan	Frekuensi	%
Patuh	2	5%
Tidak patuh	38	95%
Total	40	100%

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Responden

Kepatuhan	Frekuensi	%
Patuh	10	11,1%
Tidak patuh	80	88,9%
Total	90	100%

DISKUSI

Hasil analisa berdasarkan karakteristik responden didapatkan pada penelitian ini usia responden adalah 16 tahun sebanyak 43 orang (48,7%) dan usia 15 tahun sebanyak 19 orang (21,1%).

Gambaran pengetahuan tentang anemia defisiensi responden penelitian

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekuensi tingkat pengetahuan anemia defisiensi besi pada remaja di SMAN 6 Tangerang Selatan dari 50 responden kelas X dan 40 responden kelas XI. Pada kelas X mendapatkan hasil 86% memiliki pengetahuan yang baik sedangkan pada kelas XI mendapatkan hasil 65% memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia defisiensi besi. Berdasarkan hasil yang didapatkan pada penelitian ini berkaitan dengan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMAN 6 Tangerang Selatan kepada siswi kelas X dan XI serta kepada kader UKS bahwa pengetahuan tentang anemia defisiensi besi telah didapatkan melalui sosialisasi dari Puskesmas Pamulang baru di tahun ini. Kelas XI mendapatkan hasil yang lebih kecil karena disebabkan jumlah sampel yang lebih sedikit dibandingkan kelas X dan kelas XI tidak memperhatikan dengan seksama ketika sosialisasi berlangsung. Secara keseluruhan penelitian pada pengetahuan anemia defisiensi besi mendapatkan hasil dengan pengetahuan baik sebanyak 69 (76,7%), cukup sebanyak 18 (20%) dan kurang sebanyak 3(3,3%).

Pada pertanyaan P2 “Jika remaja mempunyai hemoglobin (Sel darah merah) 10 g/dl dinyatakan normal” hanya sebanyak 58 (66,4%) responden yang menjawab dengan benar, hal ini sejalan dengan penelitian Sari dkk (2018) bahwa pengetahuan pada kelompok intervensi kadar Hb rendah (<12 gr/dl) terjadi perubahan yang signifikan. Pada sebelum diberikan edukasi pengetahuan gizi kelompok intervensi kadar Hb rendah mendapatkan skor 38,7% pengetahuan yang kurang baik setelah diberikan edukasi pengetahuan gizi pada kelompok intervensi kadar Hb rendah responden berkurang menjadi 22,5%.

Pada pertanyaan P6 “Menstruasi yang keluar dalam jumlah banyak tidak menyebabkan anemia” sebanyak 57 (63,3%) responden menjawab dengan benar, penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahayuningtyas dkk (2021) bahwa 156 (69,3%) responden telah benar mengetahui bahwa menstruasi dapat menyebabkan anemia.

Pada pertanyaan P14 “Tablet tambah darah dapat meningkatkan nafsu makan” lebih banyak responden menjawab salah dan hanya sebanyak 44 (48,9%) responden yang menjawab tepat, P18 “Untuk mengurangi efek samping yang ditimbulkan (rasa tidak enak, mual) tablet tambah darah dapat dikonsumsi pada malam hari” sebanyak 70 (77,8%) responden menjawab dengan benar, sesuai dengan efek samping yang dapat timbul setelah mengkonsumsi tablet tambah darah seperti menimbulkan rasa mual hingga muntah yang dapat menyebabkan nafsu makan menurun, nyeri pada daerah lambung, serta gangguan pencernaan (Kemenkes, 2021). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayuningtyas dkk (2021) bahwa 117 (52%) responden setuju untuk ingin berhenti mengonsumsi tablet tambah darah karena efek samping yang ditimbulkan. Selain itu penelitian yang dilakukan Laily dkk (2019) salah satu penyebab remaja tidak mengonsumsi tablet tambah darah dikarenakan rasa tablet tambah darah yang berbau amis.

Pada pertanyaan P20 “Mengonsumsi tablet tambah darah dapat mencegah anemia, namun bila dikonsumsi dalam jangka panjang dapat menyebabkan darah tinggi” paling banyak menjawab salah dan hanya 38 (42,2%) responden yang menjawab dengan benar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yunika dan Husnita (2020) bahwa ibu yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe dengan pengetahuan kurang sebanyak 21 (60%) responden, pengetahuan ibu hamil yang masih sangat kurang/terbatas tentang anemia antara lain: tentang manfaat tablet besi yang belum banyak diketahui, tentang efek samping yang mungkin terjadi bila mengonsumsi tablet besi tetapi tidak berbahaya dan kepercayaan yang salah tentang tablet Fe yang bisa

menyebabkan tekanan darah tinggi atau menyebabkan bayi lahir besar juga bisa mempengaruhi kepatuhan ibu hamil untuk minum tablet Fe.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Subratha dan Kadek (2020) di SMAN 1 Marga dengan sampel kelas XI dan XII dengan total 137 sampel menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia masuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 121 responden (88,3%) dan 16 responden (11,7%) dengan pengetahuan yang cukup.

Gambaran kepatuhan tentang konsumsi tablet tambah darah responden penelitian

Berdasarkan hasil analisis distribusi frekuensi tingkat kepatuhan konsumsi TTD pada remaja di SMAN 6 Tangerang Selatan dari 50 responden kelas X dan 40 responden kelas XI. Pada kelas X mendapatkan hasil 84% memiliki ketidakpatuhan dalam mengonsumsi TTD sesuai dengan anjuran yang telah diberikan oleh pihak puskesmas dan sekolah, sedangkan pada kelas XI mendapatkan hasil 95% tidak patuh. Berdasarkan hasil yang didapatkan pada penelitian ini berkaitan dengan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMAN 6 Tangerang Selatan kepada siswi kelas X dan XI serta kepada kader UKS dan pihak puskesmas bahwa kedua pihak tidak mendata kepatuhan siswi yang mengonsumsi TTD yang telah diberikan oleh pihak sekolah dan puskesmas sesuai dengan anjurannya. Secara keseluruhan penelitian kepatuhan konsumsi tablet tambah darah masuk dalam kategori tidak patuh sebanyak 80 (88,9%) dan patuh hanya 10 (11,1%) responden.

Pada pertanyaan P1 “Apakah anda mengonsumsi tablet tambah darah 1 x dalam seminggu?” sebanyak 73 (81,1%) responden tidak rutin konsumsi TTD dan pertanyaan P8 “Apakah anda mengonsumsi tablet tambah darah 4 butir selama 4 minggu terakhir?” sebanyak 85 (94,4%) responden tidak rutin mengonsumsi tablet tambah darah 4 butir selama 4 minggu. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayuningtyas (2021) bahwa 115 (51,1%) responden tidak melakukan konsumsi tablet tambah darah karena beberapa faktor antara lain baunya amis sebanyak dan efek samping yang ditimbulkan membuat para remaja putri enggan untuk mengonsumsinya.

Pada pertanyaan P2 “Apakah anda teratur dan sesuai jadwal mengonsumsi tablet tambah darah (Fe)?” sebanyak 83 (92,2%) responden tidak teratur sesuai jadwal dalam mengonsumsi TTD. Pada pertanyaan P4 “Apakah anda meminum tablet Fe tanpa diingatkan?” sebanyak 76 (84,4%) responden mengonsumsi tablet tambah darah tanpa diingatkan. Penelitian ini sejalan dengan Sab'ngatun dan Danik (2021) pada hasil penelitiannya mayoritas responden tidak teratur dalam konsumsi TTD sebanyak 16 (63%)

responden hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran diri terhadap pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah khususnya untuk wanita selain itu kurangnya kontrol dari pihak sekolah juga menyebabkan para responden tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah yang telah diberikan. Penelitian ini sejalan dengan Khoirunnabila dkk (2021) sebanyak 10 responden pernah lupa mengonsumsi TTD karena tidak diingatkan.

Pada pertanyaan P3 “Apakah anda meminum tablet tambah darah pada pagi hari?” sebanyak 87 (96,7%) responden tidak mengonsumsi tablet tambah darah di pagi hari. Sedangkan pertanyaan P7 “Anda mengonsumsi tablet tambah darah saat malam hari sebelum tidur?” sebanyak 72 (80%) responden tidak mengonsumsi tablet tambah darah di malam hari sebelum tidur. Penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amanah (2019) yang menunjukkan bahwa sebanyak 94 responden meminum tablet Fe menggunakan air putih dan mengonsumsi suplemen vitamin penambah darah pada malam hari. Menurut Kemenkes (2021) TTD dapat dikonsumsi pada malam hari guna mengurangi gejala yang timbul akibat dari efek samping TTD. Bila akan mengonsumsi makanan/minuman bahkan obat, disarankan dengan waktu sekitar dua jam dari sebelum atau sesudah konsumsi TTD. Hal ini bertujuan agar penyerapan zat besi dari TTD dapat lebih efektif, jika dikonsumsi pada pagi hari dikhawatirkan perut masih dalam keadaan kosong atau belum sarapan yang dapat memperburuk keadaan.

Pada pertanyaan P5 “Apakah anda mengonsumsi tablet tambah darah bersamaan dengan air jeruk?” sebanyak 89 (98,9%) responden tidak mengonsumsi tablet tambah darah bersamaan dengan air jeruk. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Quraini dkk (2020) menunjukkan sebanyak 187 responden (57%) dari total 328 responden memiliki niat patuh konsumsi TTD teratur. Niat patuh mengonsumsi TTD pada remaja putri akan muncul jika responden setuju dengan pernyataan yang mendukung (*favorable*) terhadap perilaku patuh konsumsi tablet tambah darah teratur salah satunya mengonsumsi sumber protein hewani seperti hati, ikan, telur atau sumber vitamin C seperti jeruk dan pepaya setelah minum tablet tambah darah agar penyerapan zat besi dalam tubuh menjadi maksimal. Menurut Ramayulis (2016) vitamin C merupakan bahan makanan yang mampu meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh seperti buah-buahan yang berwarna merah dan oranye seperti jeruk, maka mengonsumsi dengan jeruk atau jus jeruk agar penyerapannya lebih efektif. Sedangkan pertanyaan P6 “Apakah anda mengonsumsi tablet tambah darah bersamaan dengan air teh, susu atau kopi?” sebanyak 89 (98,9%) responden tidak mengonsumsi tablet tambah darah bersamaan dengan air teh, susu, atau kopi. Penelitian

ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra dkk (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar responden patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe sebanyak 72,7% yaitu tidak meminum tablet Fe dengan kopi. Menurut Pratiwi dan Widari (2018) hal ini disebabkan Zat tanin yang terkandung dalam teh, kopi, ataupun coklat serta kalsium yang terkandung dalam susu akan menghambat penyerapan zat besi. Namun sebaliknya, asupan sayur dan buah kaya dengan vit. C karena bisa membantu peningkatan dalam absorpsi fe.

Pada pertanyaan P9 “Meskipun meminum tablet Fe dapat menyebabkan rasa mual, apakah anda tetap meminumnya?” sebanyak 73 (81,1%) responden tidak mengonsumsi tablet tambah darah karena menyebabkan rasa mual dan pertanyaan P10 “Meskipun meminum tablet Fe dapat menyebabkan tinja menjadi berwarna hitam, apakah anda tetap meminumnya?” sebanyak 77 (85,6%) responden tidak mau mengonsumsi tablet tambah darah karena menyebabkan tinja menjadi warna hitam. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Purba dkk (2021) sebanyak 37 responden tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah karena efek samping dari konsumsi tablet tambah darah dapat menimbulkan tinja menjadi warna hitam. Menurut Kemenkes (2021) perubahan yang terjadi pada tinja warna hitam menunjukkan tanda yang normal dikarenakan mengonsumsi TTD. Warna hitam pada tinja disebabkan adanya sisa zat besi yang tidak diserap oleh tubuh.

Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih dan Anna (2019) pada remaja putri dengan 41 responden di SMAN 1 Karanganyam dengan hasil 65,9% tidak patuh dalam konsumsi TTD. Hal ini disebabkan oleh faktor ketidak patuhan yaitu ketidakpahaman intruksi siswi terhadap informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan tentang aturan minum tablet tambah darah. Faktor lainnya yang mempengaruhi adalah kualitas interaksi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di SMA Negeri 1 Karanganyam tidak terfokus pada sasaran sehingga kurang adanya interaksi yang baik antara tenaga kesehatan dengan siswi di sekolah tersebut.

SIMPULAN

Kesimpulan hasil penelitian didapatkan mayoritas responden pengetahuan baik yaitu sebanyak 69 (76,7%) sedangkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah menunjukkan mayoritas responden tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah yaitu sebanyak 80 (88,9%). Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggali faktor yang mempengaruhi ketidakpatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dan perlunya

pemantauan dalam konsumsi TTD yang dilakukan oleh puskesmas bekerjasama dengan sekolah dan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, Merryana dan Bambang Wirjatmadi. (2016). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : KENCANA.
- Almatsier, S., Soetardjo, S. dan Soekarti M. (2013). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Indonesia.
- Amanah dkk. (2019). *Studi Farmakoepidemiologi Vitamin Penambah Darah Pada Ibu Hamil Di Kecamatan Jatinangor*, 4(3).
- Briawan, D. (2014). *Anemia Masalah Gizi Pada Remaja Wanita*. Jakarta : EGC.
- Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan. (2020). *Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (LKIP)*. Diunduh dari <https://Dinkes.Tangerangselatankota.Go.Id/Uploads/Lkip/10.Pdf>
- Dewi, R. K, dkk (2022). Intervensi Anemia Defisiensi Zat Besi Pada Ibu Hamil: A Literature Review. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health* : Vol. 5 Issue 2
- Eko. (2022). *Prevalensi Stunting Di Indonesia 2022 Masih Diatas Standar Who, 37% Pasangan Usia Subur Alami Anemia*. Diunduh dari <https://paudpedia.kemdikbud.go.id/berita/prevalensi-stunting-indonesia-2022-masih-diatas-standar-who-37-pasangan-usia-subur-alami-anemia?id=812&ix=11#>.
- Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta : CV. Absolute Media.
- Kemendes. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kemendes. (2018). *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Sibur (WUS)*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes. (2020). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes. (2021). *Buku Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes. (2021). *Remaja Putri Sehat Bebas Anemia Di Masa Pandemi Covid-19*. Diperoleh dari <https://Promkes.Kemkes.Go.Id/Remaja-Putri-Sehat-Bebas-Anemia-Di-Masa-Pandemi-Covid-19>.
- Kesuma dkk. (2018). *Pengantar Biostatistika Dan Aplikasinya Pada Status Kesehatan Gizi Remaja*. Banda Aceh : Syiah Kuala University Press.
- Khoirunnabila dkk. (2021). *Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dan Sarapan Sehat Program “Aksi Bergizi” Unicef Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Klaten*. Diperoleh dari <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/12623>.
- Laily dkk. (2022). *Kegiatan Pemberdayaan Remaja Melalui Penyuluhan dan Pembentukan Komunitas Remaja Sadar Anemia Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah(TTD)*. *JurnalAbdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)*2(3).
- Noor, Juliansyah. (2017). *Metodologi Penelitian : Skripsi, Tesis, Disertasi, Dan Karya Ilmiah*. Jakarta : KENCANA.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Novita, Hilda, Neli Nurlina, Suratmi. (2021). *The Obedience Factors of Teenage Girls to Consume Iron Tablet at SMK Negeri 1 Kedawung, Cirebon, Jurnal Kebidanan*,11(1).
- Pratiwi, R dan Widari D. (2018). *Hubungan Konsumsi Sumber Pangan Enhancer Dan Inhibitor Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil*. Diperoleh dari <https://E-Journal.Unair.Ac.Id/AMNT/Article/View/9295/5466>.
- Proverawati. (2013). *Anemia Dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Purba, Tuty Hertati, Iman Kurnia Murni Laoli, Rani Suraya. (2021). Hubungan Pola Makan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 3 Hiliserangkai. Diperoleh dari <https://ejournal.unaja.ac.id/index.php/SCJ/article/view/84/73>.
- Putra dkk. (2020). *Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*,8(1).
- Rahayuningtyas dkk. (2021). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 9(3).
- Ramayulis, Rita. (2016). *Diet Untuk Penyakit Komplikasi*. Jakarta : Penebar Plus.
- Sab'ngatun dan Danik Riawati. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. Journal of Health Research*, 4(2).
- Santrock, J.W. (2014). *Adolescence Fifteenth Edition*. New York : Mcgraw-Hill Education.
- Sari dkk. (2018). *Pendidikan Gizi, Kadar Hemoglobin dan Pengetahuan Gizi Remaja Putri Di Kabupaten Banyumas. Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics*, 6(3).
- Sarwono, Sarlito W. (2016). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Subagja, C. A (2019). The Relationship among Knowledge, Attitude, and Behavior of Dietary. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health : Vol. 3 Issue 2*
- Subratha, Hesti Friska Armynia dan Kadek Sri Ariyanti. (2020). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Tabanan. Jurnal Medika Usada*,3(2).
- Wahyuningsih, Asri dan Anna Uswatun. (2019). *Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Karanganom. Jurnal Involusi Kebidanan*,9(17).
- Widiastuti dan Rusmini. (2019). *Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri*. Diperoleh dari <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JSK/>.
- Yunika, Regina Pricilia dan Husnita Komalasari. (2020). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe di Puskesmas Dasan Agung Kota Mataram. Nutriology Jurnal: Pangan, Gizi, Kesehatan*,01(02).