

Pengaruh Edukasi terhadap Kepatuhan Siswi Usia Remaja dalam Penggunaan Tablet Tambah Darah

Debi Rianti*¹, Suryani², Anna Choirunnisa³
¹⁻³ Farmasi, Universitas Jenderal Achmad Yani, Indonesia

Alamat : Jl. Terusan Jenderal Sudirman, Cimahi, 40533

Korespondensi penulis : magisterfarmasi@unjani.ac.id*

Abstract. *This study aims to examine the effect of education on the adherence of adolescent girls to iron supplementation tablets (IST). Anemia in adolescent girls is a significant health problem, influenced by iron loss during menstruation and increased iron requirements during growth. Low adherence to IST consumption is caused by various factors, including unpleasant side effects after consuming IST, the perception of being healthy and not needing medication, and a lack of knowledge about the dangers of iron deficiency anemia in adolescence. The method used is a narrative review, with research journal sources related to the adherence of adolescent girls in consuming IST. These research journals were obtained from Google Scholar and selected those published in the last five years (2019-2023). The review results indicate the importance of education in increasing adherence to IST consumption. Audiovisual methods, such as videos and YouTube, have proven effective. Additionally, support from health workers and pharmacists is crucial in increasing the adherence of adolescent girls to IST consumption. It is concluded that innovative education and good support are essential in increasing the adherence of adolescent girls to IST consumption.*

Keywords: Education, Iron Supplementation Tablets (IST), Adherence of Adolescent Girls

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh edukasi terhadap kepatuhan siswi usia remaja dalam penggunaan tablet tambah darah (TTD). Anemia pada remaja putri menjadi masalah kesehatan yang signifikan, dipengaruhi oleh kehilangan zat besi saat menstruasi dan peningkatan kebutuhan zat besi selama pertumbuhan. Rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi TTD disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk efek samping, anggapan tidak memerlukan obat, dan kurangnya pengetahuan. Metode yang digunakan adalah *narrative review* dengan sumber jurnal penelitian dari Google Scholar dalam lima tahun terakhir (2019-2023). Hasil kajian menunjukkan pentingnya edukasi dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD. Metode audiovisual seperti video dan Youtube terbukti efektif, didukung oleh penelitian yang menunjukkan peningkatan kepatuhan dengan penggunaan media video *explanation* dan aplikasi pengingat minum tablet Fe (Edu-Anemia). Dukungan dari petugas kesehatan dan apoteker juga berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan. Disimpulkan bahwa edukasi yang inovatif dan dukungan yang baik sangat krusial dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi TTD.

Kata Kunci: Edukasi, Tablet Tambah Darah (TTD), Kepatuhan Remaja Putri

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 37,1%. Angka ini dipengaruhi oleh tingginya kejadian anemia pada remaja putri (25%) dan wanita usia subur (17%). Data Riskesdas juga menunjukkan peningkatan anemia pada remaja putri dari 37,1% (2013) menjadi 48,9% (2018), dengan prevalensi tertinggi pada kelompok usia 15-24 tahun dan 25-34 tahun.

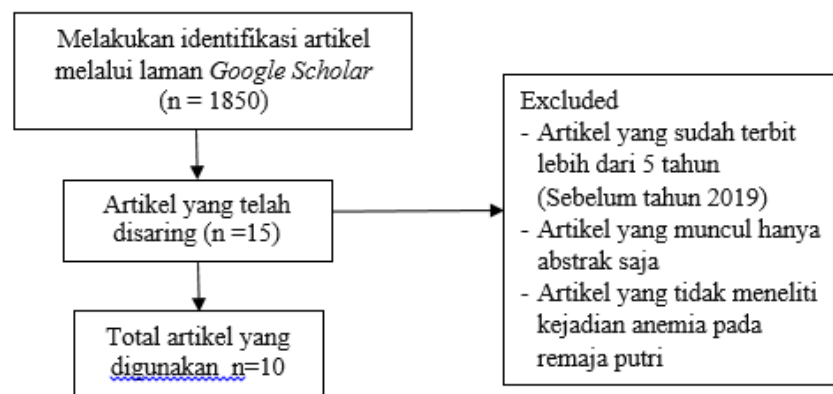
Kekurangan zat besi sering menjadi masalah kesehatan yang dihadapi remaja putri saat pubertas. Kondisi ini disebabkan oleh kehilangan zat besi yang signifikan selama menstruasi. Selain itu, kebutuhan zat besi meningkat selama masa pertumbuhan dan perkembangan, sehingga kurangnya asupan zat besi dapat memperburuk kondisi ini.

Remaja putri yang menderita anemia defisiensi besi dapat mengalami berbagai masalah kesehatan, seperti kelelahan yang berlebihan, penurunan daya tahan tubuh terhadap infeksi, penurunan kesehatan secara umum, serta kesulitan berkonsentrasi dan penurunan prestasi belajar. Selain menurunkan produktivitas, anemia defisiensi besi pada remaja juga meningkatkan risiko anemia saat kehamilan di kemudian hari. Anemia saat hamil dapat meningkatkan risiko keguguran, pendarahan saat persalinan, dan bayi lahir dengan berat badan rendah.

Salah satu upaya untuk mengatasi anemia defisiensi besi pada remaja adalah dengan meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Rendahnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD disebabkan oleh efek samping yang kurang menyenangkan setelah mengonsumsi TTD, anggapan bahwa mereka sehat sehingga tidak perlu mengonsumsi obat tersebut, serta kurangnya pengetahuan tentang bahaya anemia defisiensi besi pada usia remaja. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut dari berbagai studi mengenai peran edukasi terhadap kepatuhan remaja putri dalam penggunaan TTD.

2. METODE

Kajian ilmiah ini menggunakan metode *narrative review*, dengan sumber jurnal penelitian terkait kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Jurnal penelitian tersebut diperoleh dari Google Scholar dan dipilih yang terbit dalam lima tahun terakhir (2019-2023).



Gambar 1. Alur Penghimpunan Artikel

3. HASIL

Hasil penelusuran artikel menunjukkan adanya keselarasan dengan fokus penelitian, yakni hubungan antara tingginya angka anemia pada remaja putri dan sejauh mana mereka patuh dalam mengonsumsi tablet penambah darah, sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Ringkasan

No	Judul dan Peneliti	Design Penelitian	Hasil
1.	Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri (Anita Widiastuti, et al., 2019)	<i>Deskriptif</i>	Tingkat anemia pada siswi yang mengikuti program konsumsi TTD masih tergolong tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa kesadaran siswi dalam mengonsumsi TTD perlu ditingkatkan.
2.	Pengaruh Konseling Apoteker Terhadap <i>Outcome</i> Anemia Pada Siswi SMA yang menerima Program Suplementasi Zat Besi (Sisri Novita, et.al., 2020)	<i>Pretest posttest with control group design</i>	Intervensi konseling apoteker pada program suplementasi zat besi di kalangan siswi SMA di Puskesmas Mlati II menunjukkan pengaruh positif terhadap hasil anemia. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan kepatuhan ($p=0,020$) dan kadar hemoglobin ($p=0,042$).
3.	Pengetahuan dan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri (Nengah Runiari, et.al., 2020)	<i>Cros sectional</i>	- Mayoritas responden (44,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik. Sementara itu, 21,5% responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik. - Sebagian besar responden (58,4% atau 87 responden) menunjukkan tingkat kepatuhan yang rendah dalam mengonsumsi TTD. - Berdasarkan analisis Kendall Tau, diperoleh nilai p sebesar 0,03. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi TTD.
4.	Pengaruh <i>Explanation</i> Video Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Di SMPN 65 Jakarta Utara (Dhita Noverina, et.al 2019)	<i>Pretest-posttest control group</i>	Penggunaan video penjelasan terbukti memengaruhi pengetahuan dan kepatuhan remaja putri terkait konsumsi TTD dalam upaya pencegahan anemia.
5.	Pengaruh Media Audiovisual (Youtube) Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dalam Mencegah Anemia Remaja Di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Lasusua Dan Tiwu Kabupaten Kolaka Utara (Rusnayani, et.al. 2021)	<i>Quasy eksperimen.</i>	- Berdasarkan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank, kelompok intervensi menunjukkan nilai $p = 0,000$ dan kelompok kontrol nilai $p = 0,003$. Hasil ini mengindikasikan bahwa media audiovisual (Youtube) dapat memengaruhi kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia. - Berdasarkan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank, kelompok

			intervensi menunjukkan nilai $p = 0,000$ dan kelompok kontrol nilai $p = 0,003$. Hasil ini mengindikasikan bahwa media audiovisual (Youtube) dapat memengaruhi pengetahuan remaja putri dalam mengonsumsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia.
6.	Efektivitas Metode Ceramah Dan Diskusi Kelompok Terhadap Kepatuhan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (Linda Suryani, 2020)	<i>Nonivalent Control Group Design</i>	• Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD sebelum dan setelah dilakukan promosi kesehatan melalui kombinasi metode ceramah dan diskusi kelompok. • Metode diskusi kelompok terbukti menjadi cara promosi kesehatan yang paling efektif untuk mendorong remaja putri agar lebih patuh dalam mengonsumsi TTD.
7.	Efektivitas Edu-Anemia dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe di Pontianak (Alfi Syahrina, et.al. 2020)	<i>pre-test post-test control groups design</i>	• Penggunaan aplikasi Edu-Anemia pada kelompok intervensi menunjukkan peningkatan signifikan pada skor pengetahuan ($p=0,00$) dan tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe ($p=0,02$). • Hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p = 0,00$) dalam peningkatan pengetahuan antara kelompok yang menggunakan Aplikasi Edu-Anemia dan kelompok yang menerima penyuluhan melalui leaflet. • Aplikasi Edu-Anemia memberikan dampak positif terhadap pengetahuan remaja tentang anemia dan kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet Fe.
8	Pencegahan Anemia dengan Edukasi Konsumsi Tablet Tambah Darah dan <i>Infused Water</i> (Sitawati, et.al, 2023)	<i>pre test dan post test</i>	• Nilai rata-rata pengetahuan remaja sebelum diberikan edukasi adalah 29,87. Setelah diberikan edukasi, nilai rata-rata meningkat menjadi 82,33. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang anemia.
9	Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Siswi Remaja Mengonsumsi Tablet Fe	<i>Quasi eksperiment</i>	• Terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi pada pengetahuan dan kepatuhan responden. Nilai p untuk pengetahuan adalah 0,003 dan untuk kepatuhan adalah 0,004. • Berdasarkan nilai p-value pengetahuan sebesar 0,059 dan kepatuhan sebesar 0,083 pada kelompok kontrol, tidak

	(Samria dan Lina Fitriani, 2022)		ditemukan adanya hubungan antara pengetahuan siswi dengan kepatuhan mereka dalam mengonsumsi Tablet Fe sebelum maupun sesudah kegiatan penyuluhan kesehatan.
10.	Impact of nutrition education and counselling on nutritional status and anaemia among early adolescents: A randomized controlled trial (Michael Akenteng Wiafe, et.al., 2023)	<i>randomized controlled trial.</i>	• Tidak ada perbedaan signifikan ($p > 0,05$) antara kelompok penelitian dalam hal kekurangan berat badan, kadar hemoglobin, ferritin, dan asupan zat besi, kecuali untuk asupan vitamin C. • Terjadi peningkatan pada beberapa indikator, yaitu kekurangan berat badan, asupan hemoglobin rata-rata, zat besi dari makanan, dan vitamin C pada semua kelompok, kecuali ferritin. • Pada kelompok studi, parameter gizi menunjukkan perbedaan signifikan secara statistik ($p < 0,05$) antara sebelum dan sesudah intervensi, kecuali kadar ferritin pada kelompok intervensi. • Semua kelompok mengalami penurunan dalam prevalensi anemia, kadar ferritin, asupan zat besi, dan asupan vitamin C. Namun, penurunan ini sangat signifikan pada kelompok intervensi.

4. PEMBAHASAN

Studi yang dilakukan oleh Anita Widiastuti dan Rusmini (2019) mengungkapkan bahwa program konsumsi TTD di kalangan siswi belum sepenuhnya berhasil mengatasi masalah anemia. Hal ini diduga disebabkan oleh kurangnya kesadaran siswi dalam mengonsumsi TTD secara teratur. Beberapa kendala yang mungkin dihadapi siswi antara lain rasa mual, ketidaknyamanan dengan bau dan rasa TTD, rasa malas, serta anggapan bahwa konsumsi TTD tidak diperlukan (Ani et.,al 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Nengah Runiari dan Nyoman Hartati (2020) menunjukkan hasil serupa, di mana mayoritas responden (44,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik, namun sebagian besar (58,4%) kurang patuh dalam mengonsumsi TTD. Ketidakpatuhan remaja putri dalam menjalankan terapi menjadi salah satu penyebab utama kegagalan pengobatan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya TTD dalam mengurangi anemia defisiensi besi. Oleh karena itu, edukasi obat melalui konseling sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan dan keberhasilan terapi (Departemen Kesehatan RI, 2007).

Konseling antara pasien dan apoteker diharapkan dapat meningkatkan kualitas layanan kesehatan dan berdampak positif pada pasien serta apoteker. Bagi pasien, manfaatnya antara

lain adalah peningkatan kepatuhan terhadap pengobatan, pengurangan potensi kesalahan dalam penggunaan obat, meminimalisir efek samping obat yang tidak diinginkan, memastikan obat yang diresepkan efektif dan aman, serta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai penyakit yang diderita (Palaian dkk., 2006). Konseling terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi TTD. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sisri Novita, dkk. (2020) yang menunjukkan bahwa intervensi apoteker, serupa dengan konseling, juga meningkatkan kepatuhan dan kadar hemoglobin pada siswi SMA dalam program suplementasi zat besi (Sisri Novita, dkk 2020)

Perubahan perilaku dari tidak mengikuti aturan menjadi mengikuti aturan disebut kepatuhan. Dalam pelaksanaan program suplementasi zat besi harian, masalah kepatuhan menjadi kendala utama. Oleh karena itu, program suplementasi mingguan dapat menjadi solusi alternatif untuk mengatasi masalah kepatuhan tersebut. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan dalam penggunaan suplemen zat besi antara lain, sosialisasi sebelum memulai kegiatan melalui booklet atau tatap muka, pengiriman pesan singkat kepada peserta penelitian, dan konsumsi suplemen zat besi di hadapan petugas (Adawiyani, 2013; Nurdhiani et al, 2017).

Berdasarkan penelitian, ditemukan bahwa penggunaan media edukasi berpengaruh terhadap tingkat kepatuhan siswi remaja dalam mengonsumsi TTD (Tablet Tambah Darah). Salah satu media yang digunakan adalah media audiovisual, yang menggabungkan unsur visual dan suara, seperti video, film, dan slide suara (Rusnayani, dkk 2021).

Penggunaan media video *explanation* dalam kelompok intervensi, sebagaimana diteliti oleh Dhita Noverina, Lintang Purwara D, dan Laras Sitoayu (2020), terbukti secara signifikan meningkatkan kepatuhan penggunaan suplemen zat besi. Hal ini didukung oleh uji statistik non-parametrik Wilcoxon dengan nilai $p=0,0001$. Penelitian Rusnayani, Syafar, dan Rifai (2021) menunjukkan peningkatan signifikan pada kepatuhan remaja setelah mengikuti intervensi di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Lasusua, Kolaka Utara. Hal ini dibuktikan dengan nilai $p = 0,003$ dan mean 10,50.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Alfi Syahrina, Jurianto Gambir, dan Yanuarti Petrika (2020) menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi dapat menjadi cara efektif untuk meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet zat besi. Aplikasi Edu-Anemia, misalnya, berfungsi sebagai pengingat bagi penggunaanya untuk minum tablet Fe secara teratur. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan kepatuhan kelompok yang menggunakan aplikasi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima penyuluhan dan kartu kontrol (Alfi S, et.,al 2020).

5. KESIMPULAN

Pentingnya peran edukasi dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri membutuhkan metode yang inovatif dan tidak membosankan. Metode audiovisual, seperti video dan Youtube, terbukti efektif. Selain itu, dukungan dari petugas kesehatan dan apoteker juga krusial dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi TTD.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyani, R. (2013). Pengaruh pemberian booklet anemia terhadap pengetahuan, kepatuhan minum tablet tambah darah dan kadar hemoglobin ibu hamil. *Calyptra*, 2(2), 1–20.
- Departemen Kesehatan RI. (2007). *Pedoman konseling pelayanan kefarmasian di sarana kesehatan*. Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik Direktorat Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan.
- Noverina, D., et al. (2019). Pengaruh explanation video terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMPN 65 Jakarta Utara. *Darussalam Nutrition Journal*, 4(1), 35–43.
- Novita, S., et al. (2020). Pengaruh konseling apoteker terhadap outcome anemia pada siswi SMA yang menerima program suplementasi zat besi. *Majalah Farmaseutik*, 18(2), 179–186.
- Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2017). Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 12(3), 153–160. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.153-160>
- Palaian, S., Prabhu, M., & Shankar, P. R. (2006). Patient counseling by pharmacist – A focus on chronic illness. *Pakistan Journal of Pharmaceutical Sciences*, 19, 65–72.
- Runiari, N., et al. (2020). Pengetahuan dan kepatuhan minum tablet tambah darah pada remaja putri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(2).
- Rusnayani, et al. (2021). Pengaruh media audiovisual (YouTube) terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dalam mencegah anemia remaja di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Lasusua dan Tiwu Kabupaten Kolaka Utara. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan dan Kandungan*.
- Samria, & Fitriani, L. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan dan kepatuhan siswi remaja mengonsumsi tablet Fe. *JKA (Jurnal Keperawatan Abdurrahman)*, 5(2).
- Sitawati, et al. (2023). Pencegahan anemia dengan edukasi konsumsi tablet tambah darah dan infused water. *JAI: Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 2(2). <https://doi.org/10.37294>
- Suryani, L. (2020). Efektivitas metode ceramah dan diskusi kelompok terhadap kepatuhan remaja mengonsumsi tablet tambah darah. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(1).

- Syahrina, A., et al. (2020). Efektivitas Edu-Anemia dalam peningkatan pengetahuan dan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe di Pontianak. *Jurusan Gizi*.
- Wiafe, M. A., et al. (2023). Impact of nutrition education and counselling on nutritional status and anaemia among early adolescents: A randomized controlled trial. *Journal of Human Nutrition & Metabolism*.
- Widiastuti, A., et al. (2019). Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Jurnal Sains Kebidanan*.