

## Tingkat pengetahuan siswi SMA Negeri 1 Teupah Barat tentang manfaat konsumsi tablet Fe

Nursyam

SMA Negeri 1 Teupah Barat, Kabupaten Simeulue, Provinsi Aceh

### INFO ARTIKEL

\*Corresponding Author

Email: noersyam90@gmail.com

### ABSTRAK

Kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi, Berdasarkan data Riskesdas 2018 prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia, Persatuan Ahli Gizi (Persagi) Aceh, menjelaskan kasus anemia pada remaja putri di Aceh masih banyak dan angkanya cukup tinggi sehingga perlu pengawasan tentang pemberian tablet Fe. Tujuan penelitian ini secara umum untuk mengetahui gambaran pengetahuan siswi tentang manfaat mengkonsumsi tablet tambah darah di SMAN 1 Teupah Barat tahun 2022. Metode Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan cross sectional study. Lokasi penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Teupah Barat Provinsi Aceh. Populasi penelitian yaitu seluruh siswi SMAN 1 Teupah Barat Provinsi Aceh. Teknik yang digunakan adalah total sampling berjumlah 156 siswi. Data hasil survey dianalisis dengan menggunakan uji univariat. Hasil penelitian di peroleh bahwa pengetahuan siswi yang baik tentang konsumsi tablet Fe sebanyak 123 orang (78.8%), pengetahuan siswi cukup tentang konsumsi tablet Fe sebanyak 20 orang (12.8%) dan pengetahuan siswi yang Kurang sebanyak 13 orang (8.3%).

**Kata kunci:** Pengetahuan, siswi, konsumsi Fe

### ABSTRACT

*The incidence of anemia in Indonesia is still quite high. Based on Riskesdas 2018 data, the prevalence of anemia in adolescents is 32%, meaning that 3-4 out of 10 adolescents suffer from anemia, the Aceh Nutritionist Association (Persagi), explained that there are still many cases of anemia in young women in Aceh and the number is high enough that it needs supervision about giving Fe tablets. The purpose of this study is generally to find out an overview of students' knowledge about the benefits of consuming blood-added tablets at SMAN 1 Teupah Barat in 2022. This research method uses a quantitative type of research with a cross-sectional study design. The location of this study was conducted at SMAN 1 Teupah Barat, Aceh Province. The study population was all students of SMAN 1 Teupah Barat, Aceh Province. The technique used was a total sampling of 156 students. The survey data were analyzed using univariate tests. The results of the study obtained that good female students' knowledge about the consumption of Fe tablets was 123 people (78.8%), sufficient female students' knowledge about the consumption of Fe tablets as many as 20 people (12.8%) and insufficient student knowledge as many as 13 people (8.3%).*

**Keywords:** Knowledge, schoolgirl, consumption Fe

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia, menurut data WHO secara global kasus anemia mempengaruhi 1,62 miliar orang atau sesuai dengan 24,8% dari populasi (WHO, 2011). Berdasarkan hasil laporan Riskesdas, 2018 Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia (Riskesdas, 2008).

Anemia merupakan penurunan kadar hemoglobin, hitung eritrosit, dan hematokrit sehingga jumlah eritrosit dan kadar hemoglobin yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Biasanya anemia ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin kurang dari 13,5 g/dL pada pria dewasa dan kurang dari 11,5 g/dL pada wanita dewasa penyebab terjadinya anemia, yaitu asupan yang tidak kuat, hilangnya sel darah merah yang di sebabkan oleh trauma, infeksi, perdarahan kronis, menstruasi, dan penurunan atau kelainan pembentukan sel (Putri, 2017).

Berdasarkan latar belakang pada penelitian sebelumnya kesadaran remaja dalam upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet Fe masih rendah, terbukti dengan survei anemia yang dilakukan di 9 sekolah baik SMP maupun SMA, hasil dari survei tersebut bahwa hanya 2.67% siswi mengonsumsi zat besi ketika sedang menstruasi, hasil penelitian Suparmi, dkk (2020) juga membuktikan bahwa 98,6% mahasiswi kurang mengonsumsi zat besi saat menstruasi. Hasil screening anak SMP/MTS Kota Pekanbaru tahun 2016 jumlah siswa yang anemia sebanyak 42 siswa, 2 diantaranya adalah siswa laki-laki (Dinkes Kota Pekanbaru, 2016)

Dinas Kesehatan Aceh mengajak seluruh remaja putri mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) seminggu sekali satu tablet sepanjang tahun terhitung 52 tablet sebagai upaya untuk mencegah anemia atau stunting sejak dini, dimulai dari remaja putri tingkat SMP dan SMA, Sementara itu Ketua Persatuan Ahli Gizi (Persagi) Aceh, menjelaskan kasus anemia pada remaja putri di Aceh masih banyak dan angkanya cukup tinggi. Pemerintah selama ini menjalankan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri mulai SMP hingga tingkat SMA. Program pemberian tablet tambah darah ini wajib dipastikan bahwa remaja putri harus meminum tablet tersebut. Sehingga dapat memberikan dampak untuk mencegah anemia pada remaja putri di Aceh. Selain memberikan tablet tambah darah, pemerintah juga terus mengedukasi para remaja putri tentang anemia. Edukasi ini meliputi bahayanya, dampaknya serta peranan dari tablet tambah darah atau sumber zat besi dari makanan untuk pencegahan anemia ( Dinkes Aceh, 2022).

Berdasarkan hasil observasi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada Oktober 2022 pada siswa SMAN 1 Teupah Barat kepada 10 siswa/i menunjukkan 3 siswa tidak mengetahui tentang manfaat obat tambah darah, sedangkan 7 responden mengetahui tentang manfaat obat tambah darah. Hal tersebut dapat menunjukkan kemungkinan besar masih banyak siswa yang minim akan pengetahuan konsumsi tablet tambah darah.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan cross sectional study. Lokasi penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Teupah Barat Provinsi Aceh. Populasi penelitian yaitu seluruh seluruh mahasiswa SMAN 1 Teupah Barat Provinsi Aceh. Teknik yang digunakan adalah total sampling berjumlah 156 siswi. Data hasil survey dianalisis dengan menggunakan uji univariat

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan umur

No	Umur	Jumlah	Persentasi
1	14 Tahun	1 Orang	0.6
2	15 Tahun	30 Orang	19.02
3	16 Tahun	52 Orang	33.03
4	17 tahun	51 Orang	32.06
5	18 Tahun	20 Orang	13.00
6	19 Tahun	- Orang	-
7	20 Tahun	2 Orang	1.20
<b>Total</b>		<b>156 Orang</b>	<b>100</b>

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan siswi tentang pemanfaatan konsumsi tablet Fe

Variabel	Jumlah	
	F	%
<b>Pengetahuan</b>		
Kurang	13	8.3
Cukup	20	12.8
Baik	123	78.8
<b>Total</b>	<b>156</b>	<b>100</b>

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi di SMA Negeri 1 Teupah Barat berada pada umur 16 tahun sebanyak 52 orang (33,03%) dan sebagian kecil berada pada umur 20 tahun sebanyak 2 orang (1.20%). Rata-rata usia siswa SMA di Indonesia adalah sekitar 15-18 tahun. Berdasarkan ketentuan dan syarat PPDB (Penerimaan Peserta Didik Baru) SD, SMP dan SMA tahun 2015/2016 bahwa usia maksimal masuk SMA ialah 21 tahun. Hurclock (2010) membatasi usia remaja mulai dari usia 13 atau 14 tahun sampai 18 atau 21 tahun. Sedangkan Papalia, Olds, dan Feldman (2009) mengemukakan bahwa masa remaja berlangsung ketika individu berusia 11 atau 12 tahun, dan berakhir pada awal dua puluhan. Adapun menurut Santrock, J.W (2007) usia remaja dimulai antara usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir antara usia 18 dan 22 tahun.

Remaja merupakan suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011). Masa remaja disebut juga sebagai masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap, dan perubahan fisik (Pratiwi, 2012). Remaja pada tahap tersebut mengalami banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock, 2010).

Dari 156 siswi yang ada di SMA Negeri 1 Teupah Barat, sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik tentang konsumsi tablet Fe sebanyak 123 orang (78.8%), dan pengetahuan siswi yang cukup tentang konsumsi tablet Fe sebanyak 20 orang (12.8%) sedangkan pengetahuan yang kurang terhadap konsumsi tablet Fe sebanyak 13 orang (8.3%). Menurut asumsi peneliti pengetahuan siswi tentang manfaat konsumsi tablet Fe di SMA Negeri 1 Teupah Barat memang sudah cukup baik namun masih ada beberapa siswi yang perlu edukasi agar lebih mengerti terhadap bahaya anemia pada remaja khususnya sebagai siswi yang sangat beresiko mengalami anemia. Anemia merupakan suatu keadaan dimana konsentrasi hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok umur menurut umur dan jenis kelamin (Adriani, 2012).

Remaja memiliki risiko tinggi terhadap kejadian anemia. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). Selain itu remaja putri cenderung sangat memperhatikan bentuk badannya sehingga akan membatasi asupan makan dan banyak pantangan terhadap makanan seperti melakukan diet vegetarian.

Dampak dari kejadian anemia pada remaja dapat menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar, serta mempengaruhi produktivitas di kalangan remaja. Disamping itu juga dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi dan dapat menurunkan angka kehadiran siswi di lingkungan sekolah. Anemia dapat mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani seseorang. Akibat dari jangka panjang penderita anemia pada remaja putri yang nantinya akan hamil, maka remaja putri tersebut tidak mampu memenuhi zat-zat gizi pada dirinya dan janinnya sehingga dapat meningkatkan terjadinya risiko kematian maternal, prematuritas, BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah), dan kematian perinatal.

## KESIMPULAN

1. Pengetahuan siswi yang baik tentang konsumsi tablet Fe sebanyak 123 orang (78.8%)
2. Pengetahuan siswi yang cukup tentang konsumsi tablet Fe sebanyak 20 orang (12.8%)
3. Dan pengetahuan siswi yang kurang terhadap konsumsi tablet Fe sebanyak 13 orang (8.3%)

**REFERENSI**

- Adriani, M., & Wijatmadi, B. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. (Y. Rendy, Ed.) (1st Ed.). Jakarta: Kencana Perdana Media Group.
- Dinkes Pekanbaru (2016). *Jumlah Murid Yang Anemia Pada Penjarangan (Screening) Anak SMP/MTS dan PP Di Kota Pekanbaru Tahun 2016*. Pekanbaru.
- Dinkes Aceh(2022) <https://www.rmolaceh.id/dinkes-aceh-ajak-remaja-putri-konsumsi-ttd-untuk-cegah-anemia> diakses: November 2022
- Hurlock, E. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Papalia, D. E., Old s, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Putri, K, M,. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Paal Merah 1 Kota Jambi*. Jurnal Scientia. Vol.7 No.1
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Suparmi, Wahyuningsih, I, R,. (2020). *Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Pentingnya Minum Tablet Fe saat Menstruasi di SMA BK 03 Juwangi*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol.4 No.1
- Santrock, J.W. 2007. *Perkembangan Anak (Edisi Kesebelas)*: Jilid 1. Jakarta: Erlangga
- Sarwono, P. (2006). *Panduan Penanganan Sehat Untuk Mengurangi Nyeri Haid*. Penebar Plus, Semarang.
- WHO. (2011). *The global prevalence of anaemia in 2011*. WHO, 1–48.