

**KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD)  
TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI  
DI MTs SITI KHADIJAH KABUPATEN TAPIN**

***CONSUMPTION OF BLOOD SUPPLEMENT TABLETS (TTD)  
ON THE INCIDENT OF ANEMIA IN TEENAGERS  
AT MTs SITI KHADIJAH TAPIN DISTRICT***

**Fenny Yuniarti<sup>1</sup>, Bardiati Ulfah<sup>2\*</sup>, Rizki Amalia<sup>3</sup>**

<sup>1,3</sup> Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia

<sup>2\*</sup> Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia

<sup>1</sup>fenny.fy88@gmail.com, <sup>2\*</sup>ulfah74@umbjm.ac.id, amaliarizki089@gmail.com

**Abstrak**

Masa remaja merupakan periode transisi dari anak menuju dewasa yang melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Untuk menghasilkan Generasi yang sehat dan cerdas diperlukan remaja perempuan yang sehat sejak dini baik sehat secara fisik maupun mental. Permasalahan kesehatan pada remaja berdasarkan penjarangan program kesehatan remaja adalah kejadian anemia. Berdasarkan data dari 13 Puskesmas di Kabupaten Tapin, Puskesmas Tapin Utara terdata memiliki tingkat anemia tertinggi pada remaja dengan mencapai 51,28% yang diperoleh dari 9 sekolah SMP dan SMA sederajat. Tujuan penelitian mengetahui bagaimana hubungan konsumsi Tablet Tambah darah (TTD) terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MTs Siti Khadijah Kabupaten Tapin. Penelitian menggunakan metode desain *retrospektif*. Populasi berjumlah 70 orang dengan mengambil seluruh populasi dijadikan sampel. Hasil penelitian berdasarkan uji Mann Withney diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < \alpha (0,05)$  yang artinya  $H_0$  ditolak artinya terdapat hubungan antara tingkat konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja di MTs Siti Khadijah Kabupaten Tapin. Perlunya peningkatan upaya yang berkesinambungan serta pendampingan remaja baik dari tenaga kesehatan, guru maupun orang tua dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja putri terutama pentingnya konsumsi tablet tambah darah guna mencegah anemia.

**Kata Kunci:** Remaja, Anemia, Tablet Tambah Darah

**Abstract**

*Adolescence is a transition period from child to adult that goes through several important developmental stages in life. To produce a healthy and intelligent generation, healthy young women are needed from an early age, both physically and mentally. The health problem in adolescents based on adolescent health program screening is the incidence of anemia. Based on data from 13 Community Health Centers in Tapin Regency, North Tapin Community Health Center was recorded as having the highest anemia rate in adolescents, reaching 51.28%, obtained from 9 middle and high schools and equivalent. The aim of the research is to determine the relationship between consumption of blood supplement tablets (TTD) and the incidence of anemia in young women at MTs Siti Khadijah, Tapin Regency. The study used a retrospective design method. The population was 70 people, taking the entire population as a sample. The research results based on the Mann Withney test obtained a significance value of  $0.000 < \alpha (0.05)$ , which means that  $H_0$  was rejected, meaning there was a relationship between the level of blood supplement tablet consumption and the incidence of anemia in teenagers at MTs Siti Khadijah, Tapin Regency. There is a need to increase continuous efforts and provide assistance to teenagers from health workers, teachers and parents in providing health education to young women, especially the importance of consuming blood supplement tablets to prevent anemia*

**Keywords:** Teenagers, Anemia, Blood increasing Tablets

## PENDAHULUAN

Remaja adalah salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah defisiensi besi (Sandala, T.C et al. 2022). Ini disebabkan oleh fase pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada usia remaja, yang memerlukan asupan zat gizi makro dan mikro yang lebih besar. Menstruasi, penyakit infeksi, dan kurangnya pengetahuan adalah beberapa hal yang dapat menyebabkan anemia. Remaja putri berisiko tinggi mengalami anemia. Pada usia 13 hingga 19 tahun, kebutuhan akan absorpsi meningkat. Remaja putri membutuhkan 26 mg zat besi per hari (Permenkes, 2013). Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, prevalensi anemia pada wanita usia subur adalah 29,9 %, pada usia remaja 29,6 %, dan pada wanita hamil 36,5 %. Angka ini telah menurun dari 19,8 % pada tahun 2018 menjadi 15,4 % pada tahun 2019. Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri (Kementerian Kesehatan, 2020) menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia sebanyak 21,7%. Angka ini lebih tinggi untuk kelompok umur 10-14 tahun, dengan 26,4%, dan 18,4% untuk kelompok umur 15 hingga 24 tahun. Menurut data dari Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2015, remaja putri berusia 10-18 tahun mengalami anemia sebesar 57,1 %, dan remaja putri berusia 19 hingga 24 tahun mengalami anemia sebesar 39,5 %. Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2019, hasil pemeriksaan HB menunjukkan bahwa remaja putri di Kalimantan Selatan mengalami anemia sebesar 42,45 %.

Pada tahun 2016, Dirjen Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan menargetkan 30% cakupan tablet tambah darah untuk remaja putri pada tahun 2019. Remaja perempuan di Provinsi Kalimantan Selatan yang menerima tablet tambah darah sebanyak 71,20 persen dan yang tidak meminum sebanyak 28,80 %, masing-masing dari kelompok umur 10 hingga 19 tahun, menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, (2018)). Jumlah remaja putri yang tidak meminum atau menghabiskan tablet tambah darah kurang dari 52 butir sebesar 96,3 %, dan lebih dari 52 butir sebesar 3,7 %. Persentase remaja putri yang tidak meminum atau menghabiskan tablet tambah darah karena alasan seperti hanya diminum saat haid sebesar 8,91 %, lupa sebesar 13,71 %, rasa dan bau tidak enak sebesar 24,08 %, efek samping sebesar 15,53 %, merasa tidak perlu sebesar 22,6 %, 11,4 % alasan lainnya. Namun, data dari Kemenkes RI (2021) menunjukkan bahwa cakupan remaja perempuan di Kalimantan Selatan yang menerima tablet tambah darah masih di bawah target yaitu 39,4 %, sedangkan target cakupan untuk tahun 2020 sampai dengan 2024 sebesar 54% (Kemenkes, 2020).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tapin pada tahun 2022, sebanyak 9023 remaja putri yang menerima tablet tambah darah, tetapi hanya 4802 orang, atau 53 %, yang menerimanya. Angka ini masih di bawah target cakupan tablet tambah darah remaja putri Kabupaten Tapin pada tahun 2022, yaitu 54 persen. Sebanyak 1.120 siswa dari 9 sekolah di wilayah puskesmas Tapin Utara adalah sasaran penerima tablet tambah darah, yang terdiri dari remaja putri berusia 12-19 tahun yang bersekolah dan tinggal di wilayah puskesmas Tapin Utara. Namun, ada 52,86% remaja putri di wilayah kerja puskesmas Tapin Utara yang meminum tablet tambah darah, menurut data yang dikumpulkan dari rekap pemantauan per triwulan yang dilakukan oleh petugas puskesmas dan guru UKS.

Puskesmas Tapin Utara, salah satu dari tiga belas puskesmas di Dinas Kesehatan Kabupaten Tapin, berlokasi di Kecamatan Tapin Utara. Puskesmas ini memiliki sembilan sekolah SMPN dan SMAN sederajat dengan jumlah siswa 1120 pada tahun 2022. Menurut data yang dirilis oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Tapin, anemia remaja putri di

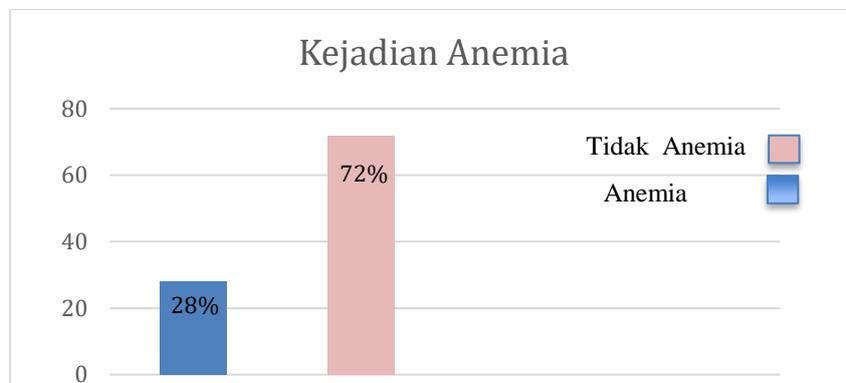
Kabupaten Tapin pada tahun 2019 sebesar 28,44 %. Dari tiga belas puskesmas di Kabupaten Tapin, Wilayah Puskesmas Tapin Utara mencatat tingkat anemia tertinggi, mencapai 51,28 % pada tahun 2019. Angka ini diperoleh dari dua sekolah dari sembilan sekolah SMP dan SMA sederajat yang ada di wilayah tersebut. Namun, hasil pemeriksaan kedua turun menjadi 12,39 % setelah diberikan tablet tambah darah selama empat minggu atau satu butir setiap minggu, serta penyuluhan tentang anemia dan cara mencegahnya.

## METODE PENELITIAN

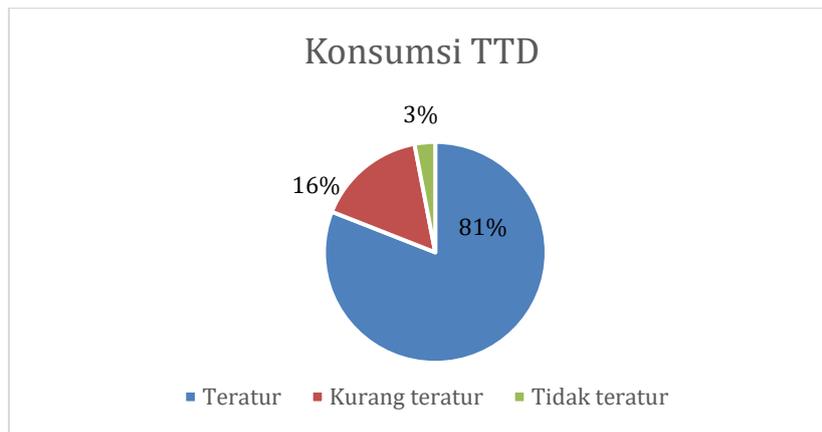
Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif analitik dengan desain retrospektif. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu konsumsi tablet tambah darah (TTD), sedangkan variabel dependen yaitu kejadian anemia pada remaja putri. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri di MTsN Siti Khadijah Kabupaten Tapin sebanyak 70 siswi. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan total sampling yaitu sebanyak 70 orang. Kriteria Inklusi yaitu remaja putri berusia 13-16 tahun, memiliki data pemeriksaan HB, tinggal di asrama, dan memiliki aplikasi ALARM LEBARAN (Alat Rencana Minum Tablet Tambah darah remaja perempuan). Remaja yang memiliki penyakit kronis/akut dan tidak dimasukkan dalam penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Mann-Whitney.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan olah data dari remaja putri dengan anemia dan konsumsi tablet tambah darah yaitu:



Gambar 1. Kejadian Anemia



Gambar 2. Konsumsi Tablet Tambah Darah

Berdasarkan gambar 1 bahwa sebagian remaja putri tidak anemia yaitu 51 orang remaja (72%), dan sebagian besar remaja putri mengkonsumsi Tablet Tambah Darah secara teratur yaitu sebanyak 57 (81%)

Tabel 1 . Hasil Analisis Bivariat

Kejadian Anemia	Tingkat Konsumsi TTD			Signifikansi ( <i>p-value</i> )
	Teratur	Kurang Teratur	Tidak Teratur	
Anemia	7 37%	10 53%	2 10%	0,000
Tidak Anemia	50 98%	1 2%	0 0%	
Total	57 81%	11 16%	2 3%	

Berdasarkan tabel 1 yaitu hasil uji Mann-Whitney dalam penelitian ini, didapatkan hasil  $p\text{-value}$  sebesar  $0,000 < 0,05$  yang artinya terdapat hubungan antara tingkat konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTs Siti Khadijah Kabupaten Tapin Tahun 2023. Dari 70 responden, 57 (81%) responden teratur mengkonsumsi tablet tambah darah. Dan ditemukan 19 responden yang mengalami anemia, sebanyak 10 (53%) responden kurang teratur mengkonsumsi tablet tambah darah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Savitri, M.K, et al (2021) dengan hasil terdapat hubungan yang berarti antara kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia. Remaja putri berisiko menderita anemia dikarenakan selama satu bulan sekali akan mengalami haid sehingga membuat kebutuhan zat besi akan relative lebih tinggi.

Data penelitian sekunder yang diperoleh menggunakan pencatatan kartu kendali/pencatatan konsumsi TTD dari guru UKS yang diperoleh dari hasil aplikasi ALARM LEBARAN, kemudian dilakukan telaah data. Mayoritas responden yang kurang teratur mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) dan masuk kedalam kategori anemia sebanyak 10 responden (53%). Lebih banyak dibandingkan responden yang kurang teratur mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) dan masuk kategori tidak anemia sebanyak 1 responden (2%). Hanya 2 responden (10%) yang tidak teratur mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) dan masuk kategori anemia.

Faktor yang mempengaruhi anemia yaitu: usia, frekuensi menstruasi, status gizi, pola makan, jenis makanan yang dikonsumsi, dan aktivitas fisik (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan beberapa penyebab maka kekurangan zat besi dalam darah menyebabkan anemia defisiensi besi, di mana konsentrasi hemoglobin dalam darah turun karena kurangnya zat besi menghambat pembentukan sel darah merah (Saras, 2023). Dengan efektifnya mengkonsumsi Tablet Tambah darah (TTD) yang memiliki kandungan 200 mg ferrosulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,25ml asam folat yang berfungsi memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin mencegah dan mengobati anemia. Tingkat Konsumsi TTD pada remaja putri menurut Muhammad (2019) dipengaruhi rasa TTD yang kurang disukai dan efek samping seperti pusing, mual dan muntah.

Patuh dalam mengkonsumsi TTD salah faktor yang berpengaruh dalam keberhasilan program suplementasi besi (FE) dan system distribusi yang tepat (Asiyah,S & ngatining, 2023). Masih terdapatnya anemia pada siswi yang mengikuti program konsumsi tablet tambah darah, hal ini dikaitkan dengan kesadaran yang masih kurang dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (Widiastuti A & Rusmini R, 2019). Penelitian dari Quraini, F.D, *et, al* (2020) terdapat hubungan antara perilaku dengan niat patuh mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD), berarti apabila remaja memiliki perilaku yang kuat maka akan memiliki niat patuh dalam mengkonsumsi TTD. Penelitian lainnya terdapat hubungan yang signifikan pada pengetahuan remaja putri setelah mendapatkan edukasi media booklet tentang anemia dan TTD (Ulfah B & Aulia F, 2023). Perlunya Pendidikan informasi tentang gizi sebagai penunjang utama dalam mencegah anemia sangat diharapkan sehingga prevalensi anemia pada remaja dapat diturunkan.

## **KESIMPULAN**

Konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri dengan teratur berhubungan signifikan dengan kejadian anemia, sehingga perlunya peningkatan upaya yang berkesinambungan serta pendampingan remaja baik dari tenaga kesehatan, guru di sekolah, maupun orang tua dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja putri terutama pentingnya konsumsi tablet tambah darah guna mencegah anemia

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima Kasih kepada kepala sekolah MTs Siti Khadijah beserta Staf, Kepala Puskesmas Tapin Utara, Civitas Akedemika Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Responden yang ikut partisipasi dan kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Asiyah, S & Ngatining (2023). *'Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia pada Remaja'*, Vol. 02, No. 01. Hal. 486 – 492.  
Available:<https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKesNas/index.php/MOO>
- Kemendes RI Dirjen Kesmas, (2016) Surat Edaran Kemendes No.HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri,  
<http://dinkes.sumutprov.go.id/editor/gambar/file/SE%20TTD%20Rematri.pdf>
- Kemendes (2020) 'Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi Remaja Putri pada Masa Pandemi Covid-19 bagi Tenaga Kesehatan',*Kementrian Kesehatan RI*
- Ningtyias, F.W., Quraini, D.F. and Rohmawati, N. (2020) 'Perilaku Kepatuhan

- Ulfah, B., & Aulia, F. (2023). Pengaruh Edukasi Media Booklet Tablet Fe Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Mencegah Stunting. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 3(2), 363-370.
- Permenkes, R.I., 2013. No 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sandala, T.C., Punuh, M.I. and Sanggelorang, Y., 2022. Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri di SMA Negeri 3 Manado. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 11(2).
- Savitri, M.K., Tupitu, N.D., Iswah, S.A. and Safitri, A., 2021. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri: A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), pp.43-49.
- Quraini, D.F., Ningtyias, F.W. and Rohmawati, N., 2020. Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(2), pp.154-162.
- World Health Organization (2016) 'WHO guideline: daily iron supplementation in infants and children', *Geneva: World Health Organization* [Preprint].
- WHO. (2018a). *Adolescent health*. Retrieved March 8, 2018, from [hp://www.who.int/topics/adolescent\\_health/en](http://www.who.int/topics/adolescent_health/en)
- WHO. (2018b). *Anaemia*. Retrieved March 6, 2018, from [hp://www.who.int/topics/anaemia/en/](http://www.who.int/topics/anaemia/en/)