

Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Tidak Berhubungan dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Kenny Angella Prabawani^{1*}, Tyas Ning Yuni Astuti Anggraini², Fatimah Dewi Anggraeni³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

*Email: kennyangellap@gmail.com

*Penulis korespondensi: Jl. Brawijaya, Jl. Ringroad Barat, Gamping Kidul, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55294

INFO ARTIKEL

Riwayat Naskah

Dikirim (14 Januari 2026)

Direvisi (21 Januari 2026)

Diterima (26 Januari 2026)

Kata Kunci

Anemia
Remaja putri
Pengetahuan
Kepatuhan
Tablet tambah darah

ABSTRAK

Masalah anemia di dunia yang terjadi di negara berkembang mencapai 30%. Remaja putri mengalami masa pertumbuhan dan menstruasi sehingga menjadikannya lebih rentan terkena anemia. Di Kabupaten Sleman jumlah remaja putri yang tidak patuh minum tablet tambah darah cukup tinggi yaitu sebesar 85,4%, dengan begitu keberhasilan program dari Kementerian Kesehatan RI untuk menanggulangi anemia belum dapat tercapai. Puskesmas Godean 2 melakukan penyuluhan dan pengukuran kadar hemoglobin, serta memberikan tablet tambah darah setiap tiga bulan sekali melalui guru UKS setiap sekolah untuk memantau ada tidaknya kejadian anemia. Ahli gizi Puskesmas Godean 2 memberikan hasil banyaknya remaja putri yang anemia paling banyak di SMP Negeri 3 Godean. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa 66,6% orang belum berpengetahuan baik mengenai anemia, padahal sebelumnya sudah diberikan penyuluhan terkait anemia pada remaja putri. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri yang telah mendapat penyuluhan tentang anemia dari puskesmas dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah. Jenis penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel 40 siswi dengan teknik total sampling. Penelitian dilakukan di Kecamatan Godean tepatnya di SMP N 3 Godean. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Analisa data menggunakan Pearson Chi-Square diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.202 (>0.05), dapat disimpulkan bahwa antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah tidak terdapat pengaruh yang signifikan. Remaja putri diharapkan untuk menumbuhkan minat dan memotivasi diri sendiri upaya mencegah anemia pada dirinya sehingga dampak jangka panjang yang dapat dialami dirinya dan anaknya kelak dapat dicegah.

PENDAHULUAN

Sebesar 30% masalah anemia di dunia terdapat di negara berkembang. Sebagian besar anemia dialami oleh remaja dan ibu hamil. Pertumbuhan penduduk menyebabkan jumlah wanita yang terkena dampak meningkat pesat (1). Termasuk di Indonesia, angka kejadian anemianya terbilang masih cukup tinggi. Prevalensi anemia remaja putri mengalami peningkatan, berdasar Riskedas 2013 sebesar 37,1% dan berdasar Riskedas 2018 menjadi 48,9%, dengan proporsi terbesar kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% (2). Sebesar 16,6% remaja putri di Kabupaten Sleman berisiko mengalami anemia berdasar Laporan Akhir Evaluasi Anemia Remaja DIY (3).

Faktor biologis seperti nutrisi, pertumbuhan badan, proses fisiologis perempuan, jenis kelamin, umur dan ras dapat mempengaruhi terjadinya anemia (4). Karena mengalami menstruasi dan masa pertumbuhan, kerentanan remaja putri mengalami anemia lebih tinggi daripada remaja putra. Saat menstruasi remaja putri kehilangan dua kali lipat besi daripada remaja putra (5). Remaja putri yang mengalami anemia dapat menyebabkan kurangnya konsentrasi yang dapat berdampak pada prestasi serta produktivitas. Selain itu, dampak jangka panjang remaja putri yang mengalami anemia dapat terjadi pada dirinya dan anaknya kelak seperti berisiko menjadi ibu hamil anemia serta anak rawan stunting dan pertumbuhannya tidak optimal (6). Kemenkes RI membuat program pemberian tablet tambah darah untuk ibu hamil dan remaja putri. Pada remaja putri diberikan di sekolah atau posyandu remaja dibawah naungan Puskesmas (7).

Di Kabupaten Sleman 85,4% remaja putri tidak mengonsumsi tablet tambah darah yang telah diberikan (3). Alasannya beragam, seperti hanya meminumnya saat menstruasi, terlupa, aroma dan rasa yang tidak sedap, ada efek samping, merasa tidak perlu dan lain-lain (7). Padahal kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah merupakan salahsatu indikator berhasilnya program dari Kementerian Kesehatan RI untuk menanggulangi anemia (8). Kepatuhan untuk konsumsi tablet tambah darah merupakan bentuk perilaku hasil dari niat untuk minum satu tablet tambah darah setiap minggu sepanjang tahun (9,10).

Untuk memantau kejadian anemia pada remaja putri, Puskesmas Godean 2 mempunyai program sendiri yaitu mengukur Hb serta penyuluhan terkait anemia, pemberian tablet tambah darah untuk tiga bulan kedepan melalui guru UKS beberapa sekolah yang berada di wilayah kerja puskesmas tersebut. Ahli gizi Puskesmas Godean 2 menerangkan bahwa dari pemeriksaan Hb di beberapa sekolah siswi yang anemia paling banyak di SMP Negeri 3 Godean. Sebesar 73,3% atau sebanyak 33 dari 45 siswi yang diukur kadar hemoglobinnnya mengalami anemia, 26 diantaranya anemia ringan dan 7 lainnya anemia sedang.

Dari 12 orang kelas 8 SMP Negeri 3 Godean yang diwawancarai mendapatkan hasil siswi belum berpengetahuan baik mengenai anemia mencapai 66,6%. Sedangkan pengetahuan merupakan faktor yang dapat membentuk perilaku kesehatan. Bila remaja putri tahu dan paham segala yang berkaitan tentang anemia serta manfaat mengonsumsi tablet tambah darah akan berperilaku kesehatan baik (11). Berdasar beberapa jurnal penelitian terkait yang telah diekstrak terdapat perbedaan hasil mengenai keterkaitan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan. Penelitian sebelumnya dilakukan untuk mengetahui hubungan beberapa faktor yang memengaruhi anemia dan kepatuhan minum tablet tambah darah dengan kejadian anemia. Dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan salah satu faktor yang memengaruhi kepatuhan yaitu pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah remaja putri yang telah mendapat penyuluhan mengenai anemia dari puskesmas. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai dasar bagi sekolah dan puskesmas untuk mengambil kebijakan yang lebih baik lagi dalam pemberian informasi terkait anemia serta pentingnya minum tablet tambah darah agar remaja putri bisa patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Karena berdasar penelitian Trilestari

(2020) didapatkan hasil bahwa kepatuhan minum tablet tambah darah berhubungan dengan kadar hemoglobin (12). Sehingga upaya menurunkan prevalensi terjadinya anemia di Indonesia dapat terlaksana dengan baik dengan adanya peningkatan kadar haemoglobin pada remaja putri.

METODE

Jenis penelitian ini survei yang bersifat analitik menggunakan rancangan *cross-sectional*. Penelitian telah dilaksanakan di Kecamatan Godean tepatnya di SMP Negeri 3 Godean yang beralamat di Kecamatan Godean, Sleman, Yogyakarta. Populasinya siswi SMP Negeri 3 Godean yang sebelumnya telah diukur Hb dan mengikuti penyuluhan dari Puskesmas Godean 2 yaitu beberapa siswi kelas 7, 8 dan 9. Teknik sampling yang digunakan yaitu total sampling dan didapat sampel berjumlah 40 siswi. Data primer yang digunakan diperoleh dari responden yang memenuhi kriteria dan menyetujui untuk menjadi responden dengan mengisi sendiri kuesioner atau angket yang diberikan. Analisis data menggunakan uji Pearson Chi-Square. Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta telah memberikan surat kelayakan etik penelitian dengan Nomor: SKep/377/KEPK/XII/202.

HASIL

SMP Negeri 3 Godean merupakan salah satu sekolah dengan akreditasi A yang berada di Kecamatan Godean, Sleman, Yogyakarta dan termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Godean 2. Dari pusat kota menuju SMP N 3 Godean perlu menempuh jarak 7,9 km. Lingkungan sekolahnya teratur dan bersih, terdapat taman dengan beragam tanaman dan terdapat dua unit kesehatan sekolah yang menunjukkan bahwa sekolah sangat peduli akan kesehatan. Hal ini selaras dengan misi sekolahnya yang berbunyi “Mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat dan pribadi sehat jiwa raga”. Saat dilakukan pengukuran kadar Hb dari puskesmas didapat adanya kejadian anemia di sekolah ini. Tablet tambah darah dari puskesmas diberikan setiap tiga bulan sekali dengan dosis satu tablet tiap minggu serta memaparkan materi terkait anemia. Sekolah sangat mendukung kegiatan ini dibuktikan dengan diadakannya program minum tablet tambah darah serentak tiap Rabu di tengah-tengah kegiatan belajar dengan pengawasan pengajar yang bertugas.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Kelas		
	7	18	45.0
	8	14	35.0
	9	8	20.0
	Total	40	100.0
2.	Umur		
	12	6	15.0
	13	15	37.5
	14	13	32.5
	15	5	12.5
	16	1	2.5
	Total	40	100.0
3.	Status menstruasi		
	Belum	1	2.5

No.	Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
	Sudah	39	97.5
	Total	40	100.0
4.	Alasan tidak mengomsumsi tablet tambah darah		
	Tidak suka baunya	9	39.1
	Tidak bisa menelan	3	13.0
	Mual	6	26.1
	Lupa	4	17.4
	Pusing	1	4.3
	Total	23	100.0

Data primer 2022

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat dari 40 responden terdapat 18 orang atau sebesar 45% dari kelas 7, 14 orang atau sebesar 35% dari kelas 8, serta 8 orang atau sebesar 20% dari kelas 9. Pada karakteristik umur terdapat 6 orang atau sebesar 15% dengan umur 12 tahun, 15 orang atau sebesar 37,5% dengan umur 13 tahun, 13 orang atau sebesar 32,5% dengan umur 14 tahun, 5 orang atau sebesar 12,5% dengan umur 15 tahun, serta 1 orang atau sebesar 2,5% dengan umur 16 tahun. Pada status menstruasi responden ada satu orang atau sebesar 2,5% belum haid dan 39 orang atau sebesar 97,5% sudah haid. Alasan tidak minum tablet tambah darah paling tinggi yaitu 9 orang atau sebesar 39,1% karena tidak menyukai aromanya, 3 orang atau sebesar 13% karena tidak bisa menelannya, 6 orang atau sebesar 26,1% merasakan mual setelah meminumnya, 4 orang atau sebesar 17,4% karena terlupa, dan 1 orang atau sebesar 4,3% lainnya merasa pusing setelah meminumnya.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia

No.	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Baik	16	40.0
2.	Sedang	16	40.0
3.	Kurang	8	20.0
4.	Total	40	100.0

Data primer 2022

Berdasarkan Tabel 2. remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang baik terkait anemia yaitu 16 orang atau sebesar 40%, dengan tingkat pengetahuan terkait anemia yang sedang yaitu 16 orang atau sebesar 40%, dan dengan tingkat pengetahuan terkait anemia yang kurang yaitu 8 orang atau sebesar 20%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

No.	Kepatuhan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Patuh	25	62.5
2.	Tidak Patuh	15	37.5
3.	Total	40	100.0

Data primer 2022

Berdasarkan Tabel 4.3 disimpulkan bahwa, sebanyak 25 orang atau sebesar 62,5% patuh mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran dan sebanyak 15 orang atau sebesar 37,5% tidak patuh.

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

No.	Pengetahuan	Kepatuhan			Pearson Chi-Square	
		Patuh	Tidak Patuh	Total	Value	Asymptotic Significance (2-sided)
1.	Baik	12	4	16	3.200a	0.202
2.	Sedang	10	6	16		
3.	Kurang	3	5	8		
4.	Total	25	15	40		

Data primer 2022

Berdasar analisis uji Pearson ChiSquare didapatkan nilai signifikansi 0.202 lebih dari 0.05, maknanya antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dan kepatuhan untuk mengonsumsi tablet tambah darah tidak ada pengaruh signifikan atau tidak berhubungan.

PEMBAHASAN

Hasil dari distribusi tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia didapat tingkat pengetahuan yang baik berjumlah 16 orang atau sebesar 40%, dengan tingkat pengetahuan yang sedang berjumlah 16 orang atau sebesar 40%, dan dengan tingkat pengetahuan yang kurang berjumlah 8 orang atau sebesar 20%. Ada sejumlah orang yang tingkat pengetahuannya tentang anemia kurang, meskipun pihak puskesmas dan sekolah telah melakukan penyuluhan mengenai anemia. Penulis berpendapat bahwa remaja putri belum benar-benar memahami informasi terkait anemia yang telah diberikan sehingga tingkat pengetahuannya tergolong rendah. A'yun (2020) merincikan bahwa usia, pendidikan, sikap, lingkungan, dan sumber informasi/media massa merupakan faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan. Remaja putri yang telah mendapat penyuluhan serta informasi dari tenaga pendidik atau media lain memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia yang tergolong baik. Sementara bagi yang tingkat pengetahuan anemianya kurang menunjukkan rendahnya pemahaman terkait anemia. Di samping itu, pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh minat yang mana dapat mendorong seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal, sehingga dapat memperoleh pengetahuan yang baik (14).

Berdasarkan dari hasil distribusi kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah didapatkan sebanyak 25 siswi (62,5%) patuh mengonsumsi tablet tambah darah dan sebanyak 15 siswi (37,5%) tidak patuh. Menurut keterangan guru UKS di SMP Negeri 3 Godean telah dilakukan upaya pencegahan anemia dengan memberi tablet tambah darah dan gerakan minum tablet tambah darah serentak di sekolah yang dilaksanakan setiap hari Rabu. Namun, masih terdapat siswi yang tidak patuh meminum tablet tambah darah sesuai anjuran dengan berbagai alasan seperti tidak suka baunya, tidak bisa menelan, merasa mual setelah minum, lupa, dan pusing. Menurut penelitian

Budiarni dan Subagio (2012) dalam Safitri & Ratnawati (2022) dijelaskan bahwa ketidakpatuhan merupakan akibat dari adanya efek samping seperti mual, konstipasi dan berubahnya warna tinja menjadi gelap, serta rasa dari tablet tambah darah yang tidak sedap dan berbau amis, selain itu responden merasa bosan, terlupa dan malas untuk minum tablet tambah darah.

Berdasarkan analisis menggunakan uji Pearson ChiSquare didapatkan nilai signifikansi $0.202 > 0.05$ yang mengindikasikan diantara tingkat pengetahuan terkait anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah tidak ada pengaruh. Temuan ini sesuai hasil penelitian hubungan antara pengetahuan dan minum tablet tambah darah saat haid dari yang berpengetahuan tinggi ataupun pengetahuan rendah itu tidak ada (16). Hal ini disangkal penelitian dengan hasil antara pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terdapat hubungan yang signifikan dari hasil uji ChiSquare nilai p-valuenya 0,002 (17). Diri sendiri serta adanya dukungan dari orang sekitarnya sangat mempengaruhi kepatuhan untuk minum tablet besi(18). Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat mengenai upaya pencegahan anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman remaja putri tentang anemia. Memberikan motivasi dan kesadaran kepada remaja putri untuk mengonsumsi makanan yang bergizi dan mengandung zat besi atau untuk mengonsumsi tablet darah tambahan (14).

Responden yang dapat dukungan yang baik dari pengajar dapat meningkatkan kepatuhan untuk mengonsumsi tablet tambah darah sebesar 4,7 kali dibandingkan yang kurang dukungan dari pengajar (19). Dukungan pengajar di sekolah dilakukan dengan mengingatkan remaja putri untuk mengonsumsi tablet tambah darah serta memberikan informasi mengenai anemia dan tablet tambah darah, sehingga remaja putri akan tergugah untuk patuh mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran. Dari lima penelitian yang telah diekstrak oleh Amir & Djokosujono (2019), dukungan tenaga pendidik, sikap, budaya, keluarga, ancaman, manfaat, hambatan, dan keyakinan merupakan faktor yang ada hubungannya dengan konsumsi tablet tambah darah. Faktor yang tidak ada hubungannya antara lain pengetahuan, daya beli, ketersediaan, dukungan orang tua, pendapatan orang tua, kerentanan, dan keseriusan (16).

Dari responden yang tidak patuh ditemukan responden dengan tingkat pengetahuan terkait anemia sedang yang paling banyak dibanding dengan tingkat pengetahuan yang kurang. Hal ini selaras dengan pernyataan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan yang lumayan bagus memiliki kepatuhan cukup atau tidak patuh (15). Pengetahuan merupakan faktor yang sangat berperan dalam menginterpretasikan stimulus yang diperoleh. Namun, tingkat pengetahuan tidak selalu mencerminkan sikap seseorang dalam berbuat. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia cenderung untuk berupaya mencegah terjadinya anemia dengan mencukupi pemenuhan zat gizi sehari-hari (11,20).

KESIMPULAN

Berdasar hasil penelitian disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. World health statistics 2022 (Monitoring health of the SDGs). 2022.
2. Kemenkes RI. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019. 674 p.
3. Dinas Kesehatan DIY. Evaluasi Anemia pada Remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta. Vol. 15. 2018. 1–23 p.
4. WHO. Nutritional Anaemias : Tools for Effective Prevention. World Health Organization. 2017. 1–83 p.
5. Simanungkalit SF, Simarmata OS. Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang Berhubungan dengan Status Anemia. *Bul Penelit Kesehat*. 2019;47(3):175–82.
6. Dinkes DIY. Diseminasi Riset Gizi: Pentingnya Cegah Anemia untuk Generasi yang Sehat dan Produktif [Internet]. 2021 [cited 2022 Jul 26]. Available from: <https://www.dinkes.jogjaprov.go.id/berita/detail/pentingnya-cegah-anemia-untuk-generasi-yang-sehat-dan-produktif>
7. Kemenkes RI. Laporan Provinsi DIY Riskesdas 2018. Vol. 1999, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019. 1–6 p.
8. Kemenkes RI. Buku Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. 2018;
9. Ningtyias FW, Quraini DF, Rohmawati N. Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *J PROMKES*. 2020;8(2):154.
10. Widiastuti A, Rusmini R. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *J Sains Kebidanan*. 2019;1(1):12–8.
11. Mona S. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah. *Sehat Masada*. 2021;XV(1):1–8.
12. Trilestari T, Hartini WM, Siswahyuni N. Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Besi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Minggir Sleman Yogyakarta Bulan April Tahun 2018. *J Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*. 2020;5(1):56.
13. A'yun MKQ. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia : Studi Literatur Riview. 2020;
14. Trisnowati H, Rusyani YY, Sandra IA, Jelihat L, Sohomile E. Bincang Online : Kiat Mencegah Anemia pada Remaja Putri. *J Pengabd Kesehatan Masy [Internet]*. 2022;1(1):32–43. Available from: <https://jaskesmas.respati.ac.id/index.php/JAS>
15. Safitri D, Ratnawati AE. Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri. *J Ilmu Kebidanan*. 2022;9(1):1–6.
16. Amir N, Djokosujono K. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur Review. *J Kedokt dan Kesehat*. 2019;15(2):119.
17. Nuzrina R, Murnariswari K, Dewanti LP, Nadiyah. Hubungan Sikap Dan Pengetahuan

-
- Siswi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Ris Gizi*. 2021;9(1):22–7.
18. Sari DP, Hamranani SST, Suyami. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Minum Tablet Fe pada Remaja Putri. *J Keperawatan*. 2020;(4):328–36.
19. Nuradhiani A, Briawan D, Dwiriani CM. Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *J Gizi dan Pangan*. 2017;12(3):153–60.
20. Kusnadi FN. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *J Med Utama*. 2021;03(01):1293–8.