



ORIGINAL RESEARCH

# HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN MINUM TABLET FE DENGAN RISIKO ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Carolina Oktaviai Yudianto<sup>1</sup>, Luluk Khusnul Dwihestie<sup>2</sup>, Farhan Nafis Sajidalloh<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKES Estu Utomo, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, STIKES Estu Utomo, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Ners, STIKES Estu Utomo, Indonesia

Article Info	Abstract
<p>Article History:                      Received:                      Revised:                      Accepted:                      Online:</p> <p>Keywords:  <i>adherence, adolescent, anemia, knowlegde</i></p> <p>Coresponding Author:                      Luluk Khusnul Dwihestie                      Email:                      lulukhusnul3@gmail.com</p>	<p><b>Background:</b> Anemia is a health problem that is prone to occur in adolescent. The risk of adolescent anemia is influenced by factors, including education, knowledge about anemia, and compliance with Fe tablet consumption. Non-compliance in consuming Fe tablets can be caused by various factors, such as bad taste, nausea side effects, and lack of understanding of the correct dosage and consumption method.</p> <p><b>Purpose:</b> This is study aims to determine the correlation between the level of knowledge about anemia and adherence to taking Fe tablets with the incidence of anemia of adolescent at Bina Dirgantara Surakarta.</p> <p><b>Methods:</b> Quantitative research design with descriptive correlation method and cross-sectional approach. The study population was all students of class X and XI of Bina Dirgantara Surakarta, the sampling technique used total sampling, obtained a sample of 50 respondents. The research instruments were questionnaires and GCHB.</p> <p><b>Results:</b> The results showed that most respondents were in the high knowledge category, as many as 29 people (58%). Most respondents experienced anemia as many as 26 people (52%). Most respondents were categorized as non-compliant in consuming Fe tablets as many as 29 people (58%). There is no correlation between knowledge level and the incidence of anemia in adolescent (p-value = 0.077; p &gt; 0.05). There was no correlation of adherence to taking Fe tablets with the incidence of anemia in adolescent (p-value = 0.077; p &gt; 0.05).</p> <p><b>Conclusion:</b> It was concluded that knowledge and adherence to taking Fe tablets were not correlation with the incidence of anemia in adolescent.</p>

## 1. Pendahuluan

Anemia merupakan permasalahan kesehatan dengan prevalensi yang tinggi di Indonesia. Anemia dapat diartikan sebagai kekurangan jumlah sel darah merah, yang berakibat pada penurunan kapasitas darah dalam mengangkut oksigen. Kekurangan oksigen ini dapat mempengaruhi seluruh sistem tubuh, sehingga mengganggu fungsi organ (Wylie, 2019). Remaja putri termasuk kelompok yang rentan mengalami anemia. Oleh karena itu, program penanggulangan anemia gizi difokuskan pada remaja putri di

tingkat SMP, SMA, dan sederajat, sebagai upaya penanggulangan siklus permasalahan gizi. Berdasarkan data Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2019, prevalensi anemia di Indonesia mencapai 75,9% pada remaja putri. Secara keseluruhan, prevalensi anemia di Indonesia adalah 21,7%, dengan prevalensi pada kelompok usia 5-14 tahun sebesar 18,4%, dan pada usia 15-24 tahun sekitar 18,4% (SDKI, 2019). Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021, prevalensi anemia global pada wanita subur tahun 2019 tercatat sebesar 29,9%, setara dengan lebih dari setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun, termasuk remaja putri (WHO, 2021).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) pada tahun 2021 mencatat prevalensi anemia pada remaja di Indonesia diperkirakan sebesar 32%, yang berarti 3 hingga 4 dari setiap 10 remaja mengalami anemia (Kemenkes RI, 2021). Laporan Kementerian Kesehatan tahun 2021 juga menunjukkan bahwa cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia hanya sebesar 31,3%, mencerminkan rendahnya kesadaran dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe untuk pencegahan anemia. Kehilangan zat besi melalui menstruasi menyebabkan penurunan cadangan zat besi dalam tubuh seiring dengan banyaknya darah yang keluar. Semakin lama seorang perempuan mengalami menstruasi, semakin banyak pula darah yang keluar, sehingga meningkatkan risiko anemia (Zulqifni, F., & Suandika, 2022).

Sikap remaja saat ini dalam pencegahan anemia dapat dikatakan masih kurang baik, hal ini terlihat dari rendahnya asupan zat besi dan nutrisi pada masa remaja. Selain itu, remaja putri seringkali lebih memperhatikan penampilan fisik, yang mengarah pada kebiasaan membatasi konsumsi makanan dan menerapkan pantangan makanan, contohnya diet vegetarian. Hal ini dapat berdampak buruk bagi kesehatan fisik remaja (Idris *et al.*, 2020). Kejadian anemia pada remaja putri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk pola makan yang tidak seimbang, gaya hidup, dan kurangnya pengetahuan tentang anemia. Pengetahuan tentang anemia menjadi point penting dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia. Pengetahuan dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengingat kembali atau mengenali informasi yang telah dipelajari. Sejalan dengan penelitian Ayu Mawarni dan Monica (2021) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Kesehatan Sekawan.

Untuk mengatasi anemia, Pemerintah telah meluncurkan program penyediaan Tablet Tambah Darah (TTD). Pengadaan TTD ini dilaksanakan melalui sektor kesehatan, sektor non-kesehatan, maupun organisasi non-pemerintah (Kemenkes RI, 2018). Program ini dilaksanakan oleh Pemerintah, baik di tingkat provinsi, kabupaten, maupun kota. Petugas gizi di Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota melakukan rekapitulasi kebutuhan TTD yang diajukan oleh Puskesmas dari masing-masing sekolah, selanjutnya melapor ke Instalasi Farmasi Kabupaten/Kota (IFK). Langkah pemerintah untuk menurunkan kejadian anemia yaitu melalui distribusi tablet tambah darah difokuskan bagi remaja putri, yang merupakan kelompok rentan mengalami anemia. Upaya ini tercatat dalam Surat Edaran Kemenkes RI melalui Dirjen Humas dengan nomor HK 03.03/V/0595/2016. Surat edaran ini diimplementasikan di Kota Surakarta melalui program GEMA SOBAT (Gerakan Anak dan Remaja Solo Hebat), yaitu mendistribusikan tablet zat besi pada remaja putri di sekolah-sekolah setiap minggu, serta melakukan pemantauan konsumsi tablet tersebut. Namun demikian,

cakupan konsumsi tablet zat besi ini hanya mencapai 76,2% (Dinkes Kota Surakarta, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswi putri SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta pada tanggal 22 Februari 2024, didapatkan bahwa mayoritas remaja mengetahui pengertian anemia dan gejalanya, namun masih banyak yang belum memahami cara pencegahannya. Dari 10 siswi putri tersebut, hanya satu orang yang mengonsumsi tablet Fe. Beberapa alasan mengapa banyak siswi tidak mengonsumsi tablet Fe antara lain rasa amis, lupa, takut menambah berat badan, khawatir haid menjadi tidak teratur, tidak mengetahui pentingnya konsumsi tablet Fe, dan tidak merasa memiliki gejala anemia. Namun demikian, berdasarkan hasil pengecekan kadar Hb pada 10 siswi yang tidak sedang haid, ditemukan dua siswi dengan kadar Hb di bawah 12 mg/dl. Selain itu, hasil wawancara dengan Guru BK dan Kepala Sekolah, diketahui bahwa beberapa siswi sering mengantuk di jam pelajaran pagi, terlihat lemas dan pucat, serta menguap. Pengecekan kadar Hb yang dilakukan oleh Puskesmas sebulan sebelumnya juga ditemukan 8 siswi memiliki kadar Hb di bawah 11 mg/dl.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Risiko Anemia Pada Remaja Putri di SMK Bina Dirgantara Surakarta”.

## **2. Metode**

### **2.1. Desain Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi, menggunakan pendekatan *cross sectional*.

### **2.2. Tempat dan Sampel**

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI tahun ajaran 2023/2024. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik non-probability sampling, yaitu total sampling, didapatkan sampel sejumlah 50 siswi.

### **2.3. Pengukuran dan Pengumpulan Data**

Penelitian ini menganalisis hubungan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan kepatuhan remaja putri minum tablet Fe (variabel independent), dikaitkan dengan kejadian anemia pada remaja putri (variabel dependent). Instrumen penelitian menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan kepatuhan minum tablet Fe, selanjutnya dilakukan pengecekan kadar Hb menggunakan alat GCHB untuk mengetahui status anemia pada remaja. Data penelitian berupa data primer yang diperoleh langsung dari responden.

### **2.4. Analisis Data**

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi untuk menggambarkan variabel pengetahuan anemia, kepatuhan minum tablet Fe, dan status anemia remaja. Analisis bivariat menggunakan uji *chi square* untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja.

## 2.5. Etika Penelitian

### 2.5.1 Menghormati Harkat dan Martabat Manusia

Peneliti memastikan seluruh proses penelitian dilakukan secara etis dengan mengurus perizinan dari pihak SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta sebelum pengambilan data. Selain itu, partisipasi responden bersifat sukarela tanpa adanya paksaan, serta diberikan informasi yang jelas mengenai tujuan dan manfaat penelitian.

### 2.5.2 Menghormati Privasi dan Kerahasiaan

Menjaga privasi dan kerahasiaan responden dengan tidak mencantumkan identitas pribadi secara langsung. Identitas responden diganti dengan inisial untuk memastikan anonimitas.

### 2.5.3 Keadilan dan Inklusivitas

Setiap responden diperlakukan sama tanpa membedakan latar belakang agama, etnis, atau karakteristik lainnya. Seluruh subjek penelitian memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi serta mendapatkan perlakuan yang adil selama proses penelitian.

### 2.5.4 Menyeimbangkan Manfaat dan Risiko

Prosedur penelitian yaitu pengecekan kadar hemoglobin (Hb), mengikuti standar keamanan dan kebersihan untuk meminimalkan risiko bagi responden. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa peningkatan pemahaman mengenai anemia serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri.

## 3. Hasil

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2024 dengan sampel remaja putri sejumlah 50 responden di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, selanjutnya penandatanganan lembar *informed consent* sebagai bukti kesediaan menjadi responden. Peneliti membagikan kuesioner pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan minum tablet Fe. Responden diberikan kesempatan untuk mengisi kuesioner. Selanjutnya, dilakukan pengecekan kadar Hemoglobin dengan alat GCHB, dilakukan oleh peneliti. Hasil kadar Hb didokumentasikan pada lembar rekapitulasi data penelitian. Data penelitian yang telah terkumpul dilakukan proses pengolahan data meliputi *editing, scoring, coding, tabulating*, dan *cleaning*. Hasil analisis data disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

### 3.1 Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Anemia di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Remaja (n=50)

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	21	42,0
Tinggi	29	58,0
Total	50	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden termasuk kategori tingkat pengetahuan tinggi yaitu sebanyak 29 orang (58%).

### 3.2 Kepatuhan Remaja Minum Tablet Fe di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Kepatuhan Remaja Minum Tablet Fe (n=50)

<b>Kepatuhan</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Tidak Patuh	21	42,0
Patuh	29	58,0
Total	50	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa sebagian besar responden termasuk kategori patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 29 orang (58%).

### 3.3 Kejadian Anemia Remaja di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Remaja (n=50)

<b>Kejadian Anemia</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Anemia	24	48,0
Tidak Anemia	26	52,0
Total	50	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 3. diketahui bahwa sebagian besar responden termasuk kategori patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 29 orang (58%).

### 3.4 Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Remaja di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta

**Tabel 4.** Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Remaja (n=50)

<b>Pengetahuan tentang Anemia</b>	<b>Kejadian Anemia</b>				<b>p-value</b>
	<b>Anemia</b>		<b>Tidak Anemia</b>		
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Rendah	7	14,0	14	28,0	0,77
Tinggi	17	34,0	12	24,0	
Total	24	48,0	26	52,0	

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil analisis pada tabel 4. menunjukkan bahwa 34% responden dengan pengetahuan tinggi masih mengalami anemia, sementara 14% dengan pengetahuan rendah juga mengalami anemia. Uji Chi-Square menghasilkan nilai p-value = 0,077 (> 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara

pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta.

### 3.5 Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Remaja di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta

**Tabel 5.** Tabulasi Silang Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Remaja (n=50)

Kepatuhan Minum Tablet Fe	Kejadian Anemia				p-value
	Anemia		Tidak Anemia		
	n	%	n	%	
Tidak Patuh	17	34,0	12	24,0	0,77
Patuh	7	14,0	14	28,0	
Total	24	48,0	26	52,0	

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil analisis pada tabel 5. menunjukkan 14% responden yang patuh minum tablet Fe mengalami anemia, sedangkan 34% responden yang tidak patuh tidak mengalami anemia. Uji Chi-Square menghasilkan nilai p-value = 0,077 (> 0,05), sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan signifikan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta.

## 4. Pembahasan

### 4.1 Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Anemia di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi tentang anemia, yaitu sebanyak 29 orang (58%), dan sebanyak 21 orang (42%) memiliki tingkat pengetahuan rendah. Menurut Pakpahan *et.al.*, (2021), pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan melalui pancaindra, meliputi penglihatan, pendengaran, penciuman, perabaan, dan olah rasa, yang selanjutnya membentuk pemahaman seseorang terhadap suatu objek.

Tingkat pengetahuan tinggi pada remaja putri ini dipengaruhi oleh pengalaman sebelumnya, dimana pihak Puskesmas wilayah setempat telah melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) di sekolah. Selain itu, rasa ingin tahu yang tinggi mendorong siswa untuk aktif mencari informasi kesehatan, terutama tentang anemia, melalui berbagai sumber bacaan seperti internet. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Agestika dan Pratiwi (2022), yang menunjukkan bahwa mayoritas responden juga memiliki tingkat pengetahuan tinggi tentang anemia. Menurut Suandika, *et.al.*, (2022) bahwa pengetahuan merupakan aspek kognitif yang penting dalam membentuk perilaku manusia. Pengukuran pengetahuan dilakukan melalui kuesioner yang berisi pertanyaan tentang topik yang diukur, sehingga memberikan gambaran tingkat pengetahuan responden.

### 4.2 Kepatuhan Remaja Minum Tablet Fe di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta

Pada tabel 2. hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta tergolong tidak patuh minum tablet Fe, yaitu sebanyak 29 orang (58%), sedangkan yang patuh minum tablet Fe sebanyak 21 orang (42%). Meskipun sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tinggi tentang anemia, hal tersebut tidak selaras dengan kepatuhan siswa dalam mengonsumsi tablet Fe. Ketidapatuhan ini disebabkan oleh beberapa faktor, contohnya ketidaksukaan terhadap bau amis tablet Fe yang menyebabkan mual, ketidaktahuan mengenai dosis dan cara konsumsi yang benar, serta efek samping yang dirasakan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurhali *et.al.*, (2022), yang menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori tidak patuh. Ketidapatuhan dalam konsumsi tablet Fe dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengetahuan, motivasi rendah, serta minimnya dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga dapat berupa dukungan informasional, emosional, instrumental, dan penilaian yang membantu meningkatkan kepatuhan remaja. Selain itu, fenomena ketidapatuhan pada remaja putri juga sering terjadi dikarenakan berbagai alasan, misalnya hanya mengonsumsi tablet Fe saat menstruasi, lupa, rasa dan bau yang tidak enak, efek samping yang mengganggu, merasa tidak memerlukannya, serta kurangnya dukungan sosial (Hamranani *et. al.*, 2020; Soekardy, 2023).

#### **4.3 Kejadian Anemia Remaja di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta**

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta, mayoritas berada dalam kategori tidak anemia, yaitu sebanyak 26 orang (52%), sedangkan yang mengalami anemia sebanyak 24 orang (48%). Mayoritas responden tidak mengalami anemia dikarenakan sebagian besar memiliki pengetahuan yang tinggi mengenai anemia. Selain itu, responden menyampaikan bahwa sehari-hari mengonsumsi makanan bergizi yang dijual di kantin sekolah, seperti sayuran, daging, dan jus jambu yang kaya akan vitamin dan zat besi, sehingga kebutuhan zat besi tercukupi. Menu yang tersedia di kantin telah dilakukan skrining oleh pihak sekolah dan dipastikan kantin menjual jajanan sehat.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Asiyah (2023), yang menunjukkan mayoritas remaja putri tidak mengalami anemia. Hal ini sejalan dengan program pemerintah dalam menurunkan angka kejadian anemia, dimana Puskesmas berperan aktif sebagai fasilitas kesehatan yang melakukan pemeriksaan kadar Hb dan membagikan tablet Fe setiap bulan di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta.

Meskipun demikian, masih ditemukan siswa yang mengalami anemia. Hal ini dikarenakan siswa tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Selain itu, kebiasaan minum teh atau kopi bersamaan dengan makanan bergizi dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri meliputi tingkat pengetahuan, kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe, dan gaya hidup (*life style*), termasuk pola makan yang kurang optimal serta kebiasaan yang dapat mengurangi penyerapan zat besi.

#### **4.4 Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Remaja di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta**

Berdasarkan tabel 4. hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan bahwa tabulasi silang tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK

Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta menghasilkan nilai p-value sebesar 0,077 ( $> 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$ 1 diterima dan  $H_a$ 1 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Pengetahuan tentang anemia merupakan proses kognitif yang tidak hanya menuntut seseorang untuk sekedar mengetahui, tetapi juga memahami dan mengerti kondisi yang berkaitan dengan anemia, seperti definisi anemia sebagai kekurangan sel darah merah, tanda dan gejala, serta faktor-faktor penyebabnya. Pemahaman tersebut diharapkan menjadi bekal untuk terbentuk kebiasaan positif yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar berperilaku mencegah anemia yaitu rutin mengkonsumsi tablet Fe, menghindari minum teh bersamaan dengan makan makanan bergizi, dan istirahat cukup.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Susanti dan Nadiawati (2022) yang menunjukkan tidak ada hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia. Peningkatan pengetahuan menjadi point penting untuk terus diupayakan melalui penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin. Selain itu, sekolah dapat bekerjasama dengan Puskesmas untuk melakukan pemeriksaan kadar Hb secara berkala.

Penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Kusnadi (2021), yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia. Meskipun seseorang berpengetahuan tinggi, namun perilaku pencegahan anemia tidak selalu diterapkan, sehingga edukasi yang berkelanjutan dan dukungan dari lingkungan sekitar tetap diperlukan. Pengetahuan tinggi belum tentu menjamin individu tersebut mampu atau mau menerapkan kebiasaan sehat dalam kehidupan sehari-hari, seperti rutin mengonsumsi tablet Fe.

Siswa mengetahui pentingnya tablet Fe, namun munculnya efek samping seperti mual, rasa atau bau amis menjadi penghalang utama dalam kepatuhan konsumsi tablet Fe. Kebiasaan buruk lainnya, yaitu melewatkan sarapan dan mengonsumsi teh bersamaan saat makan, juga dapat berkontribusi pada rendahnya status hemoglobin. Oleh karena itu, edukasi berkelanjutan bertujuan agar pengetahuan tentang anemia tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

#### **4.5 Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Remaja di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta**

Tabel 5. hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan bahwa tabulasi silang kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta menghasilkan nilai p-value sebesar 0,077 ( $> 0,05$ ). Ini berarti  $H_0$ 2 diterima dan  $H_a$ 2 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kadar hemoglobin dalam tubuh tidak hanya diperoleh dari konsumsi tablet Fe, tetapi juga dapat terpenuhi melalui makanan bergizi yang dikonsumsi sehari-hari, seperti makanan yang kaya protein dan vitamin C. Konsumsi makanan bergizi seimbang dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh, sehingga meskipun remaja tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe namun tidak terjadi anemia.

Hasil ini didukung oleh penelitian Zaidah *et. al.*, (2024), yang menunjukkan tidak terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia.



Kebutuhan zat besi dalam tubuh tidak hanya terpenuhi melalui konsumsi tablet Fe, tetapi juga bisa diperoleh dari asupan makanan bergizi sehari-hari. Makanan yang kaya akan zat besi, seperti daging merah, hati, sayuran hijau, kacang-kacangan, serta buah-buahan yang mengandung vitamin C, sangat membantu dalam meningkatkan penyerapan zat besi di dalam tubuh. Oleh karena itu, meskipun remaja kurang patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, namun tetap dapat menjaga kadar hemoglobin dalam tubuh apabila pola makan sehat dan seimbang.

Selain itu, pola makan teratur dan didukung konsumsi makanan dengan kandungan zat besi tinggi dapat menjadi alternatif untuk mencegah anemia. Sebagai contoh, sayur bayam dan brokoli mengandung zat besi nabati, penyerapannya akan lebih optimal jika dikombinasikan dengan sumber vitamin C, seperti jeruk dan stroberi. Remaja yang memahami pentingnya gizi seimbang cenderung mampu menjaga status hemoglobinnya tanpa sepenuhnya bergantung pada tablet Fe.

Lingkungan terutama keluarga dan sekolah berperan penting dalam mendukung remaja untuk menjaga pola makan sehat. Sekolah dapat menyediakan makanan bergizi di kantin dan melakukan edukasi rutin terkait gizi, sedangkan keluarga berperan aktif dalam memastikan ketersediaan makanan sehat di rumah. Dengan pendekatan ini, risiko anemia dapat diminimalkan meskipun kepatuhan konsumsi tablet Fe belum optimal.

## 5. Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta mayoritas berada dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 29 orang (58%). Namun, meskipun pengetahuan telah baik, tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe masih tergolong rendah, dengan jumlah remaja yang tidak patuh sebanyak 29 orang (58%). Kejadian anemia pada remaja putri di SMK Penerbangan Bina Dirgantara Surakarta sebagian besar berada dalam kategori tidak anemia, yaitu sebanyak 26 orang (52%). Berdasarkan uji statistik *chi square*, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri, dengan nilai  $p\text{-value } 0,077 > 0,05$ . Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri, yang ditunjukkan oleh nilai  $p\text{-value } 0,077 > 0,05$ .

Siswa diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe sebagai salah satu upaya pencegahan anemia. Edukasi yang berkelanjutan serta kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan melalui pola makan yang bergizi seimbang dan konsumsi tablet Fe secara rutin perlu terus ditingkatkan. Bagi guru dan pihak sekolah, langkah konkret yang dapat diupayakan yaitu menerapkan program konsumsi tablet Fe secara bersamaan seminggu sekali di sekolah guna mendorong kepatuhan siswa dalam mengonsumsi tablet Fe. Selain itu, sekolah juga dapat mengoptimalkan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) sebagai sarana untuk memberikan layanan informasi dan konseling tentang kesehatan remaja.

## 6. Daftar Pustaka

Asiyah, S. (2023). Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Prosiding PIKESNAS*, 2(1), 486–492. Retrieved from

- <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKESnas/index.php/MOO/article/view/111/69>
- Agestika, L., Pratiwi, V.A. (2023). Pengaruh Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia pada Ibu dan Remaja terhadap Kecukupan Konsumsi Zat Besi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 12(2), 398-405.
- Hamranani, S.S., Permatasari, D., & Murti, S.A. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Minum Tablet Fe pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(4), 591-602. Retrieved from <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/download/1705/1350>
- Idris N.A., Hidayati R.W., Rohmah, F. (2020). Literatur Review Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Kemkes RI. (2021). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Jakarta Selatan. Retrieved from <https://ayosehat.kemkes.go.id/buku-pedoman-pencegahan-dan-penanggulangan-anemia-pada-remaja-putri-dan-wanita-usia-subur>
- Kusnadi, F.N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 3(01), 1293-1298. <https://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/266/181>
- SDKI. (2019). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan.
- Soekardy, A.A. (2023). Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Tablet FE dan Status Gizi Dalam Penanganan Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Nania Kota Ambon Tahun 2022. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)*, 2(07), 760-769. Retrieved from <https://dohara.or.id/index.php/isjnm/article/download/336/210>
- Suandika, M., Cahyaningrum, E. D., Ru-Tang, W., Muti, R. T., Triliani, Y., & Astuti, D. (2023). Deacription of The Knowledge Level of Adolescent Women About Anemia. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(9), 7733-7740. <https://ejournal.stpmataram.ac.id/JIP/article/view/2472/1949>
- Susanti, D., Nadiawati, E. A. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 10(2), 1-10. Retrieved from <https://www.jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/download/215/161>
- WHO. (2021). Anaemia in women & children.
- Wylie, L. (2019). *Manajamen Kebidanan Gangguan Medis Kehamilan dan Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Zaidah, U., Ningsih, M., & Ali, N. A. A. (2024). Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe, Lama Menstruasi, Perilaku Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMKN 4 Kota Mataram. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 5(1), 246-254. Retrieved from <https://ejournal.nusantaraglobal.ac.id/index.php/jige/article/download/2105/2526>
- Zulqifni, F., & Suandika, M. (2022). Pemberian Transfusi Darah sebagai Upaya Peningkatan Perfusi Jaringan pada Pasien Anemia. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(5). Retrieved from <https://ejournal.stpmataram.ac.id/JIP/article/view/2055>