



Hubungan pengetahuan, perilaku, dukungan lingkungan, dan akses dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pascapandemi

The relationship between knowledge, behavior, environmental support, and access with compliance with post-pandemic blood support tablet consumption

Fitri Laila Mukaromah¹, Laras Sitoayu^{2*}, Vitria Melani¹, Nadiyah Nadiyah¹, Rachmanida Nuzrina²

¹ Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul
² Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

* Korespondensi: Laras Sitoayu, Universitas Esa Unggul, Jl. Arjuna Utara No.9, Duri Kepa, Kebon Jeruk, Jakarta Barat. Telp. (021)5674223, email: laras@esaunggul.ac.id

Article History:

Diterima: 24/01/2024
Ditelaah: 07/05/2024
Dimuat: 31/10/2024

Publisher:



Universitas Respati Yogyakarta
respati.ac.id

© The Author(s). 2023 Open Access
This article has been distributed under the terms of the License International Creative Commons Attribution 4.0



Abstrak

Latar Belakang: Anemia merupakan keadaan tubuh saat mengalami kekurangan sel darah merah dan memiliki kadar hemoglobin lebih rendah dibandingkan kadar normalnya. Prevalensi anemia pada remaja putri tahun 2018 sebesar 32%. Anemia dapat dipengaruhi oleh adanya pengetahuan, perilaku, dukungan, dan akses yang selama masa pandemi tidak didapatkan. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan, perilaku, dukungan, dan akses dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah bagi remaja putri di SMAN 78 Jakarta pascapandemi. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* dengan populasi remaja putri kelas XI dan XII di SMAN 78 Jakarta. Total responden pada penelitian ini yaitu 92 siswi dari jurusan IPA, IPS, dan Bahasa yang dikumpulkan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan analisis univariat, bivariat, dan multivariat. **Hasil:** Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan ($p=0,018$; $OR=3,545$), perilaku dengan kepatuhan ($p=0,0001$; $OR=21,667$), dukungan dengan kepatuhan ($p=0,013$; $OR=3,730$), akses dengan kepatuhan ($p=0,005$; $OR=5,229$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara pengetahuan, perilaku, dukungan, dan akses dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Guru dan petugas kesehatan disarankan untuk memberikan pengetahuan mengenai anemia dan tablet tambah darah yang dimulai dari pengenalan komposisi tablet tambah darah dan anjuran dosis yang disarankan untuk mengonsumsi tablet tambah darah. **Kata Kunci:** faktor lingkungan; kepatuhan konsumsi TTD; penyebab anemia

Abstract

Background: Anemia is a condition in which the body experiences a lack of red blood cells, and has hemoglobin levels that are lower than normal levels. The prevalence of anemia in girl teenager of the year 2018 was 32%. Anemia can be influenced by knowledge, behavior, support and access that were not available during the pandemic. **Objective:** To determine the relationship between knowledge, behavior, support, and access and compliance in consuming blood supplement tablets for young women at Senior High School 78 Jakarta on post-pandemic. **Methods:** This was a cross-sectional study, with a population of teenage girls in grades 11 and 12 at Senior High School 78 Jakarta. The respondents in this study were 92 students of science, social studies, and language department collected using proportionate stratified random sampling techniques. Data collection was carried out by interviews using questionnaires. Data were analyzed using univariate, bivariate, and multivariate analysis. **Results:** There were significant relationships between knowledge and compliance ($p=0.018$; $OR=3.545$), between behavior and compliance ($p=0.0001$; $OR=21.667$), between support and compliance ($p=0.013$; $OR=3.730$), between access and compliance ($p=0.005$; $OR=5.229$). **Conclusion:** There were relationships between knowledge, behavior, support and access with compliance in taking blood supplement tablets. There was also recommended for teachers and health professionals to provide knowledge about anemia and blood supplement tablets starting from introducing composition of blood supplement tablets and recommended dosage for consuming blood supplement tablets.

Keywords: causes of anemia; compliance with TTD consumption; environmental factors

PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan tubuh saat mengalami kekurangan sel darah merah dan memiliki kadar hemoglobin lebih rendah dibandingkan kadar normalnya, yaitu 12 gr/dL dengan gejala yang tidak terdeteksi secara klinis. Gejala baru dapat terdeteksi jika anemia sudah termasuk ke dalam kategori sedang hingga berat. Gejalanya seperti mata berkunang dan kelopak mata yang terlihat pucat (1). Salah satu penyebab anemia yaitu adanya pengetahuan yang kurang sehingga menyebabkan seseorang yang mengalami anemia tidak mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi zat besi (2).

Kejadian anemia sebagian besar terjadi pada usia remaja. Usia remaja merupakan suatu masa peralihan dengan adanya beberapa perubahan yang dialami oleh remaja, baik remaja laki-laki maupun remaja perempuan. Perubahan pada remaja putri ditandai dengan adanya menstruasi dan sering mengalami kejadian anemia. Hal ini terjadi karena remaja putri seringkali menjaga bentuk badannya tanpa memperhatikan konsumsi makanan bergizi seimbang. Kejadian anemia di lingkungan sekolah mengalami peningkatan terutama pada masa pascapandemi. Hal ini disebabkan masih terjadinya adaptasi mengenai pendidikan yang sebelumnya lebih memprioritaskan pembelajaran secara *online* sehingga edukasi mengenai kesehatan menjadi terabaikan dari pihak manapun (3).

Masalah anemia juga dapat terjadi akibat kurangnya pengetahuan dan perilaku dalam mengatasi anemia karena kurangnya mengonsumsi makanan yang tidak memperhatikan kandungan gizinya. Tubuh manusia, terutama pada remaja putri yang rentan mengalami anemia,

diperlukannya makanan yang sehat dan bergizi seimbang. Makanan bergizi seimbang menjadi sangat penting dalam menjaga kesehatan tubuh, terutama dalam mengatasi anemia. Oleh karena itu, diperlukan pengetahuan yang baik dan didukung oleh perilaku sehari-hari dalam mengonsumsi makanan bergizi, terutama makanan yang kaya akan zat besi seperti konsumsi sayuran hijau, daging merah, dan makanan yang mengandung vitamin C akan membantu penyerapan zat besi dalam tubuh manusia (4).

Siklus menstruasi yang terjadi pada remaja putri tidak selalu dalam kondisi lancar. Terdapat kendala yang dialami oleh remaja putri yaitu siklus menstruasi yang tidak teratur, seperti adanya darah haid yang terlalu banyak keluar atau terlalu sedikit keluar. Apabila kendala tersebut terjadi secara terus menerus, maka dapat menyebabkan terjadinya anemia. Oleh karena itu, disarankan untuk segera dilakukan pemeriksaan kesehatan dan mengonsumsi makanan yang bergizi disertai dengan konsumsi tablet tambah darah (TTD) jika terdapat kendala pada siklus menstruasi (5).

Adanya siklus menstruasi yang berbeda-beda pada remaja putri dapat disebabkan oleh status gizi yang berbeda yang berasal dari asupan lemak, protein, dan karbohidrat. Dari ketiga sumber asupan gizi tersebut, asupan lemak merupakan yang paling berhubungan dengan sistem reproduksi. Selain itu, siklus menstruasi yang berbeda dapat disebabkan oleh asupan makan, usia, aktivitas fisik, penyakit reproduksi, pengaruh rokok, dan stres (6).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, cakupan TTD yang diterima oleh remaja putri adalah 76,2%. Remaja putri yang rutin mengonsumsi TTD lebih dari

52 butir hanya 0,9%. Oleh karena itu, diperlukannya keseimbangan antara masyarakat dan pemerintah untuk patuh dan giat dalam mengonsumsi TTD untuk mengatasi anemia itu sendiri. Sebagian besar (80,9%) TTD yang diterima oleh remaja putri berasal dari sekolah. TTD mengandung komposisi 60 mg zat besi elemental dalam bentuk sediaan *ferro sulfat*, *ferro fumarat* atau *ferro glukonat*, dan 0,4 mg asam folat (7). Apabila remaja putri tidak patuh dalam menjalankan program pemerintah dengan mengonsumsi tablet tambah darah maka terjadi beberapa perubahan fisik yang dialami oleh remaja putri, seperti kulit pucat, kelopak mata pucat, mata berkunang-kunang, dan sesak napas karena penurunan kadar hemoglobin (8).

Prevalensi anemia remaja putri yang terjadi pada tahun 2013 sebesar 22,7% dan meningkat pada tahun 2018 sebesar 32% berdasarkan hasil data Kementerian Kesehatan RI. Akan tetapi, menurut hasil *Global Nutrition Report* (GNR) pada tahun 2018, prevalensi anemia sebesar 42% dan termasuk ke dalam kategori tinggi dibandingkan dengan negara-negara tetangga. Prevalensi anemia di negara Malaysia sebesar 37%, Singapura 32%, Brunei Darussalam 27%, Vietnam 32%, Filipina 32%, dan Thailand 40% (9). Peningkatan prevalensi anemia yang lebih dari 5% dapat dijadikan sebagai permasalahan kesehatan dengan tingkatan sedang hingga besar (10).

Prevalensi anemia di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 32%, tetapi belum ada data untuk wilayah DKI Jakarta terutama di wilayah Jakarta Barat. Prevalensi anemia di SMAN 78 Jakarta juga belum diketahui. Hal ini karena puskesmas setempat belum pernah melakukan pengambilan data mengenai anemia pada remaja putri (11).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan, perilaku, dukungan, dan akses mendapatkan TTD dengan kepatuhan konsumsi TTD bagi remaja putri di SMAN 78 Jakarta pascapandemi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi yang membacanya. Selain itu, diharapkan pula dapat menjadi bahan untuk melanjutkan perencanaan kegiatan lembaga pemerintahan dalam mengatasi anemia yang berhubungan langsung dengan konsumsi TTD di tingkat puskesmas melalui lembaga sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*) yang bertujuan untuk mengetahui adanya keterkaitan variabel independen (pengetahuan mengenai tablet tambah darah dan anemia, perilaku yang dilakukan oleh remaja putri dalam mengatasi anemia, dukungan lingkungan sekitar seperti keluarga, teman, dan guru, serta akses dalam mendapatkan tablet tambah darah) dengan variabel dependen (kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah) oleh remaja putri di SMAN 78 Jakarta pada pascapandemi.

Populasi penelitian ini yaitu remaja putri kelas XI dan XII yang bersekolah di SMAN 78 Jakarta dengan jumlah populasi sebanyak 445 siswi. Perhitungan sampel menggunakan rumus uji dua proporsi dan tidak berpasangan, sehingga didapatkan sebanyak 92 sampel. Pengambilan sampel menggunakan *Proportionate Stratified Random Sampling* dengan kriteria inklusi yaitu siswi di SMAN 78 Jakarta dimulai dari kelas XI dan XII (baik IPA, IPS maupun Bahasa), dapat berkomunikasi dengan baik, siklus

menstruasi lancar dan teratur, serta alam keadaan sehat. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu siswi yang sebelumnya pernah melakukan transfusi darah.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dan penyebaran kuesioner yang terdiri dari lima jenis variabel penelitian. Kuesioner dikembangkan dari penelitian lain dan telah diuji validitasnya mengenai pengetahuan, perilaku, dukungan, akses, dan kepatuhan. Masing-masing variabel terdiri dari 15 pertanyaan untuk pengetahuan dan 10 pertanyaan untuk perilaku, dukungan, akses, dan kepatuhan. Kuesioner penelitian diberikan kepada responden dan peneliti bertanya mengenai pengetahuan, perilaku, dukungan, akses, dan kepatuhan di luar pertanyaan yang terdapat pada kuesioner untuk memberikan informasi lebih lanjut mengenai pemahaman responden terhadap anemia dan tablet tambah darah, dengan skoring dan pembagian kategori disesuaikan pada kuesioner. Pada kuesioner penelitian yaitu 1 untuk menjawab ya, dan 0 untuk yang menjawab tidak. Skala pengukuran ordinal dengan hasil ukur lebih dari 75% pada kuesioner.

Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi Square* dengan aplikasi SPSS 25. Faktor yang berhubungan dengan nilai signifikan ($p < 0,05$) akan dilakukan uji multivariat, seperti pengetahuan dengan kepatuhan, perilaku dengan kepatuhan, dukungan dengan kepatuhan, dan akses dengan kepatuhan. Uji multivariat dilakukan dengan regresi logistik menggunakan *odd ratio* dengan variabel yang memiliki pengaruh terbesar terhadap variabel

dependen yang dimilikinya untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Penelitian ini telah memiliki perizinan kode etik dalam penelitian dengan nomor 0923-07.069/DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/VII/2023.

HASIL

Distribusi responden berdasarkan kriteria responden (usia dan kelas) dan variabel penelitian (pengetahuan, perilaku, dukungan lingkungan sekitar, akses, dan kepatuhan) dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di SMAN 78 Jakarta dapat dilihat pada **Tabel 1**. Tabel 1 menunjukkan jumlah responden pada penelitian ini yaitu 92 responden dengan kriteria responden sebagian besar pada remaja putri yang berusia 16 tahun dengan jumlah 39 (42,4%) responden, sedangkan responden yang terbanyak pada kelas 12 dengan 47 remaja putri (51,1%) responden. Berdasarkan distribusi frekuensi dari variabel penelitian ini, sebagian besar responden tidak memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia dan tablet tambah darah dengan jumlah 62 responden (67,4%). Sebanyak 77 responden (83,7%) tidak memiliki perilaku yang baik dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Pada variabel dukungan, diketahui lebih banyak responden yang tidak mendapatkan dukungan, yaitu sebesar 56 responden (60,9%). Di samping itu, pada variabel akses, lebih banyak responden yang tidak mendapatkan akses tablet tambah darah, yaitu sejumlah 76 responden (82,6%). Pada variabel kepatuhan, lebih banyak responden remaja putri yang tidak patuh, yaitu sebanyak 68 orang (73,9%).

Tabel 1. Karakteristik responden dan variabel penelitian

Karakteristik responden	Jumlah (n=92)	Persentase (%)
Usia responden		
15 tahun	4	4,3
16 tahun	39	42,4
17 tahun	33	35,9
18 tahun	16	17,4
Kelas		
11	45	48,9
12	47	51,1
Pengetahuan		
Tidak baik	62	67,4
Baik	30	32,6
Perilaku		
Tidak baik	77	83,7
Baik	15	16,3
Dukungan		
Mendukung	56	60,9
Tidak mendukung	36	39,1
Akses		
Tidak ada	76	82,6
Ada	16	17,4
Kepatuhan		
Tidak patuh	68	73,9
Patuh	24	26,1

Tabel 2 menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan pada remaja putri di SMAN 78 Jakarta ($p=0,018$). Analisis terhadap besar risiko menghasilkan nilai *OR* sebesar 3,545 yang berarti pengetahuan tidak baik pada remaja putri meningkatkan risiko 3,545 kali untuk tidak patuh dalam mengonsumsi TTD dibandingkan dengan responden dengan pengetahuan yang baik. Di samping itu, terdapat hubungan antara perilaku dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 78 Jakarta ($p=0,0001$), dengan nilai *OR* sebesar 21,667 yang artinya perilaku tidak baik seperti kurangnya mengonsumsi tablet tambah darah akan meningkatkan risiko 21 kali untuk tidak

patuh terhadap konsumsi tablet tambah darah dibanding dengan perilaku yang baik. Hasil penelitian juga menunjukkan ada hubungan antara akses dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah dengan ($p=0,005$) dan nilai *odd ratio* yang dihasilkan yaitu 5,229. Artinya, tidak ada akses (seperti guru yang tidak membagikan tablet tambah darah yang masih tersedia di sekolah, dan memilih untuk menyimpannya karena dianggap tidak penting) dapat meningkatkan risiko 5,2 kali untuk tidak patuh terhadap konsumsi TTD dibanding yang baik.

Hasil akhir analisis multivariat menggunakan regresi logistik dengan variabel yang memiliki nilai *OR* tertinggi jika dibandingkan dengan variabel lain

yaitu perilaku dalam mengonsumsi TTD dengan nilai 22,496, dan pengetahuan mengenai TTD dengan nilai 2,753. Dengan demikian, dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel yang paling

berpengaruh terhadap kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMAN 78 Jakarta adalah perilaku dan pengetahuan dalam mengonsumsi TTD (Tabel 3).

Tabel 2. Analisis bivariat hubungan antara pengetahuan, perilaku, dukungan lingkungan, dan akses dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah

Variabel	Tingkat kepatuhan		n (%)	p	OR
	Tidak patuh (%)	Patuh (%)			
Pengetahuan					
Tidak baik	51 (82,3%)	11 (17,7%)	62 (100%)	0,018	3,545
Baik	17 (56,7%)	13 (43,3%)	30 (100%)		
Perilaku					
Tidak baik	65 (84,4%)	12 (15,6%)	77 (100%)	0,0001	21,667
Baik	3 (20%)	12 (80%)	15 (100%)		
Dukungan					
Tidak mendukung	47 (83,9%)	9 (16,1%)	56 (100%)	0,013	3,730
Mendukung	21 (58,3%)	15 (41,7%)	36 (100%)		
Akses					
Tidak ada akses	61 (80,3%)	15 (19,7%)	76 (100%)	0,005	5,229
Ada akses	7 (43,8%)	9 (56,3%)	16 (100%)		

Tabel 3. Analisis multivariat

Variabel B	Ketidapatuhan dalam mengonsumsi TTD		
	p	OR	(95% CI)
Pengetahuan			
Tidak baik	1,323	0,026	3,753
Baik			(1,171 – 12,027)
Perilaku			
Tidak baik	3,113	0,0001	22,496
Baik			(5,159 – 98,096)
Constant	-6,651	0,0001	

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan mengenai makanan dan zat gizi yang akan berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Pada pengetahuan ini sendiri, disertakan dengan pemahaman yang baik mengenai

konsumsi tablet tambah darah untuk meningkatkan tingkat kepatuhan pada remaja putri (12). Apabila pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri baik, maka juga akan memberikan kepatuhan yang baik karena remaja putri mengetahui mengenai kerugian dan manfaat yang akan didapatkan jika tidak mengonsumsi tablet tambah darah (13).

Pengetahuan yang didapatkan oleh remaja putri akan mudah diingat oleh mereka. Usia remaja putri yang termasuk ke dalam usia produktif, sehingga akan lebih mudah untuk mengingat dan mencerna informasi yang diperoleh. Remaja putri juga dapat bertukar pikiran dengan sesama mengenai informasi yang didapatkan tentang anemia dan TTD (14).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, remaja putri di SMAN 78 Jakarta memang memiliki pengetahuan pembelajaran yang baik, tetapi pengetahuan mengenai anemia dan tablet tambah darah termasuk dalam kategori tidak baik. Berdasarkan hasil pengambilan data pengetahuan menggunakan kuesioner, banyak responden yang menyatakan tidak tahu mengenai komposisi pada tablet tambah darah. Selain itu, banyak pula responden yang tidak mengetahui mengenai anjuran minimal konsumsi tablet tambah darah yang dianjurkan oleh Kementerian Kesehatan.

Pengetahuan tentu dapat dengan mudah diakses pada era digital saat ini. Dengan adanya bantuan internet, remaja putri dapat dengan mudah mencari informasi yang ingin diketahui, terutama mengenai anemia dan tablet tambah darah. Pengetahuan yang baik dapat berhubungan dengan kepatuhan yang baik pula, dan tergantung pada setiap individu akan bersikap patuh atau tidak dalam mengonsumsi tablet tambah darah (15).

Hubungan Perilaku dengan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Pernyataan mengenai perilaku yang banyak tidak dilakukan oleh remaja putri yaitu mengenai pemeriksaan kadar

hemoglobin. Sedikit sekali remaja putri yang sering memeriksakan kadar hemoglobinya secara rutin. Hanya sebanyak sembilan responden yang pernah melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dan rutin selama enam bulan sekali. Dengan adanya perilaku yang baik, maka akan meningkatkan kepatuhan pada remaja putri, dan akan menurunkan terjadinya stunting maupun terganggunya pertumbuhan dan perkembangan pada remaja putri.

Adanya hubungan antara perilaku dan kepatuhan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Batara di Puskesmas Teppo Kabupaten Pinrang. Individu akan dikatakan patuh apabila setiap manusia memiliki perilaku yang sejalan dengan tujuan dari kepatuhan itu sendiri. Patuh berarti dapat menerima dan melakukan aturan dan tata cara yang telah diberikan (16).

Perilaku patuh dalam mengonsumsi TTD juga dipengaruhi oleh adanya persepsi dari diri remaja putri itu sendiri karena persepsi tersebut yang akan mengubah pemikiran seseorang mengenai tindakan yang akan dilakukannya (17). Apabila remaja putri menganggap sulit untuk mengonsumsi TTD, maka ke depannya juga akan selalu sulit. Begitu pula sebaliknya, jika dianggap dapat bermanfaat dengan baik, maka akan membentuk perilaku yang patuh dalam mengonsumsi TTD (18).

Hubungan Dukungan dengan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Data dukungan dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada penelitian ini menunjukkan hasil terbanyak pada remaja putri yang tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar mengenai anemia dan tablet tambah

darah. Sebanyak 47 responden (51,1%) tidak mendapatkan dukungan dan tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan dengan kepatuhan pada remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah ($p=0,013$).

Dengan adanya dukungan dari lingkungan sekitar terutama dari keluarga, maka akan membuat remaja putri merasa terinspirasi dan dengan senang hati untuk mengonsumsi tablet tambah darah. Tingginya dukungan tersebut akan membuat remaja putri patuh dalam mencegah terjadinya anemia, seperti patuh untuk mengonsumsi makanan tinggi zat besi dan tablet tambah darah secara rutin.

Adanya dukungan yang memengaruhi kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah telah dibuktikan oleh penelitian sebelumnya mengenai dukungan keluarga, yaitu dukungan dari lingkungan sekitar akan memberikan dampak positif pada kesehatan dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah dalam mengatasi anemia (19). Dengan dukungan ini, maka akan menumbuhkan keyakinan untuk tetap patuh dalam mengonsumsi TTD (20).

Salah satu dukungan tersebut yaitu dari lingkungan sekitar seperti keluarga, teman, maupun guru. Dukungan dari lingkungan ini berperan memberikan motivasi dengan memberikan contoh yang baik dalam mengatasi anemia. Seperti halnya jika lingkungan sekitar suka mengonsumsi tablet tambah darah, maka akan mendorong remaja putri untuk ikut serta dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Perilaku kesehatan yang baik akan terbentuk dengan adanya dukungan, begitu pula dukungan dapat meningkatkan kepatuhan dengan baik

pula. Dukungan dari lingkungan sekitar akan memunculkan keyakinan pada remaja putri dalam mengonsumsi TTD dan menyatakan bahwa TTD tersebut aman untuk dikonsumsi (21).

Hubungan Akses dengan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Penelitian terdahulu yang pernah dilakukan di Pontianak menjadi salah satu penelitian pendukung yang sejalan dengan penelitian ini. Adanya faktor yang memengaruhi terjadinya kepatuhan, yaitu akses untuk menjangkau sarana kesehatan. Mudahnya jangkauan terhadap akses membuat remaja putri mudah untuk mendapatkan tablet tambah darah dan akan menjadi patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah untuk mengatasi anemia (22).

Akses yang mudah dalam mendapatkan TTD tentunya juga harus diimbangi dengan kesadaran remaja putri untuk meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Kesadaran itu yang nantinya akan membentuk tindakan, perasaan, dan perhatian terhadap diri sendiri (23). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di kota Surakarta, meskipun akses mudah didapatkan tetapi jika kesadaran dari remaja putrinya masih kurang, maka tidak akan mendapatkan hasil yang memuaskan. Oleh karena itu, akses dalam mendapatkan TTD juga perlu diimbangi dengan kesadaran dari remaja putri itu sendiri (24).

Akses dalam mendapatkan tablet tambah darah bagi remaja putri masih tergolong sulit selama masa pascapandemi karena terbatasnya minat remaja putri untuk mencapai akses dalam menuju pelayanan kesehatan. Akan tetapi, beberapa wilayah sekitar tempat

tinggal responden masih memungkinkan untuk mendapatkan tablet tambah darah dengan memesan secara *online*.

Pengaruh Pengetahuan dan Perilaku terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Pengetahuan dapat memiliki pengaruh dengan tingginya tingkat kepatuhan. Pengetahuan yang baik akan mendasari keyakinan diri untuk melakukan suatu hal. Adanya pengetahuan tentang TTD menghasilkan pengetahuan tentang manfaat dari TTD sehingga dapat berpengaruh dengan tingginya tingkat kepatuhan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di SMAN 6 Model Sigi. Adanya pengetahuan tanpa mengetahui manfaat dari TTD akan menimbulkan hasil kepatuhan yang tidak baik, dan remaja putri akan mengonsumsi TTD seperlunya saja (25). Salah satu faktor yang mendukung adanya kepatuhan itu sendiri yaitu karena didasari oleh pengetahuan yang baik pula (26).

Perilaku dapat menjadi paling berpengaruh karena adanya perilaku dapat mengubah kebiasaan hidup sehari-hari yang dilakukan dengan kebiasaan. Tanpa disadari oleh siapapun, perilaku yang baik akan menghasilkan kepatuhan yang baik, karena sudah memiliki kebiasaan hidup yang baik. Perilaku dengan kebiasaan baik ini didukung dengan adanya penelitian yang dilakukan di Kota Cirebon yang menyatakan bahwa seseorang harus mampu beradaptasi maupun menyesuaikan dengan kebiasaan yang baik jika ingin mendapatkan hasil yang baik (27). Dalam hal ini, perilaku dalam mengonsumsi TTD dapat dibiasakan untuk mendapatkan

hasil yang baik sehingga perilaku menjadi salah satu faktor yang paling berpengaruh dalam mengonsumsi TTD. Kelemahan pada penelitian ini yaitu tidak didapatkannya data mengenai prevalensi anemia baik di tingkat provinsi maupun tingkat kecamatan, dan tidak dilakukannya pemeriksaan kadar Hb terhadap responden.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah adanya hubungan yang signifikan mengenai pengetahuan, perilaku, dukungan, dan akses dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 78 Jakarta. Perilaku merupakan variabel yang paling berpengaruh terhadap kepatuhan konsumsi TTD kemudian diikuti dengan pengetahuan.

Remaja putri di SMAN 78 Jakarta diharapkan dapat patuh untuk mengonsumsi TTD baik saat diawasi oleh guru maupun tidak. Bagi guru dan pelayan kesehatan di SMAN 78 Jakarta, diharapkan dengan memberikan contoh yang baik dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin dengan menetapkan hari konsumsi tablet tambah darah. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memeriksakan kadar hemoglobin untuk dapat memastikan responden tersebut benar-benar mengalami anemia atau tidak, dan dapat menjadi standar perbandingan antara sebelum dan sesudah mengonsumsi tablet tambah darah. Bagi pelayanan kesehatan terkait, sebaiknya melakukan perhitungan terhadap prevalensi anemia yang terjadi, khususnya di wilayah DKI Jakarta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini, khususnya bagi seluruh siswi di SMAN 78 Jakarta, bapak/ibu guru, serta enumerator yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Pamela DDA, Nurmala I, Ayu RS. Faktor risiko dan pencegahan anemia pada wanita usia subur di berbagai negara. *Ikesma*. 2022;18(3):161.
2. Fajriyah NN, Laelatul M, Fitriyanto H, Muhammadiyah S, Pekalongan P, Raya J, et al. Gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. *J Ilmu Kesehatan*. 2016;IX(1).
3. Purwara DL, Sitoayu L, Melani V, Aula Rumana N, Herliana Putri V, Ronitawati P. Edukasi gizi dalam jaringan (daring) mengenai bahaya anemia dan pencegahannya pada remaja saat pandemi covid-1. *Prosiding Hasil Pengabdian Masyarakat Tahun 2021*. 9. 2021;85–90.
4. Ronitawati P, Nuzrina R, Sitoayu L, Dwi AI, Ramadhan W, Pendidikan Profesi Dietisien P, et al. Nutrition literacy with balanced nutrition principle to overcome food insecurity in school-age children during a pandemic literasi gizi dengan prinsip gizi seimbang untuk mengatasi kerawanan pangan pada anak usia sekolah di masa pandemi. 2022;1:30–7. Available from: <https://journal.unimerz.com/index.php/piramida>
5. Farinendya A, Muniroh L, Buanasita A. Hubungan tingkat kecukupan zat gizi dan siklus menstruasi dengan anemia pada remaja putri. *Amerta Nutr*. 2019;3(4):298.
6. Sitoayu L, Pertiwi DA, Mulyani EY. Kecukupan zat gizi makro, status gizi, stres, dan siklus menstruasi pada remaja. *J Gizi Klin Indones*. 2017;13(3):121.
7. Kemenkes RI. Pedoman pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. Kementerian Kesehatan RI [Internet]. 2020;22. Available from: <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
8. Kartika Y, Putu IA, Gede I. Gambaran kadar hemoglobin dan hematokrit sebagai derajat anemia pada remaja putri. *Repos Poltekkes Denpasar* [Internet]. 2020; Available from: <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/5379/>
9. Pacific A. Chinese Nutrition Society • APCNS • IUNS Clinical Nutrition [Internet]. Vol. 1. 2020. 1–73 p. Available from: <http://www.iuns.org/>
10. Ilmi R. Hubungan antara pengetahuan anemia dan tingkat konsumsi dengan kejadian anemia pada remaja putri sma/ sederajat di wilayah kerja Puskesmas Pakusari Kabupaten Jember. *J Chem Inf Model*. 2022;53(9).
11. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Internet]. 2018 [cited 2022 Nov 18]. Available from: [34](https://www.kemkes.go.id/article/print/21012600002/remaja-sehat-</div><div data-bbox=)

- komponen-utama-pembangunan-sdm-indonesia.html
12. Putri RD, Simanjuntak BY, Kusdalinah K. Pengetahuan gizi, pola makan, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia remaja putri. *J Kesehat*. 2017;8(3):404.
 13. Utomo ETR, Rohmawati N, Sulistiyani S. Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Ilmu Gizi Indonesia*. 2020;4(1):1.
 14. Nugroho IA, Utami W, Pebriyani F. Hubungan persepsi masyarakat terhadap kepatuhan protokol kesehatan pencegahan covid-19 di desa buniayu kecamatan tambak kabupaten banyumas. *J Ilm Kesehat Keperawatan*. 2021;17(3):297.
 15. Muliawati NK, Puspawati NLPD, Dewi PSM. Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan masyarakat dalam adaptasi kebiasaan baru masa pandemi covid-19 di tempat kerja. *J Keperawatan*. 2022;14(S1):19–26.
 16. Syarizcky LOMA, Batara AS, Amba J. Pengaruh pemberian makanan tambahan terhadap tekanan darah dan asam urat pada lansia di wilayah kerja puskesmas tepo kabupaten pinrang. *J Muslim Community Heal* [Internet]. 2023;4(2):207–16. Available from: <https://doi.org/10.52103/jmch.v4i2.1151>
 17. Sumarandak MEN, Tungka AE, Egam PP, Arsitektur J, Ratulangi US, Arsitektur J, et al. God bless park. 2021;8(2).
 18. Ningtyias FW, Quraini DF, Rohmawati N. Perilaku kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja putri di jember, indonesia. *J PROMKES*. 2020;8(2):154.
 19. Ichda AW, Maharani L, Wulandari M. Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan pengobatan pasien. *J Syifa Sci Clin Res* [Internet]. 2019;1(2):47–56. Available from: <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jsscr>,
 20. Samputri FR, Herdiani N. Pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Media Kesehat Masy Indones*. 2022;21(1):69–73.
 21. Savitry NSD, Arifin S, Asnawati A. Hubungan dukungan keluarga dengan niat konsumsi tablet tambah darah pada remaja puteri. *Berk Kedokt*. 2017;13(1):113.
 22. Hajjiah. Hubungan akses pelayanan kesehatan dan peran tenaga kesehatan dengan kepatuhan menjalani pengobatan pada penderita hipertensi di puskesmas sungai raya dalam kubu raya. Program Studi Ners Tahap Akademik Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak 2020/2021. 2020.
 23. Hastjarjo D. Sekilas tentang kesadaran (consciousness). *J Bul Psikol*. 2015;13(2):79–90.
 24. Rahayuningtyas D, Indraswari R, Musthofa SB. Faktor-faktor yang berhubungan dengan praktik konsumsi tablet tambah darah (ttt) remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta. *J Kesehat Masy*. 2021;9(3):310–8.
 25. Ivon VM, Munir S, Herlina Y. Pengetahuan remaja putri tentang manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia di Sman 6

- Model Sigi. J Kolaboratif Sains. 2020;3(5):252–5.
26. Sofiana D. Gambaran tingkat kepatuhan ibu dalam pemberian tablet zinc pada balita diare di Puskesmas Banyumas Kabupaten Banyumas. 2015;8–33. Available from: <https://id.scribd.com/document/565766072/Desi-Sofiana-BAB-I>
27. Riantina L. Hubungan kontrol perilaku yang dirasakan dengan niat dan perilaku adaptasi kebiasaan baru generasi milenial di Kota Cirebon. Afiasi J Kesehat Masy. 2021;6(2):134–41.