



JURNAL GIZI AISYAH

Universitas Aisyah Pringsewu
Vol. 7, No. 2, September, 2024

Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Tablet Tambah Darah dan Praktik Minum Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri

Yenni Yahena¹, Abdullah², Afiska Prima Dewi³, Ikhwan Amirudin⁴

^{1,2,3,4} Universitas Aisyah Pringsewu

¹yennyahena12@gmail.com

ABSTRACT

The prevalence of anemia in female adolescents is 29% worldwide. Female adolescents are at a higher risk of developing anemia. Adolescent girls experience menstruation every month with a loss of iron of ± 1.3 mg per day. The government has a program for young girls at school, namely providing one iron tablet every week throughout the year (52 items in total). The impact of nutritional problems due to lack of nutrients that play a role in the formation of hemoglobin, can be due to a lack of consumption of iron tablets or iron tablets and absorption disorders. The aim of this study was to determine the effect of counseling on the level of knowledge about blood-supplementing tablets and the practice of taking blood-supplementing tablets in young women at SMP Negeri 1 Ketapang, South Lampung in 2022. This type of quasi experimental design research uses a non-equivalent control group approach. The population in this study were class IX teenage girls. The sample in this study were 43 respondents as the control group and 43 respondents as the intervention group. So that the number of samples is 86 respondents. The sample technique uses purposive sampling. This research was conducted at Ketapang 1 Public Middle School, South Lampung from October 24 2022 to January 31 2023. The instruments used were questionnaires, observation sheets, SAP and leaflets. Data analysis using the Mann Whitney Test. The results showed that there was an effect of counseling on the level of knowledge about blood-adding tablets in female adolescents obtained a p-value of 0.035 (<0.05), then there was an influence of counseling on the practice of taking blood-supplementing tablets in female adolescents obtained a p-value of 0.000 (<0.05). It is expected that adolescents regularly consume Fe tablets given by health workers. Conducting cross-sectoral collaboration to increase the provision of counseling to increase youth knowledge about blood supplement tablets and how to consume them as well as the impact of the benefits provided from blood supplement tablets, providing time and place for the counseling process for students at school.

Keywords: *Fe tablets, Adolescents, Anemia, Knowledge*

ABSTRAK

Prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 29% di dunia, Remaja putri berisiko lebih tinggi terkena anemia. Remaja putri mengalami haid setiap bulan dengan kehilangan zat besi $\pm 1,3$ mg per hari. Pemerintah mempunyai program untuk remaja putri di sekolah yaitu memberikan satu butir Tablet tambah darah setiap minggu sepanjang tahun (total 52 butir). Dampak masalah gizi akibat kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, dapat karena kekurangan konsumsi tablet besi atau tablet tambah darah serta gangguan absorpsi. Tujuan dalam penelitian ini mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah dan praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan tahun 2022. Jenis penelitian *quasy experimental design* menggunakan pendekatan *non equivalent control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja puteri kelas IX. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 43 responden sebagai kelompok kontrol dan 43 responden sebagai kelompok intervensi. Sehingga jumlah sampel sebanyak 86 responden. Teknik sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini telah dilakukan di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan pada tanggal 24 Oktober 2022 s/d 31 Januari 2023. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner, lembar observasi, SAP dan Leaflet. Analisa data menggunakan uji *Mann Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri didapatkan nilai *p-value* 0.035 (<0.05), kemudian ada pengaruh penyuluhan terhadap praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri didapatkan nilai *p-value* 0.000 (<0.05). Diharapkan remaja rutin mengkonsumsi tablet Fe yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Melakukan kerjasama lintas sektoral guna meningkatkan pemberian penyuluhan untuk menambah pengetahuan remaja tentang tablet tambah darah dan cara konsumsi serta dampak manfaat yang diberikan dari tablet tambah darah, menyediakan waktu dan tempat untuk proses penyuluhan kepada siswa/siswi di sekolah.

Kata kunci: Tablet Fe, Remaja, Anemia, Pengetahuan

PENDAHULUAN

Saat ini ada empat masalah gizi pada remaja di Indonesia adalah Kekurangan Energi Protein (KEP), Anemia Gizi Besi (AGB), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKI), dan Kekurangan Vitamin A (KVA). Diantara empat masalah gizi diatas yang sering terjadi sampai saat ini adalah AGB pada remaja putri (Heriyah dan Kusumastuti, 2021)

Masalah zat besi merupakan masalah gizi yang diakibatkan dari *intake* zat besi yang rendah dan remaja putri yang cenderung untuk membatasi asupan makanan karena mereka cenderung ingin memiliki tubuh yang langsing dengan pengetahuan yang masih rendah terkait anemia (Ahmady, et al. 2016). Rendahnya remaja mengkonsumsi tablet tambah darah disebabkan karena masih kurangnya sumber informasi sehingga banyak remaja yang memiliki pengetahuan kurang mengenai zat besi. Akibatnya, kesadaran remaja untuk mengkonsumsi tablet tambah darah juga masih rendah. Pengetahuan mengenai kebutuhan zat besi, manfaat pada zat besi, sumber makanan mengandung zat besi, akibat yang ditimbulkan apabila kekurangan zat besi, dan informasi lainnya dapat diperoleh remaja melalui peran petugas kesehatan dalam memberikan penyuluhan (Fauziah et al, 2018).

Selain masalah tersebut, perubahan fisiologi pada remaja putri juga ditandai dengan berfungsinya organ reproduksi seperti menstruasi. Sepanjang usia reproduktif, wanita akan mengalami kehilangan darah akibat peristiwa menstruasi, dan secara tidak langsung dapat juga dikatakan kehilangan zat besi dalam darah sebesar 12,5-15 mg/bulan, atau kira-kira sama dengan 0,4-0,5 mg sehari. Zat besi yang hilang akan menyebabkan penurunan kadar Hb dalam tubuh sehingga menyebabkan anemia (Angrainy, et al. 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 29%. Prevalensi anemia pada remaja putri usia (usia 10-18 tahun) mencapai 41,5% di negara berkembang (WHO, 2019). Hampir 23% remaja putri di Indonesia mengalami anemia alias kurang darah. Dengan jumlah remaja putri kurang lebih 21 juta, terdapat setidaknya 4,8 juta yang mengidap kekurangan jumlah sel darah merah (yang mengandung protein hemoglobin, Hb) (Sunarsih, et al. 2020).

Prevalensi remaja putri yg mendapat tablet tambah darah di Indonesia dan beberapa negara belum maksimal, didapatkan data remaja putri yang telah mendapatkan tablet tambah darah 12 bulan terakhir tahun 2018 di Indonesia sebanyak 76,2% atau sebanyak 21.434 remaja. Kemudian di Provinsi Lampung sebanyak 69,8% atau sebanyak 612 ribu remaja telah mendapatkan tablet tambah darah (Risikesdas, 2018). Trend cakupan remaja puteri mendapat tablet tambah darah terlihat meningkat dari tahun 2016 sampai tahun 2019 untuk data tahun 2015 tidak ada dikarenakan indikator tersebut masih baru, capaian tablet tambah darah remaja putri dari tahun 2016 s.d 2019 terus meningkat. Namun pada tahun 2019 sampai dengan 2021 terjadi penurunan cakupan karena masa pandemi. Tahun 2019 sebanyak 71,38 remaja telah diberikan tablet tambah darah (Dinkes Prov Lampung, 2019). Data remaja yang telah mendapatkan tablet tambah darah di Puskesmas Ketapang sebesar 1.511 (66,2%) (Puskesmas Ketapang, 2021).

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Remaja putri berisiko lebih tinggi terkena anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena alasan pertama remaja perempuan setiap bulan mengalami siklus menstruasi dan alasan kedua yaitu karena memiliki kebiasaan

makan yang salah, hal ini terjadi karena para remaja putri ingin langsing untuk menjaga penampilannya sehingga mereka berdiet dan mengurangi makan, akan tetapi diet yang dijalankan merupakan diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh sehingga dapat menyebabkan tubuh kekurangan zat-zat penting seperti zat besi (Masthalina, et al. 2012).

Setiap hari manusia kehilangan zat besi 0,6 mg yang diekskresi, khususnya melalui feses (tinja), remaja putri mengalami haid setiap bulan dengan kehilangan zat besi $\pm 1,3$ mg per hari, sehingga kebutuhan dalam stabilisasi hormone dan zat besi lebih banyak daripada pria. Bila asupan zat besi sebagai salah satu mikro nutrisi ini berkurang, tubuh kita akan mengalami penurunan kadar hemoglobin, yang kita sebut dengan anemia. Akibat berkurangnya jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin dalam sel darah merah tersebut, darah tidak dapat mengangkut oksigen dalam jumlah sesuai yang diperlukan tubuh. Oleh karena itu suplemantasi zat besi saat menstruasi sangat diperlukan (Lestari, 2012).

Tablet tambah darah merupakan Program disediakan oleh Pemerintah dan didistribusikan ke kelompok sasaran melalui fasilitas pelayanan kesehatan pemerintah. Tablet tambah darah mandiri diperoleh berdasarkan resep/instruksi tenaga kesehatan, inisiatif membeli sendiri di fasilitas kesehatan swasta/apotik/toko obat, atau diperoleh dari pemberian keluarga/orang lain. Pemerintah mempunyai program untuk remaja putri di sekolah yaitu memberikan satu butir Tablet tambah darah setiap minggu sepanjang tahun (total 52 butir) (Risksdas, 2018).

Dampak masalah gizi akibat kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, dapat karena kekurangan konsumsi tablet besi

atau tablet tambah darah serta gangguan absorpsi. Pada remaja putri, kebutuhan besi tambahan diperlukan untuk menyeimbangkan kehilangan zat besi akibat darah haid, sehingga terjadi peningkatan kebutuhan besi untuk mengganti kehilangan darah total (Junita dan Wulansari, 2021).

Tujuan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan remaja putri yang anemia; meningkatkan kadar hemoglobin, zat besi dan zinc dalam darah; menurunkan kejadian sakit, meningkatkan berat badan, tinggi badan dan Indeks Masa Tubuh (IMT). Anemia pada remaja putri mempengaruhi berkurangnya haemoglobin (Hb) dalam darah. Hb adalah komponen di dalam sel darah merah (eritrosit) yang berfungsi menyalurkan oksigen ke seluruh tubuh. Jika Hb berkurang, jaringan tubuh kekurangan oksigen. Oksigen diperlukan tubuh untuk bahan bakar proses metabolisme (Tonasih, et al. 2019).

Rendahnya pengetahuan tentang konsumsi berhubungan erat dengan konsumsi dan kesadaran dalam mencukupi zat gizi individu. Pada remaja putri perlu mempertahankan status gizi yang baik, terbukti pada saat haid terutama pada fase luteal terjadi peningkatan nutrisi. Apabila hal ini diabaikan, maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan selama siklus haid. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya: umur, pendidikan, media, sumber informasi. Meningkatkan pengetahuan dapat dilakukan dengan memberikan informasi melalui penyuluhan kepada remaja dengan media (Angrainy, et al. 2019).

Remaja putri yang patuh terhadap pemberian tablet tambah darah akan mengatasi masalah anemia. Remaja putri akan tumbuh dan berkembang

menjadi calon ibu yang sehat dan melahirkan bayi yang sehat. Upaya ini mendukung gerakan 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK). HPK menjadi fokus perhatian karena tidak hanya berdampak pada angka kesakitan dan kematian pada ibu dan anak, melainkan juga memberikan konsekuensi kualitas hidup individu yang bersifat permanen sampai usia dewasa. Timbulnya masalah gizi pada anak usia dibawah dua tahun erat kaitannya dengan persiapan gizi seorang perempuan untuk menjadi ibu termasuk remaja putri (Kurniawan, 2018).

Dampak pada remaja putri yang tidak memiliki pengetahuan baik tentang tablet tambah darah adalah remaja tidak patuh konsumsi tablet tambah darah dan kemungkinan yang terjadi apabila remaja mengalami defisiensi zat besi adalah menurunnya prestasi dan semangat belajar, karena kurangnya status besi (Fe) dapat mengakibatkan gejala seperti pucat, letih, lesu/lelah, nafsu makan menurun serta gangguan pertumbuhan (Angrainy, et al. 2019).

Akibat lainnya karena remaja tidak memiliki pengetahuan yang baik maka mempengaruhi keadaan fisik ditandai dengan kelelahan, kelesuan dan gejala-gejala buruk lainnya. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk tindakan seseorang, termasuk dalam mengikuti program pemerintan terkait pemberian tablet tambah darah. Kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah merupakan faktor penting dalam menjamin peningkatan kadar hemoglobin dan mencegah terjadinya anemia pada remaja putri (Adnyana, et al. 2020).

Status zat besi didalam tubuh manusia tergantung pada penyerapan zat besi tersebut. Di antaranya yang dapat meningkatkan penyerapan besi atau *enhancer* dari sumber vitamin C seperti pada jeruk, pepaya serta sumber protein hewani tertentu contohnya

daging sapi, daging ayam dan ikan. Vitamin C sebagai *enhancer* karena vitamin C membantu penyerapan besi non heme dengan merubah bentuk feri menjadi fero yang mudah diserap. Vitamin C membentuk gugus besi-okalat yang tetap larut pada pH yang lebih tinggi seperti di duodenum sehingga mudah diserap. Oleh karena itu sangat disarankan untuk mengkonsumsi makanan sumber vitamin C tiap kali makan untuk meningkatkan absorpsi besi nonhem. Zat yang dapat menghambat penyerapan besi atau *inhibitor* antara lain adalah kafein, tanin, oksalat, fitat, yang terdapat dalam produk-produk kacang kedelai, teh, dan kopi. Kopi dan teh yang mengandung tanin dan oksalat merupakan bahan makanan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat. Faktor diet lainnya yang membatasi tersedianya zat besi adalah fitat, sebuah zat yang ditemukan dalam gandum (Masthalina, et al. 2012).

Penyuluhan adalah semua sarana atau upaya untuk memudahkan penyampaian dan penerimaan pesan atau informasi dari komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik, visual, dan media luar ruang. Penyuluhan merupakan salah satu Intervensi perubahan perilaku dimulai dari penyediaan pedoman tata laksana serta pengembangan media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE). Tujuan dari intervensi ini adalah perubahan pengetahuan dan sikap siswa yang akan menyebabkan siswa mau mengonsumsi tablet tambah darah. Penyuluhan adalah proses untuk memberdayakan masyarakat melalui kegiatan menginformasikan, mempengaruhi dan membantu masyarakat agar berperan aktif untuk mendukung perubahan perilaku dan lingkungan serta menjaga dan meningkatkan kesehatan (Noverina, et al. 2020).

Hasil penelitian Ahmady, et al (2016) dengan judul pengaruh

penyuluhan gizi dan pemberian tablet besi terhadap pengetahuan dan kadar hemoglobin siswi SMAN di Kabupaten Mamuju Provinsi Sulawesi Barat. Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen semu (*Quasi experiment*) dengan menggunakan desain non randomized *control group pretest-posttest*. Pengelompokan anggota sampel pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan secara non random. Nilai rata-rata pengetahuan gizi awal pada kelompok intervensi lebih tinggi yaitu $69,33 \pm 10,1$ dibandingkan kelompok kontrol yaitu $57,17 \pm 14,0$. Begitu juga nilai rata-rata pengetahuan gizi akhir pada kelompok intervensi lebih tinggi yaitu $75,33$ dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu $65,00$. Hasil uji menunjukkan ada perbedaan bermakna pengetahuan gizi awal dan akhir pada kelompok intervensi ($p=0,020$) dan kelompok kontrol ($p=0,022$), tetapi hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan rata-rata peningkatan pengetahuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p=0,626$).

Didukung dengan hasil penelitian Samria dan Fitriani (2022) tentang pengaruh penyuluhan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan siswi remaja putri mengkonsumsi tablet Fe di SMAN 2 Polewali Mandar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian *pre and post test design*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan kepatuhan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan di nilai p untuk pengetahuan 0,003 dan kepatuhan 0,004 dan tidak ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan minum obat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan pada kelompok kontrol dengan nilai p

untuk pengetahuan 0,059 dan kepatuhan 0,083.

Hasil penelitian Noverina, et al (2020) pengaruh *Explanation Video* dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara. Noverina, dkk (2020) pengaruh *Explanation Video* dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara. Hasil analisis uji *Wilcoxon Signed Rank* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi ($p \leq 0,0001$). Kelompok *control* sebelum dan sesudah intervensi tidak terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok kontrol ($p > 0,083$).

Berdasarkan hasil pra survey dilakukan di SMP Negeri 1 Ketapang dan SMP Negeri 2 Ketapang masing-masing diambil 10 siswi untuk dilakukan wawancara dengan hasil di SMP Negeri 1 Ketapang dari 10 siswi 4 (40%) diantaranya telah mengetahui fungsi dan manfaat tablet FE, remaja sering mengkonsumsi FE ketika mengalami menstruasi. Hal ini didukung karena kedua orang tuanya merupakan tenaga kesehatan sehingga memberikan informasi dan edukasi pentingnya FE untuk remaja. Sedangkan 6 (60%) remaja tidak mengkonsumsi FE karena tidak paham dan tidak tahu bahwa harus mengkonsumsi FE rutin tiap bulan. Remaja pernah mengkonsumsi FE ketika sehabis diberi oleh pihak puskesmas. Penyuluhan tentang FE belum diadakan namun pembagian FE sudah diberikan tanpa adanya penjelasan.

Kemudian di SMP Negeri 2 Ketapang dari 10 siswi 8 (80%) diantaranya telah mengetahui fungsi dan

manfaat tablet FE mereka setelah didakan pembelajaran tatap muka telah 2 kali diberikan penyuluhan tentang FE dan dibagi tablet FE secara rutin, sedangkan 2 (20%) remaja tidak mengkonsumsi FE karena sering lupa, responden masih belum paham tentang FE dan merasa tidak cocok mengkonsumsi FE karena merasa mual setelah mengkonsumsi FE. Berdasarkan studi pendahuluan dan latar belakang, penulis tertarik untuk meneliti tentang pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah dan praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian *quasy experimental design* menggunakan pendekatan *non equivalent control group*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas IX. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 43 responden sebagai kelompok kontrol dan 43 responden sebagai kelompok intervensi. Sehingga jumlah sampel sebanyak 86 responden.

Teknik sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini telah dilakukan di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan pada tanggal 24 Oktober 2022 s/d 31 Januari 2023. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner, lembar observasi, SAP dan Leaflet. Analisa data menggunakan uji *Mann Whitney*.

HASIL PENELITIAN

1. Rerata tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri sebelum diberikan penyuluhan

Pengetahuan	n	Median (Min-Maks)	
-------------	---	-------------------	--

Intervensi	43	47,36 (31,58 – 73,68)	0,000
Kontrol	43	42,11 (21,05 – 68,42)	0,001

Hasil tabel dapat dijelaskan pada kelompok intervensi pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 47,36 dengan nilai minimum 31,58 dan maksimum 73,68 dan pada kelompok kontrol pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 42,11 dengan nilai minimum 21,05 dan maksimum 68,42.

2. Rerata tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri sesudah diberikan penyuluhan

Pengetahuan	n	Median (Min-Maks)	Uji Normalitas Data
Intervensi	43	73,68 (52,63 – 94,74)	0,000
Kontrol	43	52,63 (36,84 – 84,21)	0,000

Hasil tabel dapat dijelaskan pada kelompok intervensi pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 73,68 dengan nilai minimum 52,63 dan maksimum 94,74 dan pada kelompok kontrol pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 52,63 dengan nilai minimum 36,84 dan maksimum 84,21.

3. Rerata praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri sebelum diberikan penyuluhan

Praktik Minum Tablet Tambah Darah	n	Median (Min-Maks)	Uji Normalitas Data
Intervensi	43	1 (1 – 4)	0.000
Kontrol	43	2 (0 – 4)	0.000

Hasil tabel dapat dijelaskan pada kelompok intervensi Praktik minum tablet tambah darah sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 1 kali dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali dan pada kelompok kontrol Praktik minum tablet tambah darah sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 2 kali dengan nilai minimum 0 kali dan maksimum 4 kali.

4. Rerata praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri sesudah diberikan penyuluhan

Praktik Minum Tablet Tambah Darah	n	Median (Min-Maks)	Uji Normalitas Data
Intervensi	43	4 (1 – 4)	0.000
Kontrol	43	1 (0 – 4)	0.000

Hasil table dapat dijelaskan pada kelompok intervensi praktik minum tablet tambah darah sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 4 kali dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali. Pada kelompok kontrol praktik minum tablet tambah darah sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 1 kali dengan nilai minimum 0 kali dan maksimum 4 kali.

Hasil Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk melihat hasil selisih tingkat pengetahuan dan praktik minum tentang tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan tahun 2022, dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut :

Tingkat Pengetahuan	▲ Median (Min – Maks)	p-value
Kontrol	37,84 (21,05 – 84,21)	0.035
Intervensi	49,16 (31,58 – 94,74)	
Praktik Minum Tablet Tambah Darah	▲ Median (Min – Maks)	p-value
Kontrol	29,09 (0-4)	0.000
Intervensi	57,91 (1-4)	

Berdasarkan hasil Analisa data pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri, dengan analisa data uji *Mann Whitney* didapatkan pada nilai *p-value* 0.035 (<0.05) disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan.

Hasil Analisa data pengaruh penyuluhan terhadap praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri, dengan analisa data uji *Mann Whitney* didapatkan pada nilai *p-value* 0.000 (<0.05) disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan.

PEMBAHASAN

Hasil pengolahan data dijelaskan pada kelompok intervensi pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 47,36

dengan nilai minimum 52,63 dan maksimum 73,68 dan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 73,68 dengan nilai minimum 52,63 dan maksimum 94,74. Pada kelompok kontrol pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 42,11 dengan nilai minimum 21,05 dan maksimum 68,42 dan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 52,63 dengan nilai minimum 36,84 dan maksimum 84,21.

Hasil pengolahan data pada variabel pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan pada 43 kelompok kontrol rata-rata nilai media sebesar 42,11 dengan nilai minimum 21 dan nilai maksimum 68. Dan setelah diberikan penyuluhan dari 43 kelompok kontrol nilai median sebesar 52,63 dengan nilai minimum 37 dan nilai maksimum 84.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ahmady, et al (2016) dengan judul pengaruh penyuluhan gizi dan pemberian tablet besi terhadap pengetahuan dan kadar hemoglobin siswi SMAN di Kabupaten Mamuju Provinsi Sulawesi Barat. Nilai rata – rata pengetahuan gizi pada kelompok intervensi sebesar 69,33.

Sejalan pula dengan hasil penelitian Samria dan Fitriani (2020) Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan siswi remaja putri mengkonsumsi tablet Fe di SMAN 2 Polewali Mandar sebagian besar baik (skore 75-100) sebanyak 50%

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui penciuman manusia, yakni indra penglihatan dan pendengaran manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebigain besar

pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Wawan dan Dewi, 2011).

Pengetahuan merupakan kesamaan dalam pikiran manusia sebagai hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan dipengaruhi oleh umur, pengalaman, pendidikan, lingkungan dan sumber informasi. Pengetahuan juga dipengaruhi oleh makin tinggi tingkat pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki sebaiknya pendidikan yang kurang akan menghambat sikap seseorang terhadap nilai-nilai baru yang dikenalkan (Wawan dan Dewi, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian pendapat peneliti dari banyaknya responden yang memiliki pengetahuan kurang baik karena dari sumber informasi yang mereka dapatkan belum banyak tentang konsumsi tablet tambah darah. Selain itu kurangnya pemaparan dari sekolah terkait tablet tambah darah. Pada responden yang dengan pengetahuan baik dikarenakan memiliki sumbe informasi dari keluarga yang merupakan tenaga kesehatan.

Kurangnya pemahaman yang diberikan di pendidikan formal tentang manfaat tablet tambah darah berpengaruh terhadap pengetahuan responden, kurangnya dukungan penjelasan dari orang tua juga dapat berpengaruh terhadap pengetahuan responden. Selain itu sudah kurang lebih 2 tahun tidak dilakukan sosialisasi tentang tablet tambah darah dari pihak Puskesmas dan Dinas Kesehatan sehingga para responden belum paham tentang manfaat tablet tambah darah.

Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan penyuluhan pada kelompok intervensi terdapat peningkatan pengetahuan remaja

tentang tablet tambah darah, hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan, adapun responden yang tidak memiliki peningkatan skor pengetahuan dapat dikarenakan responden kurang interaktif saat penyuluhan. Dapat juga didorong dari penyampaian yang diberikan oleh peneliti tidak mudah diserap dan diterima oleh responden.

Namun secara keseluruhan lebih banyak responden yang pengetahuannya meningkat. Pada kelompok kontrol terdapat pengetahuan yang meningkat hal ini karena para responden saling bertukar pendapat dan informasi sehingga pada kelompok intervensi yang sudah diberikan penjelasan, ikut membagikan informasi pada kelompok kontrol

Hasil pengolahan data dijelaskan pada kelompok intervensi Praktik minum tablet tambah darah sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 1 kali dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali dan praktik minum tablet tambah darah sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 4 kali dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali. Pada kelompok kontrol Praktik minum tablet tambah darah sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 2 kali dengan nilai minimum 0 kali dan maksimum 4 kali dan praktik minum tablet tambah darah sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 1 kali dengan nilai minimum 0 kali dan maksimum 4 kali.

Hasil pengolahan data pada variabel praktik minum tablet tambah darah setelah diberikan penyuluhan dari 43 kelompok intervensi dengan nilai median praktik minum tablet tambah darah sebanyak 4 kali, dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali. Pada 43 kelompok kontrol dengan nilai median praktik minum tablet

tambah darah sebanyak 1 kali, dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali.

Hasil penelitian Noverina, dkk (2020) pengaruh *Explanation Video* dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara. Hasil ini didapat berdasarkan riwayat konsumsi TTD sebelum intervensi. Median \pm SE setelah intervensi yang dilakukan nilai kepatuhan konsumsi tablet tambah darah adalah 100 \pm 1,488 yang berarti sudah banyak yang patuh mengonsumsi TTD. Kelompok kontrol hanya diberikan media leaflet dilihat riwayat kepatuhannya menggunakan riwayat konsumsi tablet tambah darah sebelum intervensi nilai median dan standar eror 60 \pm 1,937 yang berarti kurangnya kepatuhan siswi mengonsumsi TTD.

Sejalan pula dengan hasil penelitian Hasil penelitian Samria dan Fitriani (2020) Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan siswi remaja putri mengonsumsi tablet Fe di SMAN 2 Polewali Mandar. Responden kelompok kepatuhan sebelum intervensi kategori kurang sebanyak 5 (50%), cukup sebanyak 4 (40%), dan baik sebanyak 1 (10%). Sedangkan untuk responden kelompok kepatuhan sesudah intervensi kategori kurang sebanyak 0 (00%), cukup sebanyak 6 (60%), dan baik sebanyak 4 (40%).

Tablet tambah darah pada remaja putri penting untuk terhindar dari anemia. Anemia pada remaja putri mempengaruhi berkurangnya haemoglobin (Hb) dalam darah. Hb adalah komponen di dalam sel darah merah (eritrosit) yang berfungsi menyalurkan oksigen ke seluruh tubuh. Jika Hb berkurang, jaringan tubuh kekurangan oksigen. Oksigen diperlukan tubuh untuk bahan bakar

proses metabolisme (Tonasih, et al. 2019).

Berdasarkan hasil penelitian responden pada kelompok intervensi dan kelompok tidak ada yang rutin mengkonsumsi tablet tambah darah, selain karena tidak paham manfaatnya juga merasa ketika mengkonsumsi tablet tambah darah merasa mual karena bau dari tablet tersebut sangat khas. Kemudian responden merasa tidak ada masalah kesehatan sehingga tidak mengkonsumsi secara rutin tablet tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pada kelompok yang diberikan penyuluhan rutinitas konsumsi tablet tambah darah meningkat, remaja lebih paham manfaat dan fungsi tablet tambah darah sehingga praktik minum tablet tambah darah lebih rutin. Pada kelompok kontrol terdapat peningkatan jumlah responden yang rutin konsumsi tablet tambah darah hal ini dapat didorong dari kesadaran responden bahwa perlunya konsumsi tablet tambah darah pada remaja.

Hasil Analisa data diperoleh hasil ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan nilai *p-value* 0.035 (<0.05).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Ahmady, et al (2016) dengan judul pengaruh penyuluhan gizi dan pemberian tablet besi terhadap pengetahuan dan kadar hemoglobin siswi SMAN di Kabupaten Mamuju Provinsi Sulawesi Barat. Hasil uji menunjukkan ada perbedaan bermakna pengetahuan gizi awal dan akhir pada kelompok intervensi ($p=0,020$) dan kelompok kontrol ($p=0,022$).

Sejalan pula dengan hasil penelitian Noverina, et al (2020) pengaruh *Explanation Video* dalam

pengecahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara. Hasil analisis uji *Wilcoxon Signed Rank* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi ($p \leq 0,0001$). Kelompok *control* sebelum dan sesudah intervensi tidak terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok kontrol ($p > 0,083$).

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Remaja putri berisiko lebih tinggi terkena anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena alasan pertama remaja perempuan setiap bulan mengalami siklus menstruasi dan alasan kedua yaitu karena memiliki kebiasaan makan yang salah, hal ini terjadi karena para remaja putri ingin langsing untuk menjaga penampilannya sehingga mereka berdiet dan mengurangi makan, akan tetapi diet yang dijalankan merupakan diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh sehingga dapat menyebabkan tubuh kekurangan zat-zat penting seperti zat besi (Masthalina, et al. 2012).

Rendahnya pengetahuan tentang konsumsi berhubungan erat dengan konsumsi dan kesadaran dalam mencukupi zat gizi individu. Pada remaja putri perlu mempertahankan status gizi yang baik, terbukti pada saat haid terutama pada fase luteal terjadi peningkatan nutrisi. Apabila hal ini diabaikan, maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan selama siklus haid. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya: umur, pendidikan, media, sumber informasi. Meningkatkan pengetahuan dapat dilakukan dengan memberikan informasi melalui

penyuluhan kepada remaja dengan media (Angrainy, et al. 2019).

Penyuluhan adalah semua sarana atau upaya untuk memudahkan penyampaian dan penerimaan pesan atau informasi dari komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik, visual, dan media luar ruang. Penyuluhan merupakan salah satu Intervensi perubahan perilaku dimulai dari penyediaan pedoman tata laksana serta pengembangan media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) (Noverina, et al. 2020).

Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan, hal ini menunjukkan dengan pemberian informasi responden dapat menambah pengetahuan. Dengan adanya hasil penelitian ini maka perlu adanya pengembangan lebih lanjut mengenai penyuluhan terkait tablet tambah darah, mungkin dengan media animasi atau media lain, dan juga dapat mengangkat topik lain sehingga meningkatkan pengetahuan responden, dan menambah informasi responden tentang kesehatan.

Hasil Analisa data diperoleh hasil ada pengaruh penyuluhan terhadap praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan, hasil analisa data menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan nilai *p-value* 0.000 (<0.05).

Hasil penelitian Noverina, dkk (2020) pengaruh *Explanation Video* dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara. Hasil analisis uji *Wilcoxon Signed Rank* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi ($p \leq 0,0001$).

Sejalan dengan hasil penelitian Samria dan Fitriani. (2020). Pengaruh

penyuluhan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan siswi remaja putri mengkonsumsi tablet Fe di SMAN 2 Polewali Mandar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan kepatuhan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan nilai *p* untuk pengetahuan 0,003 dan kepatuhan 0,004 dan tidak ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan minum obat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan pada kelompok kontrol dengan nilai *p* untuk pengetahuan 0,059 dan kepatuhan 0,083.

Remaja putri yang patuh terhadap pemberian tablet tambah darah akan mengatasi masalah anemia. Remaja putri akan tumbuh dan berkembang menjadi calon ibu yang sehat dan melahirkan bayi yang sehat. Upaya ini mendukung gerakan 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK). HPK menjadi fokus perhatian karena tidak hanya berdampak pada angka kesakitan dan kematian pada ibu dan anak, melainkan juga memberikan konsekuensi kualitas hidup individu yang bersifat permanen sampai usia dewasa. Timbulnya masalah gizi pada anak usia dibawah dua tahun erat kaitannya dengan persiapan gizi seorang perempuan untuk menjadi ibu termasuk remaja putri (Kurniawan, 2018).

Dampak pada remaja putri yang tidak memiliki pengetahuan baik tentang tablet tambah darah adalah remaja tidak patuh konsumsi tablet tambah darah dan kemungkinan yang terjadi apabila remaja mengalami defisiensi zat besi adalah menurunnya prestasi dan semangat belajar, karena kurangnya status besi (Fe) dapat mengakibatkan gejala seperti pucat, letih, lesu/lelah, nafsu makan menurun serta gangguan pertumbuhan (Angrainy, et al. 2019).

Berdasarkan hasil penelitian adanya pengaruh pelaksanaan penyuluhan terhadap praktik konsumsi tablet tambah darah, hal ini menunjukkan responden yang terpapar informasi yang akurat dan bermanfaat dapat mempengaruhi perilaku responden tersebut. Perlunya upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan yang dapat dilakukan dengan cara meningkatkan informasi atau pesan yang disampaikan dengan lebih jelas dan dapat dipahami disertai dengan keterlibatan orang terdekat sampel dengan beberapa pendekatan perilaku. Pelaksanaan penyuluhan perlu dilakukan secara terus menerus dan melibatkan banyak lintas sektoral, hal ini ditujukan guna meningkatkan derajat kesehatan remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Tingkat pengetahuan pada kelompok intervensi pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 47,36 dengan nilai minimum 52,63 dan maksimum 73,68 dan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 73,68 dengan nilai minimum 52,63 dan maksimum 94,74. Tingkat pengetahuan pada kelompok kontrol pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 42,11 dengan nilai minimum 21,05 dan maksimum 68,42 dan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 52,63 dengan nilai minimum 36,84 dan maksimum 84,21.

Praktik minum tablet tambah darah pada kelompok intervensi sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 1 kali dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali dan praktik minum tablet tambah darah

sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 4 kali dengan nilai minimum 1 kali dan maksimum 4 kali. Praktik minum tablet tambah darah pada kelompok kontrol sebelum diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 2 kali dengan nilai minimum 0 kali dan maksimum 4 kali dan praktik minum tablet tambah darah sesudah diberikan penyuluhan diperoleh median sebesar 1 kali dengan nilai minimum 0 kali dan maksimum 4 kali. Ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan didapatkan nilai *p-value* 0.035 (<0.05) dan ada pengaruh penyuluhan terhadap praktik minum tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ketapang Lampung Selatan didapatkan nilai *p-value* 0.000 (<0.05).

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmady. dkk. (2016). *Penyuluhan Gizi Dan Pemberian Tablet Besi Terhadap Pengetahuan Dan Kadar Hemoglobin Siswi Sekolah Menengah Atas Negeri Di Mamuju*. Jurnal Kesehatan MANARANG. Volume 2, Nomor 1, Juli 2016 ISSN: 2443-386116
- Angrainy, dkk. (2019). *Hubungan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe pada saat menstruasi dengan anemia di SMP Negeri 20 Pekanbaru*. Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan Available Online <http://ejournal.kopertis10.or.id/index.php/endurance>
- Dinas Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Cakupan tablet Tambah Darah remaja*. Profil Kesehatan. Jakarta;Indonesia

- Dinas Kesehatan prov. Lampung. (2019). *Data Trend tablet Tambah Darah remaja*. Profil Kesehatan. Lampung
- Fauziahdkk. (2018). *Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Mengenai Anemia Gizi Besi Dan Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di Smp 149 Jakarta*. <https://repository.binawan.ac.id/672/>
- Junita dan Wulansari. (2021). *Pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA N 12 Kabupaten Merangin*. Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK) Vol 3, No 1, Januari 2021 Doi : 10.36565/jak.v3i1.148
- Masthalina, dkk. (2012). *Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor Dan Enhancer Fe) dan status anemia remaja puteri*. Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Mataram. Nusa Tenggara Barat
- Noverina, dkk. (2020). *Pengaruh Explanation Video dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara*. Darussalam Nutrition Journal, Mei 2020, 4(1):35-43 P-ISSN 2579-8588
- Pratiwi. (2019). *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit & Komplikasi Kehamilan*. Yogyakarta. Pustaka Baru Press
- Riskesdas. (2018). *Data anemia dan pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Jakarta
- Sunarsih, dkk. (2020). *Penyuluhan Tentang Anemia Pada Remaja Sman 14 Bandar Lampung*
- Kemiling Permai Tanjung Karang Barat Lampung Tahun 2020*. Jurnal Malahayati
- Samria dan Fitriani. (2020). *Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan siswi remaja putri mengonsumsi tablet Fe di SMAN 2*. JKA (Jurnal Keperawatan Abdurrah) Volume 05 No. 02, Bulan Januari Tahun 2022 ISSN ONLINE: 2579-8723
- Wawan & Dewi (2011), *Ilmu Perilaku, Pengetahuan Dan Sikap*, Rineka Cipta; Jakarta
- WHO. (2018). *Kriteria Kadar Hemoglobin dalam tubuh*. www.who.int/diperolehtanggal 13 Juni 2022
- WHO. (2018). *Data anemia pada remaja*. Guideline: World Health. doi:10.1100/tsw.2019.188 www.who.int/diperolehtanggal 11 Juni 2022