

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET FE DI MTS NEGERI 2 SLEMAN

Amalia Zidny^{1*}, Fayakun Nur Rohmah², Esitra Herfanda³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta^{1,2,3}

*Corresponding Author : amaliazidnyia@gmail.com

ABSTRAK

Prevalensi anemia pada remaja sebesar 32% yang berarti 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia. Upaya pemerintah dalam pencegahan anemia dengan mencanangkan program pemberian tablet Fe setiap minggu pada remaja putri. Pengetahuan remaja putri terkait anemia akan membentuk perilaku dalam mengonsumsi tablet Fe. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di MTs N 2 Sleman kepada 12 remaja putri, sebanyak 75% sudah patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, tetapi masih ada 25% remaja putri yang masih belum patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri di MTs N 2 Sleman. Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini yaitu remaja putri kelas VII di MTs N 2 Sleman sebanyak 81 siswi, dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini analisis univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi variabel independen dan dependen, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji statistik *chi-square*. Dari hasil penelitian mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan cukup (53,1%) akan tetapi tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe (58%). Hasil uji *chi-square* dengan indikator tingkat pengetahuan dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe diperoleh nilai *significance* 0,275 atau $> 0,05$ dapat disimpulkan bahwa Tidak Ada Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri di MTs N 2 Sleman.

Kata kunci : anemia, kepatuhan, tablet Fe, tingkat pengetahuan

ABSTRACT

*The prevalence of anemia in adolescents is 32%, which means that 3-4 out of 10 adolescents are anemic. In preventing anemia, the government gives Fe tablets every week to adolescent girls. By educating adolescent girls related to anemia will shape their behavior in taking Fe tablets. Based on preliminary studies conducted at MTs N 2 Sleman to 12 adolescent girls, 75% have been obedient in taking Fe tablets, but there are still 25% of adolescent girls who are still not obedient in taking Fe tablets. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge about anemia and compliance with taking Fe tablets in adolescent girls at MTs N 2 Sleman. This study used a quantitative type with a cross-sectional approach. The population of this study was class VII adolescent girls at MTs N 2 Sleman as many as 81 students, with total sampling technique. The instrument used in this study was a questionnaire. Data analysis used in this study was univariate analysis presented in the form of frequency distribution tables of independent and dependent variables, while univariate analysis used *chi-square* statistical tests. From the results of the study, the majority of adolescent girls had sufficient knowledge (53.1%) but were not compliant in taking Fe tablets (58%). The results of the *chi-square* test with an indicator of the level of knowledge with adherence to taking Fe tablets obtained a *significance* value of 0.275 or > 0.05 , it can be concluded that there is no relationship between the level of knowledge about anemia and adherence to taking Fe tablets in adolescent girls at MTs N 2 Sleman.*

Keywords : anemia, Fe tablet, knowledge level, adherence

PENDAHULUAN

Remaja putri adalah masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa, ditandai dengan adanya perubahan mental dan fisik. Pada saat remaja putri mengalami pubertas lebih rentan

mengalami anemia dibandingkan anak-anak. Hal tersebut disebabkan karena remaja putri mengalami pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih tinggi yaitu zat besi. Ditambah dengan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Selain itu, remaja putri lebih memperhatikan penampilan agar terlihat kurus dan langsing dengan diet mengurangi makanan. Diet dengan mengurangi makanan sehingga tidak sesuai dengan isi piringku akan mengurangi asupan protein hewani yang dibutuhkan untuk pembentukan zat besi. Kurangnya asupan zat besi menyebabkan banyak cadangan besi dalam tubuh yang dibongkar dan mempercepat terjadinya anemia (Agustina et al., 2024).

Menurut data WHO (2021) prevalensi anemia pada perempuan usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun sebesar 29,9%. Sedangkan berdasarkan data Riskesdas 2018, kejadian anemia di Indonesia masih cukup tinggi, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%. Itu berarti 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia (Putri et al., 2021). Di Daerah Istimewa Yogyakarta, prevalensi anemia pada remaja justru mengalami peningkatan. Berdasarkan Riskesdas 2013 prevalensi remaja yang mengalami anemia dari 37,1% menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018. Berdasarkan survei pada tahun 2018 dengan sasaran 1.500 remaja putri di lima kabupaten dan kota yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan DIY, didapatkan hasil sebanyak 19,3% remaja putri mengalami anemia (Dinas Kesehatan DIY, 2023).

Anemia yang dialami oleh remaja putri tentu akan membawa dampak. Dampak dari anemia yang dapat terjadi pada remaja putri yaitu menurunkan daya tahan tubuh, menurunkan kebugaran dan ketangkasan berpikir, dan menurunkan prestasi belajar serta produktivitas kerja. Jika anemia tidak ditangani dapat berdampak panjang. Hal itu karena remaja putri akan tumbuh dewasa kemudian akan hamil dan memiliki anak. Saat hamil, perempuan akan membutuhkan zat gizi yang lebih banyak, jika tidak diatasi dengan baik maka akan berakibat buruk. Seperti meningkatkan resiko Pertumbuhan Janin Terhambat (PJT), prematur, BBLR, dan gangguan tumbuh kembang anak seperti stunting, dan perdarahan sebelum dan saat melahirkan (Kemenkes, 2018).

Pencegahan anemia remaja telah diupayakan pemerintah. Pemerintah Indonesia berupaya melakukan pencegahan anemia pada remaja putri dengan program pemberian suplementasi tablet Fe untuk memenuhi asupan zat besi. Program ini dilaksanakan sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan No.88 tahun 2014 tentang standar tablet tambah darah dan surat edaran No. HK 03.03/V/0595/2016 tentang pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan wanita usia subur. Pemerintah dalam program ini berfokus pada pencegahan anemia remaja putri usia 12-18 tahun pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Program ini dilaksanakan melalui instansi sekolah bersama Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dimana setiap remaja putri mendapatkan tablet Fe secara gratis satu tablet setiap minggu (Kemenkes, 2018).

Pengetahuan merupakan salah satu pedoman untuk bertindak. Pengetahuan remaja putri terkait anemia akan membentuk sikap dan perilaku dalam mengonsumsi tablet Fe. Remaja putri dengan pengetahuan yang baik mengenai anemia akan cenderung membentuk sikap yang positif terhadap kepatuhan sehingga timbul tindakan patuh dalam mengonsumsi tablet Fe (Rahayu et al., 2024). Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu kurangnya informasi yang didapatkan baik dari tenaga kesehatan, media massa atau elektronik maupun pihak keluarga, serta kemampuan remaja putri itu sendiri dalam memahami informasi yang diperoleh. Pengetahuan yang kurang akan berakibat pada ketidakpatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe yang akan mempersulit pencegahan anemia.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu et al. (2024) menemukan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di SMP N 1 Kalijati. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Safitri & Ratnawati (2022) bahwa terdapat hubungan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe. Dalam penelitian ini banyak remaja yang memiliki pengetahuan cukup baik akan tetapi tidak patuh dalam

mengonsumsi tablet Fe. Faktor yang menyebabkan ketidakpatuhan pada remaja dalam mengonsumsi tablet Fe adalah pengetahuan yang dimiliki remaja putri tentang manfaat tablet Fe yang dikonsumsi dan anemia. Menurut Notoatmodjo (2014) dalam (Safitri & Ratnawati, 2022), perilaku individu dipengaruhi oleh faktor predisposisi yaitu pengetahuan. Mengonsumsi tablet Fe tergantung pada penerimaan setiap orang, dimana tablet Fe menimbulkan efek samping yang mengganggu sehingga cenderung menolak tablet yang diberikan. Karena anemia bisa dicegah dengan upaya patuh mengonsumsi tablet Fe. Maka semakin tinggi pengetahuannya akan semakin patuh dalam mengonsumsi tablet Fe (Safitri & Ratnawati, 2022).

Berdasarkan artikel dari Kemenag Sleman (2024), MTs N 2 Sleman telah melakukan agenda rutin meminum tablet Fe setiap seminggu sekali. Kegiatan mengonsumsi tablet Fe telah berjalan setahun lebih. Puskesmas Tempel 1 bekerja sama dengan UKS MTs N 2 Sleman memberikan sosialisasi pada remaja putri mengenai anemia dan tablet tambah darah. Agenda rutin mengonsumsi tablet Fe ini terus digalakkan dan dipantau agar menjadi kebiasaan baik bagi para siswi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di MTs N 2 Sleman dengan melakukan wawancara kepada koordinator UKS mengatakan bahwa di sekolah tersebut selama 2 tahun ini mendapatkan sosialisasi mengenai anemia dan pencegahannya dengan konsumsi rutin tablet Fe pada awal semester satu. Selain itu, MTs N 2 Sleman mendapatkan tablet Fe dari Puskesmas Tempel 1 setiap dua setengah bulan sekali. Kemudian Ibu Ina selaku koordinator UKS bersama dengan beberapa guru mendistribusikan tablet Fe kepada siswi setiap hari Jumat pagi. Berdasarkan hasil wawancara kepada 12 siswi kelas 9E didapatkan rata-rata remaja putri mengetahui tentang anemia. Terdapat 3 siswi mengatakan pernah lupa mengonsumsi tablet Fe. Siswi tersebut membawa pulang tablet Fe karena tidak ingin merasakan mual di sekolah sehingga sesampai di rumah lupa meminumnya. Selebihnya siswi mengonsumsi tablet Fe sesuai dengan anjuran Kemenkes (2018) yaitu dikonsumsi satu kali seminggu dan dengan air putih.

Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri di MTs N 2 Sleman.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di MTs Negeri 2 Sleman, pada bulan Oktober 2024 - Februari 2025. Populasi penelitian ini yaitu remaja putri kelas VII sebanyak 81 siswi, dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner "Pengetahuan Siswi Tentang Anemia" yang peneliti adopsi dari penelitian Faizah (2022) dan kuesioner "Kepatuhan Siswi Dalam Mengonsumsi Tablet Fe" yang peneliti adopsi dari penelitian Septiawati et al. (2019). Kedua kuesioner tersebut sudah dinyatakan valid dan reliabel oleh peneliti sebelumnya. Pengumpulan data primer dilakukan dengan pengisian *informed consent* oleh responden dan dilanjutkan dengan pengisian kuesioner. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisis univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi variabel independen dan dependen, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji statistik *chi-square*.

Penelitian ini dilaksanakan setelah melalui prosedur uji etik dan mendapatkan pernyataan layak etik dan disetujui untuk dilaksanakan penelitian berdasarkan nomor uji etik 4135/KEP-UNISA/1/2025, pada tanggal 20 Januari 2025 dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

HASIL**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Putri Kelas VII di MTs N 2 Sleman**

Karakteristik	F	%
Menstruasi		
Belum menstruasi	9	11,1
Sudah menstruasi	72	88,9
Total	81	100
Siklus Menstruasi		
Belum menstruasi	9	11,1
Teratur	35	43,2
Tidak teratur	37	45,7
Total	81	100
Sumber Tablet Fe		
Sekolah	80	98,8
Lainnya	1	1,2
Total	81	100
Konsumsi Tablet Fe		
Ya	66	81,5
Tidak		
Mual	2	2,5
Bau amis	5	6,2
Tidak enak	4	4,9
Lainnya (Tergantung mood, seperti rasa darah, tidak bisa mengonsumsi tablet Fe)	4	4,9
Total	81	100
Sumber Informasi Tablet Fe		
Keluarga	4	4,9
Guru	64	79
Petugas kesehatan	13	16
Total	81	100
Menderita Penyakit Yang Berhubungan Dengan Penurunan Kadar HB		
TBC	1	1,2
Tidak menderita	80	98,8
Total	81	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki karakteristik sudah menstruasi sebanyak 72 siswi (88,9%), siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 37 siswi (45,7%), mendapatkan tablet Fe dari sekolah sebanyak 80 siswi (98,8%), mengonsumsi tablet Fe sebanyak 66 siswi (81,5%), tidak mengonsumsi tablet Fe karena bau amis sebanyak 5 siswi (6,2%), mendapatkan informasi mengenai tablet Fe dari guru sebanyak 64 siswi (79%), tidak menderita penyakit yang berhubungan dengan penurunan kadar HB sebanyak 80 siswi (98,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII di MTs N 2 Sleman

Pengetahuan	F	%
Baik	9	11,1
Cukup	43	53,1
Kurang	29	35,8
Total	81	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri memiliki pengetahuan tentang anemia dengan kategori baik sebanyak 9 siswi (11,1%), cukup sebanyak 43 siswi (53,1%), dan kurang

sebanyak 29 siswi (35,8%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan yang cukup tentang anemia.

Tabel 3. Kepatuhan Remaja Putri Kelas VII di MTs N 2 Sleman

Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe	F	%
Patuh	23	28,4
Tidak patuh	58	71,6
Total	81	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri masuk dalam kategori patuh dalam mengonsumsi tablet Fe sebanyak 23 siswi (28,4%) dan tidak patuh sebanyak 58 siswi (71,6%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe.

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri Kelas VII di MTs N 2 Sleman

Pengetahuan	Kepatuhan				Total	P-value	
	Patuh		Tidak patuh				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	3	33,3	6	66,7	9	100	0,275
Cukup	9	20,9	34	79,1	43	100	
Kurang	11	37,9	18	62,1	29	100	
Total	23	28,4	58	71,6	81	100	

Berdasarkan hasil tabel silang menyatakan bahwa mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan cukup akan tetapi tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe sebanyak 34 siswi (79,1%). Hasil penelitian diketahui bahwa nilai p-value $0,275 > 0,05$.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia

Berdasarkan tabel 2, mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan yang cukup tentang anemia. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningtyas et al. (2021) pada siswi di SMPN 1 Brondong, Lamongan dari hasil penelitian menunjukkan bahwa siswi yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 18 (25,4%), cukup sebanyak 38 (53,5%), dan kurang sebanyak 15 (21,1%). Tetapi, berbanding terbalik dengan penelitian Mohamad & Arda (2023) pada siswi di SMP N 1 Limboto, siswi yang memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 109 (40,8%), baik sebanyak 101 (37,8%), dan cukup sebanyak 57 (21,3%). Perbedaan antara hasil penelitian peneliti dengan penelitian Mohamad & Arda (2023), tentu disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan.

Salah satu faktor yang lebih menonjol dalam peningkatan pengetahuan remaja putri adalah informasi. Informasi yang didapatkan setiap orang akan berbeda dari sumber memperolehnya yaitu berasal dari orang tua, teman, media massa atau buku, serta petugas kesehatan. Pengetahuan yang cukup tentang anemia pada siswi kelas VII disebabkan karena adanya sosialisasi yang diselenggarakan oleh Puskesmas Tempel 1 di awal semester satu. Walaupun sekolah telah memberikan sosialisasi mengenai anemia, tetapi penerimaan setiap individu berbeda-beda sehingga tingkat pengetahuan siswa pun berbeda-beda (Susilawati et al., 2022). Pengalaman merupakan sumber suatu pengetahuan. Pengalaman pribadi remaja putri dapat digunakan untuk memperoleh suatu pengetahuan, seseorang yang lebih dewasa lebih dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Pengetahuan dalam proses pendewasaan dapat diasah dengan mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalu (Mularsih, 2017). Status ekonomi akan mempengaruhi tingkat pengetahuan. Remaja putri dengan status ekonomi yang cukup akan mengalokasikan

keuangannya untuk mendapatkan fasilitas yang berguna untuk menambah pengetahuan. Sedangkan remaja putri dengan status ekonomi di bawah rata-rata akan sulit untuk memenuhi fasilitas yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan (Azward, 2023). Berdasarkan temuan penelitian terkait definisi anemia, remaja putri sudah paham konsentrasi hemoglobin (Hb) di bawah 12 g/dl adalah anemia sebanyak 67,9%, tetapi remaja putri kurang memahami jika tekanan darah tidak sama dengan anemia sebanyak 27,2%. Dari segi definisi, tekanan darah adalah suatu ukuran kekuatan yang dimanfaatkan jantung untuk melakukan pemompaan darah ke seluruh anggota tubuh. Jadi tekanan darah berhubungan dengan keadaan dari kesehatan jantung tubuh. Nilai normal untuk tekanan darah pada orang dewasa adalah <120 per <90 mmHg (Isyanto et al., 2022).

Berdasarkan temuan penelitian terkait penyebab anemia, remaja putri menjawab bakteri *Salmonella typhi* di dalam tubuh dapat menyebabkan anemia sebanyak 45,7% dan menstruasi yang keluar dalam jumlah banyak dapat menyebabkan anemia sebanyak 48,1%. Dari presentase tersebut, mayoritas remaja putri belum paham akan penyebab anemia. Bakteri *salmonella typhi* adalah bakteri patogen sebagai penyebab demam tifoid, yaitu infeksi sistemik yang dapat merusak usus dan organ-organ hati dengan gejala berupa demam yang berlangsung lama (Hayati & Ikhsani, 2021). Sedangkan menstruasi yang keluar dalam jumlah banyak dapat menyebabkan anemia karena dengan menstruasi yang lama dan berlebihan akan menurunkan kadar Hb (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan temuan penelitian terkait tanda dan gejala anemia, remaja putri menjawab salah satu tanda fisik penderita anemia adalah bola mata berwarna kuning sebanyak 55,6% dan salah satu gejala anemia adalah lemas dan cepat lelah sebanyak 86,4%. Dari presentase tersebut, mayoritas remaja putri sudah memahami tanda dan gejala anemia. Tanda fisik penderita anemia adalah bola mata berwarna kuning merupakan soal yang mengecoh tetapi mayoritas remaja putri sudah menjawab benar pada tanda fisik tersebut. Tanda fisik penderita anemia adalah pucat pada muka, kelopak mata, kulit, kuku, dan telapak tangan. Kemudian untuk gejala anemia yang yaitu 5L(Lemah, Letih, Lesu, Lelah, Lunglai) disertai sakit kepala dan pusing, mata berkunang-kunang, mudah capai, serta sulit berkonsentrasi (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan temuan penelitian terkait dampak anemia, remaja putri mayoritas menjawab dampak anemia yaitu penurunan prestasi di sekolah sebanyak 30,9% dan anemia berpengaruh pada kualitas hidup siswi sebanyak 79%. Dari presentase tersebut, remaja putri belum memahami bahwa dampak buruk anemia bagi remaja putri adalah menurunkan imun sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi dan dapat menurunkan kualitas hidup, tetapi sudah paham bahwa dampak buruk anemia yaitu menurunnya prestasi belajar dan produktivitas kerja (Kemenkes, 2018). Berdasarkan temuan penelitian terkait terapi non farmakologi anemia, remaja putri menjawab penyakit anemia dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan sumber hewani (seperti daging merah) sebanyak 67,9% dan buah-buahan, sayuran hijau, ataupun daun kelor dapat meningkatkan kadar Hb. Dari presentase tersebut, remaja sudah paham akan terapi non farmakologi anemia. Sudah sesuai jika mengonsumsi makanan sumber hewani (seperti daging merah), buah-buahan, sayuran hijau, ataupun daun kelor dapat meningkatkan kadar Hb (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan temuan penelitian terkait terapi farmakologi anemia, remaja putri menjawab penderita anemia harus mengonsumsi tablet Fe secara rutin 1 tablet setiap bulan sebanyak 27,2% dan sangobion merupakan suplementasi untuk mengatasi anemia sebanyak 59,3%. Dari presentase tersebut, remaja putri belum memahami jika tablet Fe harus dikonsumsi rutin bagi penderita anemia 1 tablet setiap minggu, tetapi sudah paham jika sangobion adalah salah satu merk suplementasi untuk mengatasi anemia (Kemenkes, 2018). Berdasarkan temuan penelitian terkait efek samping tablet Fe, remaja putri menjawab efek samping dari konsumsi tablet tambah darah adalah rasa tidak enak pada ulu hati, mual muntah, kadang feses berwarna hitam

sebanyak 19,8%. Dari presentase tersebut remaja putri belum memahami jika efek samping dari konsumsi tablet tambah darah adalah rasa tidak enak pada ulu hati, mual muntah, kadang feses berwarna hitam merupakan reaksi normal dari konsumsi tablet Fe, agar dapat mengurangi efek samping tersebut remaja putri dianjurkan untuk mengonsumsi tablet Fe setelah makan atau pada malam hari sebelum tidur (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan temuan penelitian terkait manfaat tablet Fe, remaja putri menjawab tablet Fe apabila dikonsumsi teratur dapat mencegah dan menanggulangi penyakit anemia sebanyak 88,9% dan tablet Fe dapat mengatasi anemia saat menstruasi pada siswi sebanyak 87,7%. Dari presentase tersebut, mayoritas remaja putri sudah memahami manfaat tablet Fe. Tablet Fe bila diminum secara teratur (setiap minggu satu kali) dan sesuai aturan (diminum dengan air putih atau bersama dengan buah-buahan sumber vitamin C dan sumber protein hewani) dapat mencegah dan menanggulangi anemia (Kemenkes, 2018). Berdasarkan temuan penelitian terkait ketepatan mengonsumsi tablet Fe, remaja putri menjawab zat besi lebih cepat diserap tubuh jika diminum bersamaan dengan minuman yang mengandung vitamin C sebanyak 64,2% dan menghindari mengonsumsi tablet tambah darah bersamaan dengan susu sebanyak 72,8%. Dari presentase tersebut, mayoritas remaja sudah memahami ketepatan mengonsumsi tablet Fe. Penyerapan zat besi pada tablet Fe ditentukan oleh ketepatan cara mengonsumsinya. Untuk meningkatkan penyerapan zat besi sebaiknya tablet Fe dikonsumsi bersamaan dengan buah-buahan sumber vitamin C dan sumber protein hewani. Tidak dianjurkan mengonsumsi tablet Fe bersamaan dengan susu karena mengandung kalsium yang tinggi, kalsium yang tinggi dapat menurunkan penyerapan zat besi di mukosa usus (Kemenkes, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Safitri & Ratnawati (2022) mengenai Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri, didapatkan hasil bahwa sebagian besar siswi memiliki pengetahuan yang cukup tentang anemia. Semakin baik pengetahuan seseorang, semakin baik sikap yang akan terbentuk untuk menciptakan suatu tindakan yang baik pula. Pengetahuan yang kurang akan berakibat pada ketidakpatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe yang akan mempersulit pencegahan anemia.

Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Fe

Berdasarkan tabel 3, mayoritas remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurhayati et al. (2024) kepada siswi di SMPN 1 Kota Magelang, bahwa mayoritas siswi tidak patuh sebanyak 54 (88,52) dan patuh sebanyak 7 (11,48%). Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Wangaskar et al. (2021) kepada remaja sekolah (10-18 tahun) di India, bahwa diantara 378 siswa sudah patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi-asam folat sebanyak 67,7%, selebihnya tidak patuh dalam mengonsumsi tablet zat besi-asam folat. Remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe disebabkan karena bau amis tablet Fe sebanyak 5 siswi (6,2%), tidak enak sebanyak 4 siswi (4,9%), mual sebanyak 2 siswi (2,5%), dan dengan alasan lainnya seperti tergantung mood, seperti rasa darah, dan tidak bisa mengonsumsi tablet Fe sebanyak 4 siswi (4,9%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Kaur et al. (2020) kepada remaja di India, bahwa alasan paling umum ketidakpatuhan yaitu rasa tidak enak dan efek samping sebesar 41%, penyebab paling umum kedua adalah tidak ada detail kontak yang tersedia jika terjadi kekurangan pasokan tablet sebesar 34%, ketidakteraturan dalam kehadiran anak-anak sebesar 18% dan tekanan awal sebesar 7%.

Teman sebaya mempengaruhi keputusan siswi dalam mengonsumsi tablet Fe. Teman sebaya dianggap mampu memberikan nasihat, sugesti, ataupun umpan balik, serta memberikan informasi bagi remaja putri mengenai hal apa saja yang sebaiknya dilakukan sehingga dapat memberikan dorongan terhadap pengambilan keputusan salah satunya dalam mengonsumsi tablet Fe (Us et al., 2023). Tenaga kesehatan menjadi faktor pendorong kepatuhan remaja putri

dalam mengonsumsi tablet Fe. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa et al. (2023), bahwa faktor yang paling mempengaruhi konsumsi tablet Fe pada remaja putri adalah peran tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan memiliki tugas yang harus dilaksanakan yaitu promosi kesehatan kepada setiap remaja putri secara komprehensif. Selain itu, juga memberikan dukungan agar remaja putri yang terkendala atau tidak mau mengonsumsi tablet Fe dengan alasan seperti mual, bau amis, tidak enak, seperti rasa darah menjadi tergerak untuk mengonsumsi tablet Fe.

MTs N 2 Sleman telah bekerja sama dengan Puskesmas Tempel 1 menyukseskan program pemerintah dalam memberikan tablet Fe kepada siswi, tetapi program ini belum optimal karena mayoritas remaja putri di MTs N 2 Sleman ini belum patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Agar tenaga kesehatan lebih efektif dalam menyampaikan informasi melalui sosialisasi dapat dibantu dengan alat bantu berupa leaflet. Hal ini sesuai dengan penelitian Mahdi et al. (2023), bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah intervensi pada pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan remaja putri.

Faktor lain yang dapat mendorong remaja putri patuh mengonsumsi tablet Fe yaitu guru. Guru menjadi role model dan panutan bagi murid di sekolah maka perintah atau pesan yang diberikan guru lebih mudah diterima oleh siswa. Dukungan guru lewat mengingatkan, memberikan informasi, dan memberikan sikap positif dalam diri remaja putri akan membuat remaja lebih patuh dalam mengonsumsi tablet Fe (Aryanti et al., 2023). Berdasarkan temuan penelitian terkait dosis dan frekuensi minum tablet Fe, remaja putri mengonsumsi tablet Fe 1x seminggu sebanyak 91,4%, mengonsumsi tablet Fe kurang dari 4 buah dalam 1 bulan terakhir sebanyak 74,1%, dan tidak minum tablet Fe 1 minggu yang lalu sebanyak 46,9%. Dari hasil presentase tersebut, mayoritas remaja putri tidak mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Padahal pemerintah telah mengupayakan pencegahan anemia dengan mengonsumsi tablet Fe secara rutin satu minggu sekali atau 52 tablet setahun (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan temuan penelitian terkait cara mengonsumsi tablet Fe, remaja putri yang mengonsumsi tablet Fe dengan air teh sebanyak 95,1% dan dengan air putih atau air jeruk sebanyak 82,7%. Dari hasil presentase tersebut, remaja putri kurang memahami cara mengonsumsi tablet Fe. Dianjurkan minum tablet Fe bersamaan dengan buah-buahan sumber vitamin C, seperti air jeruk dan dengan sumber protein hewani, seperti hati, ikan, dan daging. Minum tablet Fe sebaiknya tidak bersamaan dengan teh karena senyawa tanin dapat mengikat zat besi sehingga tidak dapat diserap oleh tubuh (Kemenkes, 2018). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Norlita et al. (2023) mengenai Tingkat Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMK Abdurrab Pekanbaru, bahwa tingkat kepatuhan rendah dalam mengonsumsi tablet Fe. Ketidakpatuhan tersebut disebabkan oleh banyak faktor, untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri diharapkan teman sebaya, guru, dan petugas kesehatan ikut berpartisipasi aktif untuk memberikan dukungan agar remaja putri mengikuti program pemberian tablet tambah darah secara optimal.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri

Berdasarkan tabel 4, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri kelas VII di MTs N 2 Sleman. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Maesaroh et al. (2023) dengan judul Pengetahuan Tentang Anemia dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Penambah Darah Pada Remaja Perempuan, bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan minum tablet penambah darah pada remaja perempuan di Desa Senting Sambi Boyolali. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Melinda et al. (2023) mengenai Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan

Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di MTs Raudhatul Muta'allimin Tahun 2021, bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri di MTs Raudhatul Muta'allimin Tahun 2021.

Berdasarkan hasil tabel silang menyatakan bahwa mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan cukup akan tetapi tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe sebanyak 34 siswi (79,1%). Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe. Sesuai dengan penelitian Safitri & Ratnawati (2022), menyatakan bahwa remaja putri dengan pengetahuan yang baik mengenai anemia akan cenderung membentuk sikap yang positif terhadap kepatuhan sehingga timbul tindakan patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Tetapi tidak hanya pengetahuan saja yang mempengaruhi remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe, tetapi ada faktor lain yang mempengaruhinya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan adalah dukungan keluarga, sosialisasi, dan persetujuan pemberian tablet Fe. Dari ketiga faktor tersebut, dukungan keluarga berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Dukungan keluarga dalam hal ini terbentuk dalam empat bentuk yaitu dukungan instrumental, informasional, emosional, dan penilaian. Pada dukungan instrumental, keluarga mampu menyediakan makanan yang bergizi seperti bayam, daging, hati, ikan, dan kacang-kacangan untuk membantu dalam upaya pencegahan anemia. Pada dukungan informasional, keluarga menjelaskan pentingnya mengatur pola makan yang bergizi dan memberikan perhatian agar remaja tidak melakukan diet yang merugikan. Pada dukungan emosional, keluarga membantu dalam mengatasi efek samping dan mendengarkan keluhan setelah minum tablet Fe. Pada dukungan penilaian, keluarga mendukung dan memotivasi remaja untuk rutin minum tablet Fe dan mengingatkan minum tablet Fe dengan air putih (Hamranani et al., 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hamranani et al. (2020) didukung oleh penelitian Savitry et al. (2017), bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan niat minum tablet Fe. Hal itu disebabkan karena dukungan keluarga diperlukan untuk membentuk niat remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe. Dengan tingginya dukungan dari keluarga akan membentuk persepsi positif untuk mengonsumsi tablet Fe sehingga terbentuk niat untuk mengonsumsi tablet Fe. Dari ringkasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa, pengetahuan tidak menjadi satu-satunya faktor yang dapat membuat remaja putri patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Tetapi terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi remaja putri untuk patuh dalam mengonsumsi tablet Fe agar terhindar dari anemia.

KESIMPULAN

Hasil uji chi-square dengan indikator tingkat pengetahuan dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe diperoleh nilai *significancy* 0,275 atau $> 0,05$ dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri di MTs N 2 Sleman.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing dan penguji yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penelitian ini. MTS N 2 Sleman yang telah memberikan izin untuk pengambilan data selama penelitian berlangsung. Orang tua yang telah mendoakan penelitian ini agar lancar. Teman-teman yang telah membantu dan mendukung terselesainya artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, A. N., Dewi, S. U., Rahayu, H. S., & Mahardika, P. (2024). Upaya Menurunkan Kejadian Anemia Melalui Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 120–128. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1513>
- Aryanti, R., Hermawan, D., & Yanti, D. E. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(8), 762–775. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i8.13480>
- Azward, H. (2023). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet Fe Berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil di Desa Kanaungan. *Jurnal Siti Rufaidah*, 1(1), 1–9. <https://journal.ppniumman.org/index.php/JASIRA/article/download/78/97>
- Dinas Kesehatan DIY. (2023, March 7). *Remaja Putri Sehat Bebas Anemia*. Dinkes DIY. <https://dinkes.jogjaprovo.go.id/berita/detail/remaja-putri-sehat-bebas-anemia>
- Faizah, N. N. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi Madrasah Aliyah Al Khoiriyah Kabupaten Malang*.
- Hayati, S. J., & Ikhsani, A. (2021). Vaksinasi Sebagai Pencegahan Resistensi Antimikroba Terhadap Bakteri Salmonella Typhi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(3), 276–283. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i3.2376>
- Isyanto, H., Andri, S. W., & Wahyu, I. (2022). Desain Alat Monitoring Real Time Suhu Tubuh, Detak Jantung dan Tekanan Darah secara Jarak Jauh melalui Smartphone berbasis *Internet of Things Smart Healthcare*. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 5(1), 39–48. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/resistor/article/download/12655/6982>
- Kaur, G. D., Chauhan, N., Varshney, D. S., & Kumar, A. (2020). *A Study on Weekly Iron Folic Acid Supplementation and Regular Deworming Programme in Rural Schools of Mathura District*. *National Journal of Medical Research*, 10(1), 46–50.
- Kemenag Sleman. (2024, July 26). *UKS MTsN 2 Sleman Kembali Rutin Agendakan Siswa Putri Minum TTD*. Kemenag Sleman News; <https://kemenagsleman.net/2024/07/uksmtn-2-sleman-kembali-rutin-agendakan-siswa-putri-minum-ttd/>.
- Kemenkes. (2018). *Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS*.
- Mahdi, A. N., Usman, & Hasiu, T. S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pentingnya Konsumsi Tablet Fe. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 6(1), 13–18. <https://doi.org/10.47539/jktp.v6i1.343>
- Mohamad, S. N., & Arda, Z. A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri. *Journal of Health Quality Development*, 3(2), 74–81. <https://journal.intelekmadani.org/index.php/jhqd/article/view/490>
- Mularsih, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 80. <https://doi.org/10.26714/jk.6.2.2017.80-85>
- Ningtyas, O. I., Ulfiana, E., & Ngadiyono. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Brondong Lamongan. *Indonesian Journal of Midwifery*, 4(2), 128–139. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm>
- Nisa, F., Sulung, N., & Adriani. (2023). Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kota Bukittinggi. *Human Care Journal*, 8(1), 178–186. <https://doi.org/10.32883/hcj.v8i1.941>

- Norlita, W., Hardiyanti, R., Keperawatan, P., & dan Kesehatan, F. (2023). Tingkat Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMK Abdurrah Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan As-Shiha*, 45–61. <https://ejournal.umri.ac.id/index.php/JKU/index>
- Nurhayati, L., Marhamah, E., Fuady, A., & Olivia, N. B. P. (2024). Pengetahuan Anemia Dan Tablet Fe Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Fe. *Jurnal Keperawatan Karya Bakti*, 10, 45–53. <https://doi.org/10.56186/jkbb.136>
- Putri, A. A. A., Salwa, A., & Wahyuningsih, U. (2021). Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi Bagi Remaja Putri Dengan Media Leaflet. In *Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2021 Pengembangan Ekonomi Bangsa Melalui Inovasi Digital Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Rahayu, R., Fauziah, N., & Nuraeni, A. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Kalijati. *Medic Nutricia Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 25–31. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>
- Safitri, D., & Ratnawati, A. E. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.48092/jik.v9i1.177>
- Septiawati, S., Theresia, E. M., & Kurniati, A. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Orang Tua Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Besi Pada Remaja Di SMK Giri Handayani Kabupaten Gunung Kidul Tahun 2018*.
- Susilawati, R., Pratiwi, F., & Adhistry, Y. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenorrhoe Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Dismenorrhoe Di Kelas XI SMA N 2 Banguntapan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta*, 3(2), 37–54. <https://jurnal.lppm-mmy.ac.id/index.php/jik/article/view/10>
- Us, H., Fatiyani, & Fitriani, A. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fe Pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 169–176. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jrkn>
- Wangaskar, S., Sahu, S. K., Majella, M. G., & Rajaa, S. (2021). *Prevalence of Anaemia And Compliance to Weekly Iron-folic Acid Supplementation Programme Amongst Adolescents in Selected Schools of Urban Puducherry, India*. *Nigerian Postgraduate Medical Journal*, 28(1), 44–50. https://doi.org/10.4103/npmj.npmj_336_20