

Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Asupan Zat Besi (Fe) dengan Status Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara

Rianti¹, Fatmawati², Suwarni³

¹ Puskesmas Molawe, Kabupaten Konawe Utara

^{2,3} Prodi D-IV gizi Politeknik Kesehatan Kendari

Keywords : Knowledge, Compliance, Intake, Fe and Anemia

Kata Kunci : Pengetahuan, kepatuhan, asupan, Fe Anemia

Correspondensi Author

Rianti

Puskesmas Molawe,

Email:

rienrianticio03@gmail.com

Abstrak

Anemia remaja putri adalah kondisi dimana kadar haemoglobin darah remaja dibawah normal (12 mg/dl). Anemia menyebabkan bayi berat lahir rendah, pertumbuhan dan perkembangan tidak optimal dan menurunkan prestasi belajar. Data Puskesmas Molawe, jumlah remaja putri yang mendapat tablet tambah darah $\geq 100\%$ sebanyak 60 orang dan yang minum tablet tambah darah hanya 6 orang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan asupan zat besi (Fe) dengan status anemia pada remaja putri. Jenis penelitian kuantitatif, rancangan *cross sectional study*. Populasi adalah semua siswi remaja Putri kelas X dan XI di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara sebanyak 54 orang dan sampel sebanyak 35 orang dengan teknik *proporsionate stratified random sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *Fisher Exact* untuk variabel kepatuhan, sedangkan pengetahuan dan asupan zat besi menggunakan uji *korelasi pearson*. Hasil penelitian diperoleh tingkat pengetahuan sampel, sebagian besar cukup 88,6%, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagian besar patuh 62,9%, asupan zat besi sebagian besar cukup 71,4% dan status anemia sebagian besar tidak anemia 74,3%. Hasil uji *korelasi pearson* pada hubungan pengetahuan dengan status anemia diperoleh $p=0,029$ dan $r = 0,184$, dan hubungan asupan zat besi dengan status anemia diperoleh $p=0,019$ dan $r=0,395$ sedangkan hasil uji *fisher exact* diperoleh nilai $p=0,000$ untuk kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan status anemia. Kesimpulan penelitian ini ada hubungan positif yang sangat lemah antara pengetahuan dengan status anemia, ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia dan ada hubungan positif yang lemah antara asupan zat besi (Fe) dengan status anemia pada remaja putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara.

Absctract

Anemia in adolescent girls is a condition in which the blood hemoglobin level of adolescents is below normal (12 mg/dl). Anemia causes low birth weight babies, growth and development is not optimal and reduces learning achievement. According to

Molawe Health Center data, the number of young women who received blood-added tablets 100% was 60 people and only 6 people took blood-added tablets. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge, compliance with the consumption of blood-added tablets and iron (Fe) intake with anemia status in adolescent girls. This type of research is quantitative, cross sectional study design. The population is all female adolescent students in grades X and XI at SMKN 1 Molawe, Molawe District, North Konawe Regency as many as 54 people and a sample of 35 people using proportional stratified random sampling technique. Data were analyzed using the Fisher Exact test for the compliance variable, while knowledge and iron intake used the Pearson correlation test. The results of the study obtained that the level of knowledge of the sample, most of them were sufficient 88.6%, compliance with blood supplement consumption was mostly 62.9%, iron intake was mostly sufficient 71.4% and anemia status was mostly not anemic 74.3%. The results of the Pearson correlation test on the relationship between knowledge and anemia status obtained $p = 0.029$ and $r = 0.184$, and the relationship between iron intake and anemia status obtained $p = 0.019$ and $r = 0.395$ while the fisher exact test results obtained p value = 0.000 for adherence to the consumption of added tablets. blood and anemia status. The conclusion of this study is that there is a very weak positive relationship between knowledge and anemia status, there is a relationship between compliance with blood supplement consumption and anemia status and there is a weak positive relationship between iron (Fe) intake and anemia status in adolescent girls at public vocational high schools. Molawe, Molawe District, North Konawe Regency.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi mikro yang banyak terjadi di seluruh dunia terutama di negara berkembang yang diperkirakan terjadi pada 30% populasi penduduk dunia. Anemia banyak terjadi pada semua kelompok usia terutama pada wanita usia subur (WUS) yakni sekitar 29% WUS yang tidak hamil mengalami anemia dan 38% wanita hamil mengalami anemia. Sekitar setengah dari kejadian anemia tersebut disebabkan karena defisiensi besi (WHO, 2018).

Anemia dapat menyebabkan kualitas hidup yang tidak optimal, pertumbuhan dan perkembangan tidak optimal dan menurunkan prestasi belajar karena rasa cepat lelah, kehilangan gairah dan tidak dapat berkonsentrasi (Mardalena, 2017).

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami anemia yang merupakan generasi masa depan bangsa. prevalensi anemia di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 sekitar

37,1% dan meningkat pada Riskesdas 2018 sebesar 48,9%. Berdasarkan target RPJM 2015-

2019, maka anemia diturunkan menjadi 28% (Kemenkes RI., 2015). Hasil riskesdas 2018 menunjukkan proporsi remaja putri yang mendapat tablet tambah darah sebesar 76,2% dan 23,8% tidak mendapat tablet tambah darah. Kemudian konsumsi tablet tambah darah remaja putri <52 butir sebanyak 98,6% dan >52 butir hanya 1,4% (Kemenkes RI., 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara dapat diketahui bahwa prevalensi anemia di Sulawesi Tenggara pada tahun 2017 sebanyak 33,2% dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 42,1%. kemudian cakupan pemberian tablet tambah darah di Sulawesi Tenggara tahun 2017 sebanyak 78,81%, dan meningkat pada tahun 2018 mengalami penurunan menjadi 75,35%. Angka ini cukup tinggi sehingga pemerintah mengambil kebijakan untuk melakukan skrining anemia di tingkat sekolah menengah tingkat

pertama dan menengah atas, untuk selanjutnya pemberian pada anak remaja (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara, 2019).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Utara menunjukkan bahwa pada tahun 2020, jumlah remaja putri di Kabupaten Konut sebanyak 2.306 orang, dengan jumlah remaja putri yang mendapat tablet tambah darah $\leq 50\%$ sebanyak 144 orang dan yang minum sebanyak 120 orang, kemudian jumlah remaja putri yang mendapat tablet tambah 51-80% sebanyak 682 orang dan yang minum tablet tambah darah sebanyak 749 orang, 81-99% sebanyak 665 orang dan yang minum tablet tambah darah sebanyak 823 orang dan $>100\%$ sebanyak 726 orang dan yang minum tablet tambah darah sebanyak 484 orang (Dinkes Kabupaten Konawe Utara, 2020).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri (remaja putri) dilakukan dengan memberikan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) yaitu satu tablet setiap minggu untuk mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada remaja putri dan WUS pada tahun 2025. Tablet tambah darah yang diberikan adalah folat yang setiap tablet mengandung 200 mg *ferro sulfat* atau 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat (Mardalene, 2017). Kepatuhan remaja putri dan WUS mengonsumsi TTD merupakan salah satu indikator keberhasilan program tersebut. Diharapkan sektor terkait di tingkat pusat dan daerah mengadakan TTD secara mandiri sehingga intervensi efektif dengan cakupan dapat dicapai hingga 90% (Kemenkes RI., 2016).

Anemia pada remaja dipengaruhi oleh konsumsi makanan sehari-hari khususnya konsumsi makanan sumber Fe, hal ini karena Fe merupakan zat gizi yang berperan dalam proses pembentukan sel darah merah yang merupakan indikator terjadinya anemia (Dewi, dkk, 2013). Pengetahuan tentang pentingnya tablet tambah darah merupakan faktor utama yang menjadi dasar dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Pengetahuan merupakan dasar perilaku untuk patuh dengan anjuran untuk mengonsumsi tablet tambah darah yang merupakan suatu suplemen panambah darah yang sangat dibutuhkan oleh remaja guna mencegah terjadinya Anemia selama kehamilan (Sutanto dan Fitriana, 2017).

Pihak Puskesmas Molawe telah melakukan berbagai upaya untuk mencegah anemia melalui pemberian tablet tambah darah dan juga dilakukan upaya untuk meningkatkan capaian pemberian tablet tambah darah melalui penyuluhan dan konseling tentang manfaat tablet tambah darah bagi remaja, namun demikian cakupan pemberian tablet tambah darah masih rendah dan sebagian besar remaja tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Data yang diperoleh di Puskesmas Molawe menunjukkan bahwa jumlah sasaran siswi di SMKN 1 Molawe sebanyak 74 orang, dan jumlah remaja putri yang mendapat tablet tambah darah $\geq 100\%$ sebanyak 60 orang dan yang minum tablet tambah darah hanya 6 orang (Puskesmas Molawe, 2020).

Pemilihan lokasi di SMKN 1 Molawe karena merupakan salah satu sekolah yang memiliki cakupan pemberian tablet tambah darah terendah yang terdapat di Kabupaten Molawe, jumlah seluruh siswa di SMKN 1 Molawe sebanyak 169 orang dan 83 orang diantaranya adalah remaja Putri tersebut.⁽¹¹⁾ Berdasarkan hasil wawancara menggunakan kuesioner pada remaja SMKN 1 Molawe dapat diketahui bahwa dari 10 remaja, 8 orang (80%) pengetahuannya tentang tablet tambah darah dalam kategori kurang dan hanya 2 orang (20%) yang pengetahuannya tentang tablet tambah darah dalam kategori cukup, hasil wawancara juga menunjukkan bahwa orang tua remaja putri pada umumnya memiliki pendidikan rendah 80% yakni tamatan SD dan SMP, kemudian dari 10 remaja yang diwawancarai terdapat 7 orang (70%) tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah karena merasa mual setelah minum tablet tambah darah dan hanya 3 orang (30%) yang patuh (SMKN Molawe, 2020).

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan asupan zat besi (Fe) dengan status anemia pada remaja putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan cross sectional study. Penelitian ini dilaksanakan tanggal 5-17 April Tahun 2021 di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi remaja Putri kelas X dan XI di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara sebanyak 54 orang. Sampel adalah sebagian siswi remaja Putri kelas X dan XI di SMKN 1 Molawe sebanyak 35 orang yang diambil dengan teknik *proporsionate stratified random sampling*.

Data identitas sampel dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Data status anemia dikumpulkan dengan melakukan pemeriksaan kadar haemoglobin darah remaja menggunakan alat *easy touch meter*. Data pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Data asupan zat besi (Fe) diperoleh dengan melakukan wawancara menggunakan formulir *recall 1x24 jam*.

Data dianalisis dengan analisis univariat untuk mengidentifikasi variabel penelitian yang dilakukan secara deskriptif dan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan uji *Chi-square*, namun jika terdapat nilai *expected count* < 5, maka dilakukan uji *Fisher Exact* dengan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik umur menunjukkan bahwa terbanyak (37,1%) adalah sampel yang berumur 16 tahun dan yang paling sedikit (2,9%) adalah sampel yang berumur 14 tahun dan berdasarkan kelas, terbanyak (57,1%) sampel menduduki kelas X dan selebihnya (42,9%) berada di kelas XI. Untuk lebih jelasnya distribusi sampel berdasarkan karakteristiknya dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Sampel

Karakteristik	Sampel	
	(n=35)	(%)
Umur		
14	1	2,9
15	11	31,4
16	13	37,1
17	7	20,0
18	3	8,6
Kelas		
X	20	57,1
XI	15	42,9

Sumber : Data Primer, 2021

Pada analisis univariat, menunjukkan bahwa dari 35 sampel, sebagian besar (88,6%) tingkat pengetahuannya cukup, selebihnya (11,4%) kurang. Untuk kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagian besar (62,9%) patuh mengonsumsi tablet tambah darah dan selebihnya (37,1%) tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah. kemudian untuk asupan zat besi sebagian besar (71,4%) asupan zat besinya cukup dan selebihnya (28,6%) deficit. Selanjutnya untuk status anemia sebagian besar (74,3%) tidak anemia dan selebihnya (25,7%) mengalami anemia. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini

Tabel 2. Hasil Analisis Univariat

Variabel Penelitian	Sampel	
	(n=35)	(%)
Pengetahuan		
Cukup	37	80,4
Kurang	9	19,6
Konsumsi Tablet Tambah Darah		
Cukup	8	17,4
Defisit	38	82,6
Asupan Zat Besi		
Cukup	17	37,0
Defisit	29	63,0
Anemia		
Lengkap	25	54,3
Tidak Lengkap	21	45,7

Sumber : Data Primer, 2021

Distribusi rata-rata rata-rata skor pengetahuan sampel adalah 11,5, dengan skor pengetahuan terendah adalah 6 dan skor pengetahuan tertinggi adalah 13. Sedangkan rata-rata asupan asupan zat besi sampel adalah 12,2 gr, dengan asupan zat besi terendah adalah 6,5 gr dan tertinggi adalah 15,2 gr. Kemudian rata-rata kadar Hb sampel adalah 12,1 mg/dl, dengan kadar Hb terendah adalah 9,6 mg/dl dan kadar Hb tertinggi adalah 13,8 mg/dl. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Distribusi Rata-Rata Skor Variabel

Variabel	Mean	Minimum	Maximum
Pengetahuan	11,5	6	13
Asupan Zat Besi	12,2	6,5	15,2
Kadar Hb	12,1	9,6	13,8

Sumber : Data Primer, 2021

Analisis bivariat hubungan tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah dengan status anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa proporsi anemia terlihat lebih tinggi yaitu

75,0% (n=3) untuk kelompok remaja putri dengan pengetahuan kurang dibandingkan dengan yang memiliki pengetahuan cukup. Sebaliknya proporsi tidak anemia (normal) pada remaja putri dengan pengetahuan cukup lebih tinggi yaitu 80,6% (n=31) dibandingkan dengan remaja putri yang berpengetahuan kurang. Hasil uji *korelasi pearson (r)* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai $p = 0,029 < 0,05$ dengan nilai $r = 0,184$ artinya ada hubungan yang positif antara pengetahuan gizi dengan anemia pada remaja putri dengan tingkat hubungan yang sangat lemah.

Hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia menunjukkan bahwa proporsi anemia terlihat lebih tinggi yaitu 61,5% (n=8) untuk kelompok remaja putri yang tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan dengan yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Sebaliknya proporsi tidak anemia (normal) pada remaja putri yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah lebih tinggi yaitu 95,5% (n=21) dibandingkan dengan remaja putri yang tidak

patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Hasil uji *fisher exact* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai $p = 0,000 < 0,05$ artinya ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan anemia pada remaja putri.

Hubungan asupan zat besi dengan status anemia menunjukkan bahwa proporsi anemia terlihat lebih tinggi yaitu 70% (n=7) untuk kelompok remaja putri dengan asupan zat besi defisit dibandingkan dengan yang memiliki asupan zat besi cukup. Sebaliknya proporsi tidak anemia (normal) pada remaja putri dengan asupan zat besi cukup lebih tinggi yaitu 92% (n=23) dibandingkan dengan remaja putri yang asupan zat besinya defisit. Hasil uji *korelasi pearson (r)* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai $p = 0,019 < 0,05$ dengan nilai $r = 0,395$, artinya ada hubungan yang positif antara asupan zat besi dengan anemia pada remaja putri dengan tingkat hubungan yang lemah. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4 berikut:

Tabel 4. Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Status Anemia				Total		Hasil uji <i>Korelasi Pearson</i>
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
	n	%	n	%			
Tingkat Pengetahuan							
Cukup	6	19,4	25	80,6	31	100	$p = 0,029$ $r = 0,184$
Kurang	3	75,0	1	25,0	4	100	
Total	9	25,7	26	74,3	35	100	
Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah							
Patuh	1	4,5	21	95,5	22	100	<i>Fisher Exact</i> $p = 0,000$
Tidak Patuh	8	61,5	5	38,5	13	100	
Total	9	25,7	26	74,3	35	100	
Asupan Zat Besi (Fe)							
Cukup	2	8,0	23	92,0	25	100	$p = 0,019$ $r = 0,395$
Defisit	7	70,0	3	30,0	10	100	
Total	9	25,7	26	74,3	35	100	

Sumber Data Primer, 2022

PEMBAHASAN

Hubungan tingkat pengetahuan dengan status anemia pada remaja putri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada sampel yang tingkat pengetahuannya cukup, sebagian besar tidak anemia yaitu 80,6%, hal ini karena pengetahuan yang baik akan berdampak pada peningkatan tindakannya untuk menentukan dan memilih makanan yang tepat

guna mencegah anemia. Namun dalam penelitian ini terdapat 19,4% sampel yang pengetahuannya cukup namun mengalami anemia, hal ini karena sampel tidak mengaplikasikan pengetahuan yang dimiliki sehingga tindakannya untuk mematuhi konsumsi tablet tambah darah dan mengonsumsi makanan sumber buah-buahan tidak terlaksana. Selanjutnya pada penelitian ini juga ditemukan 75% sampel yang pengetahuannya kurang,

mengalami anemia, hal ini karena sampel tidak memahami upaya mencegah anemia dan berdampak pada ketidak patuhan serta tindakan untuk tidak mengonsumsi makanan sumber zat besi (Fe), selanjutnya pada penelitian ini juga terdapat 25% sampel yang pengetahuannya kurang namun tidak mengalami anemia, hal ini karena adanya dukungan dari keluarga yang menyediakan makanan-makanan yang sumber zat besi (Fe) dan memotivasi sampel untuk mengonsumsi tablet Fe sehingga kadar haemoglobin darah di atas normal.

Hasil uji statistik menemukan bahwa hubungan pengetahuan dengan status anemia pada remaja putri. Berdasarkan nilai r maka dapat disimpulkan bahwa ada korelasi positif yang sangat lemah antara pengetahuan dengan status anemia pada remaja putri. Hubungan yang terjadi bersifat positif karena pengetahuan yang cukup dapat menurunkan kejadian anemia dan pengetahuan yang kurang dapat memicu terjadinya anemia pada remaja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Simanungkalit dan Simarmat (2019) bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri dan pada uji multivariat didapatkan bahwa pengetahuan anemia merupakan faktor dominan anemia remaja putri. Demikian pula dengan penelitian Fitriana (2018) menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang tablet tambah darah dengan anemia.

Penelitian ini juga diperkuat oleh teori yang mengemukakan bahwa pengetahuan tentang pentingnya tablet tambah darah merupakan faktor utama yang menjadi dasar dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Pengetahuan merupakan dasar perilaku untuk patuh dengan anjuran untuk mengonsumsi tablet tambah darah yang merupakan suatu suplemen panambah darah yang sangat dibutuhkan oleh remaja guna mencegah terjadinya Anemia selama kehamilan (Sutanto dan Fitriana, 2017).

Hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada remaja putri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada sampel yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah, sebagian besar tidak anemia yaitu 95,5% hal ini karena tablet tambah darah dapat menunjang kebutuhan Fe sehingga

haemoglobin darah tercukupi, kemudian penelitian ini terdapat 4,5% sampel yang patuh namun mengalami anemia hal ini karena responden mengonsumsi makanan yang dapat menghambat penyerapan Fe seperti mengonsumsi teh dan juga kopi, selain itu ditunjang pula dengan kebiasaan sampel yang jarang istirahat utamanya pada malam hari sering begadang sehingga berefek kepada penurunan haemoglobin dalam darah. Kemudian penelitian ini juga ditemukan 61,5% sampel yang tidak patuh, mengalami anemia, hal ini karena sampel tidak mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran sehingga kebutuhan Fe tidak tercukupi, selanjutnya penelitian ini juga ditemukan 38,5% sampel yang tidak patuh justru tidak mengalami anemia, hal ini karena ditunjang oleh pola makan sampel yang terbiasa mengonsumsi makanan sumber sayuran yang berdaun hijau seperti kelor dan bayam, olehnya itu asupan Fe nya terpenuhi dari asupan makanan yang dikonsumsi setiap hari.

Hasil uji statistik menemukan bahwa ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada remaja putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara. Menurut asumsi peneliti hal ini terjadi karena sampel yang patuh mengonsumsi tablet tambah darah maka dapat terhindar dari anemia sedangkan sampel yang tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah dapat mudah mengalami anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Putri, dkk., (2019) menemukan bahwa ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada remaja putri. Penelitian ini juga dipertegas oleh peraturan yang dikeluarkan oleh Kemenkes RI., tahun 2016 bahwa kepatuhan remaja putri dan WUS mengonsumsi TTD merupakan salah satu indikator keberhasilan program tersebut. Diharapkan sektor terkait di tingkat pusat dan daerah mengadakan TTD secara mandiri sehingga intervensi efektif dengan cakupan dapat dicapai hingga 90%.

Hubungan asupan zat besi (Fe) dengan status anemia pada remaja putri

Penelitian ini menunjukkan bahwa sampel yang asupan zat besinya cukup, sebagian besar tidak anemia yaitu 92,0% dan sampel yang asupan besinya defisit, sebagian besar mengalami anemia sebanyak 70,0%, hal ini

karena zat besi yang berasal dari makanan sangat berperan dalam membentuk haemoglobin darah khususnya pada remaja, namun dalam penelitian ini terdapat 8,0% sampel yang asupan zat besinya cukup namun mengalami anemia, hal ini karena sampel mengonsumsi makanan lain yang menghambat penyerapan zat besi, sehingga walaupun dikonsumsi dalam jumlah yang cukup, asupan Fe yang dibutuhkan oleh tubuh tetap tidak terpenuhi akibat dari proses metabolisme makanan yang menghambat penyerapan Fe seperti mengonsumsi teh dan juga kopi. Penelitian ini juga terdapat 30% sampel yang asupan zat besinya deficit namun tidak anemia, hal ini karena sampel rutin mengonsumsi tablet Fe setiap minggu bahkan ketika menstruasi mengonsumsi tablet setiap hari selama 10 hari berturut-turut.

Hasil uji statistik menemukan bahwa ada hubungan asupan zat besi dengan status anemia pada remaja putri. Berdasarkan nilai r maka dapat disimpulkan bahwa ada korelasi positif yang lemah antara asupan zat besi dengan status anemia pada remaja putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara. Hal ini menunjukkan bahwa asupan zat besi yang cukup dapat meningkatkan kadar haemoglobin darah sehingga remaja terhindari dari anemia, dan sampel yang asupan zat besinya deficit dapat menyebabkan anemia karena zat besi dibutuhkan untuk pembentukan haemoglobin darah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Junengsih, J., & Yuliasari, Y (2017) yang menemukan bahwa ada hubungan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri.⁽¹⁵⁾ Demikian pula penelitian Emilia (2019) menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara asupan zat besi dengan status anemia pada santri putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin Air Itam Kota Pangkalpinang, dimana OddRatio sebesar 22 dari penelitian ini dapat dijelaskan bahwa santri putri yang mengalami anemia dengan asupan zat besi kategori kurang 22 kali memiliki resiko menderita anemia dibandingkan dengan asupan zat besi kategori baik.

Penelitian ini dipertegas oleh Fikawati dkk., (2016) yang mengemukakan bahwa diperkirakan hanya 5-15% besi makanan diabsorpsi oleh orang dewasa yang berada

dalam status besi baik. Dalam keadaan defisiensi besi absorpsi dapat mencapai 50%. Banyak faktor berpengaruh dengan absorpsi besi seperti adanya zat penghambat penyerapan zat besi seperti mengonsumsi tanin yang merupakan *polifenol* dan terdapat dalam teh, kopi, dan beberapa jenis sayuran dan buah juga menghambat absorpsi besi dengan cara mengikatnya. Bila besi tubuh tidak terlalu tinggi sebaiknya tidak minum teh atau kopi pada waktu makan.

Anemia defisiensi besi adalah anemia yang terjadi akibat kekurangan cadangan zat besi. Zat besi yang tidak adekuat menyebabkan berkurangnya sintesis hemoglobin sehingga menghambat proses pematangan eritrosit. Zat besi yang tidak adekuat disebabkan oleh rendahnya asupan besi total dalam makanan atau *bioavailabilitas* besi yang dikonsumsi menurun (makanan banyak serat, rendah daging dan rendah vitamin C), kebutuhan akan zat besi yang meningkat (pada bayi prematur, anak dalam pertumbuhan, ibu hamil dan menyusui), perdarahan kronis, diare kronik, malabsorpsi, serta infeksi cacing tambang (Mardalena, 2017).

SIMPULAN

Tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara sebagian besar dalam kategori cukup yaitu 88,6%. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sebagian besar dalam kategori patuh 62,9%. Asupan zat besi (Fe) pada remaja putri sebagian besar dalam kategori cukup yaitu 71,4%). Status anemia pada remaja putri sebagian besar tidak anemia yaitu 74,3%. Ada hubungan positif yang sangat lemah antara tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah dengan status anemia pada remaja putri. Ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada remaja putri. Ada hubungan positif yang lemah antara asupan zat besi (Fe) dengan status anemia pada remaja putri.

SARAN

Penelitian ini menyarankan bagi Remaja putri di SMKN 1 Molawe agar dapat meningkatkan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dan membatasi mengonsumsi teh dan kopi sehingga tidak menghambat

penyerapan zat besi. Bagi pemerintah khususnya pihak Puskesmas Molawe agar dapat dijadikan sebagai dasar untuk meningkatkan cakupan pendistribusian tablet tambah darah pada remaja putri di SMKN 1 Molawe. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melanjutkan penelitian yang relevan dengan penelitian ini dengan mengkaji variabel lain yang berhubungan dengan anemia seperti dukungan keluarga dan kebiasaan mengonsumsi makanan penghambat penyerapan zat besi.

DAFTAR RUJUKAN

- Dewi dkk. (2013). *Ilmu Gizi Untuk Praktisi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sultra. (2019). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2018*. Kendari : Sulawesi Tenggara.
- Dinkes Kabupaten Konawe Utara. (2020). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Utara Tahun 2019*. Konawe Utara : Sulawesi Tenggara.
- Emilia E. (2019). Hubungan Asupan Zat Besi dengan Status Anemia pada Santri Putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin Air Itam Kota Pangkalpinang Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, 7 (2), 64-69.
- Fikawati S, Syafiq A, K. K. (2016). *Gizi Ibu dan Bayi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Fitria, N. E., (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Tablet Fe dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 3(1), 1-6.
- Junengsih, J., Yuliasari, Y. (2017). Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smu 98 di Jakarta Timur. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(1), 55-65.
- Kemenkes RI. 2015. *Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Mardalena I. (2017). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi untuk Keperawatan. Konsep dan Penerapan pada Asuhan Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Kemenkes RI. (2016). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Puskesmas Molawe, (2020). *Profil Puskesmas Molawe Tahun 2019*. Molawe : Konawe Utara.
- Putri R.D., Simanjuntak B.Y., & Kusdalinah. (2019). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Karya Ilmiah*. Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu.
- 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.
- SMKN Molawe, (2020). *Profil SMKN Molawe Tahun 2019*. Molawe: Konawe Utara.
- Sutanto A.V., Fitriana Y. (2017). *Asuhan pada Kehamilan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- WHO. (2018). *WHO Global Database on Anaemia*. <https://www.who.int/vmnis/anaemia/en/>.