

Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Dandang Wilayah Kerja Puskesmas Pangkoh

Hamdanah¹, Fika Aulia^{*2}, Yaolanda Rizqi Agustina³, Afiatun Rahmah⁴

^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: Fika_aulia@umbjm.ac.id

Abstrak

Anemia merupakan kondisi rendahnya kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih dengan nilai lebih rendah dari 12 g/d. Usia remaja merupakan kelompok rentan anemia dengan mekanisme kehilangan darah menstruasi bulanan. Anemia remaja yang dibiarkan berlanjut menjadi bibit stunting, baik saat hamil maupun pada bayi yang dilahirkan. Metode penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rho. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri di Desa Dandang wilayah kerja Puskesmas Pangkoh Kabupaten Pulang Pisau sebanyak 153 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 60 responden dijadikan sebagai sampel penelitian. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Uji Spearman Rho digunakan sebagai analisis data. Hasil uji statistik diperoleh nilai p-value = 0,001 (<0,005) dan nilai r=0,419 maknanya terdapat hubungan dengan kekuatan sedang antara Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di posyandu desa Dandang wilayah puskesmas Pangkoh. Hubungan bersifat positif dimana rendah tingkat kepatuhan maka semakin tinggi risiko anemia.

Kata Kunci :Anemia, Remaja, Hemoglobin, Kepatuhan; Konsumsi Tablet Tambah Darah

Abstract

*Anemia is a condition characterized by hemoglobin (Hb) levels in the blood falling below 12 g/dL. Adolescent girls constitute a group vulnerable to anemia, partly due to monthly menstrual blood loss. If left unaddressed, adolescent anemia can become a precursor to stunting—affecting both the individual during future pregnancies and the infants they eventually bear. This study employed an observational analytic design with a cross-sectional approach. Data analysis was conducted using the Spearman Rho test. The study population consisted of all adolescent girls in Dandang Village, within the working area of the Pangkoh Community Health Center (Puskesmas), Pulang Pisau Regency (totaling 153 individuals). A total sampling technique was used; all adolescent girls meeting the inclusion and exclusion criteria—amounting to 60 respondents—were selected as the study sample. Data were collected using a questionnaire. Statistical analysis yielded a p-value of 0.001 (<0.05) and an r-value of 0.419, indicating a moderate correlation between adherence to blood-supplementing tablet consumption and the incidence of anemia among adolescent girls at the Dandang Village *Posyandu* (Integrated Health Post). The relationship was positive, meaning that lower levels of adherence were associated with a higher risk of anemia.*

Keywords: Anemia, Adolescent, Hemoglobin, Adherence, Blood-Supplementing Tablet Consumption

1. PENDAHULUAN

Anemia terjadi saat konsentrasi hb dalam darah di angka <12 g/dL. Remaja putri (rematri) teridentifikasi sebagai salah satu kelompok populasi yang memiliki kerentanan tinggi terhadap kejadian anemia, suatu predisposisi yang secara internal berkaitan erat dengan siklus menstruasi yang dialami setiap bulannya. Dampak negatif yang ditimbulkannya bersifat pokok dan menyeluruh, mencakup gangguan serius terhadap proses pertumbuhan serta perkembangan janin di dalam kandungan. Tidak hanya berhenti di situ, anemia pada ibu hamil juga menyimpan potensi besar untuk memicu timbulnya berbagai komplikasi selama masa kehamilan dan proses persalinan, bahkan dalam kemungkinan paling buruk dapat berujung pada kematian ibu maupun anak [1].

Anemia secara lebih teknis ditandai oleh adanya penurunan simultan pada tiga parameter hematologis utama, yaitu saat kadar Hb, nilai hematokrit, dan jumlah sel eritrosit yang kesemuanya berada di bawah rentang nilai normal. Eritrosit beserta hemoglobin (Hb) yang dikandungnya, yaitu suatu protein kompleks yang memiliki peran vital sebagai pengangkut oksigen dari vena pulmonalis paru-paru ke seluruh jaringan tubuh manusia dan sebaliknya, menjadi tidak mampu menjalankan fungsi fisiologisnya secara optimal [2].

Menurut WHO angka kejadian anemia di seluruh dunia masih berada pada tingkat yang memprihatinkan. Estimasi sebanyak 1,3 miliar penduduk dunia saat ini hidup dengan kondisi anemia, dengan angka prevalensi global yang mencapai 32,9%. Dalam konteks nasional, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) yang dilaksanakan pada tahun 2023 mengungkapkan bahwa prevalensi anemia pada kelompok balita hingga remaja telah mencapai angka yang mengkhawatirkan dan memerlukan perhatian serius pada rentang usia 5-14 tahun sebesar 15,3% dan tercatat sebesar 15,5% pada kelompok usia remaja hingga dewasa muda, yaitu 15-24 tahun [3].

Remaja putri termasuk kelompok yang rentan mengalami anemia. Penyebab utamanya adalah kesenjangan antara asupan zat besi dari makanan sehari-hari dengan kebutuhan fisiologis yang tinggi, baik untuk mendukung pertumbuhan pesat maupun sebagai kompensasi kehilangan darah lewat menstruasi. Dampak langsung anemia meliputi pusing, mata berkunang-kunang, tampak pucat pada konjungtiva, bibir, lidah, kulit, dan telapak tangan, serta kondisi lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai yang berkepanjangan. Dalam jangka panjang, remaja putri yang kelak hamil akan mengalami perburukan anemia karena kebutuhan gizi berlipat saat gestasi, sehingga tanpa penanganan yang tepat, kondisi ini mengancam kesehatan ibu dan bayi yang dikandungnya [4].

Upaya yang sifatnya preventif terhadap kejadian anemia pada populasi remaja putri diimplementasikan melalui beragam pendekatan strategis yang saling terintegrasi. Pendekatan-pendekatan tersebut mencakup peningkatan Fe dalam konsumsi makanan secara luas oleh masyarakat, serta penguatan edukasi perihal permasalahan zat gizi yang secara spesifik menyasar kelompok remaja [1]. Sebagai respons terhadap permasalahan ini, pemerintah menetapkan kebijakan preventif anemia dengan program suplementasi TTD (Tablet Tambah Darah) yang payung hukumnya tertuang dalam Permenkes Nomor 51 Tahun 2016 Pasal 1 Ayat 2. Program pemberian TTD pada remaja putri dirancang dan diprogramkan secara menyeluruh dengan cakupan universal tanpa mempertimbangkan status anemia individual, sehingga seluruh remaja putri menjadi sasaran intervensi tanpa terkecuali [5]. Edukasi menggunakan media booklet tentang Tablet Fe juga dilaporkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri [6].

Peran strategis pemerintah daerah dalam pencegahan anemia diwujudkan melalui edukasi gizi dan pembiasaan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di lingkungan sekolah. Dinas Kesehatan Kabupaten Pulang Pisau bersama Puskesmas Bahaur Tengah, misalnya, melaksanakan kegiatan Aksi Bergizi di SMAN 1 Kahayan Kuala yang mencakup aktivitas fisik, sarapan dengan menu gizi seimbang, minum TTD bersama, serta edukasi tentang gizi seimbang dan pentingnya konsumsi TTD [7].

Tiga determinan utama tingginya prevalensi anemia pada remaja putri adalah kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang masih rendah, pelaksanaan KIE anemia yang belum memadai, serta pola hidup sehat yang belum konsisten [2]. Di antara faktor tersebut, kepatuhan menjadi salah satu aspek yang paling berpengaruh. Tingkat kepatuhan ini sendiri sangat ditentukan oleh pengetahuan remaja tentang manfaat dan urgensi TTD. Selain itu, dukungan sosial dari pihak sekolah dan orang tua juga berfungsi sebagai sistem pendukung utama dalam membentuk perilaku patuh [4].

Temuan di atas sejalan dengan penelitian Suaib dkk pada 31 remaja putri, di mana 17 orang tidak patuh dan 14 orang patuh mengonsumsi TTD. Menariknya, dari 14 responden yang patuh, hanya satu orang yang mengalami anemia, sehingga terlihat disparitas kejadian anemia yang mencolok antarkedua kelompok. Uji Spearman Rho membuktikan secara empiris adanya hubungan signifikan antara kepatuhan dan kejadian anemia di SMP Muhammadiyah 9 Berua Makassar. Dengan demikian, kepatuhan terhadap suplementasi zat besi terbukti menjadi faktor protektif yang penting terhadap anemia pada remaja putri [4].

Anemia merupakan kondisi hematologis berupa penurunan jumlah sel darah merah atau Konsentrasi metaloprotein porfirin yang bertugas sebagai kendaraan oksigen dalam sirkulasi sistemik jatuh ke level kritis di bawah parameter, berdasarkan kelompok umur dan jenis kelamin, pada perempuan bila kurang dari 12 g/dl [8]. Remaja putri diidentifikasi sebagai kelompok populasi yang memiliki tingkat kerentanan paling tinggi terhadap kejadian anemia defisiensi besi. Kondisi kerentanan ini secara intrinsik berkaitan dengan siklus fisiologis yang dialami setiap bulannya, yaitu menstruasi [9]. Tanda gejala anemia pada remaja putri antara lain, mudah lelah dan lemah, wajah pucat, pusing dan sakit kepala, mudah mengantuk dan susah konsentrasi, serta nafsu makan menurun [10].

Remaja secara operasional didefinisikan sebagai segmen populasi dengan batas usia bawah 10 tahun dan batas usia atas 19 tahun. Periode kehidupan ini dipandang sebagai suatu fase yang sangat krusial dan menentukan dalam rentang perjalanan hidup manusia, mengingat pada masa ini berlangsung serangkaian perubahan yang bersifat fundamental dan multidimensional, mencakup transformasi biologis yang pesat, perkembangan psikologis yang kompleks, serta dinamika sosial yang signifikan sebagai bagian dari proses transisi menuju tahap kedewasaan [11]. Klasifikasi tingkat kepatuhan juga dapat dinilai menggunakan MMAS-8 (Morisky Medication Adherence Scale-8) skor 8 menunjukkan kepatuhan tinggi, skor 6,0–7,9 termasuk kepatuhan sedang, dan skor <6,0 dikategorikan kepatuhan rendah [12].

Hasil studi pendahuluan pada Februari 2026 menunjukkan bahwa pada tahun 2025, ada 473 remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkoh dan 71 orang mengalami anemia. Berdasarkan data kejadian kasus ini tergolong tinggi, dan pencegahan harus dilakukan sejak dini untuk menghindari konsekuensi di masa depan. Berdasarkan keadaan ini, peneliti ingin melakukan studi yang berjudul “Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Desa Dandang Wilayah Kerja Puskesmas Pangkoh”.

2. METODE PENELITIAN

Studi merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *analitik observasional*, menggunakan rancangan (*cross-sectional*). Populasi adalah seluruh remaja putri di Desa Dandang wilayah kerja Puskesmas Pangkoh Kabupaten Pulang Pisau sebanyak 153 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 60 responden dijadikan sebagai sampel penelitian. Kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah merupakan variabel *Independent* dan variabel *Dependent* merupakan Kejadian anemia pada remaja putri. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner MMAS-8 (*Morisky Medication Adherence Scale-8*) dan alat cek Hb (*Quick check*). Uji statistik menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho* dengan tingkan kemaknaan 5%. Jika diperoleh nilai $p < 0,05$ maka H_a diterima yang maknanya terdapat hubungan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian anemia pada remaja putri.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Analisis Univariat Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Dandang

Karakteristik Remaja Putri	F	%
Usia		
Remaja Awal (10-14 tahun)	29	48,3%
Remaja Akhir (15-19 tahun)	31	51,7%
Jumlah	60	100%
Tingkat sekolah		
SD	2	3,3%
SMP	37	61,7%
SMA	21	35,0%
Jumlah	60	100
Usia Menarche		
Dini (≤ 12 tahun)	15	25,0%
Normal (> 12 tahun)	45	75,0%
Total	60	100%
Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah		
Rendah	27	45,0%
Sedang	33	55,0%
Tinggi	0	0
Jumlah	60	100%
Kejadian Anemia		
Anemia	13	41,7%
Tidak Anemia	47	78,3%
Jumlah	60	100%

Sumber: (Puskesmas Pangkoh, 2026)

Pada tabel 1 mendeskripsikan analisis univariat remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang diperoleh data berdasarkan usia paling banyak pada tahap remaja akhir (15-19 tahun) sebanyak 31 remaja putri 51,7%, berdasarkan tingkat sekolah paling banyak SMP sebanyak 37 remaja putri 61,7%, berdasarkan usia menarche paling banyak berstatus usia menarche normal sebanyak 45 remaja putri (75%), berdasarkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah adalah sedang sebanyak 33 remaja putri (55%). Sedangkan kejadian anemia yang terjadi pada remaja putri sebagian besar didapatkan hasil pemeriksaan tidak anemia sebanyak 47 remaja putri (78,3%).

Tabel 2. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Dandang

Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	Kejadian Anemia				Total		p Value	Koefisien korelasi (rho)
	Anemia		Tidak Anemia					
	n	%	N	%	N	%		
Rendah	11	40,7%	16	59,3%	27	100%	0,001	0,419
Sedang	2	6,1%	31	93,9%	33	100%		
Tinggi	0	0	0	0	0	0		
Total	13	21,7%	47	78,3%	60	100%		

Sumber: (Puskesmas Pangkoh, 2026)

Pada tabel 2 didapatkan hasil penelitian remaja putri dengan tingkat kepatuhan rendah sebanyak 11 remaja putri (40,7%) yang mengalami anemia dan 16 remaja putri (59,3%) yang tidak anemia. Sedangkan remaja putri dengan tingkat kepatuhan sedang sebanyak 2 remaja putri (6,1%) mengalami anemia dan 31 remaja putri (93,9%) tidak anemia. Hasil analisis uji korelasi Spearman's Rho diperoleh nilai $p\text{-value}=0,001$ dan $\rho=0,419$ artinya terdapat hubungan antara kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri. Arah hubungan positif dengan kekuatan sedang artinya semakin rendah kepatuhan maka semakin berisiko terjadi anemia pada remaja.

Pembahasan

Analisis Univariat

Hasil penelitian menunjukkan pada tabel 5 terlihat distribusi frekuensi remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang meliputi Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan kejadian anemia sebagai berikut:

Usia

Karakteristik remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang diperoleh data berdasarkan usia paling banyak pada tahap remaja akhir (15-19 tahun) sebanyak 31 remaja putri 31,7%. Remaja putri lebih banyak pada tahap remaja akhir karena pada tahap ini remaja lebih disiplin dan sadar bahwa pemeriksaan di posyandu merupakan suatu hal yang penting. Rentang usia remaja dikenali sebagai periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju tahap kedewasaan, yang di dalamnya terjadi perubahan simultan dan kontinu pada dimensi somatik, organobiologis, serta psikis subjek yang bersangkutan. Ketidak seimbangan antara asupan dan kebutuhan gizi berakibat pada terjadinya masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih [13].

Pemanfaatan Posyandu Remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan, ketersediaan sarana dan prasarana, dukungan teman sebaya, dukungan keluarga, serta peran kader. Faktor-faktor tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan remaja dalam pelayanan kesehatan tidak hanya ditentukan oleh usia, tetapi juga oleh dukungan sosial dan akses terhadap layanan [14].

Tingkat Sekolah

Karakteristik remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang diperoleh data berdasarkan tingkat sekolah paling banyak SMP sebanyak 37 remaja putri 61,7%. Remaja putri paling banyak pada tahap SMP hal ini dapat dipengaruhi oleh tingkat kesibukan remaja dalam melakukan kegiatan dimana pada tahap SMP remaja masih mempunyai waktu lebih banyak dari pada tingkat SMA untuk mengikuti kegiatan di posyandu dan pada tingkat SMP lebih matang dari segi pemikiran dalam mengambil keputusan dibandingkan dengan tingkat SD. Tujuan akhir dari pendidikan di bidang kesehatan adalah terwujudnya kapasitas individu maupun kolektif dalam memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan. Berlandaskan premis tersebut, dapat ditarik hubungan korelasional bahwa taraf pendidikan yang rendah berkaitan erat dengan lemahnya kemampuan seseorang dalam mengelola kesehatannya sendiri, yang pada gilirannya menurunkan daya upayanya untuk memperbaiki status gizi guna menghindari kondisi anemia. Selain itu, keterbukaan terhadap informasi dan kesediaan mengikuti arahan tenaga kesehatan pun tampak lebih tinggi pada kelompok penduduk dengan latar belakang pendidikan yang lebih baik [13].

Program pembagian tablet tambah darah yang diselenggarakan melalui UKS ditujukan bagi siswi SMP dan SMA sederajat maupun remaja putri berusia 12–18 tahun. Dosis profilaksis yang dicanangkan pemerintah adalah satu tablet mingguan yang diberikan secara berkelanjutan selama 52 minggu [2]. Pemanfaatan Posyandu Remaja juga dipengaruhi oleh pengetahuan, dukungan keluarga dan teman sebaya, ketersediaan sarana prasarana, serta peran kader [14].

Usia Menarche

Karakteristik remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang diperoleh data berdasarkan usia menarche paling banyak berstatus usia menarche normal sebanyak 45 remaja putri (75%). Faktor-faktor yang berasosiasi dengan percepatan usia menarche meliputi aspek genetik, hormonal, gizi, asupan makanan, ekonomi keluarga, paparan media dewasa (pornografi), serta perilaku seksual dan pola hidup. Sementara itu, berbagai studi dari abad ke-20 mencatat bahwa iklim (khususnya suhu rata-rata tahunan), etnisitas, status sosial, lokasi tinggal, aktivitas fisik, pendidikan, stimulasi seksual, kondisi perumahan, faktor keturunan, dan status kesehatan turut memengaruhi waktu terjadinya menarche [15].

Faktor yang berhubungan dengan menarche dini meliputi faktor genetik atau keturunan, status gizi/indeks massa tubuh (IMT), pola makan, aktivitas fisik, status sosial ekonomi, lingkungan, serta paparan media massa [15].

Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang

Pada tabel 1 menunjukkan hasil penelitian bahwa mayoritas remaja putri memiliki tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sedang sebanyak 33 remaja putri (55%) dan tingkat kepatuhan rendah sebanyak 27 remaja putri (45%) sedangkan tidak satupun memiliki tingkat kepatuhan tinggi.

Sebagian besar remaja putri di posyandu desa Dandang memiliki tingkat kepatuhan sedang. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan remaja putri mengenai dampak dan risiko anemia terhadap kesehatannya. Pengetahuan yang kurang mengenai anemia dapat mengakibatkan remaja putri kurang konsisten dalam konsumsi tablet tambah darah. Selain itu, efek samping dari konsumsi tablet tambah darah seperti mual juga mengakibatkan remaja putri enggan untuk rutin konsumsi tablet tambah darah. Ketaatan konsumsi TTD juga dipengaruhi oleh kontribusi tenaga medis, dukungan orang tua, dan peran guru. Sekolah pun menetapkan hari tertentu untuk konsumsi bersama agar perkembangan siswa dalam menjalani program ini dapat terpantau secara berkala.

Ketaatan dalam mengonsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu pemahaman individu tentang urgensi suplementasi tersebut serta adanya dukungan yang bersumber dari lingkungan keluarga dan institusi sekolah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kepatuhan subjek penelitian terhadap program konsumsi TTD ditentukan oleh tingkat pengetahuan mereka mengenai manfaat dan potensi efek samping, di samping dorongan moril yang diberikan oleh orang tua dan pihak sekolah [16].

Kepatuhan sendiri merupakan perilaku yang lahir dari interaksi petugas kesehatan dan pasien, di mana pasien memahami, menyetujui, lalu menjalankan terapi sesuai kesepakatan [17]. Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain, pengetahuan remaja putri, dukungan petugas kesehatan, dan dukungan orang tua serta guru [18].

Edukasi kesehatan melalui media yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai Tablet Fe. Ulfah dan Aulia menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah edukasi menggunakan booklet Tablet Fe [6]. Pengetahuan yang memadai membantu

remaja memahami anemia, manfaat TTD, cara konsumsi yang tepat, dan pentingnya kepatuhan berkelanjutan. Selain itu, peran tenaga kesehatan, dukungan guru, serta pengetahuan merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri [18].

Kejadian anemia pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang

Tabel 1 berisikan informasi tentang kejadian anemia pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang. Remaja putri di Posyandu Remaja Desa Dandang sebagian besar hasil pemeriksaan normal/ tidak anemia sebanyak 48 remaja putri (80%) dan yang menderita anemia sebanyak 12 remaja putri (20%).

Remaja putri diidentifikasi merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia defisiensi besi karena berkaitan dengan siklus menstruasi yang dialami setiap bulannya. Pada saat menstruasi remaja putri mengalami kehilangan darah dengan jumlah tertentu yang dapat berdampak langsung pada cadangan besi dalam tubuh. Pada fase menstruasi remaja putri memerlukan asupan gizi yang signifikan sebagai kompensasi kehilangan zat besi pada saat menstruasi [9]. Anemia pada remaja perempuan membawa sejumlah konsekuensi negatif, mencakup terhambatnya laju pertumbuhan fisik, meningkatnya kerentanan terhadap infeksi selama periode perkembangan, menurunnya tingkat kebugaran jasmani, serta terganggunya capaian akademik akibat penurunan daya konsentrasi dalam proses belajar. Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian yang dilaksanakan di SMAN 1 Mantewe mengungkapkan adanya korelasi signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dan lingkaran lengan atas (LILA) dengan prevalensi anemia pada siswi di institusi tersebut [19].

Analisis Bivariat

Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Posyandu Remaja Desa Dandang

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis data tabulasi silang menunjukkan hasil bahwa remaja putri dengan tingkat kepatuhan rendah sebanyak 11 remaja putri (40,7%) yang mengalami anemia dan 16 remaja putri (59,3%) yang tidak anemia. Sedangkan remaja putri dengan tingkat kepatuhan sedang sebanyak 2 remaja putri (6,1%) mengalami anemia dan 31 remaja putri (93,9%) tidak anemia. Hasil analisis data menggunakan uji korelasi Spearman's Rho diperoleh nilai signifikansi $p\text{-value}=0,001$ ($<0,005$) yang bermakna H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di Posyandu remaja desa Dandang. Hasil analisis data juga diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,419 artinya tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia memiliki arah positif dengan tingkat hubungan sedang

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di SMPN 2 Karang Intan Wilayah Kerja Puskesmas Karang Intan 2 Tahun 2024 pada 68 remaja putri. Hasil penelitian ini menunjukkan dari 68 remaja putri 40 remaja putri patuh dan 28 tidak patuh. Dari 40 remaja putri yang patuh sebanyak 38 remaja putri diperoleh hasil pemeriksaan tidak anemia. Sedangkan pada remaja putri yang tidak patuh, dari 28 keseluruhan mengalami anemia [20].

Teori menunjukkan Kepatuhan dalam mengkonsumsi TTD ialah bentuk kesadaran individu untuk patuh mengkonsumsi TTD dengan tertib atau sesuai dosis yang dianjurkan [21]. Kepatuhan dalam minum TTD dapat berpengaruh terhadap kadar hemoglobin remaja putri [9]. Konsumsi TTD dapat menekan angka kejadian anemia [22].

Beberapa Upaya yang dapat dilakukan sebagai Upaya pencegahan anemia pada remaja putri antara lain: (1) Mengonsumsi makanan kaya zat besi. Remaja putri sangat dianjurkan untuk secara konsisten mengonsumsi beragam bahan makanan yang memiliki kandungan zat besi

tinggi, seperti daging merah, hati, ikan, telur, sayuran berdaun hijau (bayam, kangkung), serta kacang-kacangan. Asupan zat besi yang tercukupi dalam jumlah yang memadai akan berkontribusi secara signifikan terhadap proses biosintesis hemoglobin di dalam tubuh. Mekanisme ini pada gilirannya akan membantu mencegah terjadinya kondisi anemia dengan memastikan bahwa kapasitas produksi hemoglobin tetap berlangsung pada tingkat yang optimal sesuai dengan kebutuhan fisiologis tubuh remaja putri [5]. (2) Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pemerintah menganjurkan remaja putri mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin satu tablet per minggu untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia. TTD mengandung 60 mg zat besi elemental dan 400 mcg asam folat, dan konsumsinya terutama saat menstruasi sangat dianjurkan untuk mengganti zat besi yang hilang akibat perdarahan [23], (3) Mengonsumsi makanan yang membantu penyerapan zat besi. Proses absorpsi atau penyerapan zat besi di dalam saluran pencernaan dapat dioptimalkan dan ditingkatkan secara signifikan melalui pangan mengandung vitamin C. Beberapa sumber vitamin C yang direkomendasikan antara lain buah jeruk, jambu biji, tomat, dan pepaya. Vitamin C berperan sebagai enhancer atau zat peningkat yang membantu memfasilitasi dan meningkatkan bioavailabilitas serta efisiensi absorpsi Fe di dalam sistem metabolisme tubuh. Mekanisme ini secara langsung berkontribusi terhadap penurunan risiko terjadinya anemia melalui optimalisasi utilisasi zat besi yang dikonsumsi dari sumber-sumber makanan [5].

4. KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang sedang antara kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian anemia pada remaja putri bersifat positif, hal ini bermakna maka pada kepatuhan rendah dapat meningkatkan risiko kejadian anemia pada remaja putri.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. P. M. Juniati, N. L. P. S. Erawati, I. N. Wirata, N. N. Suindri, and L. A. W. Ningtyas, "Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah," *J. Heal. Educ. Lit.*, vol. 8, no. 1, pp. 1–7, 2025, doi: 10.31605/j-healt.v8i1.5402.
- [2] A. P. Utami and A. Sudaryanto, "Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri," *JIK J. Ilmu Kesehat.*, vol. 9, no. 1, pp. 104–109, 2025, doi: 10.33757/jik.v9i1.1266.
- [3] P. K. T. K. H. dan H. R. dr. S. T. Klaten, "Membaca Anemia dari Hulu Analisis Faktor Penyebab Utama," Aug. 09, 2026. [Online]. Available: https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/4250/membaca-anemia-dari-hulu-analisis-
- [4] F. Suaib, S. S. Rowa, and W. Adwiah, "The Relationship between Adherence in Consuming Blood Supplement Tablets and the Incidence of Anemia in Adolescent Girls," *Media Kesehat. Politek. Kesehat. Makassar*, vol. 19, no. 1, pp. 71–76, 2024, doi: 10.32382/medkes.v19i1.549.
- [5] N. M. Widiastuti, P. Mastiningsih, P. P. N. Ekajayanti, and P. Wira, "Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Posyandu Remaja Banjar Sigaran Desa Mekar Bhuwana," *SAKTI BIDADARI*, vol. 7, no. 1, pp. 38–44, 2024, doi: 10.31102/bidadari.2024.7.1.38-44.
- [6] B. Ulfah and F. Aulia, "Pengaruh Edukasi Media Booklet Tablet Fe Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Mencegah Stunting," *J. Innov. Res. Knowl.*, vol. 3, no. 2, pp. 363–370, 2023, doi: 10.53625/jirk.v3i2.6245.

- [7] D. K. K. P. Pisau, "Kegiatan 'Aksi Bergizi' Di SMAN 1 Kahayan Kuala, Dinkes Pulang Pisau Sampaikan Pesan Kunci 'Pilih Makanan Bergizi Untuk Keluarga Sehat,'" Aug. 09, 2025. [Online]. Available: <https://dinkespulangpisau.com/berita-artikel/kegiatan-aksi-bergizidi-sman-1-kahayan-kuala-dinkes-pulang-pisau-sampaikan-pesan-kunci-pilih-makanan-bergizi-untuk-keluarga-sehat/>
- [8] E. R. Astuti, "Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia pada Remaja Putri," *Jambura J. Heal. Sci. Res.*, vol. 5, no. 2, pp. 550–561, 2023, doi: 10.35971/jjhsr.v5i2.17341.
- [9] N. Sari and R. E. Safriana, "Literatur Review: Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi Pada Remaja Putri," *IJMT Indones. J. Midwifery Today*, vol. 2, no. 2, pp. 29–34, 2023, doi: 10.30587/ijmt.v2i2.5729.
- [10] B. R. Az-Zahra, I. Kumalasari, and M. Amin, "Deteksi Dini Anemia Berdasarkan Tanda Gejala dan Pemeriksaan Hb pada Remaja Putri di SMPN 18 Palembang," *J. Rumpun Ilmu Kesehat.*, vol. 5, no. 3, pp. 1–14, 2025, doi: 10.55606/jrik.v5i3.5514.
- [11] W. H. Organization, "The Adolescent Health Indicators Recommended by the Global Action for Measurement of Adolescent Health: Guidance for Monitoring Adolescent Health at Country, Regional and Global Levels," World Health Organization, Geneva, 2024. [Online]. Available: <https://www.who.int/southeastasia/publications/i/item/9789240092198>
- [12] M. Morisky, "Step-by-Step Guide for Pharmacists Using MMAS-4 and MMAS-8 Screening Tools," Aug. 09, 2024. [Online]. Available: <https://www.moriskyscale.com/adherence-blog/step-by-step-guide-for-pharmacists-using-mmas-4-and-mmas-8-screening-tools>
- [13] Y. Indrawatiningsih, S. T. A. Hamid, E. P. Sari, and H. Listiono, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri," *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*, vol. 21, no. 1, pp. 331–337, 2021, doi: 10.33087/jiubj.v21i1.1116.
- [14] Y. Avelina, S. Nababan, and M. A. Delang, "Analisis Faktor yang Mempengaruhi Pemanfaatan Posyandu Remaja," *J. Keperawatan Sriwij.*, vol. 10, no. 2, pp. 1–12, 2024, doi: 10.32539/jks.v10i1.208.
- [15] Sulastri, A. Rahmawati, and F. Realita, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Menarche Dini pada Remaja Putri," *J. Ilm. PANNMED*, vol. 18, no. 3, pp. 534–542, 2023, doi: 10.36911/pannmed.v18i3.1921.
- [16] A. S. Siyami, K. Achyar, and I. R. Kusuma, "Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri," *J. Ris. Kesehat. Masy.*, vol. 3, no. 2, pp. 80–86, 2023, doi: 10.14710/jrkkm.2023.18844.
- [17] S. Asiyah and Ngatining, "Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia Pada Remaja," in *Prosiding Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional (SPIKesNas)*, 2023, pp. 486–492. [Online]. Available: <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKesNas/index.php/MOO/article/view/111>
- [18] J. Fatimah and R. Wulandari, "Faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja puteri," *J. Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, vol. 18, no. 2, pp. 124–129, 2022, doi: 10.31101/jkk.1740.
- [19] L. Sartika, B. Ulfah, Darmayanti, and Y. R. Agustina, "Relationship of Body Mass Index and Upper Arm Circumference with the Incident of Anemia in Adolescent Women at SMAN 1 Mantewe Tanah Bumbu District Year 2023," *J. Humanit. Soc. Stud.*, vol. 2, no. 1, pp. 235–248, 2024, [Online]. Available:

- <https://humasjournal.my.id/index.php/HJ/article/view/261>
- [20] I. Riandini S, Yuniarti, R. Hipni, and Hapisah, “Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet FE Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 2 Karang Intan Wilayah Kerja Puskesmas Karang Intan 2 Kabupaten Banjar Tahun 2024,” *J. Penelit. Multidisiplin Bangsa*, vol. 1, no. 8, pp. 1255–1261, 2025, doi: 10.59837/jpnmb.v1i8.230.
- [21] S. Alfiah and N. C. Dainy, “Asupan Zat Besi, Vitamin C dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Berhubungan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri SMPIT Majmaul Bahrain Bogor,” *J. Ilmu Gizi dan Diet.*, vol. 2, no. 2, pp. 103–108, 2023, doi: 10.25182/jigd.2023.2.2.103-108.
- [22] R. H. Putri, S. Kamillah, and S. Gunardi, “Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Sarapan Bergizi Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Putra Juang Cianjur Tahun 2023,” *J. Intelek dan Cendikiawan Nusantara*, vol. 1, no. 5, pp. 6984–6997, 2024.
- [23] V. F. Nuraina and H. Sulistyoningsih, “Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Status Gizi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMK Al-Ishlah Singaparna Tahun 2023,” *J. Midwifery Public Heal.*, vol. 5, no. 2, 2023, doi: 10.25157/jmph.v5i2.12714.