



Literature Review: Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Tablet Tambah Darah (TTD) dalam Pencegahan Anemia

Siti Karomatul Azizah¹, Moh. Zainal Fatah²

^{1,2}Universitas Airlangga, Indonesia

E-mail: siti.karomatul.azizah-2019@fkm.unair.ac.id

Article Info	Abstract
Article History Received: 2023-10-12 Revised: 2023-11-23 Published: 2023-12-02 Keywords: <i>Anemia; Iron Tablets; Girl Adolescent; Knowledge.</i>	<p>The incidence of anemia in Indonesia is said to be quite high. Anemia in teenage girls in 2018 reached 48.9%. Given the high prevalence of anemia in women, anemia treatment needs to be done early. One way to prevent and treat anemia is with iron. Consensus on the benefits of TTD is important to increase the knowledge of adolescents, so it is necessary to give consensus in order to change adolescent behavior toward consuming TTD. The aim of this study is to look at the influence of knowledge and behavior in teenage daughters on blood supplement tablets in the prevention of anemia. This type of research involves the study of literature using a descriptive analysis approach. The data used in this article is secondary data obtained from searches of publications on Google, Google Scholar, and ResearchGate. Teenage daughters with insufficient or low knowledge related to the benefits of blood supplement tablets and anemia had low compliance with the consumption of tablets. There is support from family, teachers, and peers, and teenage daughters will be motivated to consume blood supplement pills. With teenage daughters obeying and consuming TTD, it can counteract the incidence of anemia. This means that the more obedient you are to taking TTD, the higher your teenage daughter's Hb rate will be.</p>
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2023-10-12 Direvisi: 2023-11-23 Dipublikasi: 2023-12-02 Kata kunci: <i>Anemia; Tablet Tambah Darah; Remaja Putri; Pengetahuan.</i>	<p>Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Anemia pada remaja putri pada tahun 2018 mencapai 48,9%. Melihat tingginya prevalensi anemia pada wanita, penanganan anemia perlu dilakukan sejak dini. Salah satu cara untuk mencegah dan mengatasi anemia adalah dengan zat besi. Penyuluhan tentang manfaat TTD sangat penting untuk menambah pengetahuan remaja sehingga perlu diberikan penyuluhan agar dapat merubah perilaku remaja dalam mengkonsumsi TTD. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh pengetahuan dan perilaku pada remaja putri terhadap tablet tambah darah dalam pencegahan anemia. Jenis penelitian ini yaitu kajian literatur dengan menggunakan pendekatan analisis deskriptif. Data yang digunakan dalam artikel ini adalah data sekunder yang diperoleh dari penelusuran artikel publikasi pada <i>google</i>, <i>google scholar</i>, dan <i>researchgate</i>. Remaja putri dengan pengetahuan yang kurang baik atau rendah terkait manfaat tablet tambah darah dan anemia menyebabkan kepatuhan pada remaja putri rendah dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Adanya dukungan dari keluarga, guru, teman sebaya, remaja putri akan termotivasi untuk mengkonsumsi tablet tambah darah. Dengan remaja putri mematuhi untuk mengkonsumsi TTD maka dapat menanggulangi kejadian anemia. Artinya bahwa semakin patuh dalam mengkonsumsi TTD maka kadar Hb remaja putri akan meningkat.</p>

I. PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization, anemia adalah suatu kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Anemia dapat didiagnosis jika kadar hemoglobin <12 g/dl pada wanita dan <13 g/dl pada pria. Pada remaja perempuan maupun laki-laki mengalami pertumbuhan yang cepat selama masa pubertas, dan prevalensi anemia pada remaja perempuan menjadi dua kali lipat setelah masa pubertas. Hal ini dikarenakan remaja putri memasuki masa pubertas, masa pertumbuhan pesat yang meningkatkan kebutuhan mereka

akan zat besi (Fe). Remaja putri juga mengalami menstruasi yang menyebabkan kehilangan banyak darah setiap bulannya sehingga kebutuhan zat besi (Fe) menjadi dua kali lipat, dan terkadang remaja putri juga mengalami masalah seperti menstruasi yang lebih lama dari biasanya atau darah yang lebih banyak dari biasanya (Kementrian Kesehatan Indonesia, 2018). Menurut World Health Organization (WHO) Prevalensi anemia remaja dunia sekitar 40-88% dan di Negara berkembang angka kejadian anemia pada remaja putri sekitar 53,7% dari semua remaja putri (WHO, 2018). Di

Indonesia angka kejadian anemia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data pada Riskesdas menyebutkan bahwa anemia pada remaja putri di Indonesia mengalami peningkatan dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun (Kementrian RI, 2018).

Melihat tingginya prevalensi anemia pada wanita, penanganan anemia perlu dilakukan sejak dini. Sebelum seorang wanita hamil, dalam siklus hidup tahap remaja terutama wanita muda sangat penting karena saat ini proses pertumbuhan dan perkembangan terjadi. Jika prosesnya berjalan dengan baik pasti akan menyebabkan seorang wanita muda sehat dan pada akhirnya akan menghasilkan ibu yang sehat. Salah satu cara untuk mencegah dan mengatasi anemia adalah dengan zat besi. Pemberian tablet tambah darah di Indonesia masih belum maksimal. Berdasarkan Riskesdas 2018 diketahui bahwa remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah sebanyak 76,2 % dan yang tidak mendapatkan tablet tambah darah adalah 23,8 %. Dari 76,2% remaja putri yang memperoleh tablet penambah darah tersebut hanya 1,4 % yang meminum tablet tambah darah melebihi atau berjumlah 52 buah, sedangkan 98,6 % nya mengkonsumsi kurang dari 52 buah.

Untuk menanggulangi permasalahan tersebut, Pemerintah sudah melaksanakan upaya untuk menghindari serta menanggulangi permasalahan gizi tersebut dalam Departemen Kesehatan telah menyusun Rencana Strategis (Renstra) tahun 2015-2019, di dalamnya tercantum kalau sasaran program Gizi serta Kesehatan Ibu serta anak antara lain meningkatnya ketersediaan serta keterjangkauan pelayanan kesehatan yang bermutu untuk seluruh warga. Penanda pembinaan revisi gizi warga salah satunya adalah Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) ataupun Tablet Besi untuk remaja putri dengan sasaran sebesar 30% pada tahun 2019. Berdasarkan peraturan Kementerian Kesehatan RI 2016, TTD diberikan kepada remaja putri dengan dengan jumlah 4 tablet dalam 1 paket untuk jangka waktu 1 bulan. Cakupan pemberian tablet tambah darah pada anak muda gadis di Indonesia bagi Riskesdas (2018) sebesar 76. 2% sebaliknya yang tidak memperoleh 23. 8%, sebaliknya anak muda gadis yang menemukan TTD di sekolah sebesar 80. 9% serta serta yang tidak memperoleh sebesar 19. 1%, angka tersebut jauh melebihi dari target nasional, namun data

tersebut masih sebatas mendapatkan belum tentu mengkonsumsi TTD.

Tingkat pengetahuan pada remaja sangat penting dan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam upaya terbentuknya tindakan yang positif untuk mencegah anemia pada remaja putri. Pengetahuan dan perilaku seseorang mengenai pencegahan anemia akan mempermudah terbentuknya perilaku seseorang dalam mengkonsumsi TTD. Tingkat pengetahuan pada remaja berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat TTD. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2018) pada remaja putri pengetahuan tentang anemia didapatkan tidak ada yang yang memiliki pengetahuan baik, akan tetapi terdapat 50% memiliki pengetahuan cukup dan 50% memiliki pengetahuan kurang. Pengetahuan tentang manfaat TTD yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat mencapai status gizi yang baik. Penyuluhan tentang manfaat TTD sangat penting untuk menambah pengetahuan remaja sehingga perlu diberikan penyuluhan agar dapat merubah perilaku remaja dalam mengkonsumsi TTD. Oleh karena itu tujuan dari review jurnal ini adalah untuk melihat pengaruh pengetahuan dan perilaku pada remaja putri terhadap tablet tambah darah dalam pencegahan anemia.

II. METODE PENELITIAN

Jenis artikel ini adalah literature review yaitu sebuah metode yang sistematis, eksplisit dan reproduibel untuk melakukan identifikasi, evaluasi dan sintesis terhadap karya-karya hasil penelitian dan hasil pemikiran yang sudah dihasilkan oleh para peneliti dan praktisi. Adapun sifat dari artikel ini adalah analisis deskriptif, yakni penguraian secara teratur data yang telah diperoleh, kemudian diberikan pemahaman dan penjelasan agar dapat dipahami dengan baik oleh pembaca. Data yang digunakan dalam artikel ini adalah data sekunder yang diperoleh dari penelusuran artikel publikasi pada *google*, *google scholar*, dan *researchgate* menggunakan kata kunci yang dipilih yakni pengetahuan, perilaku, anemia, tablet tambah darah, remaja putri.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan dan sikap seseorang tentang pencegahan anemia akan membantu membentuk perilaku minum tablet tambah darah seseorang. Pengetahuan remaja terkait manfaat tablet

tambah darah yang baik dapat mempengaruhi asupan makanan yang tepat untuk mencapai status gizi yang baik. Pemberian suplementasi zat besi pada remaja merupakan salah satu cara pemerintah dalam menurunkan kejadian anemia. Asupan suplemen zat besi yang cukup secara teratur dapat secara efektif meningkatkan simpanan zat besi. Tindakan minum tablet besi merupakan tindakan yang dilakukan seseorang untuk mencegah anemia dengan cara meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Menurut Agustina (2019) pada penelitiannya pengetahuan merupakan dasar dari kehendak seseorang untuk bertindak. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Agustina didapatkan pengetahuan responden tentang tablet tambah darah sebesar 47,7% berpengetahuan baik dan selebihnya berpengetahuan cukup. Meskipun pengetahuan responden dalam kategori baik dan cukup, namun kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah masih rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan hampir separuh (47,1%) remaja putri tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah. Ketidakepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu kesulitan dalam menanggulangi dan mencegah anemia. Remaja putri dianggap patuh jika dapat mengkonsumsi suplemen zat besi satu kali dalam seminggu, dan satu kali sehari selama menstruasi.

Menurut teori *Lawrence Green*, pengetahuan dan sikap merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku. Perubahan perilaku terjadi secara bertahap, pertama dalam pengetahuan dan kemudian dalam sikap. Sikap remaja putri akan pencegahan anemia membuat respon remaja putri akan pernyataan tentang anemia, meliputi gejala, penyebab, akibat dan upaya pencegahan anemia (Listiana, 2016). Lawrence Green menyatakan bahwa suatu perilaku dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu *predisposing factors*, *enabling factors*, dan *reinforcing factors* (Nursalam, 2016).

Predisposing factors merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku, yaitu pengetahuan. Pengetahuan dapat mempengaruhi sikap seseorang untuk mengkonsumsi tablet tambah darah, sebab pengetahuan merupakan aspek dominan terbentuknya tindakan seorang. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Simanungkalit & Simarmata (2019) yaitu responden dengan pengetahuan kurang terhadap tablet tambah darah sebanyak 150 responden (87,2%) dan yang berpengetahuan baik sebanyak 22 responden (12,8%). Hal ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Andani, dkk, (2020) menyebutkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang mengkonsumsi tablet tambah darah sebesar 57,5% berpengetahuan cukup. Sedangkan sikap remaja putri bersikap negatif sebesar 76,7% dan remaja putri tidak minum tablet tambah darah sebesar 58,9%. Remaja putri dengan pengetahuan yang kurang baik atau rendah terkait manfaat tablet tambah darah dan anemia menyebabkan kepatuhan pada remaja putri rendah dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Sedangkan remaja putri yang berpengetahuan baik akan berupaya untuk menghindari terjadinya anemia.

Enabling factors merupakan faktor yang memfasilitasi suatu tindakan dan perilaku, seperti pemberian tablet tambah darah, memberikan penyuluhan/sosialisasi terkait anemia dan tablet tambah darah. Dengan memberikan informasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri. Kemudian dengan pengetahuan yang dimiliki akan menimbulkan kesadaran kepada remaja putri dan akan menyebabkan remaja putri tersebut berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya (Pertwi, 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan juga oleh Widaningsih (2023) hasil dari penelitiannya bahwa sebelum adanya kegiatan penyuluhan mengenai anemia dan tablet tambah darah sebagian remaja putri masih kurang pengetahuannya tentang pencegahan anemia. Setelah dilakukan penyuluhan tingkat pengetahuan meningkat menjadi baik (97%) dan cukup berpengetahuan (76%).

Reinforcing factors merupakan faktor yang memperkuat terbentuknya perilaku, seperti dukungan dari keluarga, guru, dan teman sebaya. Dengan adanya dukungan tersebut remaja putri akan termotivasi untuk mengkonsumsi tablet tambah darah. Remaja putri yang berpengetahuan tinggi terkait anemia dan tablet tambah darah serta mendapat dukungan dari keluarga serta teman sebayanya, cenderung patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (Utomo, dkk, 2020). Remaja putri yang menerima dukungan dari keluarganya 7 kali dalam berperilaku dalam pencegahan anemia daripada remaja yang tidak menerima dukungan keluarga (Marfiah, dkk, 2023). Orang yang paling dekat dengan remaja adalah anggota keluarga. keluarga adalah pondasi untuk membentuk perilaku seseorang.

Selain faktor-faktor tersebut, kepatuhan minum tablet besi juga tinggi jika remaja putri merasakan khasiat dan manfaat minum tablet besi secara rutin. Kemudian ada hubungan

antara adanya hambatan yang dirasakan saat mengkonsumsi tablet besi dengan kemauan yang kuat untuk minum tablet darah. Artinya remaja putri yang tidak mengalami kesulitan dalam mengkonsumsi suplemen secara rutin akan memiliki kepatuhan yang tinggi, karena masih banyak ditemukan remaja putri yang kesulitan dalam meminum obatnya. (Adnyana dan Wayan, 2020). Dan beberapa remaja mengeluhkan pada saat mengkonsumsi tablet tambah darah seperti merasa mual, kurang suka terhadap aroma dan rasa tablet tambah darah, dan juga remaja merasa tidak perlu mengkonsumsi tablet tambah darah.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Anemia pada remaja cenderung terjadi pada remaja putri. Tingkat pengetahuan pada remaja terkait anemia dan tablet tambah darah sangat penting dan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam upaya terbentuknya tindakan yang positif untuk mencegah anemia pada remaja putri. Remaja putri yang berpengetahuan tinggi terkait anemia dan tablet tambah darah serta mendapat dukungan dari keluarga serta teman sebayanya, cenderung patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Remaja putri dengan pengetahuan kurang baik menyebabkan rendahnya kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Oleh karena itu, perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan di kalangan remaja putri dengan penyuluhan tentang pengetahuan anemia dan pola konsumsi tablet tambah darah.

B. Saran

Pada pembahasan penelitian ini masih sangat terbatas dan membutuhkan banyak masukan dan diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam terkait anemia dan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah guna mencegah terjadinya anemia.

DAFTAR RUJUKAN

- Adnyana, G. A. N. W. S., Armini, S. S., Keb, M., & Wayan, N. 2020. *Gambaran Pengetahuan tentang Anemia dan Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah di Sekolah Menengah Pertama Dwijendra Denpasar Tahun 2020* (Doctoral dissertation, Jurusan Kebidanan).
- Agustina, 2019. Analisis Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* Vol.11 Edisi 4, 2019. Depok: Universitas Pembangunan Nasional
- Andani, Y., Esmianti, F., & Haryani, S. 2020. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Di SMPN I Kepahiang. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 5(2), 55-62.
- Kemenkes, 2016 Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Indonesia. 2018. *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur*. Jakarta.
- Kemenkes RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS.
- Lestari, D. 2018. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Upaya Pencegahan Anemia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Wilayah Jenu Kabupaten Tuban. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Listiana, A. 2016. Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah. *Jurnal Kesehatan*, 7(3), 455-469.
- Marfiah, M., Putri, R., & Yolandia, R. A. 2023. HUBUNGAN SUMBER INFORMASI, LINGKUNGAN SEKOLAH, DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK AMALIYAH SRENGSENG SAWAH TAHUN 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(2), 551-562.
- Nursalam. 2016. 'Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis', in. Jakarta: Salemba Medika, p. 454.
- Pertiwi, C. S. 2019. Determinan Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember.

- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Simanungkalit, S. F., & Simarmata, O. S. 2019. Pengetahuan dan perilaku konsumsi remaja putri yang berhubungan dengan status anemia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(3), 175-182.
- Utomo, E. T. R., ROCHMAWATI, N., & SULISTYANI, S. 2020. Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Jember: Universitas Jember.
- Widaningsih, I. 2023. Peningkatan kemampuan remaja dalam pencegahan anemia pada remaja putri di kabupaten bekasi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 723-726.