

Korelasi Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 2 Peukan Bada Aceh Besar

Rahma Dalila Fitri¹, Yolla Asmaul Nufra^{*2} Siti Hasanah³

^{1,3} Program Studi Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Aceh

² Program Studi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Munawarah Bireuen

Email: rahmadalila05@gmail.com, yollaasmaulnufra@gmail.com, siti.hasanah@stikesmuhaceh.ac.id

Abstrak

Masa remaja salah satu siklus kehidupan yang dilewati manusia. Pertumbuhan terjadi dengan cepat sehingga kebutuhan gizi pada masa ini ikut meningkat. Kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi akan menimbulkan berbagai penyakit salah satunya anemia. Anemia rentan terjadi pada kelompok remaja perempuan dengan prevalensi 6% lebih tinggi dari pada laki-laki. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui korelasi konsumsi tablet tambah darah dengan anemia pada remaja putri di SMPN 2 Peukan Bada Aceh Besar. Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian survei analitik menggunakan metode *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMP Negeri 2 Peukan Bada yang berjumlah 83 orang. Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi square* didapatkan *p-value* 0,4 ($> \alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara mengkonsumsi tablet tambah darah dengan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Peukan Bada. Hasil penelitian 100% remaja mengkonsumsi makan dengan lauk pauk ikan, telur, bebek, ayam. Penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja dapat dilakukan dengan beberapa hal salah satunya dengan mengkonsumsi sumber protein hewani yang bersumber dari ikan.

Kata kunci: Anemia, Remaja Putri, Tablet Tambah Darah

Abstract

Adolescence is one of the life cycles that humans go through. Growth occurs rapidly so that nutritional needs during this period also increase. Unmet nutritional needs will cause various diseases, one of which is anemia. Anemia is susceptible to occur in groups of adolescent girls with a prevalence of 6% higher than boys. The purpose of this study was to determine the correlation between the consumption of iron-boosting tablets and anemia in adolescent girls at SMPN 2 Peukan Bada Aceh Besar. This type of research is quantitative with an analytical survey research design using a cross-sectional method. The sample in this study were all 83 adolescent girls at SMP Negeri 2 Peukan Bada. The results of statistical tests using chi square obtained a p-value of 0.4 ($> \alpha = 0.05$), so it can be concluded that there is no correlation between consuming iron-boosting tablets and anemia in adolescent girls at SMP Negeri 2 Peukan Bada. The results of the study 100% of adolescents consumed meals with side dishes of fish, eggs, duck, and chicken. Overcoming and preventing anemia in adolescents can be done in several ways, one of which is by consuming animal protein sources from fish.

Keywords: Anemia, Teenage Girls, Iron supplement Tablet

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu siklus kehidupan yang dilewati manusia. Pada masa ini biasanya terjadi perumbuhan dan perkembangan fisik, kognitif, emosi dan sosial. Pertumbuhan terjadi dengan cepat sehingga kebutuhan gizi pada masa ini ikut meningkat. Kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi akan menimbulkan berbagai macam penyakit salah satunya anemia.¹ Anemia rentan terjadi pada kelompok remaja perempuan serta remaja laki-laki.² Namun Prevalensi anemia pada perempuan 6% lebih tinggi dari pada laki-laki. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi anemia pada kelompok remaja dari tahun 2007 hingga 2018. Remaja usia 15-24 tahun 6,90% pada tahun 2007 menjadi 32% tahun 2018, sedangkan kelompok usia 5-14 tahun 9,40% pada tahun 2007 menjadi 28,80 pada tahun 2018.³ Di Aceh jumlah remaja yang mengalami anemia sebesar 32%.⁴

Anemia pada remaja putri menimbulkan dampak jangka panjang antara lain, menurunnya kesehatan reproduksi, persalinan prematur, peningkatan risiko kematian saat melahirkan, serta berat bayi lahir rendah (BBLR) dan stunting.^{3,5}

Dinas Kesehatan Aceh Besar telah melakukan launching pemberian Tablet Tambah Darah pada remaja putri yang bertujuan menurunkan angka kejadian anemia pada remaja. Kegiatan ini merupakan bagian dari implementasi gizi spesifik dan sensitive dalam upaya penurunan stunting di Aceh dengan target memastikan remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah. Target nasional capaian konsumsi tablet tambah darah pada tahun 2024 sebesar 58% remaja putri mengkonsumsi tablet fe.⁷

Kepatuhan remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah saat ini masih rendah. Remaja putri yang memperoleh tablet tambah darah dalam 12 bulan terakhir mencapai 76,2 %, tetapi hanya 1,4% remaja yang mengkonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran, sedangkan di Kabupaten Aceh Besar remaja yang mendapatkan tablet tambah darah berjumlah 53,12 %.^{8,9} Hasil penelitian yang dilakukan Suaib dkk tahun (2024) pada remaja putri di SMP 09 Muhammadiyah Makasar ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia dengan nilai $p=0,038$ ($p<0,05$).⁸

Hasil wawancara yang penulis lakukan kepada remaja putri di SMP Negeri 2 Peukan Bada ditemukan bahwa remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah saat petugas kesehatan membagikan tablet ke sekolah. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Korelasi Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Peukan Bada Kecamatan Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian survei analitik.⁹ Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*, dimana metode pengambilan data yang diperoleh dalam satu waktu yang bersamaan. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMP Negeri 2 Peukan Bada Aceh Besar yang berjumlah 82 orang. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Agustus 2024.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden remaja putri yang sekolah di SMP Negeri 2 Peukan Bada Kecamatan Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar di gambar pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Putri

No	Kategori	Jumlah	%
Kelas			
1	Kelas VII	27	33
2	Kelas VIII	35	43
3	Kelas IX	20	24
Menarache			
1	Belum Menarache	27	33
2	Sudah Menarache	55	67
Remaja			
1	Remaja Awal (usia 10-13 tahun)	39	48
2	Remaja Pertengahan (14-17tahun)	43	52
3	Remaja Akhir (18-24 tahun)	0	0
Pola Makan			
1	3 x 1 hari	37	45
2	< 3x 1 hari	45	55
Informasi Tentang Tablet Tambah Darah			
1	Ada	55	67
2	Tidak Ada	27	33

Berdasarkan tabel 1 diatas diperoleh hasil bahwa kategori remaja berdasarkan kelas yang paling banyak berada di kelas VIII berjumlah 35 responden (43%). Kategori remaja yang menarache berada pada kategori sudah menarache berjumlah 55 responden (67%), kategori remaja berada pada kategori remaja tengah berjumlah 42 responden (55%). Sedangkan remaja yang memiliki pola makan < 3x sehari berjumlah 45 responden (55%) dan yang sudah mendapatkan informasi tentang tablet tambah darah berjumlah 55 responden (67%).

3.2. Analisa Univariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jumlah Remaja Putri Yang Mengalami Anemia

No	Kadar HB	Jumlah	%
1	Normal	48	59
2	Anemia Ringan	23	28
3	Anemia Sedang	11	13
Total		82	100

Berdasarkan tabel 2 diatas diperoleh hasil bahwa sebagian besar remaja putri yang memiliki Hb normal berjumlah 48 responden (59%) dan 34 responden (51%) mengalami anemia dengan kategori anemia ringan dan anemia sedang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jumlah Remaja Putri Yang Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

No	Mengonsumsi Tablet Tambah Darah	Jumlah	%
1	Tidak Ada	27	33
2	Ada	55	67
Total		82	100

Berdasarkan tabel 3 diatas diperoleh hasil sebagian besar remaja putri yang ada mengkonsumsi Tablet Tambah Darah berjumlah 55 responden (67 %).

3.3 Analisa Bivariat

Tabel 4. Korelasi Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

No	Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah	Kadar HB				Total		P Value
		Normal		Anemia		f	%	
		f	%	f	%			
1	Ada	15	53,6	13	46,4	28	100	0,4
2	Tidak Ada	34	63	20	37	54	100	
	Total	49	100	33	100	82	100	

Berdasarkan tabel 4 diatas di peroleh hasil dari 54 responden yang tidak ada mengkonsumsi tablet tambah darah 63% memiliki kadar Hb normal dan 37% menderita anemia. Sedangkan kelompok yang ada mengkonsumsi tambah darah 53,6% memiliki kadar Hb normal dan 46,4% mengalami anemia. Setelah dilakukan uji silang ditemukan *p value*nya 0,4 ($> \alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada korelasi antara mengkonsumsi tablet tambah darah dengan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Peukan Bada Kecamatan Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Manikam dkk, (2022) bahwa hampir seluruh responden (90%) tidak mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Hasil uji statistik diperoleh bahwa tidak terdapat hubungan antara konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kejadian anemia dengan *p value*nya 0,55 ($> \alpha = 0,05$).¹⁰

Tidak ada korelasi antara konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada penelitian ini. Remaja yang memiliki Hb normal dengan persentasenya 56%. Dari hasil penelitian 100% remaja mengkonsumsi makan dengan lauk pauk ikan, telur, bebek, ayam. Letak wilayah geografis SMP Negeri Peukan Bada dekat dengan laut, dimana masyarakat mudah mendapatkan ikan untuk di konsumsi oleh keluarga.

Protein merupakan salah satu zat gizi yang diperlukan oleh tubuh terutama untuk membangun sel dan jaringan, memelihara dan mempertahankan daya tahan tubuh, membantu enzim, hormon dan berbagai bahan biokimia lain. Selain itu protein juga sebagai zat pembangun dan pengatur. Kurangnya asupan protein menyebabkan proses penyerapan zat besi terhambat dan akan mengakibatkan kekurangan zat besi, sehingga remaja sangat memerlukan protein. Kekurangan asupan protein akan sangat mempengaruhi berbagai kondisi tubuh yang diperlukan untuk tetap bertahan sehat. Meskipun pada penelitian ini tidak ada korelasi antara konsumsi zat besi dengan kejadian anemia. Kadar Hb yang normal pada remaja disebabkan konsumsi protein yang baik sehingga tanpa mengkonsumsi zat besi remaja tidak mengalami anemia.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulwaningtyas (2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan protein dengan kejadian anemia pada remaja putri (*p value* = 0,017). Diperoleh nilai Odds Ratio (OR) = 3,631 bahwa remaja putri yang memiliki asupan protein kurang lebih berpeluang 3,631 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang memiliki asupan protein baik.¹¹

Penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja dapat dilakukan dengan beberapa hal berikut: 1) Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi; 2) Suplementasi zat besi dengan mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD); 3) Meningkatkan konsumsi buah dan sayur sebagai

sumber vitamin C; 4) Meningkatkan konsumsi sumber protein hewani; 5) Menghindari konsumsi teh dan kopi saat makan atau saat mengkonsumsi TTD; dan 6) Berolahraga atau eraktifitas fisik secara rutin.¹²

4. KESIMPULAN

Tidak ada Korelasi antara mengkonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Peukan Bada Kecamatan Peukan Bada Kabupaten Aceh Besar. Remaja yang memiliki Hb normal dengan persentasenya 56% karena mengkonsumsi makan dengan lauk pauk ikan, telur, bebek, ayam. Letak wilayah geografis SMP Negeri Peukan Bada dekat dengan laut, dimana masyarakat mudah mendapatkan ikan untuk di konsumsi oleh keluarga. Kadar Hb yang normal pada remaja disebabkan konsumsi protein yang baik sehingga tanpa mengkonsumsi zat besi remaja tidak mengalami anemia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dinkes Bandung, 2023, Masalah Anemia Pada Remaja Putri, <https://dinkes.bandung.go.id/masalah-anemia-pada-remaja-putri/>
2. Rahma,. Klasifikasi Remaja : Remaja Awal, Remaja Pertengahan dan Remaja Akhir. Gramedia Blog. R <https://www.gramedia.com/literasi/klasifikasi-remaja/>
3. FK-KMK UGM. 2023. *Anemia Pada Remaja*. <https://pkgm.fk.ugm.ac.id/2023/09/20/1508/>
4. Nadira, Cut, Sidrah. Rahayu, Mulyati, Sri, Sawitri, Harvina, Maulina Nora, Divaulhaq Afiqah, Susri, Wendi. 2024. *Pemeriksaan Haemoglobin Gratis dan Sosialisasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Desa Reuleut Timu, Muara Batu. Jurnal Pengabdian Kesehatan Vol (2). No (1)*, <https://ojs.unimal.a.id/article/download>
5. Khobibah, Nurhidayati Tri, Ruspita Mimi, Astyandini Budi, 2021. *Anemia Remaja dan Kesehatan Reproduksi. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan Vol (3) No. (2)*
6. Dinkes Aceh. 2022. *Cegah Anemia dan Stunting, Remaja Putri Di Aceh Besar Minum Tablet Tambah Darah Serentak*. dinkes.acehprov.go.id/detailpost/cegah-anemia-dan-stunting-remaja-putri-di-aceh-besar-minum-tablet-tambah-darah-serentak
7. Open Data. 2023. *Persentase Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)* <https://data.acehprov.go.id/id/dataset/pemberian-tablet-tambah-darah-ttd-pada-remaja/resource/a053404f-6143-4a90-b255-87baa6436bab>
8. Suaib Fatmawaty, Rowa Sahariah Sitti, DWIAH Wirdatul. 2024. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Vol XIX, No (1)* <https://ojs3.poltekkes-mks.ac.id/index.php/medkes/article/view/549/346>
9. Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
10. Manikam Ratna Mutu, Angesti Annisa Nursita, Mardiyah Sarah, 2022. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Santriwati Di Kota Bekasi Jurnal Sains Kesehatan Vol (29) No (2)* [file:///C:/Users/USER/Downloads/document%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/document%20(1).pdf)
11. Ulwaningtyas, Alieffia. 2022. Hubungan Kebiasaan Sarapan Asupan Pretein, Asupan Zat Besi, Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMAN 1 Cikampek. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory Vol (5), No (2)* <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/1580/1056>
12. Kemenkes, 2018. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta. Kemenkes