

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri

Consumption Behavior of Iron Tablets in Female Adolescents

Lisda Oktavia Madu Pamangin

Universitas Cenderawasih

Article Info

Article History

Received: 08 Feb 2023

Revised: 10 Mar 2023

Accepted: 23 Mar 2023

ABSTRACT / ABSTRAK

Adolescent girls are at high risk of experiencing iron deficiency, resulting in anaemia. One of the efforts made by the government to overcome the health problems of adolescents as expectant mothers are through supplementation with blood-boosting tablets. This study analyzes the consumption behaviour of iron supplement tablets in female adolescents. The population is Cenderawasih University students aged ≤ 19 years, with a sample size of 119 people. The sampling technique used was purposive sampling and questionnaires as data collection instruments. The chi-square test was used in this study to analyze the relationship between knowledge and perception variables with taking iron tablets. The results showed a relationship between knowledge and the consumption of iron tablets in female adolescents ($p = 0.039$) and no relationship between female adolescents' perceptions and consumption of iron tablets ($p = 0.429$).

Keywords: Knowledge, perception, iron tablets

Remaja putri berisiko tinggi mengalami defisiensi zat besi yang mengakibatkan anemia. Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk mengatasi masalah kesehatan remaja sebagai calon ibu ialah melalui pemberian suplementasi tablet tambah darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Populasinya merupakan mahasiswi Universitas Cenderawasih usia ≤ 19 tahun, dengan besar sampel 119 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dan kuisisioner sebagai instrumen pengumpulan data. Uji *chi-square* digunakan dalam studi ini untuk menganalisis hubungan antara variabel pengetahuan dan persepsi dengan tindakan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Hasil yang diperoleh yakni terdapat hubungan pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri ($p = 0,039$) dan tidak ada hubungan persepsi remaja putri dengan konsumsi tablet tambah darah ($p = 0,429$).

Kata kunci : Pengetahuan, persepsi, tablet tambah darah

Corresponding Author:

Name : Lisda Oktavia Madu Pamangin
Affiliate : Universitas Cenderawasih
Address : Jl. Raya Abepura Sentani, Kota Jayapura, Prov. Papua
Email : lies_davia@yahoo.com

PENDAHULUAN

Kelompok usia remaja tergolong dalam kelompok yang cukup besar dari seluruh populasi di dunia. Usia remaja merupakan usia yang beresiko terhadap masalah kesehatan. Hal ini disebabkan karena remaja merupakan populasi yang memiliki ciri tertentu dan mobilitas aktivitas yang cukup padat, yang dapat meningkatkan potensi untuk mengalami penyakit, cedera, atau masalah kesehatan lainnya. Kesehatan secara fisik, mental dan psikologis sangat penting untuk terpenuhi pada saat usia remaja, sebab dengan kondisi fisik, mental, dan psikologis remaja yang sehat, maka produktivitas remaja akan meningkat. Oleh karena itu asupan gizi yang optimal sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan aspek-aspek tersebut.

Selama masa remaja, anemia merupakan salah satu masalah gizi terbesar yang ditemui. Prevalensi anemia secara global sebesar 4,8 juta. Jumlah remaja usia 15-24 tahun yang mengalami anemia sebesar 32%. Berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018, jumlah ibu hamil yang mengalami anemia sebesar 48,9%, yang mana sebesar 84,6% di antaranya merupakan ibu hamil pada kelompok umur 15-24 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018; Ditjen Kesmas, 2020). Anemia pada remaja dan dewasa muda dapat berdampak negatif pada kinerja, gangguan konsentrasi belajar, menurunnya tingkat kebugaran, dan pertumbuhan kognitif yang dapat memengaruhi produktivitas kerja. Secara khusus pada remaja putri sebagai calon ibu, anemia dapat mengakibatkan risiko anemia pada saat hamil, melahirkan, dan pada bayinya yang berhubungan dengan kelahiran prematur, berat bayi lahir rendah hingga kematian ibu akibat komplikasi (UNICEF, Organization and Prevention, 2017).

Ada beberapa penyebab anemia pada remaja yaitu kurangnya asupan sumber zat besi, menstruasi, adanya penyakit tertentu, serta kebiasaan konsumsi makanan minuman cepat saji yang dapat memicu timbulnya gejala anemia. Zat besi adalah salah satu mikronutrien yang sangat dibutuhkan untuk proses fisiologis dasar seperti produksi hemoglobin dan fungsi enzim. Tubuh membutuhkan lebih banyak zat besi ketika tumbuh dengan cepat dan ketika sering terjadi kehilangan darah, misalnya melalui menstruasi. Oleh karena itu, remaja putri berisiko tinggi mengalami defisiensi zat besi yang mengakibatkan anemia. Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk mengatasi masalah kesehatan remaja sebagai calon ibu ialah melalui pemberian suplementasi tablet tambah darah.

Tablet Tambah Darah (TTD) atau Tablet Fe merupakan suplemen gizi penambah darah yang disediakan oleh pemerintah dan didistribusi kepada kelompok-kelompok sasaran, yang mana kelompok remaja usia 10-19 tahun merupakan salah satu sasaran. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemberian TTD pada remaja putri efektif meningkatkan kadar haemoglobin (Hb) dalam darah dan menurunkan prevalensi kejadian anemia pada remaja putri (Gosdin *et al.*, 2021; Haryanti, Kamesworo and Maksuk, 2021). Oleh karena itu pemerintah menargetkan pada Tahun 2019 terdapat 30% remaja yang mengonsumsi TTD namun ternyata secara nasional hanya 22,9% remaja yang memperolehnya, sedangkan pada Provinsi Papua hanya 10,6% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran perilaku konsumsi Tablet Fe atau TTD pada remaja putri, secara khusus pada mahasiswa Universitas Cenderawasih. Beberapa

variabel seperti; pengetahuan, dan persepsi, akan dilihat hubungannya terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah pada mahasiswi di Universitas Cenderawasih.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian di Kota Jayapura, pengumpulan data berlangsung selama 1 bulan, yakni Bulan Juni-Juli Tahun 2022. Populasinya adalah remaja putri (mahasiswi) Universitas Cenderawasih yang berusia ≤ 19 tahun dan belum menikah, dengan sampel sebesar 119 orang. Sampel diambil dengan menggunakan Teknik *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan ialah dengan menggunakan kuesioner dan analisis data secara bivariat dengan uji *chi square*. Penyajian data menggunakan table dan narasi.

HASIL

Adapun variabel yang dianalisis secara univariat yakni variabel umur, pengetahuan, persepsi, dan distribusi praktik konsumsi tablet. Sedangkan untuk analisis bivariat, dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel pengetahuan dan persepsi remaja putri dengan praktik konsumsi tablet tambah darah. Table 1 menunjukkan ukuran pemusatan dan penyebaran data umur responden, skor pengetahuan dan persepsi responden.

Tabel 1. Deskripsi Umur, Skor Pengetahuan, dan Skor Persepsi Responden

Variabel	Min.	Max.	Mean	Std. Deviasi
Umur	16	19	18,67	0,652
Skor pengetahuan	0	23	16,07	4,602
Skor persepsi	31	58	40,81	4,082

Sumber: Data Primer, 2022

Dapat dilihat pada tabel 1 bahwa umur rata-rata responden adalah 18,67 tahun dengan usia yang paling muda adalah 16 tahun. Selanjutnya skor rata-rata pengetahuan responden adalah 16,07 dan skor rata-rata persepsi responden adalah 40,81. Berikut Tabel 2 akan menyajikan hasil analisis hubungan antara pengetahuan dan persepsi dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja.

Tabel 2. Deskripsi Umur, Skor Pengetahuan, dan Skor Persepsi Responden

Variabel	Konsumsi Tablet Fe				Jumlah		Hasil Uji
	Ya		Tidak		n	%	
	n	%	n	%			
Pengetahuan							
Cukup	8	21,1	30	78,9	38	100	p=0,035*
Kurang	6	7,4	75	92,6	81	100	
Persepsi							
Cukup	3	15,0	17	85,0	20	100	p=0,429
Negative	11	11,1	88	88,9	99	100	
Jumlah	14	11,8	105	88,2	119	100	

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan Tabel 2, dapat dilihat bahwa responden yang mengonsumsi tablet tambah darah, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang cukup (21,1%), lebih banyak dibandingkan dengan yang memiliki tingkat pengetahuan kurang (7,4%). Selanjutnya pada variabel persepsi, proporsi responden yang mengonsumsi tablet tambah darah dengan persepsi cukup (15,0) tidak jauh berbeda dengan responden yang mengonsumsi tablet tambah darah dengan persepsi negative (11,1). Hasil uji statistic menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah ($p= 0,035$), namun tidak ada hubungan antara persepsi dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri ($p= 0,429$).

Tindakan konsumsi Tablet tambah darah pada mahasiswa diobservasi dengan melihat gambaran mahasiswa yang mengonsumsi Tablet tambah darah. Selain itu dilakukan observasi untuk melihat keteraturan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, darimana mahasiswa memperoleh tablet, serta alasan mahasiswi tidak mengonsumsi Tablet tambah darah. Adapun gambaran konsumsi tablet tambah darah disajikan dalam Tabel 3 sebagai berikut;

Tabel 3. Gambaran Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Variabel	f	%
Tindakan mengonsumsi TTD (n= 119)		
Ya	69	58
Tidak	50	42
Alasan tidak konsumsi TTD (n=50)		
Tidak tahu TTD	23	46
Susah dapat	2	4
Takut gemuk	1	2
Takut pusing	7	14
Takut berbahaya	8	16
Alasan lainnya	9	18
Konsumsi TTD secara teratur (n=69)		
Ya	14	20,3
Tidak	55	79,7
Cara mendapatkan TTD (n= 69)		
Dari tenaga Kesehatan	49	71,01
Beli sendiri	17	26,64
Lainnya	3	4,35

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 119 responden, sebagian besar di antaranya mengonsumsi Tablet Tambah Darah (58%), tidak jauh berbeda dengan jumlah responden yang sama sekali tidak pernah mengonsumsi tablet tambah darah. Dari 50 responden yang sama sekali tidak pernah mengonsumsi Tablet Tambah Darah, sebagian besar (46%) responden menjawab tidak tahu dan paling sedikit responden menjawab "takut gemuk" (2%). Terdapat 18% responden yang menjawab dengan pilihan jawaban "lainnya" yang disertai dengan keterangan bahwa responden takut untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah tanpa konsultasi atau anjuran dokter, ada pula yang menjawab bahwa responden merasa sehat dan tidak anemia sehingga tidak membutuhkannya. Selanjutnya dari 69 responden yang mengonsumsi Tablet Tambah Darah, tidak semua responden mengonsumsinya secara teratur,

hanya 20,3% yang mengonsumsi secara teratur. Terkait cara memperoleh tablet, terlihat bahwa dari 69 responden yang konsumsi tablet, sebagian besar (71,01%) responden mendapat Tablet dari petugas kesehatan dan paling sedikit responden yang mendapatkan Tablet dengan alasan “Lainnya” yakni; diberikan oleh keluarga dan teman (4,35%).

PEMBAHASAN

Perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah diharapkan dapat mencegah dan mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri. Konsumsi tablet yang dianjurkan adalah 1 tablet setiap minggu secara teratur (52 tablet dalam 1 tahun), yang diimbangi dengan konsumsi gizi seimbang seperti konsumsi makanan yang kaya protein, zat besi, dan vitamin C untuk meningkatkan penyerapan zat besi secara optimal. Tablet Tambah Darah dapat diperoleh dari fasilitas kesehatan yang tersedia dan dapat pula disediakan/dibeli secara mandiri atas inisiatif remaja (Kemenkes RI, 2020). Beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa masih terdapat remaja yang tidak patuh dan mengonsumsi tablet tidak teratur setiap bulan, serta memiliki tingkat konsumsi protein, zat besi, dan vitamin C yang masih kurang baik (Putri, Simanjuntak and Kusdalinah, 2017; Sari *et al.*, 2018; Ningtyias, Quraini and Rohmawati, 2020).

Berdasarkan hasil analisis secara statistik, penelitian ini menemukan bahwa pengetahuan berhubungan secara signifikan dengan konsumsi tablet tambah darah pada mahasiswi Universitas Cenderawasih. Pengetahuan remaja tentang anemia dan Tablet tambah darah berperan sebagai variabel yang memengaruhi pola konsumsi tablet pada remaja. Adanya informasi yang diperoleh oleh remaja khususnya kalangan mahasiswa secara signifikan akan berdampak pada penurunan angka kejadian anemia melalui suplementasi zat besi. Pengetahuan merupakan domain pertama dalam perilaku kesehatan. Pengetahuan yang baik tentang anemia dan Tablet tambah darah akan membuat responden memiliki keinginan untuk mengonsumsi Tablet sebagai upaya pencegahan anemia. Hal ini dapat terlihat dari hasil observasi, yang mana responden dengan tingkat pengetahuan yang cukup baik, lebih banyak yang mengonsumsi Tablet dibanding dengan tingkat pengetahuan kurang.

Secara keseluruhan terlihat bahwa tingkat pengetahuan masih sangat kurang. Hasil observasi ini dapat memberikan gambaran bahwa responden masih kurang mendapatkan informasi tentang anemia dan Tablet tambah darah. Gambaran tentang pengetahuan yang kurang terlihat pula pada Tabel 3, yang mana Sebagian besar responden tidak tahu tentang tablet tambah darah. Responden mengonsumsi tablet secara tidak teratur. Pengetahuan mahasiswa yang demikian secara tidak langsung memberikan gambaran bahwa mahasiswa belum mengerti akan risiko anemia yang dapat terjadi. Akibatnya, hal ini berimplikasi langsung pada tindakan konsumsi tablet tambah darah.

Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan terkait hubungan pengetahuan dengan praktik konsumsi zat besi pada remaja putri, seperti ditemukan adanya hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi zat besi, makanan yang mengandung zat besi pada remaja pedesaan di Ghana (Wiafe, Apprey and Annan, 2021). Selain itu terdapat pula penelitian yang menemukan adanya hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan minum Tablet Fe pada remaja putri tingkat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) (Hamranani, Permatasari and Subiakni, 2019). Dengan melihat adanya hubungan pengetahuan yang signifikan, tentunya perlu dilakukan upaya peningkatan pengetahuan dan diseminasi informasi. Terdapat studi yang menemukan bahwa pengembangan media edukasi dapat

memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan niat remaja putri dalam asupan suplementasi zat besi (Madestria *et al.*, 2021).

Penelitian ini juga melihat hubungan persepsi responden dengan konsumsi tablet tambah darah. Penelitian ini mengklasifikasikan persepsi mahasiswa ke dalam kategori “cukup” dan “negatif”, dan ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara persepsi secara keseluruhan dengan konsumsi Tablet tambah darah. Proporsi responden yang mengonsumsi Tablet dengan persepsi yang cukup positif, tidak jauh berbeda dengan yang memiliki persepsi negatif. Hal ini berarti bahwa persepsi responden tidak menentukan tindakannya untuk mengonsumsi Tablet tambah darah. Persepsi yang cukup positif tidak membuat responden mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini dapat terjadi karena meskipun responden memiliki persepsi yang positif, tindakannya masih berkaitan dengan beberapa variabel lain seperti; rasa takut dalam mengonsumsi, dan tingkat pengetahuan serta informasi yang diperoleh mahasiswa yang masih sangat kurang.

Sebagian besar mahasiswa yang mengonsumsi Tablet, tidak berhubungan dengan persepsi yang cukup positif karena kondisi responden yang mengonsumsi berada dalam kondisi sakit dengan gejala anemia (merasa pusing, lemas) dan pemahaman yang masih keliru terkait Tablet tambah darah dan anemia. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang telah menemukan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara persepsi manfaat, persepsi hambatan, dan efikasi diri dengan intensitas remaja dalam konsumsi Tablet tambah darah (Aprianti, Meinar and Kusumaningrum, 2018), namun penelitian ini sejalan dengan studi yang menemukan bahwa tidak ada hubungan antara persepsi kerentanan dan keseriusan penyakit anemia dengan tindakan konsumsi tablet tambah darah (Amir and Djokosujono, 2019)

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan Tindakan konsumsi tablet tambah darah pada remaja, namun tidak ada hubungan yang signifikan antara persepsi dengan tindakan konsumsi tablet tambah darah pada remaja. Dengan melihat simpulan yang ada maka, upaya peningkatan pengetahuan dan informasi hendaknya terus dilakukan secara masif untuk memperkenalkan pentingnya tablet tambah darah bagi remaja putri sebagai calon ibu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada 1) Pimpinan Universitas Cenderawasih yang telah mendukung dalam melaksanakan penelitian ini dalam bentuk penyediaan dana, 2) Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Uncen yang telah memfasilitasi penelitian, 3) para dosen dan tenaga kependidikan yang telah membantu hingga penyelesaian laporan akhir penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Amir, N. and Djokosujono, K. (2019) ‘Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur Review’, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15(2), p. 119. Available at: <https://doi.org/10.24853/jkk.15.2.119-129>.

Aprianti, R., Meinar, G. and Kusumaningrum, T. (2018) ‘Jurnal ners.’, *Jurnal Ners*, 13(1), pp. 122–

127. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/JNERS/article/view/8368/pdf>.
- Ditjen Kesmas, K.R. (2020) 'Kebijakan dan Implementasi Intervensi Gizi Remaja di Sekolah dan Luar Sekolah.', p. 14.
- Gosdin, L. *et al.* (2021) 'A School-Based Weekly Iron and Folic Acid Supplementation Program Effectively Reduces Anemia in a Prospective Cohort of Ghanaian Adolescent Girls', *Journal of Nutrition*, 151(6), pp. 1646–1655. Available at: <https://doi.org/10.1093/jn/nxab024>.
- Hamranani, S.S.T., Permatasari, D. and Subiakni, B. (2019) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap dengan Kepatuhan Minum Obat Tablet Fe pada Remaja Putri Kelas X di SMKN 1 Klaten', *Stikes Muhammadiyah Klaten* [Preprint].
- Haryanti, E., Kamesworo, K.- and Maksuk, M.- (2021) 'Pengaruh Pemberian Tablet Besi Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Remaja Umur Putri Di Sekolah Menengah Atas Lahat', *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(2), pp. 136–139. Available at: <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i2.537>.
- Kemendes RI (2020) 'Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19', *Kementrian Kesehatan RI*, p. 22. Available at: <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) 'Riskesdas 2018', *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 44(8), pp. 181–222. Available at: <http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) *Profil Kesehatan Indonesia 2018 Kementrian RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018].* http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf[Ind. Available at: http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf.
- Madestria, N.P.O. *et al.* (2021) 'Effect of education through video and packaging modifications of iron tablets on female adolescent behavior in the iron supplementation intake in SMPN 2 and SMPN 1 Parigi', *Gaceta Sanitaria*, 35, pp. S127–S130. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.011>.
- Ningtyias, F.W., Quraini, D.F. and Rohmawati, N. (2020) 'Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia', *Jurnal PROMKES*, 8(2), p. 154. Available at: <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i2.2020.154-162>.
- Putri, R.D., Simanjuntak, B.Y. and Kusdalinah (2017) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri', *Jurnal Kesehatan*, VIII(3), pp. 400–405.
- Sari *et al.* (2018) 'Pola Konsumsi dan Kebiasaan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Manggis Kabupaten Karangasem', *Jurnal ilmu gizi: Journal of Nutrition Science*, 7(4), pp. 176–182.
- UNICEF, Organization, W.H. and Prevention, C. for D.C. (2017) *Iron and Folic Acid Supplementation for Adolescent Girls and Women Manual for Health Workers*. Available at: www.unicef.org/ghana/reports/iron-and-folic-acid-supplementation-adolescent-girls-and-women.
- Wiafe, M.A., Apprey, C. and Annan, R.A. (2021) 'Knowledge and practices of dietary iron and anemia among early adolescents in a rural district in Ghana', *Food Science and Nutrition*, 9(6), pp. 2915–2924. Available at: <https://doi.org/10.1002/fsn3.2249>.