

# HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI Fe TERHADAP KEJADIAN ANEMIA DI SMP NEGERI 1 KEDUNGADEM KABUPATEN BOJONEGORO

Aris Dewantini<sup>1</sup> Evi Rosita<sup>2</sup> Sri Sayekti<sup>3</sup>

<sup>123</sup>STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>1</sup>email: [arisdewantini18@gmail.com](mailto:arisdewantini18@gmail.com), <sup>2</sup>email: [evi\\_icme@yahoo.com](mailto:evi_icme@yahoo.com), <sup>3</sup>email: [sayektirafa@yahoo.com](mailto:sayektirafa@yahoo.com),

## ABSTRAK

**Pendahuluan** Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami remaja putri yang disebabkan zat besi yang terbuang saat menstruasi. Studi pendahuluan terhadap 15 siswa putri sejumlah 9 siswi (60%) mengalami anemia dan sejumlah 6 siswi (40%) tidak mengalami anemia. **Tujuan** penelitian ini adalah menganalisis hubungan perilaku konsumsi Fe dengan kejadian anemia di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro. **Jenis penelitian** ini analitik korelasional menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasinya 241 siswi dan sampelnya 122 siswi yang dipilih secara *purposive sampling*. Variabel *independent* penelitian ini perilaku konsumsi Fe, dan variabel *dependent*nya kejadian anemia. Instrument penelitian ini adalah kuesioner dan observasi. Pengolahan data dengan cara *editing, coding, scoring, tabulating* dan diuji statistik *Coefisient Contingensy* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . **Hasil penelitian** diketahui hampir seluruh responden yang patuh mengkonsumsi Fe tidak terjadi anemia yaitu sejumlah 82 orang (97,6%), dan hampir setengah responden yang tidak patuh mengkonsumsi Fe terjadi anemia ringan yaitu sejumlah 16 orang (42,1%). Hasil analisis uji statistik *Coefisient Contingensy* didapatkan nilai P value = 0,000, sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya ada hubungan perilaku konsumsi Fe dengan kejadian anemia di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro. **Kesimpulannya** ada hubungan perilaku konsumsi Fe dengan kejadian anemia. Saran bagi tenaga kesehatan terutama bidan agar dapat memberikan pelayanan terkait pengelolaan anemia pada remaja putri siswa Sekolah Menengah Pertama dengan melakukan pencegahan melalui penyuluhan.

**Kata Kunci : Perilaku Konsumsi Fe, Kejadian Anemia.**

## ABSTRACT

**Introduction** Anemia is one of the health problems experienced by young women due to iron which is wasted during menstruation. A preliminary study of 15 female students, a total of 9 students (60%) had anemia and a number of 6 students (40%) did not have anemia. **The purpose** of this study was to analyze the relationship between iron consumption behavior and anemia at SMP Negeri I Kedungadem, Bojonegoro Regency. **This type of research** is correlational analytic using a cross sectional approach. The population was 241 students and the sample was 122 students who were selected by *purposive sampling*. The independent variable of this study was the consumption behavior of Fe, and the dependent variable was the incidence of anemia. The research instruments were questionnaire and observation. Processing data by means of *editing, coding, scoring, tabulating* and tested *Coefisient Contingensy* statistics with a significance level of  $\alpha = 0.05$ . **The results** showed that almost all respondents who complied with iron consumption did not experience anemia, namely 82 people (97.6%), and nearly half of the respondents who did not comply with iron consumption had mild anemia, namely 16 people (42.1%). The results of the coefficient

contingency statistical test analysis showed that the value of  $P$  value = 0.000, so that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, which means that there is a relationship between Fe consumption behavior and anemia at SMP Negeri I Kedungadem, Bojonegoro Regency. **The conclusion** is that there is a relationship between Fe consumption behavior and anemia. Suggestions for health workers, especially midwives, so that they can provide services related to anemia management for junior high school students by taking prevention through counseling.

**Key Word : Behavior Consumption of Fe, Anemia.**

## PENDAHULUAN

Kesehatan remaja putri sebagai calon seorang ibu dan sekaligus sebagai penerus bangsa perlu menjadi perhatian utama. Dalam siklus hidupnya, tahap perkembangan masa remaja terutama remaja putri sangat penting, karena pada masa ini terjadi proses tumbuh kembang, bila proses ini berlangsung secara optimal akan menghasilkan remaja putri yang sehat dan pada akhirnya akan menghasilkan calon ibu yang sehat pula (BKKBN, 2016).

Masalah kesehatan yang prevalensi cukup tinggi dan sering dialami remaja putri adalah permasalahan gizi yaitu anemia (Arisman, 2017). Hal ini disebabkan banyaknya zat besi yang hilang selama menstruasi, meningkatnya kebutuhan zat besi, dan diperburuk oleh kurangnya asupan zat besi yang dibutuhkan tubuh, serta penyerapan zat besi yang buruk oleh tubuh ((Adriani dan Wijatmadi, 2016).

Anemia pada remaja putri merupakan masalah gizi yang perlu dicegah karena remaja putri yang anemia, berisiko menjadi ibu hamil anemia yang berisiko melahirkan bayi berat lahir rendah (BBLR) dan dapat menyebabkan anak mengalami *stunting* (Kementerian Kesehatan, 2016).

Prevalensi anemia pada ibu hamil berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar 2018 sebesar 37,1%, hal ini adalah dampak lanjut dari tingginya prevalensi anemia remaja putri (25%) dan wanita usia subur (17 %) (Kemenkes, 2018). Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2017 menyebutkan proporsi anemia pada anak perempuan

umur 6-12 tahun sebesar 27,4 % dan pada perempuan tidak hamil umur  $\geq 15$  tahun sebesar 22,7 % (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Timur bersama Fakultas Kedokteran UNAIR kepada 280 pelajar putri di Surabaya sekitar 34% remaja putri mengidap anemia (Dinkes Jatim, 2019). Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro tahun 2018, wilayah kerja Puskesmas Kesongo memiliki jumlah remaja usia sekolah dengan status anemia tertinggi dibandingkan puskesmas lain. Jumlah remaja putri usia 10-14 tahun yang mengalami anemia sebesar 237 remaja dan usia 15-19 tahun sejumlah 330 remaja berstatus anemia (Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro, 2019). Hal ini disebabkan program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di Kabupaten Bojonegoro belum dilakukan secara merata di berbagai sekolah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 13 Maret 2020 di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro pada kelas IX. Bahwa dari 15 siswa putri yang seluruhnya di cek kadar haemoglobinya, terdapat 9 siswi (60%) mengalami anemia (kadar hemoglobin  $< 12$  gr/dL) dan 6 siswi (40%) tidak mengalami anemia (kadar hemoglobin  $> 12$  gr/dL). Selain itu saat dilakukan wawancara terhadap 15 siswa tersebut diketahui hampir semuanya tidak mengetahui dengan pengertian anemia, normalnya kadar hemoglobin, penyebab anemia dan dampak yang ditimbulkan sehingga mereka kurang

memperhatikan konsumsi makannya yang berdampak pada rendahnya asupan zat-zat gizi yang dapat menurunkan kadar Hb.

Anemia merupakan suatu keadaan dimana terjadinya penurunan kadar hemoglobin (Hb), hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah nilai normal. Anemia disebabkan oleh kekurangan zat gizi makro (protein) dan zat gizi mikro terutama zat besi (Savitry, 2017). Penyebab utama anemia pada wanita yaitu terjadinya kehilangan darah saat menstruasi dan kurangnya zat gizi dalam pembentukan darah misalnya zat besi, protein, asam folat dan B12. Dikarenakan saat wanita mengalami menstruasi terjadinya pembuangan zat besi, sehingga remaja putri lebih rentan mengalami anemia (Arisman, 2017).

Menurut Depertemen Gizi FKM UI, faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan dan kesadaran dalam mencukupi zat gizi individu. Pengetahuan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan, penggunaan suplementasi tablet Fe saat menstruasi dalam selanjutnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi individu yang bersangkutan termasuk status anemia (Lestari, 2016). Dampak anemia yang disebabkan asupan asam folat dan zat besi yang rendah mengakibatkan gejala seperti pucat, lesu/lelah, nafsu makan menurun serta dapat mempengaruhi pertumbuhan, perkembangan otak dan resistensi terhadap penyakit infeksi yang berakhir pada produktivitas kerja yang menurun yang berpotensi menurunnya prestasi dan semangat belajar remaja putri (Susilowati, 2015).

Salah satu strategi dan upaya pemerintah dalam mencegah dan penanggulangan anemia pada remaja putri adalah pemberian suplementasi zat besi atau Tablet Tambah Darah (TTD), yaitu memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin (Kementerian Kesehatan RI, 2016: 24-26). Pemerintah

melakukan intensifikasi program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dengan memprioritaskan pemberian TTD satu tablet setiap minggu untuk mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada remaja putri dan WUS pada tahun 2025 (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Pemberian TTD dilakukan melalui fasilitas pelayanan kesehatan, institusi pendidikan, tempat kerja dan kantor urusan agama. Program suplementasi TTD remaja putri usia 12-18 tahun dilakukan di institusi sekolah melalui unit Usaha Kesehatan Sekolah. Sejalan dengan program pemerintah Jawa Timur, Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro mengembangkan Puskesmas ramah remaja sebagai awal kesehatan seorang calon ibu untuk mengurangi angka kematian ibu (Suharto, 2013). Kebijakan Dinas Kesehatan dalam tahap ini dengan melakukan pelaksanaan skrining anemia dan intervensi pemberian tablet Fe, yang dilakukan melalui fasilitas pelayanan kesehatan, institusi pendidikan, tempat kerja dan kantor urusan agama. Program pemberian tablet Fe remaja putri usia 12-18 tahun dilakukan di institusi sekolah melalui unit Usaha Kesehatan Sekolah.

Dari fenomena tersebut peneliti menilai pentingnya dilaksanakan penelitian yang memfokuskan pada “Hubungan Perilaku konsumsi Fe terhadap kejadian anemia di SMP Negeri 1 Kedungadem Kabupaten Bojonegoro tahun 2020”

### **Tujuan Penelitian**

1. Mengidentifikasi perilaku konsumsi Fe pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kedungadem Kabupaten Bojonegoro tahun 2020.
2. Mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kedungadem Kabupaten Bojonegoro tahun 2020.
3. Menganalisis Hubungan Perilaku konsumsi Fe terhadap kejadian anemia

di SMP Negeri 1 Kedungadem Kabupaten Bojonegoro tahun 2020.

## BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini analitik korelasional menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasinya 241 siswi dan sampelnya 122 siswi yang dipilih secara *purposive sampling*. Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah merupakan siswi SMP tercatat aktif pada saat pengambilan data; Sedang tidak sakit dan masuk sekolah saat pengambilan data; dan bersedia menjadi responden penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini diantaranya belum menstruasi, mempunyai riwayat penyakit malaria dan TBC. Variabel *independent* penelitian ini perilaku konsumsi Fe, dan variabel *dependentnya* kejadian anemia. Instrument penelitian ini adalah kuesioner dan observasi. Pengolahan data dengan cara *editing, coding, scoring, tabulating* dan diuji statistik *Coefisient Contingensy* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Bila nilai P Value  $\leq \alpha (0,05)$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang berarti ada hubungan perilaku konsumsi Fe terhadap kejadian anemia di SMP Negeri 1 Kedungadem Kabupaten Bojonegoro.

## HASIL PENELITIAN

### Data Umum

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden.

Umur	Frekuensi	(%)
12 tahun	25	20,5
13 tahun	80	65,6
14 tahun	17	13,9
15 tahun	0	0,0
Jumlah	122	100,0

Sumber : data primer bulan Juli 2020

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden berusia 13 tahun yaitu sejumlah 80 orang (65,6%).

### 1. Kelas

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelas Responden.

Kelas	Frekuensi	(%)
Kelas VII	122	100,0
Kelas VIII	0	0,0
Kelas IX	0	0,0
Jumlah	122	100,0

Sumber : data primer bulan Juli 2020

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa seluruh dari responden adalah kelas VII yaitu sejumlah 122 orang (100,0%).

### Data Khusus

Identifikasi Perilaku Konsumsi Fe

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perilaku Konsumsi Fe.

Perilaku Konsumsi Fe	Frekuensi	(%)
Tidak patuh	38	31,1
Patuh	84	68,9
Jumlah	122	100,0

Sumber : data primer bulan Juli 2020

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden patuh mengkonsumsi Fe yaitu sejumlah 84 orang (68,9%).

Identifikasi kejadian anemia

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Anemia.

Kejadian anemia	Frekuensi	(%)
Tidak terjadi anemia	94	77,0
Anemia ringan	18	24,8
Anemia sedang	10	8,2
Anemia berat	0	0,0
Jumlah	122	100

Sumber : data primer bulan Juli 2020

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa hampir seluruh dari responden tidak

terjadi anemia yaitu sejumlah 94 orang (77,0%).

Tabel Silang Hubungan Perilaku Konsumsi Fe Dengan Kejadian anemia

Tabel 5 Distribusi Hubungan Perilaku Konsumsi Fe Dengan Kejadian Anemia

Perilaku konsumsi Fe	Kejadian anemia								Jumlah	
	Tidak terjadi		Anemia ringan		Anemia sedang		Anemia berat			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Tidak patuh	12	31,6	16	42,1	10	26,3	0	0,0	38	100
Patuh	82	97,6	2	2,4	0	0,0	0	0,0	84	100
Total	94	77,0	18	24,8	10	8,2	0	0,0	122	100

Hasil uji statistik *Chi Square* P value = 0,005 (P value  $\leq$   $\alpha$  = 0,05)

Sumber : data primer bulan Juli 2020

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa hampir seluruh dari responden yang patuh mengkonsumsi Fe dan tidak terjadi anemia yaitu sejumlah 82 orang (97,6%). Hasil analisis uji statistik *Coefficient Contingensi* ( $\alpha = 0,05$ ) dengan software komputer pada taraf kesalahan 5%, didapatkan nilai P value = 0,000, sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya ada hubungan perilaku konsumsi Fe dengan kejadian anemia di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro.

## PEMBAHASAN

### Perilaku Konsumsi Fe

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar dari responden patuh mengkonsumsi Fe yaitu sejumlah 84 orang (68,9%). Hal ini menunjukkan bahwa responden di SMP Negeri I Kedungadem seluruh responden telah mendapatkan tablet Fe dan sebagian besar patuh mengkonsumsi Fe, yang disebabkan sudah mendapatkan informasi tentang pentingnya konsumsi tablet Fe untuk remaja putri. Informasi tersebut terkait cara minum tablet Fe, manfaat

minum tablet Fe darah, dan jumlah tablet Fe yang harus dikonsumsi oleh remaja yaitu satu tablet setiap minggu juga sudah diketahui oleh sebagian besar responden.

Berdasarkan hasil penelitian perilaku konsumsi Fe pada responden di SMP Negeri I Kedungadem yang diketahui patuh mengkonsumsi Fe, hal ini disebabkan karena rentang umur seluruh responden yang tergolong anak-anak yaitu 12-15 tahun dan berstatus pelajar sehingga mereka lebih mudah diarahkan atau dianjurkan untuk berperilaku mengkonsumsi tablet Fe yang diadakan setiap hari Jum'at. Selain itu perilaku konsumsi Fe dalam penelitian ini merupakan implementasi pemberian Fe atau tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri sehingga penelitian ini adalah suatu kegiatan yang merupakan program pemerintah melalui pengelola program gizi puskesmas yang dilakukan di sekolah dengan sasaran remaja putri, yang secara tidak langsung mewajibkan responden untuk mengkonsumsi tablet Fe dengan melibatkan guru Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Menurut Putro (2017), pada remaja awal merupakan remaja yang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama, dengan salah satu ciri sebagai periode perubahan. Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat (Putro, 2017). Program pemberian suplementasi zat besi atau Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri diharapkan dapat berkontribusi memutus lingkaran malnutrisi antar generasi. Pemerintah Indonesia sejak tahun 1997 telah menjalankan program pencegahan dan penanggulangan anemia gizi pada Wanita Usia Subur (WUS) dengan mengintervensi WUS lebih dini, yaitu sejak usia remaja. Program ini bertujuan untuk mendukung upaya penurunan angka kematian ibu dengan menurunkan risiko terjadinya perdarahan akibat anemia pada ibu hamil. Pemberian TTD pada remaja putri yaitu 1 tablet/minggu (Nuradhiani, 2017).

Kepatuhan responden mengkonsumsi Fe, dapat disebabkan responden telah mendapatkan informasi tentang pentingnya tablet Fe untuk remaja putri. Informasi tersebut terkait cara minum tablet Fe. Responden tentunya juga terpapar informasi tentang manfaat minum tablet tambah darah bagi remaja. Jumlah tablet Fe yang harus dikonsumsi oleh remaja yaitu satu tablet setiap minggu juga sudah diketahui oleh sebagian besar responden. Namun, pada penelitian ini juga didapatkan sebagian kecil responden tidak patuh mengkonsumsi Fe yang disebabkan beberapa kendala untuk mengkonsumsi Fe, diantaranya responden mengatakan mual, tidak suka sengan bau ataupun rasa, dan adanya rasa malas. Selain itu ketidakpatuhan responden dalam mengkonsumsi Fe kemungkinan juga disebabkan responden merasa tidak sakit sehingga mereka merasa tidak memerlukan suplementasi, dan efek samping yang ditimbulkan dari tablet Fe. Konsumsi merupakan salah satu bentuk perilaku yang sangat erat dipengaruhi oleh pengetahuan, namun sebelum orang berperilaku ada proses adopsi yang melandasi perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2017). Perilaku (konsumsi tablet Fe) tidak hanya dipengaruhi oleh faktor intern yang meliputi pengetahuan, tetapi dipengaruhi oleh faktor ekstern antara lain lingkungan serta faktor intern lainnya yaitu kecerdasan, persepsi, emosi, motivasi yang berfungsi untuk mengolah rangsangan dari luar (Notoatmodjo S, 2014). Strategi operasional penanggulangan anemia gizi pada rematri dijabarkan dalam 2 kegiatan pokok. Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) Kegiatan KIE seperti penyuluhan, konseling, promosi, kampanye dan lainnya tentang anemia dan TTD merupakan kegiatan yang sangat penting dalam rangka meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku keluarga tentang kesehatan dan gizi khususnya bagi rematri (Kemenkes, 2016).

### **Kejadian anemia**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 diketahui bahwa hampir seluruh dari

responden tidak terjadi *anemia* yaitu sejumlah 94 orang (77,0%). Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh responden tidak mengalami kurang gizi, yang kemungkinan pengetahuan gizi baik yang dimiliki oleh responden dikarenakan responden sudah terpapar informasi tentang bahaya anemia, cara mengatasi, dan pencegahannya juga yang diperoleh dari Bidan saat pemberian tablet Fe setiap hari Jum'at di sekolah.

Menurut asumsi peneliti hampir seluruh responden tidak terjadi anemia, kemungkinan dikarenakan pola makan yang baik dan sebelumnya sudah sering mengkonsumsi Fe. Hal ini disebabkan karena responden sudah mendapatkan pendidikan gizi dari bidan setiap hari Jum'at disekolah yang kemungkinan merubah perilaku responden yang kurang sehat menjadi perilaku yang lebih sehat terutama perilaku makan responden sesuai dengan penyuluhan gizi yang diberikan bidan sehingga asupan makan terutama asupan besi responden menjadi baik. Dengan asupan besi yang lebih baik, maka kadar hemoglobin responden meningkat dan tidak mengalami anemia. Menurut Arismas (2017: 173), anemia merupakan keadaan menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah dibawah nilai normal yang dipatok untuk perorangan.

Pada penelitian ini juga ketahuhi masih ada sebagian kecil responden yang menderita anemia, yang kemungkinan disebabkan responden telah mengalami menstruasi, karena menstruasi, apabila mengeluarkan darah yang berlebihan dan pada saat menstruasi tidak diimbangi dengan makan makanan yang banyak mengandung zat besi menyebabkan defisiensi besi. Penyebab lain responden mengalami anemia baik ringan maupun sedang karena responden kemungkinan seringkali menjaga penampilan, keinginan untuk tetap langsing atau kurus sehingga berdiet dan mengurangi makan. Selain itu responden kemungkinan juga sering mengkonsumsi *junk food* yang sangat sedikit kandungan kalsium, besi,

riboflavin, asam folat, dan vitamin A. Menurut Pritasari, dkk. (2017: 108-109), remaja mempunyai resiko tinggi mengalami anemia karena defisiensi zat besi. Hal ini disebabkan karena pada fase ini remaja mengalami pertumbuhan yang pesat disertai berbagai perubahan hormonal menjelang fase kedewasaan. Remaja membutuhkan sejumlah besar nutrisi terutama zat besi yang di gunakan untuk mengangkut oksigen. Zat besi yang tidak mencukupi memicu terjadinya anemia. Konsumsi suplementasi tablet Fe menimbulkan efek samping nyeri atau perih di ulu hati; mual dan muntah; dan tinja berwarna hitam. Namun, gejala di atas tidak berbahaya bagi remaja putri. Untuk mengurangi efek samping di atas sangat dianjurkan minum TTD setelah makan (perut tidak kosong) atau malam hari sebelum tidur (Kemenkes RI, 2016).

#### **Hubungan Perilaku Konsumsi Fe Terhadap Kejadian anemia**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 diketahui bahwa hampir seluruh dari responden yang patuh mengkonsumsi Fe tidak terjadi anemia yaitu sejumlah 82 orang (97,6%), dan hampir setengah dari responden yang tidak patuh mengkonsumsi Fe terjadi anemia ringan yaitu sejumlah 16 orang (42,1%). Hasil analisis uji statistik *Coeffisient Contingensi* ( $\alpha = 0,05$ ) dengan software komputer pada taraf kesalahan 5%, didapatkan nilai P value = 0,000, sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima yang artinya ada hubungan perilaku konsumsi Fe dengan kejadian anemia di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro.

Hasil uji statistik penelitian ini diketahui terdapat hubungan perilaku konsumsi Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin setelah mengkonsumsi tablet Fe. Intervensi yang diberikan pada responden dengan mengkonsumsi tablet Fe sangat membantu untuk menanggulangi anemia zat besi. Anemia merupakan suatu keadaan jumlah sel darah merah lebih rendah dibandingkan

normal  $>12$  gr/dL, yang digunakan untuk mengukur penurunan konsentrasi hemoglobin (Hb), protein kaya zat besi dalam darah yang membawa oksigen keseluruh sel, dan hematokrit (Ht), konsentrasi komponen darah yang padat (Barbara, 2013). Hal ini sesuai dengan teori tersebut diatas yang mengatakan bahwa pemberian tablet Fe kepada remaja putri sangat bermanfaat pada keadaan menstruasi, dikarenakan saat itu terjadi kehilangan besi akibat perdarahan. Penyebab utama yang dapat menimbulkan anemia pada wanita yaitu terjadinya kehilangan darah saat menstruasi dan kurangnya zat gizi dalam pembentukan darah misalnya zat besi, protein, asam folat dan B12. Dikarenakan saat wanita mengalami menstruasi terjadinya pembuangan zat besi, sehingga remaja putri lebih rentan mengalami anemia (Arisman, 2010).

Masih banyak kasus anemia pada remaja putri yang sedang mengikuti program konsumsi tablet tambah darah. Hal ini bisa dikaitkan dengan kesadaran yang masih kurang dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sudah diberikan dari pemerintah. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Listi (2016) tentang hubungan menstruasi dengan kejadian anemia diperoleh nilai  $OR=2,349$ , artinya remaja putri yang menstruasi mempunyai peluang 2,349 kali untuk terkena anemia dibandingkan dengan remaja putri yang tidak menstruasi. Diperkuat juga dengan hasil analisis hubungan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia nilai  $OR=2,344$ , artinya remaja putri yang tidak mengkonsumsi suplemen zat besi mempunyai peluang 2,047 kali untuk terkena anemia dibandingkan dengan remaja putri yang mengkonsumsi suplemen zat besi. Pada penelitian ini meskipun siswi sudah mendapatkan tablet tambah darah gratis dari program pemberian tablet Fe, namun masih banyak siswi yang tidak menghabiskan tablet tambah darah tersebut. (Pritasari, 2017), menyatakan bahwa salah satu masalah gizi yang sering dialami remaja putri adalah

anemia. Remaja putri membutuhkan lebih banyak zat besi daripada laki-laki. Agar zat besi yang diabsorpsi lebih banyak tersedia oleh tubuh, maka diperlukan bahan makanan yang berkualitas tinggi. Seperti pada daging, hati, ikan, ayam, selain itu bahan makanan yang tinggi vitamin C membantu penyerapan zat besi. Mengonsumsi tablet Fe dapat mengobati wanita dan remaja putri yang mengalami anemia, meningkatkan kemampuan belajar, meningkatkan status gizi dan kesehatan remaja (Sani R, 2014). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Tonasih, Rahmatika dan Irawan (2019) yang berjudul efektifitas pemberian tablet tambah darah pada remaja terhadap peningkatan hemoglobin (Hb) di Stikes Muhammadiyah Cirebon, yang menyatakan kadar hemoglobin pretest dan posttest konsumsi tablet Fe yang diuji menggunakan *Paired t-test* diperoleh hasil  $P\text{ value} = 0.002 < \alpha (0.05)$ , sehingga hasil uji statistik menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan bahwa ada perbedaan secara bermakna peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Dwi Kartika Cahyaningtyas (2016) dengan intervensi yang dilakukan pada responden untuk mengonsumsi tablet Fe, diketahui kadar hemoglobin pretest dan posttest konsumsi tablet Fe dengan uji *Paired t-test* diperoleh hasil  $P\text{ value} = 0.002 < \alpha (0.05)$ , sehingga hasil uji statistik menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan bahwa ada perbedaan secara bermakna peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe selama 30 hari.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

1. Perilaku konsumsi Fe di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro sebagian besar dari responden patuh mengonsumsi Fe.
2. Kejadian anemia di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro

hampir seluruh dari responden tidak terjadi anemia.

3. Ada hubungan perilaku konsumsi Fe terhadap kejadian anemia di SMP Negeri I Kedungadem Kabupaten Bojonegoro tahun 2020.

### **Saran**

Saran yang diberikan peneliti dari hasil penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagi orang tua remaja putri  
Hendaknya meningkatkan pemantauan kartu suplementasi gizi yang dimiliki remaja putri dan memberikan pujian akan kepatuhan konsumsi Fe dari remaja putri tersebut karena responden menjadikan orang tua atau ibu sebagai pilar keluarga yang sangat berperan dalam menyehatkan keluarga secara keseluruhan.
2. Bagi Guru Disekolah  
Diharapkan pihak sekolah terutama seluruh guru pengajar ikut memantau kepatuhan remaja putri mengonsumsi Fe dapat melalui ditetapkannya jam minum Fe setelah jam istirahat pertama dan guru sebelum memulai pelajaran mengarahkan serta memantau remaja putri agar minum Fe bersama-sama di dalam kelas. Semua guru juga diharapkan terlibat aktif mendukung program suplementasi Fe remaja putri dengan membangun opini bahwa mengonsumsi Fe setiap minggu adalah kewajiban bagi setiap siswi. Selain itu, pihak sekolah dapat mengarahkan seluruh siswi untuk memasang alarm jadwal minum Fe di *handphone* masing-masing atau sekolah membuat bel khusus yang akan berbunyi saat jadwal minum Fe tiba baik bel manual atau bel digital yang tersistem.
3. Bagi peneliti selanjutnya  
Diharapkan peneliti selanjutnya menambah variabel pengetahuan pada karakteristik responden dan menganalisis hubungan karakteristik

responden dengan niat, dapat juga menambah pengujian kadar Hb siswi untuk mengetahui status anemia remaja putri. Selain itu, peneliti dapat meneliti keterlibatan peran guru di sekolah dalam mendukung program suplementasi Fe Remaja putri. Peneliti selanjutnya dapat menganalisis perilaku patuh minum Fe teratur dari remaja yang berniat positif dengan dibuktikan kadar Hb remaja putri tersebut.

## **KEPUSTAKAAN**