

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA DENGAN TINGKAT KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH

Yuni Hanas¹, Rismawati², Meity Christiani³, Ade Witriani⁴

^{1,3,4}STIKes As Syifa, ²STIKes Estu Utomo

Abstrak

Latar Belakang: Anemia merupakan kondisi kekurangan hemoglobin dalam darah yang umum terjadi pada remaja putri akibat menstruasi rutin dan kebiasaan diet yang kurang tepat. Salah satu upaya pencegahan anemia adalah dengan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Tingkat pengetahuan remaja diyakini berpengaruh terhadap kepatuhan mereka dalam mengonsumsi TTD. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan remaja tentang anemia dengan tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMAN 1 Buntu Pane tahun 2025. Metode: Desain penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian adalah remaja putri yang dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji statistik chi-square untuk melihat hubungan antar variabel. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan tingkat kepatuhan yang bervariasi. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah ($p < 0,05$). Kesimpulan: Terdapat hubungan positif antara tingkat pengetahuan remaja tentang anemia dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Edukasi kesehatan remaja menjadi strategi penting dalam upaya pencegahan anemia melalui peningkatan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD.

Kata Kunci: *Pengetahuan, Kepatuhan, Tablet Tambah Darah, Remaja Putri, Anemia*

Relationship Between Adolescents' Knowledge Level And Their Compliance In Consuming Blood-Increasing Tablets

Abstrack

Background: Anemia is a condition of lack of hemoglobin in the blood that commonly occurs in young women due to regular menstruation and inappropriate dietary habits. One way to prevent anemia is by consuming blood supplement tablets (TTD). Adolescents' level of knowledge is believed to influence their compliance in consuming TTD. Objective: This study aims to determine the relationship between the level of knowledge of adolescents about anemia and the level of compliance in consuming blood supplement tablets. Method: This research design is descriptive correlational with a quantitative approach. The research sample was young women selected using purposive sampling. Data was collected through questionnaires and analyzed using the chi-square statistical test to see the relationship between variables. Results: The results showed that the majority of respondents had a sufficient level of knowledge, and varying levels of compliance. There is a significant relationship between the level of knowledge about anemia and compliance with taking blood supplement tablets ($p < 0.05$). Conclusion: There is a positive relationship between the level of knowledge of adolescents about anemia and compliance in taking blood supplement tablets. Adolescent health education is an important strategy in efforts to prevent anemia through increasing knowledge and compliance with TTD consumption.

Keywords: Knowledge, Compliance, Blood Supplement Tablets, Young Women, Anemia

LATAR BELAKANG

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya serta pola hidup remaja yang sangat memperhatikan postur tubuh, membuat remaja putri membatasi asupan makanan dan pantangan terhadap makanan, seperti pada diet vegetarian dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Wahyuningsih & Rohmawati, 2020).

Anemia merupakan suatu keadaan dimana komponen di dalam darah yaitu hemoglobin (Hb) dalam darah jumlahnya kurang dari kadar normal (Wahyuningsih & Rohmawati, 2020). Menurut Hasyim et al, Anemia pada remaja didefinisikan sebagai keadaan kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah kurang dan angka normal sesuai kelompok jenis kelamin dan umur. Nilai batas ambang anemia berdasarkan ketetapan WHO untuk remaja wanita adalah 12 g/dL sedangkan untuk laki-laki 13 g/dL

Prevalensi anemia tahun 2021 pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun menurut WHO secara global adalah sebesar 29.9% (Putri, Salwa, & Wahyuningsih, 2021). Di Asia Tenggara, prevalensi anemia sebesar 41,9%. Data di Indonesia menunjukkan prevalensi anemia pada wanita (15-49 tahun) sebesar 30.6 %. Prevalensi anemia pada remaja putri di Pakistan adalah 47,9%, yang terdiri dari 47,7% anemia ringan, 51,7% anemia sedang, dan 5,7% anemia berat (Ariana & Fajar, 2024). di Indonesia ditemukan prevalensi anemia pada remaja putri 21.1%. Penelitian oleh Nadiyah et al (2022) dengan menggunakan data survei Riskesdas 2018 didapatkan hasil persentase remaja putri anemia sebesar 23,4% (Ariana & Fajar, 2024).

Remaja putri yang mengalami anemia memiliki beberapa dampak langsung seperti pusing, pandangan berkunang, pucat pada kelopak mata, kulit, telapak tangan, bibir, dan lidah, serta merasa 5L (lemah, letih, lesu, lelah, dan lunglai). Terdapat juga dampak panjang yang ditimbulkan oleh anemia, karena seorang perempuan akan mengalami hamil di usia yang semestinya dan memiliki anak, apabila seorang perempuan menderita anemia sejak remaja, maka saat hamil kondisi anemia tersebut akan lebih parah, karena zat gizi yang dibutuhkan saat hamil akan lebih banyak, dan jika tidak diatasi dengan baik maka akan berakibat buruk pada ibu dan bayinya (Putri, Salwa, & Wahyuningsih, 2021)

Faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan dan kesadaran dalam mencukupi kebutuhan zat gizi individu. Pengetahuan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan, penggunaan suplemen tablet tambah yang akan berpengaruh terhadap keadaan gizi individu (Wahyuningsih & Rohmawati, 2020)

Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan memperbaiki perilaku remaja putri. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku remaja dalam pencegahan anemia adalah pengetahuan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh. pengetahuan yang kurang tentang tablet Fe akan mempengaruhi kepatuhan remaja putri. Kepatuhan remaja dalam minum tablet Fe sesuai anjuran dari petugas kesehatan sangat penting bagi remaja dalam mencegah anemia pada remaja (Runiari & Hartati, 2020).

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan peneliti, kepada siswi SMAN 1 Buntu Pane, kurang patuh akan konsumsi tablet tambah darah dikarenakan bau obat yang mengganggu, lupa untuk minum tablet tambah darah, adanya beberapa efek samping setelah minum seperti

merasakan pusing dan mual inilah menjadi alasan remaja tidak mengkonsumsi Tablet Tambah Darah

METODE

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian observasional analitik adalah penelitian yang ditujukan untuk mengetahui dan menyelidiki data dari sampel yang diambil berasal dari populasi, sehingga timbul adanya korelasi antar variabel. Sedangkan pendekatan cross sectional suatu penelitian dimana variabel-variabel yang termaksud efek diobservasi sekaligus pada waktu yang sama. Penelitian ini mengkaji hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya

HASIL

4.1 Analisis Univariat

4.1.1 Karakteristik Responden

Karakteristik responden di SMA Negeri 1 Buntu Pane Tahun 2025 pada penelitian ini dikelompokkan berdasarkan umur, pengetahuan, dan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Karakteristik responden diuraikan dalam tabel 4.1 sebagai berikut:

Tabel 4.1.

Karakteristik Responden di SMA Negeri 1 Buntu Pane Tahun 2025

Data Demografi	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
17 tahun	25	43,1
18 tahun	33	56,9
Jumlah	58	100

Berdasarkan tabel 4.1. di atas dapat dijelaskan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas responden berumur antara 18 tahun sebanyak 33 responden (56,9%) dan minoritas responden berumur 17 tahun sebanyak 25 orang (43,1%).

Kategori Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia

Kategori tingkat pengetahuan tentang anemia dibagi menjadi tiga kategori yang meliputi kategori tinggi dengan rentang skor 76-100, kategori sedang dengan rentang skor 56-75, dan kategori rendah dengan rentang skor 0-55 (Arikunto, 2020) di SMAN 1 Buntu Pane sebagai berikut :

Tabel 4.2

Kategori Pengetahuan Remaja Putri SMAN 1 Buntu Pane Tentang Anemia Tahun 2025

Tingkat Pengetahuan Rmeaja Putri Tentang Anemia	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	80-100	44	75,9
Cukup	60-79	14	24,1
Kurang	<60	0	0
Jumlah	58	58	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa berdasarkan kategori pengetahuan remaja putri SMAN 1 Buntu Pane Tahun 2025 mayoritas responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 44 orang (75,9%), dan minoritas responden berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 14 orang (24,1%). Sehingga dari hasil kategori tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja putri di SMAN 1 Buntu Pane dikategorikan sebagian besar memiliki pengetahuan baik tentang penyakit anemia dan tablet tambah darah. Maksud dari pengetahuan baik adalah responden sudah sepenuhnya mengetahui keseluruhan tentang penyakit anemia.

Kategori Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah

Tingkat kepatuhan minum obat pada remaja putri dapat diukur dengan lembar kuesioner. Dengan menggunakan lembar kuesioner memiliki keuntungan yang mana biaya yang dikeluarkan rendah dan juga tidak memakan waktu yang banyak. Dapat digunakan secara luas pada berbagai kalangan masyarakat dan berbagai macam penyakit (Morisky dan Dimatteo, 2021). Analisa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada responden sebagai berikut:

Tabel 4.3
Kategori Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah
Remaja Putri SMAN 1 Buntu Pane Tahun 2025

Kategori Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	8	11	18,9
Sedang	6-7	37	63,8
Rendah	≤ 5	10	17,3
Jumlah	58	58	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa persentase kategori kepatuhan remaja putri SMAN 1 Buntu Pane terdapat mayoritas responden memiliki tingkat kepatuhan minum tablet tambah darah dengan kategori sedang yaitu sebanyak 37 orang (63,8%), dan minoritas responden memiliki tingkat kepatuhan minum tablet tambah darah dengan kategori rendah yaitu sebanyak 10 orang (17,3%).

Analisis Bivariat

Hubungan tingkat pengetahuan remaja tentang anemia dengan tingkat kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah

Analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja tentang anemia dengan tingkat kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah dengan uji statistik. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *Spearman Rank* dapat dilihat pada tabel 4.4 dibawah ini.

Tabel 4.4.
Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Tingkat Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMAN 1 Buntu Pane Tahun 2025
Correlations

	Pengetahuan	Kepatuhan
--	-------------	-----------

Spearman's rho	Pengetahuan	Correlation Coefficient	2.000	.389**
		Sig. (2-tailed)	.	.002
		N	58	58
	Kepatuhan	Correlation Coefficient	.389**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.002	.
		N	58	58

** Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed).

Tabel 4.4. Uji Hipotesis *Spearman Rank*

No	Uji Hipotesis	Hasil	Kesimpulan
1	Nilai Signifikasi	0,002	P value <0,05 terdapat korelasi bermakna
2	Nilai Koefisien Korelasi	0,389	Kekuatan korelasi cukup
3	Arah Korelasi	(+)	Searah, semakin besar nilai satu variabel maka semakin besar pula nilai variabel lainnya

Berdasarkan hasil dari tabel 4.4 dapat diketahui bahwa nilai signifikasi yang didapatkan pada penelitian ini dengan menggunakan *spearman rank* yakni sebesar 0.002 atau <0.05 dan artinya memiliki hubungan yang bermakna Sugiyono (2023). Dari pengujian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara variabel X (tingkat pengetahuan) dan variabel Y (kepatuhan konsumsi tablet tambah darah) yang artinya bahwa pengetahuan responden tentang anemia memiliki hubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 58 remaja putri di SMAN 1 Buntu Pane, diketahui bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang anemia, yaitu sebanyak 44 orang (75,9%) dan sisanya memiliki pengetahuan cukup sebanyak 14 orang (24,1%). Tidak terdapat responden dengan kategori pengetahuan kurang.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor utama yang dapat membentuk sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga kesehatannya, termasuk dalam hal kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Menurut Wahyuningsih & Rohmawati (2020), pengetahuan yang baik akan berdampak positif terhadap perilaku dan sikap seseorang, termasuk dalam

mematuhi konsumsi suplemen seperti TTD untuk mencegah anemia.

Remaja dengan pengetahuan yang baik cenderung memahami pentingnya zat besi, penyebab, serta dampak anemia. Oleh karena itu, mereka memiliki kesadaran lebih tinggi dalam menjaga pola hidup sehat, termasuk kepatuhan dalam mengonsumsi TTD secara rutin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah mayoritas berada pada kategori sedang sebanyak 37 orang (63,8%), kemudian kepatuhan tinggi sebanyak 11 orang (18,9%), dan sisanya kategori rendah sebanyak 10 orang (17,3%).

Kepatuhan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pemahaman terhadap manfaat TTD, efek samping yang dirasakan seperti mual atau pusing, serta dukungan

dari tenaga kesehatan dan lingkungan keluarga. Menurut Morisky dan Dimatteo (2021), kepatuhan terhadap pengobatan sangat dipengaruhi oleh pemahaman terhadap informasi yang diberikan serta kualitas interaksi dengan petugas kesehatan.

Pada penelitian ini, ditemukan bahwa beberapa remaja mengalami kepatuhan rendah akibat keluhan efek samping, rasa bosan, atau lupa, yang menjadi penghambat dalam konsumsi rutin TTD. Dukungan keluarga dan sekolah juga berperan penting untuk meningkatkan kesadaran dan motivasi remaja dalam menjaga kesehatannya

Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan uji Spearman Rank, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,002 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,389. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Berdasarkan interpretasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2023), nilai 0,389 termasuk dalam kategori korelasi cukup, yang berarti semakin tinggi pengetahuan remaja tentang anemia, maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhannya dalam mengonsumsi TTD. Korelasi yang positif menunjukkan hubungan searah antara kedua variabel tersebut.

Hasil ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa pengetahuan yang baik akan membentuk sikap positif terhadap perilaku kesehatan. Oleh karena itu, peningkatan edukasi tentang anemia dan pentingnya konsumsi TTD secara teratur sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan remaja.

Peneliti juga berpendapat bahwa pemberian informasi yang efektif oleh tenaga kesehatan, baik secara lisan maupun tertulis, serta penyuluhan yang intensif di sekolah dapat memperkuat pengetahuan dan mendorong perilaku sehat pada remaja putri, khususnya dalam pencegahan anemia.

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan kategori pengetahuan remaja putri SMAN 1 Buntu Pane Tahun 2025 mayoritas responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 44 orang (75,9%), dan minoritas responden berpengetahuan cukup yaitu sebanyak 14 orang (24,1%).
2. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa persentase kategori kepatuhan remaja putri SMAN 1 Buntu Pane terdapat mayoritas responden memiliki tingkat kepatuhan minum tablet tambah darah dengan kategori sedang yaitu sebanyak 37 orang (63,8%), dan minoritas responden memiliki tingkat kepatuhan minum tablet tambah darah dengan kategori rendah yaitu sebanyak 10 orang (17,3%).
3. Berdasarkan hasil analisis *spearman rank*, dapat diketahui bahwa korelasi antara tingkat pengetahuan dan perilaku kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Buntu Pane memberikan arah korelasi positif (+). Dari hasil yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pengetahuan responden maka semakin tinggi pula kepatuhannya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat pengetahuan responden maka semakin rendah pula kepatuhannya. Hasil dari penelitian ini bahwa Ha diterima yakni adanya hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan kekuatan korelasi yang cukup.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiani, N. Y., Lanyumba, F. S., Balebu, D. W., & Ramli. (2020). Persepsi Remaja Putri tentang Anemia di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 5 Luwuk Timur. *Jurnal Kesmas Untika Luwuk: Public Health Journal*, 62-71.
- Apriningsih. (2023). *Anemia Pada Remaja Putri : Perspektif Sosio Ekologi*. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Ariana, R., & Fajar, N. A. (2024). Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literatur Review. *JURNAL KESEHATAN KOMUNITAS*, 133-140.
- Bobii, P. (2024). *Remaja Dan Kehidupan Rohannya*. Gowa: CV. Ruang Tentor.
- Hastuti, R. (2021). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: ANDI.
- Hutagalung, P. M., & Manik, H. E. (2024). *Pengetahuan Masyarakat Tentang Terapi Emotional Freedom Technique Sebagai Upaya Mengatasi Trauma Pasca Bencana Alam Tanah Longsor*. Yogyakarta: Selat Media.
- Isdairi, Anwar, H., & Sihaloho, N. T. (2021). *Kepatuhan Masyarakat Dalam Penerapan Social Distancing Di Masa Pandemi Covid-19*. Surabaya: Scpio Media Pustaka.
- Kristianti, & Dewi, Y. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dan Prakonsepsi*. Jakarta Selatan : Mahakarya Citra Utama.
- Nasir, Y., Masithah, S., Yusuf, K., Nurcahyani, I. D., & Syafruddin. (2024). Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Turikale. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 93-100.
- Putri, A. A., Salwa, A., & Wahyuningsih, U. (2021). Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi Bagi Remaja Putri Dengan Media Leaflet. *Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2021*, 279-288.
- Rasyid, P. S., Zakaria, R., & Munaf, A. Z. (2022). *Remaja Dan Stunting*. Jawa Tengah: NEM.
- Rizawati. (2023). *Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah*. Sumatera Barat: CV. Azka Pustaka.
- Runiari, N., & Hartati, N. (2020). Pengetahuan Dan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 103-110.
- Sari, N. Y. (2021). *Terapi Kognitif Perilaku Dan Terapi Psikoedukasi Keluarga Untuk Remaja*. Jawa Tengah: NEM.
- Siahaya, A., & Tahapary, W. (2024). Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) dan Pelatihan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri Untuk Pencegahan Stunting Sejak Dini. *Karya Kesehatan Siwalima*, 8-15.
- Suraya, R., Maharani, A., Ahmadi, D. A., Anggita, D., Witriani, E., Hannari, M. I., . . . Hasanah, U. (2024). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Gizi Di SMP Negeri 30 Medan. *JURNAL KESEHATAN TAMBUSAI*, 1095-1101.
- Swarjana, I. K. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan*,

Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner.
Yogyakarta: ANDI.

Taufiq, Z., Ekawidayani, K. R., & Sari, T. P. (2020). *Aku Sehat Tanpa Anemia Buku Saku Anemia Untuk Remaja Putri*. Tangerang Selatan: Wonderland Family Publisher.

Wahyuningsih, A., & Rohmawati, W. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Karangnongko. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 8-12.

Yanniarti, S., Yorita, E., & Efriyani, R. (2024). *Anemia Pada Remaja Dan Cara Mengatasinya*. Jawa Tengah: NEM.