

GAMBARAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI

Endang Sawitri^{1*}, Nurul Budiana², Supardi³, Wiwin Rohmawati⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Kesehatan Dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

Email: endangsawitri02@gmail.com^{1*}, budiananurul123@gmail², supardia699@gmail.com³, asyamwiwin@gmail.com⁴

Abstract

Adolescence is a period of transition toward adulthood. One of the key public health concerns for the government is the prevention of anemia in adolescent girls. Iron deficiency anemia is a global issue. The prevention and management of anemia in adolescent girls are carried out through the administration of one iron supplement tablet per week, making adherence to iron tablet consumption crucial in reducing iron deficiency rates. This study aims to describe the adherence of adolescents in consuming iron supplement tablets in Dukuh Village. Method: This research is a quantitative study. The population consisted of 261 respondents, with a sample of 73 adolescent girls selected using a purposive sampling technique. The study was conducted in Dukuh Village, Bayat, Klaten, from July 1, 2024, to July 30, 2024. Results: The most common age group among the respondents was early adolescence (ages 12–15), with 33 respondents (45.2%), while the least common age group was late adolescence (ages 19–21), with 10 respondents (13.7%). The majority of respondents had a high school education (41.1%), while the least had only an elementary school education (6.8%). Most respondents were categorized as non-adherent, with 43 respondents (58.9%) failing to comply with iron tablet consumption. Conclusion: The findings of this study in Dukuh Village indicate that the majority of adolescent girls fall into the non-adherent category, with 43 respondents (58.9%) not complying with iron tablet consumption.

Keywords: adherence, adolescents, iron supplement consumption.

Abstrak

Masa remaja merupakan masa ketika seseorang mengalami transisi menuju masa dewasa. Salah satu masalah kesehatan yang menjadi fokus pemerintah adalah pencegahan anemia pada remaja putri. Anemia defisiensi besi merupakan masalah global. Pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri dilakukan dengan pemberian satu tablet suplemen zat besi setiap minggu, sehingga kepatuhan penggunaan tablet besi sangat penting untuk menurunkan angka defisiensi zat besi. Penelitian ini bertujuan untuk gambaran kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di desa Dukuh. Metode: penelitian merupakan penelitian kuantitatif. Populasi sebanyak 261 responden. Sampel yang digunakan dengan teknik purposive sampling sebanyak 73 responden remaja putri. Penelitian dilakukan di Desa Dukuh, Bayat, Klaten dari bulan 1 Juli 2024 s.d 30 Juli 2024. Hasil penelitian, diperoleh bahwa kelompok umur yang paling banyak ditemui adalah remaja awal, usia 12-15 tahun, dengan jumlah 33 responden (45,2%), sedangkan kelompok umur yang paling sedikit ditemui adalah remaja akhir, usia 19-21 tahun, dengan jumlah 10 responden (13,7%). Tingkat pendidikan mayoritas SMA (41,1%), dan paling sedikit SD (6,8%). Tingkat kepatuhan sebagian besar adalah tidak patuh, dengan jumlah responden sebanyak 43 responden (58,9%). Kesimpulan: Hasil penelitian yang dilakukan di Desa Dukuh mengenai kepatuhan pada remaja putri, remaja putri berada pada kategori tidak patuh, yaitu sebanyak 43 responden (58,9%).

Kata Kunci: kepatuhan, remaja, minum obat tambah darah

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan peralihan dimana seseorang mengalami kedewasaan. Masa ini merupakan tahapan usia yang terjadi setelah berakhirnya masa kanak-kanak. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa remaja adalah usia antara 10 dan 19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014 menetapkan remaja adalah masyarakat yang berusia 10 hingga 18 tahun [1]. Masalah kesehatan yang dialami remaja di Indonesia antara lain anemia, obesitas, wasting, dan stunting. Penanggulangan anemia remaja putri adalah salah satu *problem* yang menjadi pusat perhatian pemerintah saat ini. Anemia merupakan masalah kesehatan di dunia [2]. Dari Riskesdas 2018, remaja sebanyak 32% merupakan prevalensi anemia. Disimpulkan 3

sampai 4 remaja terkena masalah kesehatan ini. Anemia merupakan kondisi dimana hemoglobin di eritosit tubuh berkurang dan ada di katerogi rendah. Menurut WHO, pada wanita diatas 15 tahun hemoglobin normal $>12,0$ g/dl ($>7,5$ mmol) [3].

Tablet penambah darah ini ditujukan agar memenuhi asupan zat besi pada remaja putri juga upaya pemerintah Indonesia. Dengan memberikan tablet tambah darah sesuai dosis yang ditentukan untuk mencegah anemia karena mempengaruhi kemampuan belajar. Di Indonesia, kepatuhan konsumsi tablet produk darah masih tergolong rendah, umumnya disebabkan kurangnya pengetahuan tentang tablet produk darah, antara lain: gejala yang ditimbulkan setelah konsumsi tablet tambah darah, penyerapan iron, makanan serta obat- obatan mempengaruhi penyerapan zat besi. Upaya pencegahan dan pengendalian anemia untuk remaja putri dilaksanakan melalui setiap minggu akan diberikan tablet tambah darah untuk mengurangi kejadian anemia. Tablet produk darah yang diberikan berisi 60 mg iron dan 0,25 mg folacin [4].

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 1 Juli 2024 melalui wawancara terhadap 10 remaja putri di Desa Dukuh, diperoleh hasil bahwa 4 remaja (40%) remaja putri selalu minum tablet tambah darah seminggu sekali sedangkan 6 remaja (60%) remaja putri lainnya tidak rutin minum tablet tambah darah. Banyak remaja putri mengeluh mual atau pusing setelah minum tablet tambah darah, ada yang mengatajkan sering lupa minum dan sengaja tidak mengkonsumsi dengan alasan merasa tidak merasa sakit.

2. Metode

Desain Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif. Penelitian dilakukan di Desa Dukuh, Bayat, Klaten dari bulan Desember 2023 s.d Juli 2024. Populasi remaja di Desa Dukuh terdapat 261 remaja putri. Sampel yang digunakan dengan teknik purposive sampling sebanyak 73 remaja putri. Kriteria sampel yang ditetapkan adalah remaja yang berusia 10-19 tahun, sementara kriteria eksklusi mencakup remaja yang sedang berpergian ke luar kota atau tinggal di luar kota. Alat penelitian dengan menggunakan instrument yang berisikan 8 pertanyaan. Jika setiap pertanyaan benar, akan diberi nilai 1; jika menjawab salah, akan diberi nilai 0. Jumlah nilai maksimum adalah 8. serta kepatuhan minum tablet produk darah pada remaja putri di Desa Dukuh. Kuesioner ini sudah diuji validitas oleh peneliti sebelumnya dengan mengambil responden sebanyak 31 siswi yang memiliki karakteristik sama dengan tempat penelitian. Hasil uji validitas pada kuesioner kepatuhan dengan r hitung $> 0,355$ sehingga dapat dikatakan kuesioner ini telah valid. Kuesioner kepatuhan konsumsi tablet tambah darah perhitungan reliabilitas suatu alat ukur dilakukan menggunakan rumus Alpha Cronbach dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Kuesioner ini memiliki konsistensi internal dengan nilai cronbach's alpha = 0.726 pada kuesioner kepatuhan yang artinya kuesioner ini reliabel.

3. Hasil dan Pembahasan

Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Desa Dukuh" dilaksanakan pada 5 Juli 2024 di Desa Dukuh, Kecamatan Bayat, Kabupaten Klaten. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik purposive sampling dan sampel yang digunakan sebanyak 73 remaja putri.

3.1. Hasil

Tabel 1. Rerata Usia Responden

Remaja di Desa Dukuh (n=73)

Variabel	n	Min	Max	Mean	SD
Usia	73	12	21	16.01	2.519

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa rata-rata responden remaja di Desa Dukuh adalah 16.01, umur minimum 12, umur maksimum 21 dan standar deviasi 2.519.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Usia, Pendidikan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (n=73)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia		
a. Remaja Awal (12-15 tahun)	33	45,2%
b. Remaja Madya (16-18 tahun)	30	41,1%
c. Remaja Akhir (19-21 tahun)	10	13,7%
Jumlah	73	100%
Pendidikan		
a. SD	5	6,8%
b. SMP	28	38,4%
c. SMA	30	41,1%
d. Kuliah	10	13,7%
Jumlah	73	100%
Kepatuhan		
a. Patuh	30	41,1%
b. Tidak Patuh	43	58,9%
Jumlah	73	100%

Berdasarkan tabel diketahui karakteristik responden dengan usia yang paling banyak adalah remaja awal dengan rentang usia 12-15 tahun yang berjumlah 33 responden (45,2%), sedangkan jumlah remaja madya dengan rentang usia 16-18 tahun berjumlah 30 responden (41,1%) dan remaja akhir dengan rentang usia 19-21 tahun berjumlah 10 responden (13,7%).

Jenjang pendidikan paling banyak adalah SMA yang berjumlah 30 responden (41,1%), tingkat pendidikan SMP berjumlah 28 responden (38,4%), tingkat pendidikan kuliah berjumlah 10 responden (13,7%) dan tingkat pendidikan SD berjumlah 5 responden (6,8%).

3.2. Pembahasan

Usia adalah jangka waktu yang telah dijalani seseorang sejak lahir hingga saat ini. Usia ditentukan berdasarkan tahun. Masa remaja adalah peralihan dari masa anak

menuju kedewasaan, yaitu pada usia 12 tahun hingga 21 tahun [5]. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, karakteristik usia responden yang paling banyak adalah masa remaja awal antara 12 hingga 15 tahun, yaitu sebanyak 33 responden (45,2%). Pada tahap ini, remaja masih kebingungan namun mulai bisa menyesuaikan diri dengan perubahan yang dialaminya dan disertai dorongannya. Mulai mengembangkan ide-ide terbaru, mudah menyukai pada lawan jenis, dan cepat bergairah secara sensual atau genital. Hipersensitivitas ini diiringi dengan menurunnya kendali emosi sehingga membuat remaja sulit memahami dan dipahami oleh orang dewasa. Umur minimal responden 12 tahun dan umur maksimal responden 21 tahun. Umur remaja kebanyakan perilakunya goyah dan berubah- ubah sehingga jika remaja tidak dijelaskan tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah akan cenderung mudah untuk tidak patuh [6]. Hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan, sikap, dan komitmen remaja putri dalam meminum tablet produk darah, 18 remaja putri (45%) berusia 16 tahun berpartisipasi dalam penelitian ini, diikuti oleh 10 remaja putri (25%) berumur 15 tahun, 9 remaja putri (22,5%) berumur 17 tahun, dan 3 remaja putri (7,5%) yang berumur 18 tahun.

Jenjang pendidikan merupakan salah satu indikator yang kerap dilihat dalam menggunakan tingkat pemahaman manusia. Pendidikan berkontribusi terhadap perubahan perilaku seseorang terutama dalam hal kesehatan. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan jenjang pendidikan yang paling banyak ditemui adalah responden yang sedang belajar di tingkat SMA (Sekolah Menengah Atas) dengan jumlah 30 responden (41,1%). Sejalan dengan penelitian [3] yaitu dari 127 responden 67 responden (52,8%) pendidikannya SMA. Jenjang pendidikan responden dapat mempengaruhi kepatuhan. Pendidikan yang semakin tinggi akan memberikan tambahan informasi dan perubahan pola pikir seseorang. Semakin tinggi latar belakang pendidikan, semakin banyak pengetahuan yang dimiliki dan semakin mudah memperoleh informasi. Pendidikan sangat penting bagi pengembangan diri sendiri dan merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia. Tingginya tingkat pengetahuan akan mempermudah penerimaan dan pengembangan pengetahuan juga keterampilan. Rendahnya tingkat pendidikan seseorang menghambat berkembangnya sikap reseptif terhadap informasi baru dan nilai- nilai yang diperkenalkan. Remaja yang berpendidikan tinggi menunjukkan kepatuhan yang lebih tinggi daripada yang berpendidikan rendah, dan melalui pendidikan, masyarakat meningkatkan kematangan intelektualnya dan menjadi lebih mampu mengambil keputusan berdasarkan tindakan [1].

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah adalah yang paling banyak adalah kategori tidak patuh dengan jumlah 43 responden (58,9%). Kepatuhan berasal dari kata "*obedience*" dalam bahasa Inggris. Makna dari *obedience* adalah mematuhi. Oleh karena itu kepatuhan dapat diartikan sebagai mengikuti perintah atau aturan. Hasil penelitian ini sejalan dengan [7] kepatuhan meminum tablet produk darah pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Prambontergayang yaitu dari 127 responden 101 responden (79,5%) tidak patuh meminum tablet produk darah. Penelitian [8] juga menunjukkan bahwa kepatuhan remaja putri dalam meminum tablet tambah darah terdiri dari tidak patuh sebanyak 53 responden (63,9) dan patuh sebanyak 30 responden (36,1). Notoatmodjo (2010) mengatakan bahwa kesediaan seseorang untuk mengkonsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain pengetahuan, sikap, kepercayaan, pengalaman, ketersediaan fasilitas kesehatan seperti apotek, serta sikap dan perilaku tenaga kesehatan. Faktor lain yang dapat mempengaruhi kepatuhan antara lain rasa malas pada remaja putri dan efek samping seperti mual, muntah, pusing, dan feses berwarna hitam yang terjadi setelah

mengonsumsi tablet tambah darah. Efek ini normal dan tubuh akan beradaptasi seiring waktu [8]. Tujuan dari program pemerintah memberikan suplemen zat besi pada remaja putri adalah untuk mempersiapkan ibu dalam meningkatkan kesehatan dan gizi sebelum hamil, mengurangi anemia pada masa kehamilan, dan menjamin kelahiran bayi yang sehat. Namun, efektivitas program ini juga terganggu oleh ketidakpatuhan remaja terhadap suplemen zat besi [7]. Penelitian [5] menyatakan faktor penentu yang mempengaruhi terbentuknya perilaku adalah niat dan dukungan sosial. Dukungan keluarga fokusnya dari orang tua di rumah kaitannya sangat erat dengan remaja putri yang meminum tablet produk darah. Kerjasama dan kolaborasi keluarga dalam mendukung diperlukan untuk meningkatkan rasa percaya diri dan kesadaran positif remaja putri tentang pentingnya mengonsumsi suplemen darah untuk mencegah risiko terjadinya anemia.

Dukungan keluarga, terutama dari orang tua dan anggota keluarga lainnya, berperan besar dalam meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Bentuk dukungan ini dapat berupa: dukungan informasional dimana orang tua yang memiliki pemahaman baik tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah dapat memberikan edukasi dan informasi yang benar dan dapat membantu remaja memahami manfaat jangka panjang dari pencegahan anemia. Dukungan Instrumental: Keluarga dapat membantu menyediakan tablet tambah darah sesuai anjuran dan mengingatkan jadwal konsumsi agar tidak terlewat. Dukungan Emosional berupa sikap, perhatian dan kepedulian keluarga, seperti memberikan dorongan dan motivasi saat remaja merasa malas atau enggan minum tablet tambah darah, dapat meningkatkan kepatuhan. Peran keteladanan seorang ibu atau anggota keluarga lain memiliki kebiasaan hidup sehat, termasuk konsumsi suplemen yang dibutuhkan tubuh, remaja cenderung akan meniru perilaku positif tersebut. Keluarga juga bisa memotivasi remaja dalam mengonsumsi sehingga muncul Kesadaran Remaja yang memiliki pengetahuan tentang pentingnya zat besi dalam tubuh dan dampak anemia cenderung lebih termotivasi untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah secara rutin [7].

4. Kesimpulan

- a. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Desa Dukuh mayoritas tidak patuh yaitu sebanyak 43 responden (58,9%).
- b. Implikasi dari penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman tentang pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah dan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya kesehatan remaja putri sebagai investasi jangka panjang bagi generasi mendatang Implikasi Kesehatan

Daftar Pustaka

- [1] & H. M. Auna Awalia, Iziddin Fadhil, "Gambaran Dan Faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi SMP Kota Banda Aceh," *J. Ilm. Kedokt. Dan Kesehat.*, vol. 2, no. 3, pp. 212–222, 2023, [Online]. Available: <https://doi.org/10.55606/klinik.v2i3.1937>
- [2] N. Ningtyas, O., Ulfiana, E., & Yono, "Hubungan Pengetahuan tentang Anemia dan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMPN 01 Brondong Lamongan," *Indones. J. Midwifery*, vol. 4, no. 2, p. 128, 2021, [Online]. Available: <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i2.1185>
- [3] F. R. Samputri and N. Herdiani, "Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri," *Media Kesehat. Masy. Indones.*, vol. 21, no. 1, pp. 69–73, 2022, doi: 10.14710/mkmi.21.1.69-73.
- [4] S. A. Hamrani, S. S. T., Permatasari, D., & Murti, "Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Remaja," *J. Penelit. Perawat Prof.*, vol. 2, no. 4, pp. 579–590, 2020.

- [5] N. Prayudhistya, B. A., Syahadatina Noor, M., Istiana, I., Juhairina, J., & Sterina Skripsiana, "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Konsumsi Obat Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Smit Ukhuwah Banjarmasin," *Homeostasis*, 2023, [Online]. Available: <https://doi.org/10.20527/ht.v6i1.8783>
- [6] W. T. Putri, K. A., Ningsih, W. T., & Nugraheni, "Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Prambontergayang," *J. Keperawatan*, vol. 17, no. 3, pp. 125–132, 2023.
- [7] A. Arista, "Hubungan Pengetahuan, sikap, dan motivasi dengan kepatuhan remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMPN 17 Makassar," *J. Ilm. Kebidanan*, vol. 15, no. 1, pp. 37–48, 2024, [Online]. Available: <http://repository.unhas.ac.id:443/id/eprint/35827>
- [8] T. U. Kusuma, "Peran Edukasi Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Indonesia," *J. Surya Muda*, vol. 4, no. 1, pp. 61–78, 2022, [Online]. Available: <https://doi.org/10.38102/jsm.v4i1.162>