HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DENGAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMK YPIB MAJALENGKA TAHUN 2019

Nur Aliah
STIKes Muhammadiyah Cirebon
Alianura165@gmail.com

ABSTRAK

Pengetahuan Remaja Putri dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah. Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang banyak terjadi di Indonesia terutama di kalangan remaja. Hal ini terbukti dengan adanya program Dinas Kesehatan yang mewajibkan siswi SMA untuk mengkonsumsi tablet tambah darah seminggu sekali dan pada saat menstruasi untuk mencegah terjadinya anemia. Diketahui hubungan pengetahuan remaja putri dengan konsumsi TTD di SMK YPIB Majalengka. Desain penelitian deskriptif analitik dengan metode *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan teknik *quota sampling*, diperoleh 45 remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 100% remaja putri yang memiliki pengetahuan baik, hasil statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan konsumsi tablet tambah darah p=0,007 (p<0.05).

Kata Kunci: Tablet Tambah Darah; Konsumsi; Sikap; Pengetahuan; Remaja Putri.

LATAR BELAKANG

Anemia akibat kekurangan zat besi (Fe) merupakan salah satu masalah gizi utama di Asia termasuk di Indonesia. Anemia defisiensi zat besi merupakan masalah gizi yang paling lazim di dunia dan menjangkiti lebih dari 600 juta manusia. Prevalensi anemia secara global adalah sekitar 51%. Prevalensi untuk balita sekitar 43%, anak usia sekolah 37%, pria dewasa hanya 18%, dan wanita tidak hamil 35% (Arisman, 2014). Anemia banyak terjadi pada remaja putri yang dampaknya bisa sampai ketika dia sudah menikah. Dampak buruknya yaitu dapat mengakibatkan kematian ibu dan bayi, bahkan menghasilkan bayi dengan berat badan rendah (Dubey dkk., 2013).

Perubahan fisik pada masa remaja akan mempengaruhi status kesehatan dan gizi remaja tersebut (Sulistyoningsih, 2012). Pada usia remaja percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh memerlukan energi lebih banyak selain itu, pada remaja terjadi perubahan gaya hidup dan kebiasaan yang suka mencoba-coba makanan sehingga terjadi ketidaksesuaian asupan energi dan zat gizi lainnya (Marmi, 2013).

Kriteria usia masa remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15-17 tahun. Kriteria usia masa remaja pertengahan pada

Open Publish Publisher

perempuan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki yaitu 17-19 tahun. Sedangkan kriteria masa remaja akhir pada perempuan yaitu 18-21 tahun dan pada laki-laki 19-21 tahun (Thalib, 2015).

Remaja putri memerlukan perhatian khusus dalam hal kesehatan dikarenakan kebutuhan zat besi pada remaja putri meningkat karena pertumbuhan dan datangnya menstruasi, sehingga pada remaja putri sangat rentan sekali terjadi anemia (Sediaoetama, 2015). Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Remaja putri yang menderita anemia kebugarannya juga akan menurun, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitasnya. Masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat, kekurangan zat besi pada masa ini akan mengakibatkan tidak tercapainya tinggi badan optimal (Arisman, 2014).

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dikarenakan masih banyaknya remaja putri yang tidak terbiasa mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi masih rendah (Gibney, 2014). Kesadaran konsumsi tablet Fe saat menstruasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan, hal ini dikarenakan pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi tablet Fe saat menstruasi (Suharto dkk, 2012). Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan di sekolah maupun di rumah yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat-manfaat tablet tambah darah (Tablet Fe). Pengetahuan tentang manfaat-manfaat tablet tambah darah (Tablet Fe) yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga mencapai status gizi yang baik.

Ada banyak manfaat yang didapat dari mengkonsumsi tablet tambah darah (tablet fe) bagi remaja, yaitu: mempercepat pertumbuhan, tidak kehilangan banyak darah pada saat haid, persiapan untuk menjadi calon ibu, mencegah kehilangan banyak darah pada saat persalinan, untuk perkembangan organ janin pada saat hamil, menjaga penampilan, untuk mencegah atau mengatasi anemia/ defisiensi besi, dll. Selain itu kandungan zat besi pada TTD juga berfungsi sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan, alat angkut elektron pada metabolisme energi dan sebagai enzim pembentuk kekebalan tubuh dan sebagai pelarut obat-obatan (Almatsier,2014).

Kebutuhan atau dosis zat besi dari setiap tingkat umur dan jenis kelamin berbeda-beda. Wanita membutuhkan zat besi lebih tinggi dari laki-laki karena terjadi menstruasi dengan perdarahan sebanyak 50-80 cc setiap bulan dan kehilangan zat besi sebanyak 30-40 mgr. Dosis yang dianjurkan untuk diminum adalah 1 x 1 tablet per hari sesuai dosis yang dianjurkan. Tetapi apabila terjadi anemia berat dosis bisa dinaikkan menjadi 2 x 1 tablet yang di minum. Angka kecukupan zat besi yang dianjurkan untuk Indonesia untuk

deepublish | publisher

remaja putri sebesar 14-25 mg. Selain dari TTD zat besi juga bisa didapat dari makanan, seperti daging, ayam, ikan, telur, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan pisang ambon.

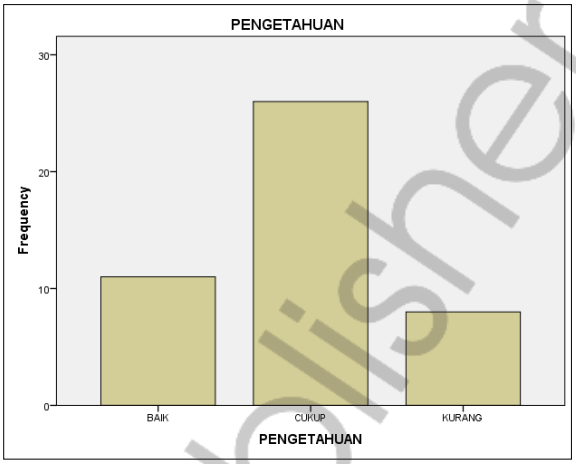
Kekurangan besi pada umumnya menyebabkan pucat, rasa lemah, letih, pusing, kurang nafsu makan, menurunnya kebugaran tubuh, menurunnya kemampuan kerja, menurunnya kekebalan tubuh dan gangguan penyembuhan luka. Di samping itu kemampuan mengatur suhu tubuh menurun. Pada anak-anak menimbulkan apatis, mudah tersinggung, menurunnya kemampuan untuk berkonsentrasi dan belajar (Almatsier, 2014).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dan pengambilan sampel menggunakan teknik *quota sampling*. Jumlah sampel penelitian ini adalah 45 siswi kelas X dari jurusan Farmasi dan Keperawatan yang telah mengalami menstruasi dan telah terpapar program TTD di SMK YPIB Majalengka. Kriteria inklusi yaitu siswi yang telah mengalami menstruasi dan telah terpapar program TTD.

Data pengetahuan dan sikap didapatkan dengan menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square.

HASIL



Berdasarkan paparan data dalam bentuk diagram batang seperti di atas bisa dipaparkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan dengan kategori cukup yakni 26 responden (57,8%). Untuk kategori baik dan kurang persentase masing-masing sebagai berikut 24,4% (11 responden) dan 17,8% (8 responden).

Responden yang mengkonsumsi tablet tambah darah berjumlah 34 responden (75,6%) dari total responden 45 siswi kelas X.

PENGETAHUAN * SIKAP Crosstabulation

			SIKAP		
			TIDAK	YA	Total
PENGETAHUAN	BAIK	Count	0	11	11
		% within PENGETAHUAN	0,0%	100,0%	100,0%
	CUKUP	Count	6	20	26
		% within PENGETAHUAN	23,1%	76,9%	100,0%
	KURANG	Count	5	3	8
		% within PENGETAHUAN	62,5%	37,5%	100,0%
Total		Count	11	34	45
		% within PENGETAHUAN	24,4%	75,6%	100,0%

Pada tabel di atas menggambarkan hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan tabel di atas bahwa pada kategori pengetahuan baik 11 responden mengkonsumsi tablet tambah darah, kategori pengetahuan

deepublish Publisher

cukup 20 responden mengkonsumsi tablet tambah darah, dan kategori pengetahuan kurang 3 responden mengkonsumsi tablet tambah darah.

Hasil analisis diperoleh pengetahuan memiliki hubungan dengan konsumsi TTD dengan nilai *p-value* 0,007. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik 24,4% mengkonsumsi TTD.

PEMBAHASAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi TTD. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nadimin (2011) tingkat pendidikan dan pengetahuan berpengaruh terhadap upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet Fe. Sementara hasil penelitian yang dilakukan Prasetya (2012) menyatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara pengetahuan dan tingkat konsumsi tablet Fe saat menstruasi.

Konsumsi yang merupakan bentuk perilaku yang sangat erat dipengaruhi oleh pengetahuan, namun sebelum orang berperilaku ada proses adopsi yang melandasi perilaku seseorang. Salah satu proses adopsi perilaku yaitu trial (mencoba). Pada tahap ini orang telah mencoba perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, sikap terhadap stimulus. Apabila pada tahap trial ini seseorang mempunyai pengetahuan tetapi tidak ada kesadaran dalam bertindak berarti proses adopsi perilaku tidak berhasil.

Menurut Notoatmodjo (2007) perilaku (komsumsi Tablet Fe) tidak hanya dipengaruhi oleh faktor intern yang meliputi pengetahuan, tetapi dipengaruhi oleh faktor ekstern antara lain lingkungan serta faktor intern lainnya yaitu kecerdasan, persepsi, emosi, motivasi yang berfungsi untuk mengolah rangsangan dari luar.

KESIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan peneliti dengan judul "*Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Putri dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMK YPIB Majalengka*" dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Siswi kelas X di SMK YPIB Majalengka mempunyai pengetahuan baik mengenai tablet tambah darah yaitu 11 responden (24,4%).
2. Konsumsi tablet tambah darah pada siswi kelas X SMK YPIB Majalengka berjumlah 34 orang (75,6%) tiga puluh empat orang tersebut berkategori pengetahuan baik, cukup, dan kurang.

Ada hubungan antara pengetahuan tablet tambah darah dengan konsumsi pada remaja putri kelas X di SMK YPIB Majalengka.

SARAN

1. Untuk institusi sekolah diharapkan dapat meningkatkan peran dan fungsi UKS dengan membuat program-program penyuluhan oleh tenaga kesehatan, untuk meningkatkan pengetahuan siswi terhadap tablet tambah darah.
2. Kerja sama pihak sekolah dengan dinas kesehatan terdekat melalui program UKS untuk mensosialisasikan dan merealisasikan pem-

berian suplementasi tablet tambah darah pada remaja putri.

3. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan meneliti lebih lanjut mengenai pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah dengan menambah penilaian kecukupan asupan zat besi individu melalui *food recall.* Dengan metode penelitian secara pre-eksperimen atau kualitatif untuk meneliti faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

1. Amir, Nelda, And Kusharisupeni Djokosujono. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri Di Indonesia: Literatur Review." *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 15.2 (2019): 119-129.
2. Angrainy, Rizka, Lidia Fitri, And Vipit Wulandari. "Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet FE Pada Saat Menstruasi Pengan Anemia." *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan* 4.2 (2019): 343-349.
3. Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
4. Ersila, Wahyu, And Lia Dwi Prafitri. "Layanan Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Kabupaten Pekalongan." *Prosiding Seminar Nasional & Internasional*. Vol. 1. No. 1. 2017.
5. Hasyim, Ainun Nur, Mutalazimah Mutalazimah, and Muwakhidah Muwakhidah. "Pengetahuan Risiko, Perilaku Pencegahan Anemia Dan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri." *Profesi* (*Profesional Islam*): *Media Publikasi Penelitian* 15.2 (2018): 33.
6. Hidayat, Anwar. 2012. *Tutorial Rumus* Chi-Square *Dan Metode Hitung.* Https://Www.Statistikian.Com/2012/11/Rumus-Chi-Square.Html. Diakses Pada Tanggal 24 Oktober 2019. Jam 12.02 WIB.
7. Johari, D. T., Melani, L., Herdiyani, P., Sucianny, W. A., Fujianti, I., Triwahyuningsih, R. Y.,... & Wahyuningsih, T. (2019). Relationship Of Stress Levels With Disorders Of Menstruation Cycle In Students. *Journal Of Research In Public Health Sciences*, *1*(1).
8. Kumalasary, Diyanah, Ria Yulianti Triwahyuningsih, And Rahma Tri Wijayanti. "Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Mengenai Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri." *Wawasan Kesehatan: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan* 5.1 (2019).
9. KUSMAWATI, Iffah Indri, And Dewi Rokhanawati. *Kebiasaan Minum Tablet Fe Saat Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas Xi Di Sma Muhammadiyah 7 Yogyakarta Tahun 2016*. Diss. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta, 2016.
10. Leli Laelasari, Lia Natalia. "Hubungan Antara Pengetahuan, Status Gizi dan Kepatuhan Meng-

deepublish | publisher

konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Saladagedang Kabupaten Majalengka Tahun 2016." *Jurnal Bidan* 2.2 (2016): 1-9.

11. Lestari, Andriani. "Pengaruh Kepemimpinan Partisipatif dan Komitmen Organisasi Terhadap Efektifitas Implementasi Rencana Stratejik pada Madrasah Aliyah di Kabupaten Sukabumi Jawa Barat." *Jurnal Administrasi Pendidikan* 23.1 (2016).
12. Lestari, Prasetya, Widardo Widardo, and Sri Mulyani. "Pengetahuan Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul." *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia* 3.3 (2015): 145-149.
13. Lestari, Prasetya. "Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul." (2012).
14. MULIANI, SURIA, And Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. "Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Fe di SMK Tunas Husada Kendari."
15. Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
16. Pratiknya, Ahmad W. 2008. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
17. Putri, Retno Desita, Betty Yosephin Simanjuntak, And Kusdalinah Kusdalinah. "Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri." *Jurnal Kesehatan* 8.3 (2017): 404-409.
18. Putri, Mardina Aulia, S. K. M. Ibu Muwakidah, And M. Kes Epid. *Hubungan Sikap Pencegahan Anemia Dan Perilaku Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kadar Hemoglobin* (*Hb*) *Pada Remaja Putri Di Smk N 1 Sukoharjo*. Diss. Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018.
19. Rahmadaniah, Indah, And Cindy Vilia Leviani. "Manfaat Tablet Fe Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia." *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* 10.1 (2019).
20. Risva, Temi Chintia, Suyatno Suyatno, And M. Zen Rahfiludin. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri (Studi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Kesehatan Masyaratak Universitas Diponegoro)." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* (*E-Journal*) 4.3 (2016): 243-250.
21. Riyanto, Agus. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
22. Sulistyorini, Etik, And Siti Maesaroh. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Mengkonsumsi Tablet Zat Besi Di Rw 12 Genengan Mojosongo Jebres Surakarta." *Jurnal Kebida-*

Deepublish

nan Indonesia: Journal Of Indonesia Midwifery 10.2 (2019): 110-121.
23. Tonasih, Tonasih, And Diyanah Kumalasary. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) DI Puskesmas Wilayah Kecamatan Harjamukti Kota Cirebon Tahun 2016." *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia* 2.1 (2018): 21-27.
24. Triwahyuningsih, Ria Yulianti. "Perilaku Pencegahan Keputihan Pada Remaja Putri." *Jurnal Kebidanan* 9.1 (2019).
25. Triwahyuningsih, Ria Yulianti. "Determinant Of The Evidence Of Chronic Energy Deficiency In Pregnant Women." *Journal Of Research In Public Health Sciences* 1.2 (2019).
26. Triwahyuningsih, Ria Yulianti, And Sri Achadi Nugraheni. "Determinant Of Health In School Children With School-Based Intervention." *Journal Of Research In Public Health Sciences* 1.1 (2019).
27. Triwahyuningsih, Ria Yulianti, And Ana Nur Prayugi. "Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil." *Jurnal Kebidanan* 8.2 (2018): 116-121.
28. Wahyuningsih, Astri, And Anna Uswatun. "Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di SMA Negeri 1 Karanganom." *INVOLUSI Jurnal Ilmu Kebidanan* 9.17 (2019).
29. Wahyuningsih, Ria Yulianti Tri, Sutopo Patria Jati, And Hardi Warsono. *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruh Iimplementasi Bidan Praktik Mandiri Sesuai Aturan Kredensialing BPJS Kesehatan Kota Cirebon Tahun 2015*. Diss. Universitas Diponegoro, 2016.
30. Yuniarti, Yuniarti, Rusmilawaty Rusmilawaty, And Tri Tunggal. "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 (2015).

deepublish | publisher