

## **GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA SISWI SMPN 11 DENPASAR**

*(Description of Knowledge, Attitude and Behavior of Added Blood Tablet Consumption in Students of SMPN 11 Denpasar)*

**Komang Ayu Purnama Dewi\*, Ni Made Nurtini\*\*, Ni Putu Riza Kurnia I\*\*\***

*\*)\*\*\*)\*\*\*)*ITEKES Bali dan Jl. Tukad balian No. 180

Email: ayupurnama.stikesbali@gmail.com

### **ABSTRAK**

**Pendahuluan** : Remaja putri pada masa pubertas sangat berisiko mengalami anemia gizi besi. Hal ini disebabkan banyaknya zat besi yang hilang selama menstruasi (WHO, 2011; 2016). SMPN 11 Denpasar merupakan salah satu SMPN di kota Denpasar yang terpapar oleh “Gerakan Jum’at dengan Pil Pintar, Sehat dan Cantik (Gemar Tersyantik)”. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada siswi SMPN 11 Denpasar.

**Metodologi** : Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sampel: siswi SMPN 11 Denpasar yang memenuhi kriteria inklusi. Besar sampel 171 orang dengan teknik pengambilan sampel *simple ramdom sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner.

**Hasil** : Sebagian besar siswi memiliki pengetahuan yang baik(88/51,46%) karena sudah melakukan penginderaan melalui membaca atau mendengarkan informasi tentang konsumsi tablet tambah darah yang dapat diakses dari berbagai media. Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan adalah hasil penginderaan seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Sebagian besar siswi memiliki sikap positif (93/54,39%) tentang konsumsi tablet tambah darah yang merupakan respon tertutup dari penginderaan yang telah dilakukan tentang konsumsi tablet tambah darah, yaitu berupa penyuluhan atau informasi dari media massa. Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus (Notoatmodjo, 2010). Sebagian besar siswi memiliki perilaku yang baik (88/51,46%).karena adanya stimulus yang baik tentang konsumsi tablet tambah darah seperti adanya akses informasi melalui media massa atau penyuluhan.Skinner dalam Notoadmodjo (2010) menyatakan perilaku merupakan reaksi seseorang terhadap stimulus.

**Kata kunci** : Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Tablet Tambah Darah

### **ABSTRACT**

**Background** : Adolescent girls at puberty are very at risk of developing iron deficiency anemia. This is due to the large amount of iron lost during menstruation (WHO, 2011; 2016). SMPN 11 Denpasar is one of the middle school in Denpasar which is exposed to the "Friday Smart pills, Healthy and Beauty (Gemar Tersyantik)". This study aims to describe the knowledge, attitudes and behavior of consuming blood-supplemented tablets in SMPN 11 Denpasar students.

**Method** : This study is a descriptive study. Sample: SMPN 11 Denpasar students who meet the inclusion criteria. The sample size was 171 people with simple random sampling tech-

technique. The data collect by questionnaire.

**Results :** Most of the students have good knowledge (88 / 51.46%) because they have sensed them through reading or listening to information about the consumption of blood-added tablets which can be accessed from various media. According to Notoatmodjo (2010), knowledge is the result of a person's sensing of an object through his senses. Most of the students had a positive attitude (93 / 54.39%) about the consumption of blood supplemented tablets which was a closed response from the sensing that had been done about the consumption of blood supplemented tablets, namely in the form of counseling or information from the mass media. Attitude is a reaction or response that is still closed from a person to a stimulus (Notoatmodjo, 2010). Most of the students had good attitudes (88 / 51.46%) due to a good stimulus regarding the consumption of blood-added tablets, such as access to information through mass media or counseling. Skinner in Notoadmodjo (2010) states that behavior is a person's reaction to a stimulus.

**Keywords :** Knowledge, Attitude, Behavior, Blood Tablets

## PENDAHULUAN

Salah satu masalah yang dihadapi remaja Indonesia adalah masalah gizi mikronutrien, yakni sekitar 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan mengalami anemia, yang sebagian besar diakibatkan kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi). Anemia di kalangan remaja perempuan lebih tinggi dibanding remaja laki-laki (Depkes RI, 2018).

Anemia gizi besi menjadi salah satu penyebab utama anemia, diantaranya karena asupan makanan sumber zat besi yang kurang. WHO (2005), menunjukkan bahwa asupan total zat besi pada anak perempuan usia 10–12 tahun yang menderita anemia hanya sebesar 5,4 mg/hari, lebih rendah daripada kebutuhan perhari sebesar 20 mg/hari sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2013. Angka ini menunjukkan bahwa asupan total zat besi pada remaja tersebut hanya sekitar 25% dari AKG.

Remaja putri (rematri) pada masa pubertas sangat berisiko mengalami anemia gizi besi. Hal ini disebabkan banyaknya zat besi yang hilang selama menstruasi. Selain itu diperburuk oleh kurangnya asupan zat besi, dimana zat besi pada remaja putri sangat dibutuhkan tubuh untuk percepatan pertumbuhan dan perkembangan. (WHO, 2011; 2016).

Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas. Secara khusus anemia yang dialami rematri akan berdampak lebih serius, mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi, sehingga memperbesar risiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur dan berat bayi lahir rendah (BBLR). Rematri yang

menderita anemia ketika menjadi ibu hamil berisiko melahirkan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) dan *stunting*. Namun Hatma.Z (2014), mengatakan bahwa masih banyak persepsi keliru tentang anemia gizi di kalangan remaja putri.

Anemia dapat dihindari dengan konsumsi makanan tinggi zat besi, asam folat, vitamin A, vitamin C dan zink, dan pemberian tablet tambah darah (TTD). Sesuai rekomendasi WHO tahun 2011, upaya penanggulangan anemia pada rematri dan WUS difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi, suplementasi TTD. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan RI tahun 2015-2019 menargetkan cakupan pemberian TTD pada rematri secara bertahap dari 10% (2015) hingga mencapai 30% (2019). Diharapkan sektor terkait ditingkat pusat dan daerah mengadakan TTD secara mandiri sehingga intervensi efektif dengan cakupan dapat dicapai hingga 90% (*The Lancet Series Maternal and Child Nutrition*, 2013).

Pemerintah kota Denpasar melalui surat edaran walikota Denpasar tentang pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan wanita usia subur untuk meningkatkan status gizi rematri yang dapat memutuskan mata rantai terjadinya *stunting*, mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal dalam persiapan generasi yang sehat berkualitas dan produktif. Untuk itu diinstruksikan “Gerakan Jum’at dengan Pil Pintar, Sehat dan Cantik (Gemar Tersyantik)” bagi siswi SMP dan SMA Negeri/Swasta di kota Denpasar (Dinkes Kota Denpasar, 2018).

SMPN 11 Denpasar merupakan salah satu SMPN yang ada di kota Denpasar yang telah terpapar oleh Gemar Tersyantik secara

rutin dibawah puskesmas pembantu Serangan. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada siswi SMPN 11 Denpasar.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian akan dilaksanakan di SMPN 11 Denpasar pada bulan Mei 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi SMPN 11 Denpasar yang berjumlah 476 orang. Sampelnya yaitu siswi SMPN 11 Denpasar yang memenuhi kriteria inklusi.

1. Kooperatif
  2. Siswi yang sudah mengalami menstruasi
  3. Siswi yang mengisi form
- Dan Kriteria eksklusi: siswi yang telah diketahui dengan penyakit kronis Besar sampel dengan rumus:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q}{d^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Sehingga di dapatkan jumlah sampel yang didapatkan adalah sebanyak 171 orang. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan simple random sampling.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner data demografi dan kuesioner pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi tablet tambah darah. Setelah mendapatkan ijin untuk melakukan penelitian, peneliti melakukan penelitiannya menggunakan kuesioner dalam bentuk googleform yang telah disiapkan. Data dianalisa seacara deskriptif menggunakan tabel distribusi frekuensi Dalam penelitian, banyak hal yang harus dipertimbangkan, tidak hanya metode, desain, dan yang lainnya, tetapi ada hal yang sangat penting dan krusial yang harus diperhatikan oleh peneliti yaitu ethical principles.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Tabel 1. : Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur (n=171)

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persen (%)
Umur		
12 tahun	52	30,41
13 tahun	48	28,07
14 tahun	51	29,82
15 tahun	20	11,70
Total	171	100

Berdasarkan informasi yang ditampilkan pada tabel 1 karakteristik responden berdasarkan umur terbanyak umur 12 tahun (52/30,41%) dan paling sedikit umur 15 tahun (20/11,69).

### Hasil Penelitian

Dari penelitian yang dilakukan di SMPN 11 Denpasar, dapat disajikan data sebagai berikut:

- a. Pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah

Tabel 2 : Distribusi pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah (n=171)

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persen (%)
Baik	88	51,46
Cukup	83	48,54
Kurang	0	0

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik (88/51,46%) dan tidak ada responden yang memiliki pengetahuan kurang.

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Jawaban Responden pada Kuesioner Pengetahuan tentang Konsumsi Tablet Tambah darah

Pernyataan	Benar	
	f	%
Konsumsi tablet tambah darah pada remaja bertujuan untuk mencegah anemia	171	100
Tablet tambah darah dikonsumsi oleh remaja minimal 1 kali dalam seminggu	165	96,49
Buah-buahan sumber vitamin C seperti jeruk, papaya, mangga dan lain-lain dapat meningkatkan penyerapan zat besi	160	93,57

Pernyataan	Benar	
	f	%
Konsumsi obat maag dapat menghambat penyerapan zat besi	114	66,67
Efek samping mengkonsumsi tablet tambah darah adalah mual	106	61,99
Tablet tambah darah sebaiknya dikonsumsi pada pagi hari	73	42,69
Sebaiknya tablet tambah darah dikonsumsi dengan air teh atau kopi	148	86,55
Mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur dapat menurunkan daya tahan tubuh	147	85,96
Susah buang air besar merupakan salah satu efek samping konsumsi tablet tambah darah	35	20,47
Vitamin K merupakan vitamin yang membantu penyerapan zat besi	54	31,58
Konsumsi tablet tambah darah dapat meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh	155	90,64
Mengonsumsi tablet tambah darah sebaiknya pada saat perut kosong	122	71,35
Tablet kalsium dapat menghambat penyerapan zat besi	61	35,67
Sumber protein hewani seperti hati, ikan dan daging dapat membantu penyerapan zat besi	155	90,64
Selain mengonsumsi tablet tambah darah, remaja juga perlu mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi	170	99,42

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa semua responden (100%) mengetahui

Sikap	Frekuensi (f)	Persen (%)
Positif	93	54,39
Negatif	78	45,61

tujuan mengkonsumsi tablet tambah darah.

#### B. Sikap tentang konsumsi tablet tambah darah

Tabel 4 : Distribusi sikap tentang konsumsi tablet tambah darah (n=171)

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif yaitu (93/54,39%).

#### C. Perilaku konsumsi tablet tambah darah

Tabel 5 : Distribusi perilaku konsumsi tablet tambah darah (n=171)

Perilaku	Frekuensi (f)	Persen (%)
Baik	88	51,46
Tidak baik	83	48,54

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku baik yaitu (88/51,46%).

#### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar siswi SMPN 11 Denpasar memiliki pengetahuan yang baik tentang konsumsi tablet tambah darah karena sudah melakukan penginderaan melalui membaca atau mendengarkan informasi tentang hal tersebut. Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Pada zaman seperti sekarang ini sudah banyak media sosial yang dapat diakses untuk mendapatkan berbagai informasi termasuk informasi tentang konsumsi tablet tambah darah. Hal ini didukung oleh jawaban responden yang menunjukkan bahwa semua responden (100%) mengetahui tujuan mengkonsumsi tablet tambah darah.

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan, karena usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia maka semakin berkembang daya tangkap dan pola pikir sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik (Riyanto, BA, 2013). Pada penelitian ini sebagian besar responden berusia 12 tahun, pada usia ini daya tangkap dan pola pikir sedang berkembang sehingga pengetahuan responden tentang konsumsi tablet tambah darah sebagian besar baik.

Pada penelitian ini sebagian besar siswi memiliki sikap positif tentang konsumsi tablet tambah darah yang merupakan respon/stimulus dari penginderaan yang telah dilakukan tentang konsumsi tablet tambah darah, yaitu berupa penyuluhan yang dilakukan oleh pukesmas atau informasi dari media sosial. Menurut Notoatmodjo (2010) sikap (attitude) merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap

stimulus atau obyek. Hal ini didukung oleh jawaban pada kuesioner yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengatakan (71,93%) tidak setuju dan (11,11%) sangat tidak setuju bahwa tidak perlu mengkonsumsi tablet tambah darah karena cadangan zat besi di tubuhnya sudah cukup.

Sikap yang dimiliki oleh responden ini juga dipengaruhi oleh beberapa hal sesuai yang dikatakan Notoatmodjo (2010) yang mempengaruhi sikap adalah pengalaman pribadi, media massa, lembaga pendidikan, pengaruh budaya dan orang lain.

Pada penelitian ini sebagian besar siswi memiliki perilaku konsumsi tablet tambah darah yang baik karena adanya stimulus/rangsangan yang baik tentang konsumsi tablet tambah darah seperti adanya akses informasi melalui media massa atau penyuluhan. Menurut Skinner dalam Notoadmodjo (2010) menyatakan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus. Hal ini sesuai juga dengan faktor yang mempengaruhi perilaku adalah lingkungan fisik. Jadi adanya perilaku konsumsi tablet tambah darah yang baik pada responden karena tersedianya fasilitas informasi seperti media massa dan juga pelayanan kesehatan yang memberikan penyuluhan tentang konsumsi tablet tambah darah. Didukung oleh jawaban pada kuesioner yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengatakan (88,30%) sangat tidak setuju dan (8,19%) tidak setuju bahwa meminum tablet tambah darah dengan teh.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Sebagian besar siswi SMPN 11 Denpasar memiliki pengetahuan yang baik tentang konsumsi tablet tambah darah karena sudah melakukan penginderaan melalui membaca atau mendengarkan informasi tentang tablet tambah darah. sebagian besar siswi memiliki sikap positif tentang konsumsi tablet tambah darah yang merupakan respon/stimulus dari penginderaan yang telah dilakukan tentang konsumsi tablet tambah darah, yaitu berupa penyuluhan yang dilakukan oleh Puskesmas atau informasi dari media sosial. sebagian besar siswi memiliki perilaku konsumsi tablet tambah darah yang baik karena adanya

stimulus/rangsangan yang baik tentang konsumsi tablet tambah darah seperti adanya akses informasi melalui media massa atau penyuluhan.

### **Saran**

institusi pendidikan dan pelayanan kesehatan memfasilitasi dalam akses informasi tentang tablet tambah darah dengan memberikan penyuluhan dan terus mengaktifkan gerakan gemar tersyantik untuk tetap memotivasi siswa dalam mengkonsumsi tablet tambah darah

## **KEPUSTAKAAN**

- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2018). Laporan Tahunan. Denpasar
- Hatma Z dkk. (2014). Persepsi Tentang Anemia Gizi Pada Remaja Putri Penderita Anemia Di SMAN 10 Makasar
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putrid an Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta
- (2018). Kenali Masalah Gizi yang Ancam Remaja di Indonesia. Diakses tanggal 20 Nopember 2019 di [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)
- Notoadmodjo, S. (2010). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Riyanto, B.A. (2013). Kapita Selekta Kuisisioner: Pengetahuan dan Sikap. Jakarta: Salemba Medik
- The Lancet Series Maternal and Child Nutrition. (2013).
- WHO. (2005). Vitamin and Mineral Nutrition Information System (VMNS). WHO Global Database on Anemia. Available download at [http://www.who.int/vmnis/anemia/data/database/countries/idn\\_ida.pdf](http://www.who.int/vmnis/anemia/data/database/countries/idn_ida.pdf)
- (2011). Prevention of Iron Deficiency Anaemia in Adolescent: Role of Weekly Iron and Folic Acid Supplementation. Geneva: World Health Organization.
- (2016). Guideline: Daily iron Supplementation in Adult Women and Adolescent Girls. Geneva: World Health Organization.