

HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI TTD DENGAN GEJALA ANEMIA PADA SISWI SMP DI KECAMATAN BOYOLALI

Salma Khoirunnisa¹, Ayu Khoirotul Umaroh^{2*}

¹ Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, 5712, Indonesia

Email: salmakhoirunnisa2114@gmail.com

² Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, 5712, Indonesia

Email: ayu.khoirotul@ums.ac.id

Abstrak

Salah satu masalah nutrisi yang paling umum di dunia adalah anemia. Anemia diperkirakan mempengaruhi hampir sepertiga populasi dunia. Di Indonesia, prevalensi anemia relatif tinggi. Remaja dengan anemia mengalami keterlambatan perkembangan kognitif dan fisik. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan metode cross-sectional dan metodologi analisis observasional. Siswa sekolah menengah pertama yang tinggal di wilayah layanan Puskesmas Boyolali 1 merupakan populasi penelitian. 245 gadis remaja membentuk sampel penelitian, yang dipilih menggunakan proportionate random sampling. Uji korelasi digunakan untuk menganalisis data. Terdapat korelasi antara konsumsi tablet tambah darah dan gejala anemia pada siswa SMP di wilayah kerja Puskesmas Boyolali 1, menurut hasil Uji Bivariat Momen Produk Pearson antara kedua variabel tersebut. Nilai p untuk pengujian ini adalah 0,045 ($<0,05$), yang berarti bahwa H_0 ditolak. Mengingat bahwa koefisien korelasi adalah -0,128, itu termasuk dalam kelompok kekuatan hubungan yang lemah. Selain itu, ini menunjukkan bahwa arah korelasi adalah negatif. Diharapkan bahwa penggunaan tablet penambah darah akan mencegah dan menurunkan kejadian anemia pada remaja perempuan. Korelasi negatif menunjukkan bahwa remaja putri cenderung tidak mengalami gejala anemia semakin baik mereka berperilaku dengan mengonsumsi obat penambah darah.

Kata Kunci: Gejala anemia, remaja putri, perilaku, tablet tambah darah

RELATIONSHIP BETWEEN IRON SUPPLEMENT TABLET CONSUMPTION BEHAVIOR AND ANEMIA SYMPTOMS IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN BOYOLALI DISTRICT

Abstract

One of the most prevalent nutritional issues in the world is anemia. Anemia is thought to affect almost one-third of the world's population. In Indonesia, the prevalence of anemia is relatively high. Adolescents with anemia experience delayed cognitive and physical development. This study is a quantitative study that uses the cross-sectional method and an observational analytical methodology. Junior high school students that live in the Boyolali 1 Health Center's service region make up the study's population. 245 teenage girls make up the study's sample, which was selected using proportionate random selection. A correlation test was used to analyze the data. There is a correlation between the consumption of blood-added tablets and anemia symptoms in junior high school students in the Boyolali 1 Health Center's working area, according to the results of the Pearson Product Moment Bivariate Test between the two variables. The p -value for this test was 0.045 (<0.05), meaning that H_0 was rejected. Given that the correlation coefficient is -0.128, it falls into the weak relationship strength group. Additionally, it demonstrates that the correlation's direction is negative. It is anticipated that the use of blood-boosting tablets will prevent and lower the incidence of anemia in teenage girls. The negative correlation demonstrated that teenage females were less likely to experience the symptoms of anemia the better they behaved by taking blood-boosting medications.

Keywords: Symptoms of anemia, adolescent girls, behavior, iron supplement tablet

PENDAHULUAN

Individu berusia antara 10 dan 19 tahun dianggap remaja (Budhathoki et al., 2021). Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, Individu berusia antara 10 dan 18 tahun dianggap remaja, sedangkan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) mendefinisikan remaja sebagai mereka yang berusia 10 hingga 24 tahun dan belum menikah. Masa transisi antara masa kanak-kanak dan kedewasaan dikenal sebagai masa remaja (Diananda, 2019). Peningkatan pertumbuhan wanita remaja dan timbulnya menstruasi meningkatkan kebutuhan mereka akan mineral, terutama zat besi (Mus et al., 2023). Gadis remaja sangat rentan terhadap sejumlah penyakit, termasuk anemia (Budhathoki et al., 2021).

Anemia adalah kelainan ketika hemoglobin (Hb) dan/atau jumlah sel darah merah seseorang di bawah normal dan tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis mereka (Chaparro1 & Suchdev, 2019). WHO telah mendefinisikan anemia sebagai konsentrasi hemoglobin (Hb) < 130 g.lit untuk pria, < 120 g.lit untuk wanita yang tidak hamil, dan < 110 g.lit untuk wanita hamil tanpa memandang trimester (Benson et al., 2021).

Salah satu masalah nutrisi yang paling umum di dunia adalah anemia. Anemia diperkirakan mempengaruhi lebih dari sepertiga populasi dunia. Menurut WHO (2019), pada tahun 2019, 29,9% wanita berusia antara 15 dan 49 tahun menderita anemia, yang hampir sama dengan setengah miliar wanita. Di Indonesia, prevalensi anemia relatif tinggi. Menurut hasil Riskesdas tahun 2018, Tingkat prevalensi anemia di kalangan remaja berusia 15 hingga 24 tahun telah meningkat sebesar 32%, naik dari 22,7% pada 2013. Ini berarti bahwa hingga 3-4 dari 10 remaja dianggap anemia.

Di Indonesia, proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi jika dibandingkan pada laki-laki (20,3%) (Riskesdas, 2018). Prevalensi anemia pada remaja putri usia 13-18 sebesar 23% sedangkan prevalensi anemia pada remaja putra sebesar 17% (Kemenkes, 2018). Persentase prevalensi anemia di Provinsi Jawa Tengah yaitu 57,7% dan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat, karena persentasenya >20% (Direktur Bina Gizi,

2015). Penelitian sebelumnya di Kabupaten Boyolali menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri di Desa Donohudan sebesar 13,9% (Kusudaryati et al., 2022).

Penyebab anemia yang paling umum yaitu defisiensi nutrisi, lalu diikuti dengan hemoglobinopati, infeksi, infestasi cacing, keganasan dan penyakit kronis (Sharma et al., 2024). Penyebab lainnya menurut hasil penelitian Naldaroza et al. (2024) pada siswa kelas 1 dan kelas 2 SMP Negeri 6 Tapung yaitu sikap dan konsumsi tablet fe berhubungan dengan kejadian anemia.

Salah satu jenis suplemen kesehatan yang juga dikenal sebagai suplementasi zat besi adalah tablet tambah darah. Karena tablet suplemen darah dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah dengan cepat dan harus dikonsumsi secara konsisten untuk meningkatkan kebutuhan zat besi, tablet tersebut aman untuk dikonsumsi. Penggunaan TTD kadang-kadang dapat mengakibatkan efek samping termasuk nyeri mulas atau menyengat, mual, muntah, dan kotoran gelap. Gejalanya tidak berbahaya. Sangat disarankan untuk mengonsumsi TTD pada malam sebelum tidur atau setelah makan (bukan saat perut kosong) untuk mengurangi gejala yang disebutkan di atas. Disarankan agar WUS dan rematriarch dengan masalah perut menemui dokter (Jayadi et al., 2021).

Surat Edaran Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS) menguraikan bagaimana TTD pertama kali diberikan kepada gadis remaja di bawah pedoman memberi mereka satu pil setiap hari selama sepuluh hari selama siklus menstruasi mereka dan satu tablet seminggu sekali. Sepanjang tahun, pemerintah menawarkan satu item TTD setiap minggu, dengan total 52 butir. Oleh karena itu, setiap remaja putri mengonsumsi 13 tablet TTD dalam sebulan, praktik yang dilanjutkan setidaknya selama tiga bulan. TTD adalah pil yang mengandung 0,400 mg asam folat dan 60 mg zat besi yang diperlukan (ditemukan dalam sediaan ferro glukonat, ferro fumarat, atau ferro sulfat). (Haerani, 2021). Pada penelitian Dewi et al. (2020) bahwa sebagian besar siswi memiliki perilaku konsumsi tablet tambah darah yang baik karena adanya stimulus/rangsangan yang baik tentang konsumsi tablet tambah darah seperti adanya

TEMPLATE JURNAL ILMU KESEHATAN (JIK) STIKES ALIFAH

akses informasi melalui media massa atau penyuluhan

Anemia remaja memengaruhi perkembangan fisik dan kognitif yang buruk (Ningsih et al., 2022). Kecerdasan dan pemahaman remaja perempuan akan menderita jika anemia tidak segera diobati dan berlanjut, terutama bagi mereka yang masih melalui fase pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu, dia memiliki risiko perdarahan pasca persalinan 1,8 kali lipat lebih tinggi daripada wanita yang tidak anemia, yang meningkatkan kemungkinan dia akan menjadi ibu anemia. Efek anemia kemudian akan dirasakan ketika seorang wanita hamil, meningkatkan kemungkinan berat badan lahir rendah (BBLR), persalinan dini, dan pertumbuhan janin terhambat (Deivita et al., 2021).

Kelelahan yang cepat, pucat (dapat diamati di konjungtiva, bibir, gusi, pemeriksaan CRT pada kuku, dan telapak tangan), detak jantung yang cepat selama aktivitas ringan, sesak napas, nyeri dada sporadis, pusing, melihat bintik-bintik, dan tangan dan kaki dingin hingga mati rasa adalah semua tanda dan gejala anemia pada remaja. Bersamaan dengan pemeriksaan fisik, pertanyaan tentang riwayat medis dan menstruasi juga diajukan (Nuryanti et al., 2022).

Survei pendahuluan di Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali didapatkan informasi bahwa dinas melalui puskesmas telah menyebarkan tablet FE atau tablet tambah darah yang bisa di konsumsi oleh siswi SMP dan SMA. Namun, selama ini belum pernah ada penelitian tentang perilaku konsumsi tablet tambah darah pada siswi SMP. Di bawah naungan Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali terdapat 25 puskesmas. Puskesmas Boyolali 1 menjadi puskesmas dengan persentase anemia berat dan anemia sedang tertinggi yaitu sebanyak 3% dan 33%. Oleh karena itu, dari permasalahan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan Kejadian Anemia pada Siswi SMP di Boyolali"

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan

observasional analitik menggunakan metode *cross sectional*. Variabel independen pada penelitian ini adalah perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan variabel dependen yaitu gejala anemia. Populasi pada penelitian ini yaitu siswi SMP yang berada di wilayah kerja Puskesmas Boyolali 1.

Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa yang sudah masuk di dalam masa pubertas pada SMP di wilayah Boyolali. Berdasarkan penelitian Farahdiba (2018), proporsi kejadian anemia yaitu sebanyak 64,7% maka p nya $64,7\% = 0,67$ Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus Lemeshow, sebagai berikut :

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

Keterangan :

n = jumlah sampel minimal yang diperlukan
 N = jumlah populasi remaja putri kelas 8 di 5 sekolah (631)

α = derajat kepercayaan (CI 95%) (1,96)

p = proporsi kejadian anemia, jika proporsi kejadian anemia adalah 67%, maka $p = 0,67$

$q = 1-p$ (proporsi siswi yang tidak anemia)

$$1 - 0,67 = 0,33$$

d = limit dari error atau presisi absolut (0,05)

$$n = \frac{631 \times 3,941 \times 0,67 \times 0,33}{0,0025 \times (631 - 1) + 3,941 \times 0,67 \times 0,33}$$
$$n = \frac{549,825}{224,752}$$
$$n = 224,75 \text{ (225)}$$

Berdasarkan hasil perhitungan sampel, maka responden penelitian ini sejumlah 225 remaja putri. Namun responden yang didapatkan pada penelitian sebanyak 245 remaja putri.

Teknik pengambilan sampel yaitu dengan *proportionate random sampling* yang dilakukan dengan cara mengambil subyek secara acak untuk memastikan bahwa jumlah sampel yang diambil dari tiap sekolah representatif dengan populasi yakni 5 SMP Negeri di Wilayah Kerja Puskesmas Boyolali 1. Dengan *proportionate sampling* ini diambil pada siswi kelas 8 yang terdiri dari :

- 1) SMP Negeri 1 Boyolali = 65 siswi
- 2) SMP Negeri 2 Boyolali = 45 siswi
- 3) SMP Negeri 4 Boyolali = 50 siswi
- 4) SMP Negeri 5 Boyolali = 50 siswi
- 5) SMP Negeri 6 Boyolali = 35 siswi

TEMPLATE JURNAL ILMU KESEHATAN (JIK) STIKES ALIFAH

Untuk memastikan bahwa data yang akan diteliti valid dan reliabel atau konsisten, maka dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan di Sekolah Menengah Pertama yang memiliki karakteristik sama dengan sampel yaitu SMPN 3 Boyolali dengan jumlah responden sebanyak 30 orang. Pada instrumen perilaku konsumsi tablet tambah darah, terdapat 6 dari 7 pertanyaan yang valid atau r hitung $< 0,05$. Sedangkan untuk instrumen gejala anemia, terdapat 14 pertanyaan valid dari 17 pertanyaan. Nilai cronbach alpha pada perilaku konsumsi tablet tambah darah yaitu $0,605 > 0,6$ dan gejala anemia yaitu $0,801 > 0,6$ sehingga kuesioner pada 2 variabel itu reliabel.

Dalam melakukan analisis data yaitu Melalui penggunaan uji korelasi agar dapat mengeksplor hubungan diantara sikap konsumsi tabel tambah darahnya melalui gejala anemia. Dapat terpenuhinya asumsi normalitas yaitu apabila nilai signifikansi yang dimiliki Kolmogorov Smirnov telah melewati ($>$) $0,05$. Di film variabel yang berupa sikap konsumsi tablet tambah darah memiliki nilai signifikansi $0,826 > 0,05$ dan pada variabel gejala anemia memiliki nilai signifikansi yang sejumlah $0,928 > 0,05$. Sehingga variabel perilaku konsumsi tablet tambah darah dan gejala anemia berdistribusi normal, maka dapat dilakukan uji *pearson correlation*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Boyolali 1 terletak di kecamatan Boyolali dengan tersusun atas 9 Desa melalui wilayah dengan luasnya 265,00 Ha dan mempunyai total penduduk sejumlah 74.623 jiwa dengan tersusun atas 36.861 jiwa pria beserta 37.763 jiwa yang perempuan. Pada Puskesmas Boyolali 1 terdapat 6 sekolah menengah pertama (SMP). Pada penelitian ini dijalankan pada lima sekolah menengah pertama negeri (SMP) yang berada di bawah naungan Puskesmas Boyolali 1 diantaranya yaitu SMPN 1 Boyolali, SMPN 2 Boyolali, SMPN 4 Boyolali, SMPN 5 Boyolali, SMPN 6 Boyolali. Responden dalam penelitian ini merupakan siswi SMP kelas 8 dengan distribusi karakteristiknya sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan karakteristik umur, penerimaan dan sosialisasi mengenai tablet tambah darah serta efek samping tablet tambah darah

No	Karakteristik	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1	Usia		
	12	2	0,8
	13	50	20,4
	14	173	70,6
	15	20	8,2
	Mean \pm SD	13,86 \pm 0,548	
	Min – Max	12 – 15	
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	245	100
3	Pernah mendapatkan informasi mengenai TTD		
	Pernah	223	91
	Tidak Pernah	22	9
4	Pernah mendapatkan sosialisasi mengenai TTD		
	Pernah	200	81,6
	Tidak Pernah	45	18,4
5	Pernah mengalami efek samping setelah mengonsumsi TTD		
	Pernah	40	16,3
	Tidak Pernah	205	83,7
Total		245	100

Pada Tabel 1, responden dari penelitian ini yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 100%. Siswi SMP dipilih menjadi responden karena menstruasi hanya oleh dialami oleh perempuan yang rentan terhadap anemia daripada pria. Usia respondennya pada penelitian ini didominasi usia 14 tahun sebanyak 70,6% dengan usia paling mudah 12 tahun dan paling tua 15 tahun. Distribusi responden pada tabel 1 menggambarkan bahwa 91% atau 223 remaja putri telah memperoleh informasi perihal sebuah tablet tambah darahnya dan 81,6% atau 200 remaja putri pernah mendapatkan sosialisasi mengenai tablet tambah darah. Remaja putri pernah mengalami efek samping setelah mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 16,3% atau 40 remaja putri. Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa mayoritas remaja telah mengetahui mengenai anemia.

TEMPLATE JURNAL ILMU KESEHATAN (JIK) STIKES ALIFAH

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sosial Ekonomi Remaja Putri

No	Kategori	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1	Pekerjaan Orang tua		
	Guru	11	4,49
	PNS	11	4,49
	TNI/Polisi	7	2kk,86
	Karyawan Swasta	39	15,92
	Wiraswasta	72	29,39
	Buruh	70	28,58
	Petani	12	4,89
	Wirausaha	21	8,57
	Dokter	2	0,81
2	Pendapatan Orang tua Per Bulan		
	< UMK (< Rp 2.500.000)	77	32
	≥ UMK (≥ Rp 2.500.000)	81	33
3	Kendaraan yang dimiliki		
	Tidak Tahu	87	35
	Motor	143	58,4
	Mobil	3	1,2
4	Gadget yang digunakan		
	Motor dan Mobil	98	40
	Tidak Punya	1	0,4
	HP	215	87,3
	HP dan Laptop	25	10,3
5	Uang Saku per hari		
	Hp dan Tab	3	1,4
	HP, Tab dan Laptop	1	0,5
	Tidak Punya	1	0,5
	≤ Rp 10.000	61	24,90
	Rp 11.000 – Rp 20.000	148	60,41
	Rp 21.000 – Rp 30.000	25	10,20
	Rp 31.000 – Rp 40.000	1	0,41
	Rp 41.000 – Rp 50.000	2	0,82
	> Rp 50.000	4	1,63
Tidak menentu	4	1,63	
Total		245	100

Tabel 2. Menunjukkan pada pekerjaan orang tua mayoritas pekerjaan ayah wiraswasta sebesar 29,39% dengan pendapatan orang tua per bulan yaitu

mayoritas siswi tidak mengetahui hal tersebut sebanyak 35% atau 87 siswi. Kendaraan yang dimiliki oleh keluarga remaja putri mayoritas adalah motor dengan persentase sebesar 58,4% yang artinya sebanyak 143 keluarga siswi mempunyai motor. Gadget yang digunakan oleh siswi sebagian besar yaitu HP dengan persentase sebesar 87,3%. Dan setiap harinya, sebagian siswi diberikan uang saku Rp 11.000 – Rp 20.000 oleh orang tua sebesar 60,41%.

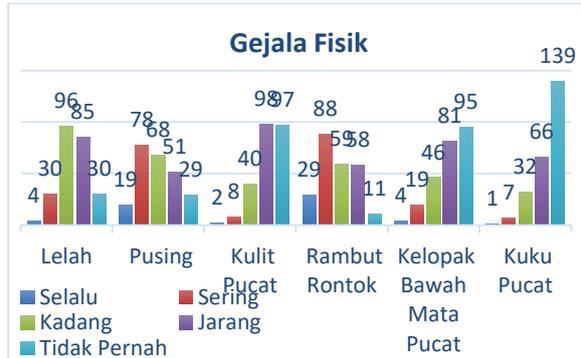
Tabel 3. Distribusi frekuensi perilaku konsumsi tablet tambah darah

No	Item Pernyataan	Perilaku dengan kategori selalu	Persentase (%)
1	Saya mengonsumsi TTD seminggu sekali jika tidak sedang menstruasi	27	11
2	Saya mengonsumsi TTD satu hari sekali saat menstruasi	4	1,6
3	Saya mengonsumsi TTD sesuai dengan jumlah yang disarankan oleh tenaga kesehatan	94	38,4
4	Saya mengonsumsi TTD dengan air putih	191	78
No	Item Pertanyaan	Perilaku dengan kategori tidak pernah	Persentase (%)
1	Saya mengonsumsi TTD apabila ada yang mengingatkan	50	20,4
2	Saya mengonsumsi TTD bersamaan dengan makanan tinggi kalsium seperti yogurt	189	77,1

Diketahui bahwa perilaku konsumsi tablet tambah darah yang telah diterapkan responden sebagai perilaku sehari-hari paling banyak adalah mengonsumsi tablet tambah darah

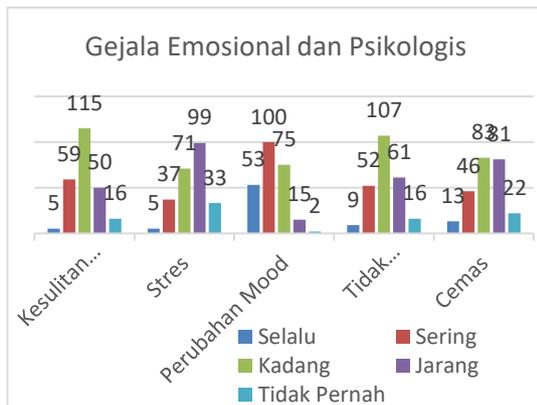
TEMPLATE JURNAL ILMU KESEHATAN (JIK) STIKES ALIFAH

dengan air putih sebanyak 191 siswi (78%). Perilaku konsumsi tablet tambah darah paling sedikit diterapkan adalah mengonsumsi tablet tambah darah satu hari sekali saat menstruasi sebanyak 4 orang (1,6).



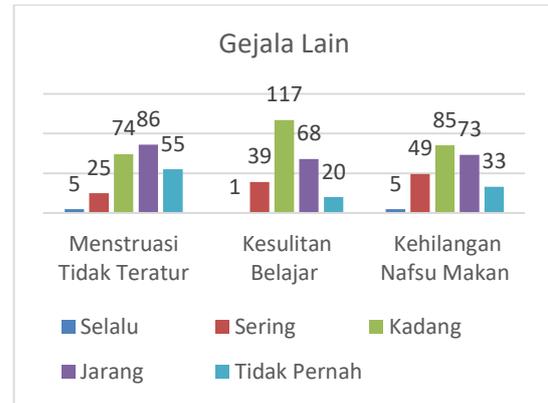
Gambar 1. Grafik batang gejala fisik

Pada gambar 1. Menunjukkan grafik batang mengenai gejala fisik, terdapat 5 gejala yaitu mudah lelah, pusing, kulit pucat, rambut rontok, kelopak bawah mata pucat, dan kuku pucat. Pada gejala fisik, mayoritas remaja putri merasa sering mengalami gejala fisik anemia berupa kuku pucat sebesar 139 siswi



Gambar 2. Grafik batan gejala emosional dan psikologis

Pada gambar 2, menunjukkan gejala emosional dan psikologis dari anemia, gejala tersebut antara lain kesulitan berkonsentrasi, merasa stress, sering mengalami perubahan mood, merasa tidak bersemangat dan merasa cemas. Berdasarkan tabel 2, mayoritas remaja putri merasa kadang-kadang kesulitan berkonsentrasi sebanyak 115 siswi.



Gambar 3. Grafik batang gejala lain

Berdasarkan gambar 3, menunjukkan bahwa terdapat gejala lain dari anemia yaitu mengalami menstruasi tidak teratur, mengalami kesulitan belajar, mengalami kehilangan nafsu makan. Dari gejala-gejala tersebut, sebagian besar remaja putri kadang-kadang kesulitan belajar sebanyak 117 orang.

Tabel 4. Hasil analisis Univariat

No	Variabel	Mean ± SD	Minimal - Maksimal
1	Perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)	21,07 ± 3,141	12 - 29
2	Gejala Anemia	37,06 ± 7,645	15 - 59

Pada tabel 4, menunjukkan pada variabel perilaku konsumsi TTD memiliki *mean* 21,07 dengan standar deviasi 3,141, minimal skor dari perilaku yaitu 12 dan maksimal total skor yaitu 29 serta mayoritas remaja putri memiliki perilaku konsumsi TTD yang baik. Sedangkan pada variabel gejala anemia memiliki mean 37,06 dengan standar deviasi 7,645, minimal total skor gejala anemia yaitu 15 dan maksimal total skor gejala anemia yaitu 59 serta mayoritas remaja putri memiliki gejala anemia yang berat.

Tabel 5. Hasil uji korelasi antara perilaku konsumsi TTD dan gejala anemia

N	Uji korelasi antara perilaku konsumsi TTD dan gejala anemia
245	Pearson Correlation
	-0,128
245	Sig. (2-tailed)
	0,045

TEMPLATE JURNAL ILMU KESEHATAN (JIK) STIKES ALIFAH

Berdasarkan tabel 5, hasil uji korelasi tersebut menyatakan bahwa terdapat hubungan antara perilaku konsumsi TTD dengan gejala anemia dengan kekuatan hubungan lemah. Arah hubungan dalam hasil uji korelasi ini adalah negatif yang menunjukkan bahwa semakin remaja melakukan perilaku konsumsi TTD maka semakin sedikit gejala anemia yang dirasakan.

PEMBAHASAN

Hasil uji bivariat *pearson product moment* antara perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan gejala anemia didapatkan nilai $p = 0,045 (< 0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang dapat diartikan ada hubungan antara perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan gejala anemia pada siswi SMP di wilayah kerja Puskesmas Boyolali 1. Pada nilai koefisien korelasi sebesar $-0,128$ yang artinya termasuk kategori kekuatan hubungan lemah. Dan untuk arah korelasi menunjukkan bahwa arah korelasi (-). Hubungan negatif menunjukan bahwa semakin baik perilaku konsumsi tablet tambah darah, maka semakin kecil kemungkinan terjadi gejala anemia pada remaja putri.

Hal ini sejalan dengan (Susanti, Nitalia et al., 2024) terdapat korelasi substansial antara penggunaan tablet penambah darah dengan terjadinya anemia, sebagaimana dibuktikan dengan hasil uji statistik menggunakan peringkat spearman, yang menghasilkan nilai p sebesar $0,0001 < 0,05$. Adapun nilai koefisien korelasi sebesar $0,501$ yang termasuk dalam kategori kuat. Penelitian ini memiliki arah korelasi positif (+), semakin baik perilaku konsumsi tablet tambah darah maka semakin kecil kemungkinan terjadinya anemia. Hal ini terjadi sebagai akibat dari kemampuan TTD untuk memenuhi kebutuhan zat besi tubuh dan menurunkan risiko anemia.

Menurut Suaib et al. (2024), kejadian anemia pada remaja perempuan di SMP Muhammadiyah 9 Berua, Makassar, berkorelasi secara signifikan dengan kepatuhan mengonsumsi tablet suplemen darah, seperti yang ditunjukkan oleh p -value penelitian sebesar $0,038 (p < 0,05)$. Faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah yaitu pengetahuan dan sikap. Hal tersebut sesuai dengan teori dari

notoatmodjo yang menyatakan bahwa perilaku atau tindakan suatu makhluk hidup di dasarkan pada pengetahuan dan sikap merupakan reaksi dengan kondisi masih tertutup sehingga perilaku sendiri masih tidak menciptakan sebuah tindakan, akan tetapi sebagai predisposisi tindakan atau perilakunya (Anisa et al., 2022).

Pada penelitian ini, gejala yang sering dirasakan pada gejala fisik yaitu kuku pucat. Pada gejala emosional dan psikologis terkadang remaja putri merasakan kesulitan berkonsentrasi. Dan gejala lainnya yang terkadang dirasakan yaitu kesulitan belajar. Pada penelitian Nuryanti et al. (2022) menyoroti tanda-tanda anemia berikut pada remaja: sesak napas, kadang-kadang nyeri dada, kemudian juga pusing, mata dengan terasa berkunang-kunang tangan beserta kakinya dingin sampai pada kondisi mati rasa, cepat lemahnya, dan juga pucat kurang buka diamati dalam conjugtiva, bibir, gusi, dan pemeriksaan CRT pada kuku dan telapak tangan). Kuku berbentuk sendok rapuh, kulitnya kering dan pucat, dan rambutnya cepat rontok. Gejala dan indikator anemia pada tubuh manusia dapat diamati selama pemeriksaan fisik. Pemeriksaan konjungtiva, atau bagian dalam kelopak mata, adalah pemeriksaan fisik umum yang sangat membantu dalam mendiagnosis anemia. Tes ini mudah diberlakukan, tidak memerlukan peralatan khusus, dan kebanyakan orang dapat menyelesaikannya dengan sedikit latihan. Namun, anemia ringan sulit dibedakan dari kondisi konjungtiva normal karena perbedaan warna yang minimal.

Pencegahan dan penanggulangan gejala anemia bisa dilakukan dengan cara meningkatkan pemahaman mengenai anemia. Anemia dipengaruhi oleh pengetahuan, sehingga memiliki banyak pengetahuan tentang anemia, maka sedikit kemungkinan menderita anemia. Memperbaiki gaya hidup dengan menjaga pola makan seimbang dan mengonsumsi pangan dengan zat besi dalam tingkat tinggi misalnya yaitu daging merah, hati dan sayur-sayuran hijau. Kemudian yang paling utama adalah mengonsumsi tablet tambah darah karena kadar hb dapat meningkat apabila mengonsumsi TTD (Izzara et al., 2023).

Perilaku konsumsi tablet tambah darah yang sering dilakukan yaitu mengonsumsi

TEMPLATE JURNAL ILMU KESEHATAN (JIK) STIKES ALIFAH

TTD dengan air putih dan juga mengonsumsi TTD sesuai dengan jumlah yang dianjurkan. Mengonsumsi TTD dengan air putih tidak memberikan pengaruh pada apapun tetapi jika meminum TTD bersama dengan teh atau kopi maka kenapa terhambatnya zat besi yang terserap. Terserapnya zat besi dapat meningkat apabila mengonsumsi TTD melalui pangan maupun minuman yang mengandung vitamin C seperti pada jus jeruk karena terserapnya zat besi bisa mengalami peningkatan jika terdapat zat asam pada lambungnya (Agustina, 2019).

Perilaku konsumsi tablet tambah darah yang tidak pernah dilakukan adalah mengonsumsi TTD bersamaan dengan makanan tinggi kalsium seperti yogurt dan mengonsumsi TTD apabila ada yang mengingatkan. Konsumsi TTD bersamaan dengan makanan tinggi kalsium menyebabkan penyerapan zat besi menjadi terhambat. Jumlah feritin juga akan berkurang seiring dengan zat besi yang penyerapannya menurun dengan memberikan pengaruh kepada total zat besi di mana dipakai bagi sintesis hemoglobin serta menjadi pengganti hemoglobin yang kondisinya telah rusak menyebabkan rendahnya tingkat hemoglobin plasma (Rieny et al., 2021).

Pada perilaku mengonsumsi TTD seminggu sekali jika tidak sedang menstruasi dan mengonsumsi TTD satu hari sekali saat menstruasi memiliki persentase yang sedikit. Pada penelitian Paramita et al. (2023) Responden menyebutkan sejumlah alasan untuk tanpa mengonsumsi TTD, seperti pada rasa suplemen dengan tidak nyaman bagi ditelan, tidak cukupnya kesadaran bahwa TTD diperlukan sebab mereka percaya bahwa mereka tidaklah membutuhkan suplemen, hingga selama menstruasi, dan juga efek samping dari mengonsumsi tablet penambah darah. Selain itu, meskipun sekolah menegaskan bahwa TTD diberikan secara langsung pada awal semester, penyampaian TTD sekolah tidak konsisten.

Ada beberapa cara untuk meningkatkan kesadaran dan mendorong gadis remaja untuk mengonsumsi tablet penambah darah, termasuk mengingatkan mereka untuk mengonsumsi TTD, memberi penghargaan kepada mereka yang meminumnya secara konsisten, dan berkolaborasi dengan orang tua untuk mendidik anak-anak tentang nilai

mengonsumsi TTD dan melacak kepatuhan remaja.

SIMPULAN

Diharapkan bahwa penggunaan tablet penambah darah akan mencegah dan menurunkan kejadian anemia pada remaja perempuan. Terdapat korelasi antara perilaku siswa SMP di wilayah kerja Puskesmas Boyolali 1 dengan gejala anemianya, menurut hasil Uji Bivariat *pearson product moment* antara perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dengan gejala anemia. Tes menghasilkan nilai $p = 0,045$, yang berarti bahwa H_0 ditolak. Korelasi negatif menunjukkan bahwa remaja putri cenderung tidak mengalami gejala anemia semakin baik mereka berperilaku dengan mengonsumsi obat penambah darah. Menurut arah hubungan positif penelitian ini, gejala anemia lebih kecil kemungkinannya muncul ketika orang mengonsumsi tablet untuk meningkatkan jumlah darah mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada mitra penelitian yaitu sekolah SMP yang berada di wilayah Puskesmas Boyolali 1 yang sudah berkenan memberikan izin untuk penelitian. Kepada siswi yang sudah berkenan menjadi responden penelitian. Serta dosen pembimbing yang telah memberikan berbagai masukan dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, W. (2019). Comparison Of Hemoglobin Levels In Pregnant Moms Who Consume Iron Tablets With And Without Vitamin C In The Puskesmas Working Area Langsa Lama 2019. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(2), 76.
- Anisa, N. I., Widyaningsih, E. B., & Wahyuni, I. S. (2022). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU KONSUMSI TABLET FE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI. *Indonesian Journal of Midwifery Scientific*, 1(1), 7–12.

TEMPLATE JURNAL ILMU KESEHATAN (JIK) STIKES ALIFAH

- Benson, C. S., Shah, A., Stanworth, S. J., Frise, C. J., Spiby, H., Lax, S. J., Murray, J., & Klein, A. A. (2021). The effect of iron deficiency and anaemia on women's health. *Anaesthesia*, 76(S4), 84–95.
<https://doi.org/10.1111/anae.15405>
- Budhathoki, L., Shrestha, B., Phuyal, N., & Shrestha, L. (2021). Prevalence of anemia in adolescent girls attending specific schools of kavrepalanchok, Nepal. *Journal of the Nepal Medical Association*, 59(235), 284–287.
<https://doi.org/10.31729/jnma.6330>
- Chaparro1, C. M., & Suchdev, P. S. (2019). Anemia epidemiology, pathophysiology, and etiology in low- and middle-income countries. *HHS Public Acces*, 176(3), 139–148.
<https://doi.org/10.1111/nyas.14092>. Anemia
- Deivita, Y., Syafruddin, S., Andi Nilawati, U., Aminuddin, A., Burhanuddin, B., & Zahir, Z. (2021). Overview of Anemia; risk factors and solution offering. *Gaceta Sanitaria*, 35, S235–S241.
<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.07.034>
- Dewi, K. A. P. D., Nurtini, N. M., & I, N. P. R. K. (2020). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi SMPN 11 Denpasar. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 4(2), 39–43.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133.
<https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Direktur Bina Gizi. (2015). *Rencana Aksi Pembinaan Gizi Masyarakat (RAPGM) Tahun 2010-2014*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Farahdiba, D. (2018). HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI FE, PROTEIN DAN VITAMIN C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA SISWI DI MTSN NGEMPLAK KABUPATEN BOYOLALI. *Skripsi Thesis*, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Haerani, A. R. (2021). *Gambaran Perilaku Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di SMK An-Nuriyah Jakarta Tahun 2021*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Izzara, W. A., Yulastri, A., Erianti, Z., Putri, M. Y., & Yuliana. (2023). Penyebab, Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri (Studi Literatur). *Jurnal Multidisiplin West Science*, 2(12), 1051–1064.
<https://doi.org/10.58812/jmws.v2i12.817>
- Jayadi, Y. I., Palangkei, A. S. I. A., & Warahmah, J. F. (2021). Evaluasi Pemberian Tablet Tambah Darah Untuk Remaja Putri Wilayah Puskesmas Binamu Kota. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(3), 168–175.
<https://doi.org/10.22487/hjt.v7i3.455>
- Kusudaryati, D. P. D., Marfuah, D., & Andriyani, P. (2022). Hubungan Asupan Protein dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri di Desa Donohudan Kabupaten Boyolali The Correlation Between Protein And Vitamin C Intake on Hemoglobin Level of Adolescent Girl in Donohudan Village Boyolali District. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 20(1), 82–88.
journals.itspku.ac.id
- Mus, R., Siahaya, P. G., Tamalsir, D., Abbas, M., Yunita, M., Putrie, I. R., & Agustina, T. (2023). Upaya Pencegahan Anemia Melalui Deteksi Dini Dan Pelatihan Pemeriksaan Hemoglobin (Hb). *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 267.
<https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.12019>
- Naldaroza, S., Harahap, D. A., & Syahda, S. (2024). Hubungan Sikap Dan Konsumsi

- Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 6 Tapung Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023. *Evidence Midwifery Journal*, 3(3), 7–15.
- Ningsih, F., Ovany, R., & Anjelina, Y. (2022). Literature Review: Hubungan Pengetahuan terhadap Sikap Masyarakat tentang Upaya Pencegahan Penularan Tuberculosis. *Jurnal Surya Medika*, 7(2), 108–115.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v7i2.3212>
- Nuryanti, Y., Mansa, G., & Pratiwi, N. (2022). Pemanfaatan bahan lokal untuk memperbaiki anemia pada remaja putri. *Jurnal Keperawatan*, 14(4), 999–1008.
- Paramita, D. S., Muniroh, L., & Naufal, F. F. (2023). HUBUNGAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DAN KONSUMSI KOPI DENGAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK ISLAMIC. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2011), 5779–5787.
- Rieny, E. G., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2021). Peran Kalsium dan Vitamin C dalam Absorpsi Zat Besi dan Kaitannya dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(6), 423–432.
[https://doi.org/10.14710/mkmi.20.6.423-](https://doi.org/10.14710/mkmi.20.6.423-432)
- 432
- Risikesdas. (2018). Laporan Risikesdas 2018 Nasional. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Sharma, N., Gupta, M., Kishore, J., Singla, H., Dayma, R., & Sharma, J. B. (2024). Effects of Oral Folic Acid and Iron Tablets Intake on the Prevalence and Severity of Anemia in Pregnant Women in a Public Sector Hospital in Delhi. *Cureus*, 16(9), 1–9.
<https://doi.org/10.7759/cureus.69041>
- Suaib, F., Rowa, S. S., & Adwiah, W. (2024). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, XIX(1), 71–76.
- Susanti, Nitalia, P., Azza, A., & Kholifah, S. (2024). Hubungan Perilaku Konsumsi Nutrisi Dan Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 3 Jember. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(5), 25–31.
<https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644>
- WHO. (2019). *Anaemia In Women And Children*. World Health Organization.