

# PENGARUH MINUM TABLET FE TERHADAP ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI DESA PACOR KECAMATAN KUTOARJO KABUPATEN PURWOREJO

Nurma Ika Zuliyanti<sup>1</sup>, Cut Denata Maisyina<sup>2</sup>, Diah Ayu Pangesti<sup>3</sup>

Prodi D3 Kebidanan, Institut Teknologi Bisnis Dan Kesehatan Bhakti Putra Bangsa Indonesia

[nurmaakbidpurjo@gmail.com](mailto:nurmaakbidpurjo@gmail.com)

## ABSTRAK

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dikarenakan masih banyaknya remaja putri yang tidak terbiasa mengonsumsi tablet Fe. Hasil survei pendahuluan pada remaja putri di Desa Pacor menunjukkan masih rendahnya kepatuhan minum tablet Fe sehingga perlu diberikan vitamin yaitu tablet Fe untuk mencegah terjadinya anemia. Untuk mengetahui Pengaruh Minum Tablet Fe Terhadap Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo. Penelitian ini menggunakan rancangan *Preeksperimental* dengan *Rancangan One Grup Pretest – Posttes*. Populasi dalam penelitian ini sejumlah 184 remaja putri. Penentuan jumlah sampel menggunakan *rumus slovin* diperoleh sampel 36. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive sampling*. Waktu penelitian pada bulan November 2025. Analisis data menggunakan *Uji Normalitas*, selanjutnya *Uji kolmogorov-smirnov* dan *shapiro-wilk*, dan *Uji Paired t-Test*. Hasil analisis data diperoleh nilai *t* sebesar -7,246 dan probabilitasnya sebesar 0,000 (lebih kecil dari *alfa* 0,05). Terdapat pengaruh minum tablet Fe terhadap kejadian anemia di Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo. Diharapkan remaja putri untuk disiplin meminum Tablet Fe sesuai dengan jumlah yang dianjurkan serta dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia.

**Kata Kunci** : Pengaruh, Tablet Fe, Remaja Putri, Anemia

## ABSTRACT

*The high incidence of anemia in adolescent girls is due to the fact that there are still many adolescent girls who are not used to consuming Fe tablets. The results of a preliminary survey among young women in Pacor Village show that compliance with taking Fe tablets is still low, so they need to be given vitamins, namely Fe tablets, to prevent anemia. To determine the effect of taking Fe tablets on anemia in young women in Pacor Village, Kutoarjo District, Purworejo Regency. This research used a pre-experimental design with a One Group Pretest - Posttest design. The population in this study was 184 young women. Determining the number of samples using the Slovin formula obtained a sample of 36. The sampling technique used purposive sampling technique. The research time was from 26 May to 9 June 2025. Data analysis used the Normality Test, then the Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk tests, and the Paired t-Test. The results of data analysis obtained a *t* value of -7.246 and a probability of 0.000 (smaller than *alpha* 0.05). There is an effect of taking Fe tablets on the incidence of anemia in Pacor Village, Kutoarjo District, Purworejo Regency. It is hoped that young women will be disciplined in taking Fe tablets according to the recommended amount and can increase teenagers' knowledge about anemia.*

**Keywords** : Influence, Fe Tablets, Young Women, Anemia

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan. Khususnya pada remaja putri yang memerlukan perhatian khusus dalam hal kesehatan karena kebutuhan zat besi yang meningkat. Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari nilai normal. Anemia dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu jumlah asupan makanan atau penyerapan diet yang buruk, infeksi cacing, penyakit infeksi, menstruasi berlebihan. Kurangnya asupan zat besi merupakan faktor terbesar dari timbulnya kejadian anemia defisiensi besi (Dewi, 2021).

Berdasarkan data Kemenkes (2019), Prevalensi anemia di Indonesia untuk kelompok usia 15-24 tahun pada tahun 2018 mencapai angka 32% yang menderita anemia (Marliyati et al., 2023). Persentase prevalensi anemia di Provinsi Jawa Tengah yaitu 57,7% dan masih menjadi masalah kesehatan (Dwicahyani, 2023). Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Purworejo tahun 2015 total remaja yang mengalami kejadian anemia di purworejo sebanyak 30% (Zuliyanti, 2017). Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dikarenakan masih banyaknya remaja putri yang tidak terbiasa mengonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran dalam mengonsumsi tablet Fe saat menstruasi masih rendah (Fariningsih & Nurlela, 2022).

Berdasarkan dari studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo

Kabupaten Purworejo terdapat 14 RT dan 6 RW dengan total 184 remaja putri. Di RT 01 RW 02 terdapat 15 remaja putri, 9 remaja putri mengalami anemia ringan, 3 remaja putri mengalami anemia sedang dan 3 remaja putri tidak mengalami anemia. Adanya kejadian anemia ini disebabkan karena remaja putri di Desa Pacor tidak rutin mengonsumsi Tablet Fe dengan alasan merasa bosan, malas, lupa dan sedang menstruasi. Berdasarkan masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul Pengaruh Minum Tablet Fe Terhadap Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo Tahun 2025.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian menggunakan rancangan *Preeksperimental* dengan *Rancangan One Grup Pretest – Posttest*, dengan jumlah populasi 184 responden, sampel yang digunakan 36 responden dengan menggunakan teknik *sampling purposive sampling*. Waktu penelitian pada bulan November 2025. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dengan melakukan tes Hb pada responden sedangkan data sekunder menggunakan data yang diperoleh dari kantor Desa Pacor, kemudian analisis data menggunakan *uji Paired T-Test*, tetapi sebelum dilakukan uji *Paired T-Test* dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* dan uji *shapiro-wilk* untuk mengetahui datanya

normal atau tidak. Setelah didapatkan hasil uji normalitas data, maka selanjutnya proses uji statistik dilakukan dengan uji alternatif yaitu uji *Wilcoxon* dengan SPSS.

## HASIL DAN BAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan umur dapat dijelaskan bahwa jumlah remaja putri umur 10-15 tahun 12 orang (33,3%), umur 16-18 tahun 16 orang (44,4%) dan umur 19-20 tahun 8 orang (22,2%). Hasil penelitian pada disitribusi frekuensi karakteristik berdasarkan tingkat pendidikan dapat dijelaskan bahwa jumlah remaja putri yang berpendidikan SD 4 orang (11,1%), SMP 8 orang (22,2%), SMA/SMK 16 orang (44,4%) dan PT/Kerja 8 orang (22,2%). Data terkait karakteristik responden ini sesuai dengan teori menurut (Sukmawati, 2023). Sangat disarankan bagi peneliti untuk mengumpulkan data responden seperti usia, jenis kelamin, ras/suku, tingkat pendidikan, dan juga tingkat pendapatan/ekonomi. Informasi ini nantinya dapat digunakan oleh peneliti saat memaparkan ataupun menyajikan hasil penelitian dan dapat juga dipakai untuk memahami karakteristik responden yang dapat mewakili populasi penelitian.

Hasil penelitian pada distribusi kejadian anemia sebelum diberikan tablet fe dapat dijelaskan bahwa kejadian anemia sebelum diberikan tablet Fe yaitu dengan kategori anemia ringan 13 orang (36,1%), anemia sedang 9 orang (25,0%) dan tidak anemia 14

orang (38,9%). Dan hasil parameter kategori diatas dapat dijelaskan bahwa minum tablet Fe sebelum diberikan tablet Fe yaitu dengan kategori minum 14 orang (38,9%) dan tidak minum 22 orang (61,1%). Hal ini berarti tingkat kejadian anemia pada remaja putri di wilayah Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo Tahun 2025 secara umum kejadian anemia di desa tersebut masih banyak disebabkan karena remaja putri di desa tersebut masih sering lupa, malas, dan mual saat ditanya alasannya. Hal ini sesuai dengan teori menurut (Izzati dkk, 2021) menyebutkan bahwa ketidakrutinan mengonsumsi Tablet Fe disebabkan karena rasa bosan, malas, dan lupa. Maka dari itu remaja putri dapat mengalami gejala anemia sesuai dengan teori (Andika, 2022) akan mengalami keadaan cepat lelah, pucat (kulit, bibir, gusi, mata, kulit kuku, dan telapak tangan), jantung berdeyut kencang saat melakukan aktivitas ringan, napas tersengal/ pendek saat melakukan aktivitas ringan, nyeri dada, pusing dan mata kerkunang, cepat marah, tangan dan kaki dingin atau mati rasa dan mudah mengantuk.

Hasil penelitian pada Distribusi Kejadian Anemia Setelah Diberikan Tablet Fe dapat dijelaskan bahwa kejadian anemia sesudah diberikan Tablet Fe yaitu dengan kategori anemia ringan 5 orang (13,9%), anemia sedang 0 orang (0 %) dan tidak anemia 31 orang (86,1%). Dan hasil parameter kategori diatas dapat dijelaskan bahwa minum tablet Fe setelah diberikan tablet Fe yaitu dengan kategori minum 31 orang (86,1%) dan

tidak minum 5 orang (13,9%). Hal ini berarti tingkat kejadian anemia pada remaja putri di wilayah Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo Tahun 2025 secara umum kejadian anemia di desa tersebut berkurang. Hal ini berkaitan dengan pentingnya mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri secara rutin dapat dibuktikan dengan adanya hasil pemeriksaan Hb yang meningkat. Hal ini berkaitan dengan teori menurut (Andika, 2022) menyatakan bahwa apabila Tablet Fe diminum sesuai aturan pakai seminggu sekali bagi remaja putri yang tidak menstruasi dan dianjurkan minum satu tablet per hari setiap hari selama menstruasi maka bermanfaat penting dalam pembentukan hemoglobin di tubuh sehingga dapat membantu mengatasi anemia saat menstruasi, hamil, menyusui, masa pertumbuhan dan setelah mengalami pendarahan.

Hasil analisis Bivariat menggunakan uji *Paired T-Test* dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu menggunakan uji *kolmogorov-smirnov* dan uji *shapiro-wilk* untuk mengetahui datanya normal atau tidak. Hasil uji normalitas Pre Test dan Post Test. Diperoleh nilai signifikan dari uji *kolmogorov-smirnov* Pre Test  $< ,001$  dan Post Test 0,035 terdapat selisih 0,034. Diperoleh nilai Signifikan dari uji *shapiro-wilk* Pre Test 0,027 dan Post Test 0,314 terdapat selisih 0,278. Hasil statistik deskriptif pre test dan post test. Diperoleh rata-rata sebelum diberikan Tablet Fe sebesar 116,08 dan rata-rata setelah diberikan Tablet Fe sebesar 122,22 Selisih

antara pre test dan post test sebesar 6,14. Hasil korelasi antara pre test dan post test. Diperoleh nilai signifikan sebesar  $,001 < 0,05$  sehingga terdapat pengaruh Hb sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe. Dari hasil *Paired Samples Test* diperoleh nilai sig (2-tailed) sebesar  $,001 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh minum tablet Fe terhadap anemia remaja putri di Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo.

Dari hasil analisis bivariat didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan tingkat pengaruh minum responden sebelum diberikan tablet Fe dan sesudah diberikan tablet Fe. Perbedaan tingkat pengaruh minum ditunjukkan dengan rata-rata pre test 116,08 dan rata-rata post test 122,22. Rata-rata nilai pengaruh minum mengalami peningkatan sebesar 6,14.

Hasil analisa menunjukkan perbedaan pengaruh minum responden sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe dengan nilai  $t : -7,246$  dan probabilitas : 0,000 dengan taraf signifikan 0,05. Sehingga dihasilkan  $0,001 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga pengaruh minum tablet Fe memberikan peningkatan terhadap kadar hemoglobin. Salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan hasil hemoglobin yaitu dengan pemberian tablet Fe pada remaja putri sebagai pengganti zat besi yang hilang bersama darah pada wanita dan remaja putri saat menstruasi serta dapat meningkatkan status gizi kesehatan pada remaja putri (Andika, 2022).

## KESIMPULAN

Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi  $0,001 < 0,05$ , maka disimpulkan bahwa ada pengaruh minum Tablet Fe terhadap anemia pada remaja putri di Desa Pacor, Kecamatan Kutoarjo, Kabupaten Purworejo diperoleh rata-rata sebelum diberikan Tablet Fe sebesar 116,08 dan rata-rata setelah diberikan Tablet Fe sebesar 122,22 dengan kenaikan selisih sebesar 6,14 dan dapat diartikan bahwa ada kenaikan hemoglobin pada remaja putri setelah minum tablet Fe.

## SARAN

1. Bagi Remaja Putri Di Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo, diharapkan remaja putri untuk disiplin meminum Tablet Fe sesuai dengan jumlah yang dianjurkan serta dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia.
2. Bagi Kader Di Desa Pacor Kecamatan Kutoarjo Kabupaten Purworejo, diharapkan dapat meningkatkan SDM tentang pengetahuan pelayanan kesehatan khususnya pada remaja putri untuk dilakukannya pencegahan dan penanggulangan anemia serta adanya penatalaksanaan pemeriksaan Hb rutin di Desa pacor, Kecamatan Kutoarjo, Kabupaten Purworejo.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, dari hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai

sumber referensi dan peneliti selanjutnya dapat menyempurnakan serta mengembangkan penelitian ini dengan metode penelitian lain sehingga proses penelitian bisa lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Admin. (2014). *Pengertian Pengaruh Menurut Para Ahli*. 2014.  
<https://dilihatya.com/2236/pengertian-pengaruh-menurut-para-ahli>
- Afina, A. dkk. (2021). Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi bagi Remaja. *Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2021 Pengembangan Ekonomi Bangsa Melalui Inovasi Digital Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 279–288.
- Andika. (2022). *Hubungan Pengetahuan Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 11 Lubuk Durian Kabupaten Bengkulu Utara* (1st ed.). Poltekkes Kemenkes Bengkulu Utara. <https://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/1479/1/andika.kti.pdf>
- Dewi, N. M. Y. (2021). *Pola Konsumsi dan Kepatuhan Mnegkonsumsi Tablet Tambah Darah Dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*. Poltekkes Denpasar.
- Dwicahyani, M. (2023). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Konsumsi Tablet Fe pada saat Menstruasi dengan Anemia di SMP N 3 Kismantoro. NBER Working Papers*. <http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/4284>
- Ekasari, R. (2023). *Metodologi Penelitian* (1st ed.). AE Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=BUrEAAAQBAJ>
- Fadelina, A. N. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Manfaat Konsumsi Tablet Tambah Darah pada saat Menstruasi di Desa Lawatan Rw 04. *Politeknik Harapan Bersama*,

- x(09), 1–5.
- Fariningsih, E., & Nurlela, S. (2022). *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap*. 3(1), 9–15.
- Fentia, L. (2020). *FAKTOR RISIKO GIZI KURANG PADA ANAK USIA 1-5 TAHUN DARI KELUARGA MISKIN*. Penerbit NEM.  
<https://books.google.co.id/books?id=gAMHEAAAQBAJ>
- Irmawati & Nurhaedah. (2019). *Bahan Ajar Kesehatan Lingkungan : Metodologi Penelitian* (1st ed.). Kementerian Kesehatan RI.  
<https://books.google.co.id/books?id=2HTLEAAAQBAJ>
- Izzati dkk. (2021). Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil di Puskesmas Margasari. *Jurnal Kebidanan*, 1(1), 156–165.
- Kurniawan, H. dkk. (2024). *Buku Ajar Statistika Dasar* (1st ed.). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.  
<https://books.google.co.id/books?id=FXD7EAAAQBAJ>
- Marliyati, S. A., Aries, M., & Nurdiani, R. (2023). Dampak Ketidakpatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Terhadap Kejadian Anemia Di Kabupaten Cirebon. *Departemen Gizi Masyarakat, FEMA, IPB*, 1(11), 1–10.
- Pribadi, R. G. & S. N. Q. (2021). *Analisis Pendapatan Usahatani Tembakau Bermitra : Studi Kasus: Desa Kebonagung Kecamatan Ploso Kabupaten Jombang* (1st ed.). Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas KH. A. Wahab Hasbullah.  
<https://books.google.co.id/books?id=34h-EAAAQBAJ>
- Reza. (2018). Tinjauan Pustaka. In 2018. UNIMAR AMNI Semarang.  
[http://repository.unimar-amni.ac.id/4140/2/BAB 2.pdf](http://repository.unimar-amni.ac.id/4140/2/BAB%202.pdf)
- Siyoto, S. & A. S. (2015). *DASAR METODOLOGI PENELITIAN*. Literasi Media Publishing.  
<https://books.google.co.id/books?id=QPhFDwAAQBAJ>
- Sukmawati, A. S. (2023). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF : Teori dan Penerapan Praktis Analisis Data berbasis Studi Kasus* (1st ed.). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.  
<https://books.google.co.id/books?id=KU3MEAAAQBAJ>
- Wahyuningrum, S. R. (2020). *STATISTIKA PENDIDIKAN (KONSEP DATA DAN PELUANG)*. Jakad Media Publishing.  
<https://books.google.co.id/books?id=41HWDwAAQBAJ>
- Widiana, W. dkk. (2023). *Validasi Penyusunan Instrumen Penelitian Pendidikan*. PT. RajaGrafindo Persada - Rajawali Pers.  
<https://books.google.co.id/books?id=aPLfEAAAQBAJ>
- Zuliyanti, N. I. & A. V. I. M. (2017). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di MA AN Nawawi Berjan Kabupaten Purworejo. *Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 01, 1–7.