
Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Besi untuk Mengatasi Anemia

Ni Ketut Ayu Sugiartini , Ni Putu Risti Wikayanti

Akademi Kebidanan Kartini Bali

e-mail : ayusugiartini87@yahoo.com , risti.wikayanti@gmail.com

Abstrak

Kasus anemia cukup banyak terjadi di negara-negara berkembang yaitu sekitar 53,7%, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stres, haid, atau terlambat makan. Anemia akibat defisiensi zat besi dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan pada remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia berdasarkan sumber informasi dan sikap. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yang dilakukan di SMA Negeri 1 Mengwi pada tanggal 7 Desember 2018 dimana menggunakan pendekatan cross sectional. Tehnik samplingnya adalah acak sederhana. Jumlah sampel yaitu 60 orang responden. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar yaitu 36 (60%) responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang tablet besi. Berdasarkan sumber informasi, diperoleh sebagian besar yaitu 21 (58%) responden yang mendapatkan informasi dari Non Pelayanan Kesehatan, sebagian besar 21 (58%) memiliki pengetahuan kurang. Berdasarkan sikap, diperoleh hampir seluruhnya yaitu 36 (100%) responden memiliki sikap positif, sebagian besar 21 (58%) memiliki pengetahuan kurang.

Kata Kunci : Pengetahuan, Tablet Besi, Anemia

Abstract

Cases of anemia are quite common in developing countries, which is around 53.7%, anemia often attacks young women due to stress, menstruation, or late eating. Anemia due to iron deficiency can cause delays in growth and development in adolescents. The purpose of this study was to determine the knowledge of young women about iron tablets to overcome anemia based on information sources and attitudes. This study was a descriptive study, conducted in 1 Public High School Mengwi on December 7, 2018 which uses a cross sectional approach. The sampling technique is simple random. The number of samples is 60 respondents. The results of the study found that most of the 36 (60%) respondents had less knowledge about iron tablets. Based on information sources, most of the respondents obtained 21 (58%) who received information from Non Health Services, most of which 21 (58%) had insufficient knowledge. Based on the attitude, it was obtained almost entirely, 36 (100%) respondents had a positive attitude, most of 21 (58%) had less knowledge.

Key Words: Knowledge of Young Women, Iron Tablet, Anemia

Pendahuluan

Remaja merupakan individu baik perempuan maupun laki-laki yang berada pada masa atau usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut World Health Organization (WHO) adalah usia 10-19 tahun, yang ditandai dengan perubahan fisik dan mental. Remaja putri memerlukan perhatian khusus dalam hal kesehatan dikarenakan kebutuhan zat besi pada remaja meningkat karena pertumbuhan dan datangnya menstruasi, sehingga pada remaja putri sangat rentan sekali terjadi anemia (Sediaoetama, 2009). Remaja adalah masa yang penuh dengan permasalahan, seperti seks bebas, minum-minuman beralkohol, kehamilan yang tidak diinginkan dan anemia. Anemia adalah penurunan jumlah sel-sel darah merah dalam sirkulasi darah atau jumlah hemoglobin yang berada dibawah batas normal (Corwin, 2009).

Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian anemia pada remaja putri pada negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena

keadaan stres, haid, atau terlambat makan. (WHO, 2010). Berdasarkan data survei actual secara global tahun 2010 diketahui bahwa prevalensi pada anak usia pra sekolah, wanita hamil, dan wanita tidak hamil di dunia secara global berturut-turut sebagai berikut 47,4%, 41,8% dan 30,2% prevalensi anemia wanita tidak hamil di Benua Afrika adalah 44,4%, Benua Asia 33,0%, Benua Eropa 15,2%, Benua Amerika Latin dan Caribben (LAC) 23,5%, Benua Amerika Utara 7,6% dan Benua Oceania pravelensi anemia sebesar 20,2%.

Anemia akibat defisiensi zat besi merupakan salah satu masalah gizi utama di Asia termasuk di Indonesia. Pada anak usia sekolah, kejadian anemia tertinggi ditemukan di Asia Tenggara dengan perkiraan sekitar 60%. Di Indonesia defisiensi zat besi merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi pada anak balita sebesar 28,1%, anak 5-12 tahun 29%, remaja putri 13-18 tahun dan wanita usia subur 15-49 tahun masing-masing sebesar 22,7% dan ibu hamil 37,1% (Risksdas, 2013).

Anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan

perilaku serta emosional. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar menurun, serta mengakibatkan produktifitas kerja yang rendah (Suyogo, 2010).

Secara umum tingginya prevalensi anemia disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti Vitamin A, C, Folat dan B12 untuk mencukupi kebutuhan dalam sehari-hari bisa dilakukan dengan mengkonsumsi sumber makanan hewani, dan nabati yang merupakan sumber zat besi yang tinggi (Briawan, 2014). Berdasarkan studi pendahuluan dengan wawancara terhadap 10 siswi di SMA Negeri 1 Mengwi pada bulan Agustus 2018 didapatkan hasil bahwa dari tujuh siswi yang mengkonsumsi tablet besi mengalami efek samping seperti pusing dan mual sehingga mereka tidak mau mengkonsumsi tablet besi kembali. Kemudian dari tiga siswi yang mengkonsumsi tablet besi mengatakan tidak mengalami efek samping apapun.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif yaitu metode penelitian yang berusaha menggambarkan objek atau subjek yang diteliti sesuai dengan apa adanya. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Data yang dikumpulkan adalah data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari responden

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian adalah kuesioner. Dalam pernyataan yang diberikan yaitu sikap remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia sebanyak 15 pernyataan dan pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia sebanyak 15 pernyataan.

Hasil Dan Pembahasan

Hasil

Adapun data hasil penelitian dapat dijabarkan sebagai berikut :

a. Sumber Informasi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia berdasarkan sumber informasi

No	Sumber Informasi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Pelayanan Kesehatan	29	48,3
2	Non Pelayanan Kesehatan	31	51,7
	Jumlah	60	100

Berdasarkan tabel 1 diatas, diperoleh dari

60 responden hampir setengahnya yaitu 29 (48,3%) responden mendapatkan informasi dari Pelayanan kesehatan dan sebagian besar yaitu 31 (51,7%) responden mendapatkan informasi dari Non Pelayanan Kesehatan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri Tentang Tablet Besi Untuk Mengatasi Anemia

No	Sikap	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Positif	59	98,3
2	Negatif	1	1,7
	Jumlah	60	100

Berdasarkan tabel 2 di atas, diperoleh dari 60 responden hampir seluruhnya yaitu 59 (98,3%) responden memiliki sikap positif, dan sebagian kecil yaitu satu (1,7%) responden memiliki sikap negatif.

Hasil pengamatan terhadap obyek penelitian. Pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia diukur dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 15 pernyataan tentang pengetahuan dan 15 pernyataan tentang sikap. Hasil penelitian dari 60 responden, berdasarkan variabel penelitian dapat dijelaskan secara terperinci pada tabel berikut :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Besi Untuk Mengatasi Anemia di SMA Negeri 1 Mengwi

No	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Cukup	24	40
2	Kurang	36	60
	Jumlah	60	100

Berdasarkan tabel 3 diatas, diperoleh dari 60 responden hampir setengahnya yaitu 24 (40%) responden memiliki pengetahuan cukup dan sebagian besar yaitu 36 (60%) responden memiliki pengetahuan kurang.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Besi Untuk Mengatasi Anemia Berdasarkan Sumber Informasi di SMA Negeri 1 Mengwi Tahun 2018

No	Pengetahuan Responden	Sumber Informasi		Total			
		PK	NPK	f	%		
1	Cukup	14	58	10	42	24	100
2	Kurang	15	42	21	58	36	100

Berdasarkan tabel 4 di atas, dari 60 responden 24 (40%) responden yang memiliki pengetahuan cukup, sebagian besar yaitu 14 (58%) responden mendapatkan informasi dari pelayanan kesehatan, hampir setengahnya yaitu 10 (42%) memperoleh informasi dari non pelayanan kesehatan, 36 (60%) responden yang memiliki pengetahuan kurang, hampir setengahnya yaitu 15 (42%) mendapatkan informasi dari pelayanan kesehatan, sebagian besar yaitu 21 (58%) mendapatkan informasi dari non pelayanan kesehatan.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja

Putri Tentang Tablet Besi Untuk Mengatasi Anemia Berdasarkan Sikap di SMA Negeri 1 Mengwi Tahun 2018

No	Pengetahuan Responden	Sikap				Total	
		Positif		Negatif		f	%
1	Cukup	23	96	1	4	24	100
2	Kurang	36	100	0	0	36	100

Berdasarkan tabel 5 diatas, diperoleh dari 60 responden 24 (40%) responden yang memiliki pengetahuan cukup, hampir seluruhnya yaitu 23 (96%) memiliki sikap positif, sebagian kecil yaitu satu (4%) memiliki sikap negatif, 36 (60%) responden yang memiliki pengetahuan kurang, seluruhnya yaitu 36 (100%) responden memiliki sikap positif.

Pembahasan

Berdasarkan tabel 3 diatas, diperoleh dari 60 responden hampir setengahnya yaitu 24 (40%) responden memiliki pengetahuan cukup dan sebagian besar yaitu 36 (60%) responden memiliki pengetahuan kurang. Hasil penelitian ini sejalan dengan Wilan Anita Sara dengan judul Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Fe Saat Menstruasi di SMAN 1 Sampara Tahun 2017 sebagian besar memiliki pengetahuan kurang yaitu 32 (51,6%) responden, dari hasil penelitian Lestari Prasetyo dan dkk dengan judul Pengetahuan berhubungan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul tahun 2015 didapatkan data sebagian besar responden mempunyai pengetahuan dengan kategori cukup yakni 54 responden (84,4%). Untuk kategori baik dan kurang persentase masing-masing sebagai berikut dua responden (3,1%) memiliki pengetahuan baik dan delapan responden (12,5%) memiliki pengetahuan kurang. Faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pengetahuan remaja putri tentang tablet besi antara lain kurangnya informasi yang didapat dari responden misalnya baik dari tenaga kesehatan, media elektronik, media massa maupun keluarga, serta kemampuan dari responden untuk memahami informasi yang diberikan.

Menurut asumsi peneliti kurangnya pengetahuan remaja putri tentang tablet besi, disebabkan karena remaja putri tidak mengetahui tentang fungsi tablet besi, manfaat tablet besi dan efek samping tablet besi. Implikasi pada penelitian ini diharapkan remaja putri mengetahui tentang tablet besi untuk mengatasi anemia karena kemungkinan terjadinya anemia pada usia remaja menjadikan pentingnya konsumsi tablet besi sebagai suplemen tambahan bagi remaja yang

dikonsumsi seminggu sekali untuk memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh. Tujuan pemberian tablet besi pada remaja sangat penting yaitu selain sebagai pemenuhan gizi agar terhindar dari kelahiran bayi stunting ketika nanti sudah menjadi ibu dan ketika dewasa atau hamil terhindar dari penyakit lainnya yang disebabkan kurangnya konsumsi zat besi.

Berdasarkan tabel 4 di atas, dari 60 responden 24 (40%) responden yang memiliki pengetahuan cukup, sebagian besar yaitu 14 (58%) responden mendapatkan informasi dari pelayanan kesehatan, hampir setengahnya yaitu 10 (42%) memperoleh informasi dari non pelayanan kesehatan, 36 (60%) responden yang memiliki pengetahuan kurang, hampir setengahnya yaitu 15 (42%) mendapatkan informasi dari pelayanan kesehatan, sebagian besar yaitu 21 (58%) mendapatkan informasi dari non pelayanan kesehatan. Hasil penelitian ini sejalan dengan Lestari Prasetyo dengan judul Pengetahuan berhubungan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul tahun 2015 sebagian besar mendapatkan informasi non pelayanan kesehatan 26 (40,6%) responden dan paling sedikit responden mendapatkan informasi dari Pelayanan kesehatan yaitu empat (59,4%) responden.

Paparan informasi dari media massa atau non pelayanan kesehatan yang diperoleh juga menghasilkan pengetahuan remaja berada pada rentang cukup dan kurang. Sumber informasi yang diperoleh dari media elektronik memiliki tingkat keakuratan yang rendah, hal tersebut dikarenakan beberapa media elektronik tidak melewati proses editing dan tidak jarang menyebarkan berita palsu karena tidak memiliki sumber yang jelas (Romel,2016). Hal tersebut membuat remaja putri yang memperoleh informasi melalui media elektronik peluang untuk mendapatkan informasi yang tidak akurat bahkan salah sehingga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan remaja menjadi kurang. Oleh karena itu, dalam hal ini perlu adanya peran serta petugas kesehatan dalam memberikan informasi mengenai tablet besi.

Asumsi peneliti kurangnya pengetahuan remaja putri tentang tablet besi berdasarkan sumber informasi disebabkan karena remaja putri memperoleh informasi lebih banyak dari media elektronik atau media massa, dimana informasi tersebut belum dapat diketahui dengan jelas kebenarannya dan dari mana sumbernya. Implikasi pada penelitian ini diharapkan adanya peran serta petugas kesehatan dalam memberikan informasi atau

penyuluhan mengenai tablet besi, sehingga remaja putri bisa mendapatkan informasi yang lebih akurat dibandingkan melalui media massa atau media elektronik yang belum diketahui kebenarannya.

Berdasarkan tabel 5 diatas, diperoleh dari 60 responden 24 (40%) responden yang memiliki pengetahuan cukup, hampir seluruhnya yaitu 23 (96%) memiliki sikap positif, sebagian kecil yaitu satu (4%) memiliki sikap negatif, 36 (60%) responden yang memiliki pengetahuan kurang, seluruhnya yaitu 36 (100%) responden memiliki sikap positif. Penelitian ini sejalan dengan Lestari Prasetyo dengan judul Pengetahuan berhubungan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul tahun 2015 didapatkan data lebih dari setengahnya yaitu 49 (70%) responden memiliki sikap positif dan kurang dari setengahnya yaitu 21 (30%) responden memiliki sikap negatif.

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan yang kurang belum tentu memiliki sikap yang negatif, dimana kenyataannya dari penelitian ini didapatkan hasil pengetahuan yang kurang memiliki sikap yang positif karena sikap merupakan suatu tindakan atau pendapat seseorang seperti : (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik, dan sebagainya). Implikasi pada penelitian ini diharapkan adanya pendampingan dari petugas kesehatan kepada remaja putri dalam mengkonsumsi tablet besi seperti misalnya dibagikan buku kepatuhan konsumsi tablet besi pada remaja putri.

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia di SMA Negeri 1 Mengwi Tahun 2018 dengan jumlah responden sebanyak 60 orang dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia di SMA Negeri 1 Mengwi yaitu sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang.
2. Pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia di SMA Negeri 1 Mengwi berdasarkan sumber informasi yaitu sebagian besar responden yang mendapatkan informasi dari non pelayanan kesehatan memiliki pengetahuan kurang.
3. Pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia di SMA Negeri 1 Mengwi berdasarkan sikap, yaitu hampir seluruhnya memiliki sikap positif

dan memiliki pengetahuan kurang

Saran

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia, memberikan informasi untuk terus mengkonsumsi tablet besi meskipun tidak dalam keadaan menstruasi, petugas kesehatan memberikan wawasan, penyuluhan kepada remaja putri agar memiliki pengetahuan yang lebih luas tentang tablet besi untuk mencegah anemia, peneliti selanjutnya dijadikan sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian berikutnya, yang berkaitan dengan pengetahuan remaja putri tentang tablet besi untuk mengatasi anemia dengan menambah variabel dan metode penelitiannya.

Daftar Pustaka

- Briawan, Dodik Dr. Ir . ,MCN (2014) Anemia Masalah Gizi pada Remaja Wanita. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran
- Corwin, 2009. Buku Saku Patofisiologi. Jakarta : EGC
- Lestari, Prasetyo (2015) Pengetahuan berhubungan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul tahun2015,Available: [http://digilib.uns.ac.id/dokumen/download/27401/NTgwMDQ=/Hubungan-pengetahuan-dengan -Konsumsi-Tablet-Fe-Saat-Menstruasi-pada-Remaja-Putri-Di-SMA-N-Banguntapan-Bantul-abstrak.pdf](http://digilib.uns.ac.id/dokumen/download/27401/NTgwMDQ=/Hubungan-pengetahuan-dengan-Konsumsi-Tablet-Fe-Saat-Menstruasi-pada-Remaja-Putri-Di-SMA-N-Banguntapan-Bantul-abstrak.pdf)
- Riskesdas, 2013. Prevalensi Anemi Di Indonesia (Online), Available : <http://litbang.depkes.go.id>
- Romel (2016) Media Cetak Lebih Kredibel Ketimbang Media Online, Available <http://www.romelteamedia.com/2016/01/media-cetak-lebih-kredibel-ketimbang-online.html>
- Sara Wilan Anita, 2017 Pengetahuan Remaja Tentang Manfaat Tablet Fe Saat Menstruasi di SMAN 1 Sempara, Available : <http://repository.poltekkes-kdi.ac.id>
- Sediaoetama, AD. (2009). Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid I. Jakarta: Dian Rakyat.
- Suyogo, S. 2010. Gizi dan Pertumbuhan Remaja. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.