

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TERHADAP KEPATUHAN KONSUMSI TABLET ZAT BESI (*Fe*)

Nurhayati¹, Feni Elda Fitri²
^{1*, 2} STIKes Baitul Hikmah, Lampung, Indonesia
*email : nh7628544@gmail.com

Abstrak

Kepatuhan konsumsi tablet zat besi (*Fe*) yaitu 1 tablet setiap minggu sepanjang tahun. Kepatuhan terhadap konsumsi tablet zat besi masih sangat rendah diakibatkan rendahnya pengetahuan dan sikap tentang konsumsi tablet zat besi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi di SMA Negeri 1 Bengkuntat Pesisir Barat tahun 2023. Desain yang digunakan deskriptif dengan 39 responden. Teknik pengambilan sampel total sampling. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan baik 14 responden (36%), pengetahuan cukup 20 responden (51,2%) dan pengetahuan kurang 5 responden (12,8%). Hasil sikap, 16 responden (41%) memiliki sikap positif dan 23 responden (59%) memiliki sikap negatif. Hasil kepatuhan menunjukkan 9 responden (23%) patuh dan 30 responden (77%) tidak patuh. Kesimpulan tingkat pengetahuan responden mayoritas berpengetahuan kurang, dan bersikap negatif serta tidak patuh terhadap konsumsi tablet zat besi. Saran penelitian selanjutnya mampu menerapkan pemberian Pendidikan Kesehatan terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi sebagai pencegahan anemia defisiensi besi.

Kata kunci : Pengetahuan, sikap, tablet zat besi (*Fe*), remaja putri

Abstract

Adherence to iron (Fe) tablet consumption is 1 tablet every week throughout the year. Adherence to iron tablet consumption is still very low due to low knowledge and attitudes about iron tablet consumption. This study aims to determine the description of knowledge and attitudes of adolescent girls towards compliance with iron tablet consumption at SMA Negeri 1 Bengkuntat Pesisir Barat in 2023. The design used was descriptive with 39 respondents. Total sampling technique. The results showed a good level of knowledge of 14 respondents (36%), sufficient knowledge of 20 respondents (51.2%) and less knowledge of 5 respondents (12.8%). Attitude results, 16 respondents (41%) had a positive attitude and 23 respondents (59%) had a negative attitude. The results of compliance showed 9 respondents (23%) were compliant and 30 respondents (77%) were not compliant. The conclusion is that the majority of respondents' knowledge level is lacking, and they have a negative attitude and are not compliant with iron tablet consumption. Suggestions for further research are able to apply the provision of Health Education to compliance with iron tablet consumption as a prevention of iron deficiency anemia.

Keywords: knowledge, attitudes, iron (Fe) tablets, teenage girl

PENDAHULUAN

Hamida, 2022 menjelaskan bahwa masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, di mana semua aspek berkembang menjadi dewasa. Oleh karena itu, remaja, baik pria maupun wanita, memiliki kebutuhan zat besi yang lebih besar selama periode ini karena pertumbuhan yang cepat dan peningkatan volume darah dan massa otot. Remaja putri yang sedang menstruasi memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi. (Sartika & Anggreni, 2021 dalam Sari, 2022). Masa remaja adalah masa dimana masalah pola makan dapat muncul. Anemia adalah masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri. Anemia defisiensi besi adalah jenis anemia yang paling banyak terjadi di Indonesia. (Mahmudiono et al, 2021 dalam Sari, 2022).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), anemia mempengaruhi 30% orang di seluruh dunia, terutama di negara-negara terbelakang. Prevalensi anemia pada remaja masih cukup tinggi, yaitu 29%. (WHO, 2018). Di Indonesia, prevalensi anemia secara nasional adalah 21,7%, dengan 18,4% pasien berusia 15-24 tahun dan 26,4% pasien berusia 5-14 tahun menderita anemia. Dalam hal jenis kelamin, perempuan memiliki persentase anemia yang lebih besar (22,7%)

dibandingkan laki-laki (12,4%). Karena anemia mempengaruhi lebih dari 20% orang, anemia merupakan masalah kesehatan. (Riskesdas, 2018). Menurut Riskesdas, pada tahun 2018, provinsi Lampung memiliki prevalensi anemia terbesar (63%), menempati posisi teratas di wilayah Sumatera. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa remaja putri (10-19 tahun) mengalami anemia sebanyak 24,3%.

Mandagi (2022), Remaja putri dapat menggunakan pil suplemen darah untuk mengisi kembali zat besi yang hilang akibat menstruasi dan untuk memenuhi kebutuhan zat besi mereka jika mereka belum tercukupi oleh makanan mereka. Remaja putri yang mengonsumsi zat besi juga mendapatkan manfaat dari zat besi dalam hal perhatian belajar, tetap bugar secara fisik, dan terhindar dari anemia saat menjadi ibu. Para peneliti dari Mandagi juga menemukan bahwa ada risiko kesehatan jangka panjang yang terkait dengan ketidaktahuan remaja akan tablet tambah darah. Secara khusus, remaja putri yang mengalami anemia dan hamil saat dewasa berisiko hamil dan melahirkan bayi prematur atau bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), yang dapat menyebabkan stunting.

Kepatuhan remaja putri untuk mengkonsumsi pil zat besi (Fe) sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap mereka. Karena mereka tidak menyadari pentingnya pil zat besi (Fe) bagi remaja, remaja perempuan percaya bahwa mereka tidak perlu mengonsumsinya. Remaja dengan sikap yang buruk atau negatif juga cenderung mengabaikan dan terkadang lupa untuk mengkonsumsi suplemen zat besi (Fe). Konsumsi satu tablet zat besi (Fe) secara akurat setiap minggu selama setahun penuh dikenal sebagai kepatuhan konsumsi tablet zat besi (Fe).

Berkurangnya kekebalan tubuh, sulit berkonsentrasi, dan kelainan perilaku termasuk kelelahan, sakit kepala, penglihatan kabur, mata berkabut, dan kantuk adalah beberapa gejala anemia yang umum terjadi pada remaja. Mengingat anemia dapat mengakibatkan sejumlah kesulitan pada bayi dan remaja, maka penting untuk mengatasi masalah gizi ini. Anemia pada remaja dapat menyebabkan penurunan perkembangan dan kebugaran fisik, penurunan fokus saat belajar, serta tinggi dan berat badan yang tidak normal untuk usianya. (Herwandar, F.R, & Soviyati, 2020).

Pemerintah Indonesia menjalankan program pemberian suplemen zat besi untuk remaja putri yang bertujuan untuk memerangi anemia di negara ini. Program ini memberikan pil suplemen darah yang

mengandung 60 mg zat besi dalam bentuk ferrous fumarat atau sulfat, bersama dengan 0,400 mg asam folat. (Kemenkes RI, 2018). Sesuai dengan Surat Edaran Kementerian Kesehatan No. HK.03.03/V/0595/2016, yang membahas distribusi tablet tambah darah untuk wanita usia subur (WUS) dan remaja putri, lembaga pendidikan bertanggung jawab untuk menetapkan hari dimana tablet tersebut akan diminum bersama oleh para siswi. Sepanjang tahun, satu pil diberikan setiap minggu sebagai dosis.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik dan sikap remaja putri tentang kepatuhan penggunaan tablet zat besi (Fe) di SMA Negeri 1 Bengkunt, Kabupaten Pesisir Barat pada tahun 2023, berdasarkan uraian latar belakang. Latar belakang ini mengkaji pentingnya konsumsi tablet zat besi (Fe) pada remaja, karena asupan zat besi yang rendah akan berdampak pada prestasi akademik dan kesehatan mereka secara keseluruhan. Selain itu, remaja putri juga berisiko mengalami anemia saat hamil yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan janin (Sanda, 2019). Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena penelitian sebelumnya meneliti faktor-faktor yang berkaitan dengan status gizi remaja dan konsumsi zat besi (Ansayriah, 2023). Selain itu, penelitian Diatri dari tahun 2023

menawarkan temuan penelitian tentang analisis kepatuhan remaja terhadap konsumsi zat besi. Signifikansi dari penelitian ini terletak pada pemahaman mengenai kepatuhan remaja terhadap konsumsi zat besi melalui variabel tingkat pengetahuan dan sikap, karena hal ini dapat meningkatkan kepatuhan remaja terhadap konsumsi zat besi (Fe).

METODOLOGI

Desain penelitian ini adalah *deskriptif*. Pengambilan sampel dilakukan secara total sampling dengan jumlah responden 39 siswi dengan kriteria inklusi Seluruh remaja putri di SMA Negeri 1 Bengkuntan, remaja putri yang bersedia menjadi responden, tidak sakit dan remaja putri yang ada ditempat ketika pengambilan data dilakukan. Peneliti menjaga kerahasiaan pasien dengan memberikan *informed consent* sebelum pengambilan data.

HASIL

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan umur, kelas dan sumber informasi

N	Kateg	Frekuen	Presentase
o	ori	si (F)	(%)
1. Umur			
15		4	10,2%
16		18	
17		17	46,2%
Jumlah		44	43,6%
2. Kelas			
X		21	53,8%
XI		18	46,2%
XII		0	0 %
Jumlah		39	100%
3. Sumber informasi			
	Internet, sekolah, guru dan orang terdekat		
Ya		18	46%
Tidak		21	54%
jumlah		39	100%

Tabel 1 menunjukkan umur responden yang berumur 15 tahun sebanyak 4 responden (10,2%), umur 16 tahun terdapat 18 responden (46,2%), umur 17 tahun dengan jumlah 17 responden (43,6%). berdasarkan kelas yaitu responden kelas X sebanyak 21 responden (53,8%) dan kelas XI sebanyak 18 responden (46,2%). Berdasarkan informasi yang diperoleh disimpulkan bahwa responden memperoleh informasi dari internet, sumber yang terpercaya didapatkan 18

responden (46%) dan yang tidak memperoleh informasi sejumlah 21 responden (54%).

Tabel 2 Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pengetahuan Baik	14	36%
Pengetahuan Cukup	20	51,2%
Pengetahuan Kurang	5	12,8%
Total	39	100%

Sumber : Kuesioner Pengetahuan, 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 39 responden penelitian sebanyak 14 responden (36%) memiliki tingkat pengetahuan baik, 20 responden (51,2%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan 5 responden (12,8%) memiliki tingkat pengetahuan kurang

Tabel 3 Distribusi Sampel Berdasarkan Sikap

Sikap	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sikap Positif	16	41%
Sikap Negatif	23	59%
Total	39	100%

Sumber : Kuesioner Sikap, 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 39 responden penelitian sebanyak 16 responden (41%) memiliki

sikap positif dan sebanyak 23 responden (59%) memiliki sikap negatif

Tabel 4 Distribusi Sampel Berdasarkan Kepatuhan

Kepatuhan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Patuh	9	23%
Tidak Patuh	30	77%
Total	39	100%

Sumber : Kuesioner Kepatuhan, 2023

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 39 responden penelitian sebanyak 9 responden (23%) patuh terhadap konsumsi tablet zat besi (Fe) dan sebanyak 30 responden (77%) tidak patuh terhadap konsumsi tablet zat besi (Fe).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian diatas terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi (Fe) diantaranya sebagai berikut :

1. Usia

Notoadmojo, (2011) menyatakan bahwa usia seseorang berdampak pada tingkat pengetahuannya; semakin tua usia seseorang, maka pengalaman hidup, emosi, pengetahuan, dan keyakinannya semakin matang, dan semakin tua usia seseorang akan mengembangkan pola tangkap dan pola pikir yang memungkinkannya untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih baik.

2. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan tingkat pendidikan, sebanyak 21 responden (53,8%) dari kelas X dan 18 responden (46,2%) dari kelas XI telah menyelesaikan pendidikan SMA. Menurut Notoadmojo (2011) dan Merlina S. Klau (2019), parameter pendidikan berdampak pada pengetahuan seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mampu mengasimilasi pengetahuan.

3. Sumber Informasi

Hasil penelitian berdasarkan sumber informasi yang diperoleh dari internet dan sumber yang terpercaya didapatkan hasil responden yang mendapatkan informasi pengetahuan terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi (*Fe*) sejumlah 18 responden (46%) dan yang tidak memperoleh informasi pengetahuan terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi (*Fe*) sejumlah 21 responden (54%). Notoadmojo, (2011) dalam Merlina S. Klau, (2019) Informasi dari sekolah formal dan non-formal dapat berdampak langsung atau jangka pendek pada pengetahuan responden, mengubah atau meningkatkannya. Elemen informasi dan media juga dapat berdampak pada tingkat pengetahuan responden.

Wawan, (2011) berpendapat bahwa pengetahuan adalah landasan perilaku yang melekat pada suatu hal; pemahaman seseorang terhadap suatu objek memiliki dua aspek-positif dan negatif-yang secara bersama-sama menentukan sikap mereka. Sikap adalah penilaian yang luas yang dibuat orang terhadap diri mereka sendiri atau orang lain berdasarkan emosi atau respons mereka terhadap rangsangan (hal-hal) yang menimbulkan perasaan dan tindakan yang konsisten dengan objek tersebut.

Hasil penelitian diatas terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan terhadap konsumsi zat besi tablet (*Fe*) dari variabel pengetahuan dan sikap remaja putri diantaranya sebagai berikut:

1. Pengaruh Pribadi

Wawan & Dwi, (2018) Karena sikap lebih mudah dibentuk ketika pengalaman pribadi terjadi dalam lingkungan yang penuh emosi, dasar pengembangan sikap yang berasal dari pengalaman pribadi perlu memberikan dampak yang langgeng. Persepsi pribadi remaja putri yang enggan mengkonsumsi tablet zat besi (*Fe*) seperti menurut mereka tablet *Fe* berbau amis, mereka juga beranggapan setelah minum tablet *Fe* jadi mual muntah itu yang menyebabkan remaja putri enggan mengkonsumsi tablet zat besi (*Fe*).

2. Orang Lain Yang Dianggap Penting

Wawan & Dwi, (2018) faktor yang mempengaruhi sikap yaitu pengaruh orang lain yang dianggap penting, sikap yang disesuaikan atau sejalan dengan sikap yang dimiliki orang yang dianggap berpengaruh antara lain orang tua, teman sebaya, guru dan tenaga kesehatan akan berpengaruh terhadap sikap seseorang.

3. Pengaruh Kebudayaan

Wawan & Dwi, (2018) faktor yang mempengaruhi sikap yaitu pengaruh kebudayaan. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakat karena kebudayaan yang memberikan corak pengalaman individu-individu asuhannya.

Hasil penelitian ini bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan responden terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi (*Fe*) masih tergolong pengetahuan cukup yaitu sebanyak 20 responden (51,2%). Hasil tingkatan sikap responden dalam penelitian ini juga masih tergolong sikap negatif yaitu sebanyak 23 responden (59%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Suciati, Sri (2018) yang berjudul gambaran pengetahuan, sikap dan kepatuhan terhadap konsumsi tablet zat besi (*Fe*), semakin baik tingkat pengetahuan dan sikap seseorang maka

semakin tinggi tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet zat besi (*Fe*), sebaliknya semakin rendah tingkat pengetahuan dan sikap seseorang maka semakin rendah tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet zat besi (*Fe*).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi (*Fe*) di SMA Negeri 1 Bengkunt tahun 2023 dapat disimpulkan sebagai berikut:

Hasil pengukuran total tingkat pengetahuan terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi dari 39 responden mayoritas memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 20 responden (51,2%), pengetahuan baik 14 responden (36%) dan pengetahuan rendah sebanyak 5 responden (12,8). Hasil total pengukuran sikap terhadap kepatuhan konsumsi tablet *Fe* mayoritas memiliki sikap negatif sebanyak 23 responden (59%) dan sikap positif sebanyak 16 responden (41%). Hasil total pengukuran kepatuhan didapatkan mayoritas remaja putri tidak patuh mengonsumsi tablet zat besi (*Fe*) sebanyak 30 responden (77%) dan patuh mengonsumsi tablet zat besi (*Fe*) sebanyak 9 responden (23%).

Berdasarkan analisa dan kesimpulan, maka penulis menyampaikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi SMA Negeri 1 Bengkunt
Untuk meningkatkan persepsi asupan tablet zat besi (Fe) dan memastikan bahwa asupan tersebut tidak terbatas pada mereka yang mengalami anemia, sekolah harus berinteraksi dengan tenaga kesehatan profesional untuk memberikan pendidikan kesehatan (PenKes) tentang kepatuhan konsumsi tablet zat besi (Fe) pada remaja putri.
2. Bagi Puskesmas Yang Terkait
Pihak puskesmas sebaiknya memberikan informasi baik melalui Pendidikan Kesehatan (PenKes) secara rutin dan bertindak sebagai *role model* dalam pemberian tablet zat besi (Fe).
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini sebagai masukan dan bahan referensi penelitian terkait dengan gambaran tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet zat besi (Fe).
4. Bagi Responden
Remaja putri di SMA Negeri 1 Bengkunt diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet zat besi (Fe) sesuai anjuran pemerintah 1 tablet/minggu agar pencegahan anemia pada remaja putri dapat teratasi

KEPUSTAKAAN

- Ansariah, 2023, *Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap Tindakan terhadap Tablet Fe, dan Status Gizi pada Remaja Putri Anemia*
- Diantri dkk, 2023, *Analysis of Attitudes and Knowledge of Teenage Girls' Compliance in Consuming Fe Tablets in Public Junior High Schools 36 Semarang*
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi kesehatan reproduksi dan perkembangan remaja di panti asuhan yatim muhammadiyah kecamatan gresik kabupaten gresik jawa timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237-248.
- Herwandar, F.R, & Soviyati, (2020). *Perbandingan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Premenarce Dan Postmenarce Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Tahun 2020*. Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada. Volume 11. Nomor 11
- Kemenkes, RI (2018). *Kementrian Kesehatan*. Republik Indonesia
- Mandagi, I. V. (2020). *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Fe Dalam Upaya Pencegahan Anemia Di SMA 6 Model Sigi 2020*. Jurnal Kolaboratif Sains Volume 03. Nomor 05
- Notoadmojo, (2011). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta PT. Rineka Cipta
- Nursalam.(2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta
- Pristyna, G., Mahmudiono, T., & Sari, Y. E. (2022). Pemberian Diet Tinggi Kalori Dan Rendah Protein Pada Pasien Covid-19 Dengan Gagal Ginjal Kronis Dan Penyakit Jantung: Sebuah Laporan Kasus. *Media Gizi Kesmas*, 11(2), 407-415.
- Riskesdas, RI (2018). *Riset Kesehatan dasar*. Republik Indonesia
- S. Klau, Marlina. (2019). *Gambaran Pengetahuan Sikap Dan Kepatuhan Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 4 Kota Kupang Tahun 2019*.

- Sari, Ratna (2017). *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Anemia Defisiensi Besi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 6 Denpasar Tahun 2017*. Diunduh pada tanggal 10 desember 2022. Dari <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/9396/>
- Sartika, W., & Anggreni, S. D. (2021). *Asupan zat besi remaja putri*. Penerbit NEM.
- Wawan, A & Dewi (2011). *Teori Dan Pengukuran Sikap Dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika : Yogyakarta
- Website : <https://sjn.poltekkes-mataram.id/index.php/home/>
- World Health Organization, (2018). *The Global Prevalence Of Anemia In 2011*. Geneva : World Health Organization