

DETERMINAN KEPATUHAN REMAJA PUTRI TINGKAT SMA DI KOTA RUTENG DALAM MENGONSUMSI TABLET FE

Imelda Rosniyati Dewi^{1*}, Maria Choncita Leyla Centis², Reineldis E. Trisnawati³

¹⁻³Program Studi Kebidanan UNIKA Santu Paulus Ruteng

Email Korespondensi: imeldadewi912@gmail.com

Disubmit: 08 Juni 2024

Diterima: 23 November 2024

Diterbitkan: 01 Desember 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i12.15565>

ABSTRACT

Investments in sexual and reproductive health and rights, including for adolescent girls, can provide enormous economic and social returns. WHO recommendations agreed on a global action plan and targets for maternal, infant and child nutrition, with a commitment to halve (50%) the prevalence of anemia in adolescents and WUS by 2025 by prioritizing the provision of TTD through school institutions. The purpose of this study was to determine the determinants of factors affecting adolescents' adherence in consuming Fe. The method used in this study was quantitative-cross sectional with chi-square analysis test involving 80 female students. The test results showed the p value of the relationship between knowledge and adherence of adolescent girls (0.3), attitudes with adherence of adolescent girls (0.1), and support (family and teachers) with adherence of adolescent girls in consuming Fe (1.0). There is no relationship between knowledge, attitude and support to the compliance of adolescent girls in consuming Fe.

Keywords: Adolescent Girls, Adherence, Fe Tablets

ABSTRAK

Investasi dalam kesehatan dan hak-hak seksual dan reproduksi, termasuk untuk remaja perempuan, dapat memberikan keuntungan ekonomi dan sosial yang sangat besar. Rekomendasi WHO menyepakati rencana aksi dan target global untuk gizi ibu, bayi, dan anak, dengan komitmen mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada remaja dan WUS pada tahun 2025 dengan memprioritaskan pemberian TTD melalui institusi sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui determinan faktor yang memengaruhi kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Fe. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif-cross sectional dengan uji analisis *chi-square* yang melibatkan 80 siswi. Hasil uji menunjukkan p value hubungan pengetahuan dengan kepatuhan remaja putri (0.3), sikap dengan kepatuhan remaja putri (0.1), dan dukungan (keluarga dan guru) dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Fe (1.0). Tidak ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan dukungan terhadap kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Fe.

Kata Kunci: Remaja Putri, Kepatuhan, Tablet Fe

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa kritis dalam kehidupan seorang anak perempuan, ketika perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan membentuk masa depan mereka. Pada fase ini perubahan yang terjadi adalah remaja beralih dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Selama masa remaja, ada sejumlah perubahan fisik dan psikologis yang terjadi (Eliot, 2014).

Masa remaja juga merupakan fase pertumbuhan yang sensitif terhadap nutrisi, di mana manfaat nutrisi yang baik meluas ke banyak sistem fisiologis lainnya. Selama masa remaja, pertumbuhan dan perkembangan bersifat transformatif dan memiliki konsekuensi besar pada kesehatan seseorang di kemudian hari.

Beberapa masalah nutrisi pada remaja adalah kekurangan zat gizi mikro yang menyebabkan anemia (Norris et al., 2022). Secara global, diperkirakan 30% remaja putri mengalami anemia (UNICEF, 2022).

Hubungan antara gizi dan perkembangan remaja sangat kuat. Sebagai contoh, khususnya pada anak perempuan, kebutuhan zat besi meningkat tajam selama masa remaja untuk memenuhi kebutuhan tambahan yang berkaitan dengan menstruasi. Kekurangan zat besi pada remaja menyebabkan pertumbuhan terganggu, fungsi kognitif menurun, dan fungsi kekebalan tubuh tertekan. Kekurangan zat besi berkepanjangan sejak masa remaja akan berdampak pada tingkatan kehidupan selanjutnya terutama pada saat dewasa dan memasuki masa hamil.

Remaja putri (rematri) rentan menderita anemia dikarenakan siklus menstruasi setiap bulan. Anemia dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh dan produktivitas. Anemia yang terjadi pada rematri juga dapat berisiko

pada saat hamil dan akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak (Kemenkes RI, 2022).

Data di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir berdasarkan data RISKESDAS tahun 2013 bahwa kasus anemia pada ibu hamil sebesar 37,1 persen (Kementerian Kesehatan RI, 2013) dan meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Lebih rinci pada data RISKESDAS tahun 2018 adalah jumlah remaja 10-19 tahun lebih besar sebesar 8.1% dibandingkan pada wanita usia subur 6.9% terdiagnosa Anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Remaja putri berisiko lebih tinggi mengalami anemia karena masa pertumbuhan fisik, pematangan reproduksi, dan transformasi kognitif yang menuntut kebutuhan zat gizi makro dan mikro yang tinggi, termasuk zat besi (Engidaw et al., 2018).

Dampak anemia diantaranya dapat menyebabkan turunya daya tahan tubuh sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi, menurunnya kebugaran dan ketangkasan berpikir karena kurangnya oksigen ke sel otot dan sel otak, menurunnya prestasi belajar dan produktivitas kerja/kinerja.

Dampak anemia pada rematri dan WUS akan terbawa hingga menjadi ibu hamil anemia yang dapat mengakibatkan resiko pertumbuhan janin terhambat, prematur, BBL, stunting, perdarahan saat melahirkan, serta meningkatnya resiko kesakitan dan kematian

maternal neonatal (Kemenkes RI, 2018).

Investasi dalam kesehatan dan hak-hak seksual dan reproduksi, termasuk untuk remaja perempuan, dapat memberikan keuntungan ekonomi dan sosial yang sangat besar. Memajukan gizi remaja perempuan juga membuahkan hasil, dengan bukti yang menunjukkan bahwa menghilangkan anemia, serta mengatasi kekurangan gizi dan tantangan obesitas. Selain itu, karena kesehatan, gizi, pembelajaran, dan perkembangan selama masa remaja memiliki implikasi yang berlangsung sepanjang hidup, hasil yang diperoleh dapat memiliki implikasi yang luas dan berkelanjutan bagi individu, keluarga, masyarakat, dan ekonomi di tahun-tahun mendatang (UNICEF, 2022).

Rekomendasi UNICEF (United Nations Children's Fund) pada tahun 2022 tentang remaja berfokus pada tiga hal yaitu pertama mempromosikan kesehatan remaja perempuan dan gizi, termasuk kesehatan mental, kesehatan dan hak-hak seksual dan reproduksi, pencegahan, perawatan, dan pengobatan HIV dan AIDS, serta akses terhadap informasi dan layanan kesehatan dan kebersihan menstruasi yang berkualitas. Kedua, memajukan hak remaja perempuan untuk mendapatkan pendidikan yang berkualitas dan relevan, termasuk melalui pengembangan keterampilan, pendampingan, dan kesempatan pelatihan di dalam dan di luar sekolah untuk membantu remaja perempuan bertransisi ke dunia kerja yang aman, memuaskan, dan adil serta uang ketiga adalah melindungi setiap remaja perempuan dari kekerasan, eksploitasi, dan pelecehan baik secara online maupun offline dan mencegah praktik-praktik berbahaya, seperti sunat perempuan

(female genital mutilation/FGM) dan pernikahan anak serta pernikahan dini (UNICEF, 2022).

Lebih lanjut rekomendasi WHO pada *World Health Assembly* (WHA) ke-65 menyepakati rencana aksi dan target global untuk gizi ibu, bayi, dan anak, dengan komitmen mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada remaja dan WUS pada tahun 2025. Menindaklanjuti rekomendasi tersebut maka pemerintah Indonesia melakukan intensifikasi pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja perempuan dan WUS dengan memprioritaskan pemberian TTD melalui institusi sekolah (Kemenkes RI, 2018).

Pemberian TTD pada remaja perempuan dan WUS melalui suplementasi yang mengandung sekurangnya 60 mg elemental besi dan 400 mcg asam folat. Pemberian suplementasi ini dilakukan di beberapa tatanan yaitu fasyankes, institusi pendidikan, tempat kerja dan KUA/tempat ibadah lainnya. Salah satu upaya meningkatkan pemenuhan gizi remaja putri melalui pencegahan anemia adalah distribusi zat besi ke sekolah-sekolah setiap bulannya. Cakupan pemberian TTD pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2021 adalah 31,3%. Berdasarkan data NTT menempati Provinsi ke 6 terendah cakupan pemberian TTD pada remaja putri yaitu sebesar 6.3 % jika dibandingkan dengan provinsi dengan cakupan tertinggi yaitu Bali sebesar 85,9% (Kemenkes RI, 2022).

Salah satu tugas dan tanggungjawab bidan adalah memberikan asuhan kepada remaja putri, usia reproduktif pranikah dan prakonsepsi.

Beberapa faktor yang memengaruhi konsumsi tablet Fe pada remaja putri diantaranya adalah pengetahuan, sikap dan dukungan baik dari keluarga maupun sekolah. Penelitian tentang gizi pada

masa remaja secara khusus kurang mendapat perhatian, dibandingkan dengan penelitian serupa pada kelompok usia lainnya, sehingga menghambat pengembangan kebijakan gizi yang responsif terhadap remaja. Begitupun dengan kepatuhan mengonsumsi Fe di wilayah Kota Ruteng.

Indikator keberhasilan program ini adalah cakupan program dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Fe sehingga remaja terhindar dari anemia dan diharapkan dapat meningkatkan kesehatan remaja. Banyaknya remaja putri yang tidak mengonsumsi atau minum tablet tambah darah ini, dan tidak diketahui.

Hasil studi pendahuluan terhadap 5 orang siswi di Kota Ruteng menyatakan bahwa memperoleh tablet Fe setiap bulan dari Puskesmas yang diperoleh langsung pada saat kunjungan ke sekolah. Data menunjukkan bahwa 3 dari 5 orang siswi mengaku hanya mengonsumsi sebanyak 1 tablet saat di sekolah sedangkan 2 lainnya mengonsumsi namun tidak dihabiskan semuanya atau paling tidak dalam satu bulan tersebut akan tersisa 1 atau 2 tablet. Hal inilah yang kemudian mendasari peneliti untuk melakukan penelitian terkait determinan tingkat kepatuhan siswa dalam mengonsumsi tablet Fe di Kota Ruteng pada tahun 2024.

KAJIAN PUSTAKA

Kata remaja/adolescence berasal dari kata Latin "*adolescere*" yang berarti "tumbuh" atau "menjadi dewasa". Hal ini adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang melibatkan sejumlah perubahan dalam tubuh dan pikiran yang membutuhkan pemenuhan gizi yang optimal (UKaid, 2020).

Untuk mencapai asupan zat gizi yang seimbang tidak mungkin dipenuhi hanya oleh satu jenis bahan makanan, melainkan harus terdiri dari aneka ragam bahan makanan. Kekurangan zat gizi pada jenis makanan yang satu akan dilengkapi oleh keunggulan susunan zat gizi dari jenis makanan lain, sehingga diperoleh masukan zat gizi yang seimbang (Febrihartanty et al., 2019).

Remaja memiliki kebutuhan nutrisi yang tinggi. Jika tidak dipenuhi maka akan muncul permasalahan. Penyebab permasalahan ini diantaranya adalah penyebab dasar, penyebab tidak langsung, dan penyebab langsung seperti jumlah asupan makanan yang rendah termasuk kualitas makanan yang buruk dan kurangnya aktivitas fisik, kesadaran rendah, efikasi diri dan motivasi, pilihan makanan yang buruk, kebiasaan makan dan praktik kebersihan, norma sosial yang merugikan termasuk citra tubuh, rendahnya akses sumber makanan, gizi dan layanan PKPR, kurangnya aktivitas fisik, rendahnya partisipasi dalam gizi sekolah oleh orang tua dan masyarakat.

Remaja memiliki kebutuhan kalori dan nutrisi yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Hal ini berdampak pada kurusan dan stunting lebih tinggi pada remaja putra, anemia dan gemuk/obesitas lebih tinggi pada remaja putri. Masalah akibat dari kurang optimalnya pemenuhan gizi remaja adalah stunting, malnutrisi, anemia dan obesitas (UNICEF, 2021).

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) < 12 gram/dl dalam darah lebih rendah dari normal (Kemenkes RI, 2018), disebabkan oleh defisiensi besi, defisiensi asam folat, vitamin B12 dan protein. Secara langsung anemia terutama disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah

yang kurang dan kehilangan darah baik secara akut atau menahun (Kemenkes RI, 2018). Anemia pada remaja putri dapat ditangani dengan pemberian tablet Fe.

Konsumsi zat besi secara terus menerus tidak akan menyebabkan keracunan karena tubuh mempunyai sifat autoregulasi zat besi. Bila tubuh kekurangan zat besi, maka absorpsi zat besi yang dikonsumsi akan banyak, sebaliknya bila tubuh tidak mengalami kekurangan zat besi maka absorpsi besi hanya sedikit, oleh karena itu TTD aman untuk dikonsumsi. (Untung & Syayadi, 2021).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dilakukan dengan memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin (Kemenkes RI, 2018).

Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja dan WUS merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Pemerintah menetapkan kebijakan program pemberian TTD pada remaja dan WUS dilakukan setiap 1 kali seminggu dan sesuai dengan Permenkes yang berlaku. Pemberian TTD untuk remaja dan WUS diberikan secara blanket approach yaitu seluruh remaja dan WUS diharuskan minum TTD untuk mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh tanpa dilakukan

skrining awal pada kelompok sasaran.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa tidak selalu program ini berjalan dengan lancar karena rendahnya cakupan konsumsi Fe pada remaja putri (Maulida et al., 2021). Faktor-faktor yang memengaruhi diantaranya persepsi manfaat, efikasi diri, pengetahuan, sikap (Elizar et al., 2022), dukungan pihak eksternal (petugas kesehatan (Elizar et al., 2022), kader, bidan), dukungan keluarga dan motivasi (Dewi & Laing, 2024).

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah determinan Kepatuhan Remaja Putri Tingkat SMA di Kota Ruteng Dalam Mengonsumsi Tablet Fe?

METODOLOGI PENELITIAN

Desain yang digunakan *cross-sectional* dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*) (Sujarweni, 2014).

Subjek penelitian adalah remaja putri tingkat SMA yang menjadi sasaran target penerima Tablet Fe dengan teknik, *consecutive sampling*. Responden remaja putri yang menjadi sampel penelitian ditentukan dengan mengambil sampel yang memenuhi kriteria inklusi usia 15-19 tahun di SMA, menerima TTD setiap bulannya dan berkeinginan menjadi responden.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 80 orang. Hasil penelitian diolah dengan aplikasi SPSS 22 dan menggunakan uji *chi-square*.

HASIL PENELITIAN**1. Karakteristik Remaja Putri****Tabel 1. Karakteristik Remaja Putri**

Karakteristik	Frekuensi	%
Usia		
17 tahun	23	28.75
18 tahun	40	50
19 tahun	17	21.25
Total	80	100
Tempat Tinggal		
Bersama orangtua	65	81.25
Kos	11	13.75
Keluarga	4	5
Total	80	100
Pengetahuan Remaja Putri		
Baik	56	70
Cukup	24	30
Total	80	100
Sikap Remaja Putri		
Baik	54	67.5
Cukup	26	32.5
Total	80	100
Dukungan Eksternal		
Mendukung	65	81.25
Tidak Mendukung	15	18.75
Total	80	100
Kepatuhan Mengonsumsi Fe		
Patuh	43	53.75
Kurang Patuh	37	46.25
Total	80	100

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil sebagian besar remaja putri berusia 18 tahun (50%) dan tinggal bersama orangtua (81.25%). Tabel 1 juga menggambarkan bahwa sebagian besar remaja mempunyai pengetahuan baik tentang tablet Fe (70%), sikap (67.5%) baik,

mengatakan mendapatkan dukungan eksternal 81.25% dan lebih banyak siswa yang patuh sebesar 53.75 %.

2. Hasil Uji Bivariat Determinan Faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan Pengetahuan

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Dengan Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Fe

	Kepatuhan		<i>p value</i>
	Patuh	Tidak patuh	
Pengetahuan			
Baik	28	28	0.3
Cukup	15	9	
Sikap			
Baik	26	28	0.1
Cukup	17	9	
Dukungan			
Mendukung	35	30	1.0
Tidak Mendukung	8	7	

Tabel 2 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap dan dukungan

keluarga serta guru terhadap kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Fe dengan masing-masing *p value* > 0.05

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan tiga variabel yang diteliti dan hubungannya dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Fe adalah tidak ada hubungan yang signifikan diantara faktor-faktor ini. Meskipun demikian berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa lebih banyak remaja memiliki pengetahuan, sikap dan baik yang diikuti dengan kepatuhan mengonsumsi Fe.

Hal ini didukung oleh penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya (Lindawati, 2023), pengetahuan, sikap dan dukungan sekolah tidak berpengaruh dengan kepatuhan remaja (Sulistyorini & Maesaroh, 2019).

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa karakteristik remaja yang pada umumnya berusia 18 tahun dan tinggal bersama orangtua, dukungan yang diperoleh remaja biasanya datang dari orangtua (ibu), kakak perempuan, teman, guru, tenaga kesehatan dan sebagian kecil siswa mengatakan karena inisiatif sendiri tidak semata-mata dapat

meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Fe.

Hal ini dimungkinkan karena berbagai informasi yang sudah diperoleh remaja, dukungan yang sudah didapatkan dianalisis lebih jauh dan akhirnya menyebabkan remaja memutuskan dengan persepsi mereka masing-masing. Sikap-sikap lain sebagian besar dipelajari melalui pengalaman langsung dan tidak langsung dengan objek sikap. Kuat dan lemahnya sikap seseorang akan memengaruhi bagaimana seseorang harusnya berperilaku.

Berbanding terbalik dengan hasil penelitian-penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Fe adalah karena dukungan, pengetahuan, sikap remaja itu sendiri, dan persepsi kontrol perilakunya (Ningtyias et al., 2020), (Nurhayati et al., 2024), (Sintawati et al., 2024).

- Jurnal Promkes*, 8(2), 154.
<https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i2.2020.154-162>
- Norris, S. A., Frongillo, E. A., Black, M. M., Dong, Y., Fall, C., Lampl, M., Liese, A. D., Naguib, M., Prentice, A., Rochat, T., Stephensen, C. B., Tinago, C. B., Ward, K. A., Wrottesley, S. V., & Patton, G. C. (2022). Nutrition In Adolescent Growth And Development. *The Lancet*, 399(10320), 172-184.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01590-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01590-7)
- Nurhayati, L., Marhamah, E., Fuady, A., Berliana, N., & Olivia, P. (2024). Pengetahuan Anemia Dan Tablet Fe Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Fe. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 10(1), 45-53.
- Sintawati, S., Santi, A. S., & Fatimah, J. (2024). Hubungan Pengetahuan Sikap Dan Dukungan Sekolah Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Sman 1 Kabandungan Tahun 2023. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(3), 1394-1400.
<https://doi.org/10.55681/Sentri.V3i3.2419>
- Sulistiyorini, E., & Maesaroh, S. (2019). Relationship Of Knowledge And Attitude Of Adolescent Girls About Anemia With Behavior Consumption Of Iron Tablets In Rw 12 Genengan Mojosongo Jebres Surakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(2), 110-121.
- Ukaid. (2020). *Adolescent Girls Resource Pack A Summary Of The Evidence Introduction*. April, 1-10.
- Unicef. (2021). Strategi Komunikasi Perubahan Sosial Dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja Di Indonesia. *Unicef*, 1-66.
- Unicef. (2022). *Building Back Equal , With And For Adolescent Girls : A Programme Strategy For Unicef 2022 - 2025*.
- Untung, A. S. B., & Syayadi, I. (2021). Social Behaviour Change Communication Strategy: Improving Adolescent. *Unicef Indonesia*.