

HUBUNGAN ANTARA UMUR, PENGETAHUAN, DAN KONSUMSI TABLET Fe DENGAN KEJADIAN ANEMIA DIWILAH KERJA PUSKESMAS KUTALIM BARU TAHUN 2025

Sania Putri Siregar¹, Mestawati Zai², Esra Agusnita³, Agnes may⁴, Febrianti Br
Panjaitan⁵, Ester Junita Gultom⁶, Riska Susanti Pasaribu⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: 22194010@mitrahusada.ac.id, 2219401023@mitrahusada.ac.id,
2319401010@mitrahusada.ac.id, 2319401010@mitrahusada.ac.id, 2219401003@mitrahusada.ac.id,
2219401011@mitrahusada.ac.id, riskasusantipasaribu@mitrahusada.ac.id,

Abstrak

Latar Belakang: Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang masih banyak ditemukan, terutama pada wanita usia reproduktif dan ibu hamil. Faktor yang berperan dalam kejadian anemia antara lain umur, tingkat pengetahuan tentang anemia, serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet zat besi (Fe). Kurangnya pengetahuan dan rendahnya konsumsi tablet Fe dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia dan berdampak buruk terhadap kesehatan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara umur, tingkat pengetahuan, dan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian adalah responden yang memenuhi kriteria inklusi dan dipilih menggunakan teknik *probability sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner untuk menilai umur, tingkat pengetahuan, serta kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan pemeriksaan kadar hemoglobin untuk menentukan status anemia. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* dan analisis multivariat untuk mengetahui hubungan antar variabel. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara umur dengan kejadian anemia. Selain itu, tingkat pengetahuan yang rendah dan ketidakpatuhan dalam konsumsi tablet Fe berhubungan secara bermakna dengan meningkatnya kejadian anemia. Responden dengan pengetahuan baik dan konsumsi tablet Fe yang teratur cenderung memiliki kadar hemoglobin normal dibandingkan responden dengan pengetahuan rendah dan konsumsi Fe yang tidak teratur. **Kesimpulan:** Umur, tingkat pengetahuan, dan konsumsi tablet Fe memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan edukasi kesehatan dan penguatan kepatuhan konsumsi tablet Fe sebagai strategi penting dalam pencegahan anemia. **Keywords:** Anemia, Umur, Pengetahuan, Tablet Fe, Hemoglobin

Pendahuluan

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih tinggi di Indonesia, terutama pada kelompok rentan seperti ibu hamil dan remaja putri. Anemia ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin (Hb) dalam darah sehingga fungsi transportasi oksigen ke jaringan tubuh terganggu, mengakibatkan penurunan kemampuan kerja dan risiko komplikasi kehamilan serta persalinan yang

lebih tinggi (Simanjuntak *et al.*, 2025). Anemia defisiensi besi (Fe) merupakan bentuk anemia yang paling sering ditemui dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti umur, tingkat pengetahuan individu tentang anemia, serta perilaku dalam mengonsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan (Sitanggang *et al.*, 2022). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nainggolan A W, dkk, prevalensi anemia dipengaruhi oleh usia ibu hamil,

pengetahuan tentang anemia, dan perilaku konsumsi tablet Fe di wilayah kerja Puskesmas Kutalimbaru tahun 2024, sehingga menunjukkan perlunya kajian lebih mendalam tentang hubungan ketiga variabel tersebut dengan kejadian anemia. Pengetahuan tentang anemia dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam pencegahan penyakit tersebut melalui konsumsi tablet Fe sesuai anjuran tenaga Kesehatan (Sinaga *et al.*, 2024). Tablet Fe direkomendasikan untuk dikonsumsi secara rutin karena zat besi merupakan komponen penting pembentuk hemoglobin. Kurangnya konsumsi tablet Fe telah dikaitkan dengan tingginya angka kejadian anemia pada kelompok ibu hamil serta remaja putri (Damayanty *et al.*, 2024). Selain itu, faktor umur dapat mempengaruhi status gizi dan kesadaran kesehatan individu sehingga berpotensi memodifikasi hubungan antara pengetahuan, konsumsi tablet Fe, dan kejadian anemia. Literatur sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia (Situmorang, F N S, 2025).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara umur, tingkat pengetahuan tentang anemia, dan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada responden tertentu, serta memberikan rekomendasi strategi peningkatan peran serta masyarakat dan tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan anemia.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan pendekatan cross-sectional, yang bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel independen (umur, tingkat pengetahuan tentang anemia, konsumsi tablet Fe) dengan variabel dependen (kejadian anemia). Data

dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur dan pemeriksaan kadar hemoglobin responden.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah perempuan usia reproduktif yang terdaftar di fasilitas kesehatan tertentu. (Notoatmodjo, 2018). Sampel diambil secara **purposive sampling** dengan kriteria responden yang memenuhi syarat inklusi yaitu umur ≥ 15 tahun, berada dalam masa kehamilan atau periode reproduktif, dan bersedia memberikan informasi lengkap melalui kuesioner (Sugiyono, 2020).

Instrumen Penelitian

Kuesioner pengetahuan anemia yang mencakup definisi anemia, gejala-gejala, efek buruk anemia, dan manfaat tablet Fe.

Formulir konsumsi tablet Fe, mencatat frekuensi dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe sesuai pedoman kesehatan.

Pemeriksaan Hb darah dengan menggunakan alat Hemocue untuk menentukan status anemia responden.

Analisis Statistik

Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden berdasarkan umur, pengetahuan, konsumsi tablet Fe, serta kejadian anemia. Uji statistik Chi-square digunakan untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan kejadian anemia pada responden dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian di lapangan, mayoritas responden berada dalam rentang usia reproduktif (20–35 tahun). Umur

merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi baik pengetahuan maupun kebiasaan konsumsi tablet Fe. Responden yang lebih muda cenderung memiliki pengetahuan yang bervariasi tentang anemia; hal ini sesuai temuan dalam penelitian sebelumnya yang menyatakan adanya korelasi antara tingkat umur dan kejadian anemia pada kelompok penelitian serupa.

Pengetahuan Tentang Anemia dan Hubungannya dengan Kejadian Anemia

Responden yang memiliki pengetahuan tinggi tentang anemia umumnya menunjukkan tingkat kejadian anemia yang lebih rendah dibandingkan kelompok yang memiliki pengetahuan rendah. Ini konsisten dengan penelitian oleh Nainggolan, A W, dkk yang menemukan bahwa pengetahuan tentang anemia merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia di wilayah kerja Puskesmas Kutalimbaru tahun 2024.

Pengetahuan kesehatan dapat meningkatkan kesadaran individu untuk melakukan tindakan pencegahan seperti konsumsi tablet Fe secara rutin, serta memahami pentingnya nutrisi yang mendukung status hemoglobin normal. Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan literatur yang menunjukkan hubungan signifikan antara pengetahuan anemia dan kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe sebagai tindakan pencegahan.

Konsumsi Tablet Fe dan Hubungannya dengan Kejadian Anemia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi tablet Fe secara rutin dan sesuai anjuran cenderung memiliki kejadian anemia yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak patuh. Ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa perilaku konsumsi

tablet Fe berhubungan signifikan dengan kejadian anemia, terutama pada ibu hamil trimester III.

Penelitian pelayanan masyarakat yang dilakukan oleh Fauzanty, A. dkk dari STIKes Mitra Husada Medan menunjukkan bahwa intervensi edukasi interaktif dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan risiko anemia pada ibu hamil.

Umur Sebagai Faktor yang Mempengaruhi

Umur juga memberikan pengaruh terhadap kejadian anemia, di mana kelompok responden yang lebih tua atau yang memiliki pengalaman reproduksi lebih banyak cenderung memiliki variasi status gizi yang berbeda. Hubungan antara umur dan kejadian anemia bisa menjadi indikator bahwa kelompok usia tertentu memerlukan strategi edukasi dan penguatan intervensi yang berbeda.

Kesimpulan

1. **Umur** berhubungan dengan kejadian anemia, di mana variasi umur mencerminkan perbedaan tingkat pengetahuan dan perilaku kesehatan pada responden.
2. **Pengetahuan tentang anemia** memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia; responden yang memiliki pengetahuan lebih tinggi cenderung memiliki kejadian anemia yang lebih rendah.
3. **Konsumsi tablet Fe yang sesuai pedoman** berkorelasi dengan kejadian anemia yang lebih rendah pada responden.
4. Upaya peningkatan pengetahuan masyarakat dan edukasi kepatuhan konsumsi tablet Fe melalui peran tenaga kesehatan sangat penting untuk menurunkan kejadian anemia.

Referensi

- Damayanty, S. *et al.* (2024) "Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia di Klinik Evie Kecamatan Babalan Kabupaten Langkat Provinsi Sumatera Utara Tahun 2024 sesuai dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) (Sustainable Development tingginya angka kematian ibu dan bayi ba."
- Dwiyanti, D. *Hubungan pengetahuan ibu hamil tentang tablet Fe dengan kejadian anemia.* Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan.
- Fauzianty, A., Situmorang, F. N., Sari, S. N. S. *et al.* *Peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil melalui media edukasi interaktif.* Pandawa: Pusat Publikasi Hasil Pengabdian Masyarakat.
- Marifatun, R. M. S., & Yuniarti D. R. *Hubungan pengetahuan, perilaku konsumsi tablet Fe dan asupan makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III.* Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan (JIGK).
- Nainggolan, A. W., Purba, E. M., & Lusiatur. *Hubungan antara umur, pengetahuan dan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di wilayah kerja Puskesmas Kutalimbaru tahun 2024.* Jurnal Andaliman: Jurnal Gizi Pangan, Klinik dan Masyarakat.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarat: PT Rineka Cipta.
- Simanjuntak, P. *et al.* (2025) "Pengaruh Pola Konsumsi Suplemen Zat Besi (Fe) terhadap Risiko Anemia Pada Ibu Hamil di BPM Aida Nospita Desa Manunggal Kecamatan Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Tahun 2025," 3.
- Sinaga, R. *et al.* (2024) "The effect of beta vulgaris l juice on the acceleration of reducing the incidence of anemia in pregnant women," *Science Midwifery*, 12(5), pp. 1666–1672. Available at: <https://doi.org/10.35335/midwifery.v12i5.1742>.
- Sitanggang, T. *et al.* (2022) "Factors Associated with Compliance of Pregnant Women in Consuming Fe Tablets in the Working Area of the Pardamean Health Center, Pematang Siantar City in 2022," *Jurnal eduhealth*, 13(02), p. 2022. Available at: <http://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/healt>.
- Situmorang, F N S, *et al* (2025) "Hubungan Usia dan Paritas dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di PMB Linda Elisabet Kecamatan Beji Kota Depok Provinsi Jawa Barat Tahun 2024," *Jurnal Anestesi*, 3(1), pp. 135–141. Available at: <https://doi.org/10.59680/anestesi.v3i1.1611>.
- Sugiyono (2020) *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.*