

CONSUMPTION OF FE TABLETS AS A RISK FACTOR FOR ANEMIA IN ADOLESCENTS

Agustin Dwi Syalfina¹, Elyana Mafticha^{2*}, Sari Priyanti³, Dian Irawati⁴, Yolanda Sisca Maula⁵

¹⁻²Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

³Program Studi Profesi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

⁴Program Studi S1 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

⁵Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

*Korespondensi: elyanama@gmail.com

Abstract

Anemia in women of childbearing age, especially adolescent girls, is a nutritional problem that has a long impact on maternal and child health, from pregnancy complications to maternal death and low birth weight babies. Efforts to control and prevent anemia in adolescent girls are carried out through two main activities, including health promotion and the provision of Fe tablets. Fe tablets are consumed by adolescent girls during menstruation and once a week. This study aims to analyze the effect of consuming Fe tablets on anemia in adolescent girls. The type of research used is analytic epidemiological research with cross sectional design. The population is all students at SMPN 1 Trowulan with a sample of 70 students obtained by simple random sampling technique. The data were taken directly at the research site using a questionnaire and a check list instrument and then processed and analyzed using the chi-square test. The results of this study indicate that 80% of respondents do not take Fe tablets during menstruation, 40% do not take Fe tablets once per week, 84.3% are irregular in consuming Fe tablets, there is a significant effect of consuming Fe tablets once per week on anemia in adolescent girls (p -value=0.017, PR=3.375, 95% CI=1.150-9.902). Adolescents who regularly consume Fe tablets once a week will have normal Hb levels. It is expected that health workers will increase socialization about the consumption of Fe tablets during menstruation, distribution of Fe tablets during menstruation.

Keywords: Regularity, Fe, Anemia, Adolescent, Girls

Abstrak

Anemia pada wanita usia subur terutama remaja putri merupakan masalah gizi yang memberikan dampak panjang pada kesehatan ibu dan anak yaitu komplikasi kehamilan sampai dengan kematian ibu dan berat badan bayi lahir rendah. Upaya penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja putri dilakukan melalui dua kegiatan pokok meliputi promosi kesehatan dan pemberian tablet Fe. Tablet Fe dikonsumsi oleh remaja putri pada saat menstruasi dan tiap 1 minggu sekali. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi tablet Fe terhadap anemia remaja putri. Jenis penelitian yang digunakan penelitian epidemiologi analitik dengan desain *cross-sectional*. Populasi adalah seluruh siswi di SMPN 1 Trowulan dengan jumlah sampel 70 siswa yang diperoleh dengan teknik *simple random sampling*. Data diambil secara langsung di tempat penelitian dengan menggunakan instrumen kuesioner dan check list kemudian diolah dan dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 80% responden tidak mengonsumsi tablet Fe selama menstruasi, 40% tidak mengonsumsi tablet Fe dalam 1 kali per minggu, 84,3% tidak teratur dalam konsumsi tablet Fe, terdapat pengaruh signifikan konsumsi tablet Fe 1 kali per minggu terhadap anemia pada remaja putri (p -value=0,017, PR=3,375, CI95%=1,150-9,902). Remaja yang teratur dalam konsumsi tablet Fe sekali seminggu maka akan memiliki kadar Hb normal. Diharapkan petugas kesehatan meningkatkan sosialisasi tentang konsumsi tablet Fe selama menstruasi, pembagian tablet Fe selama menstruasi.

Kata Kunci: Keteraturan, Fe, Anemia, Remaja, Putri.

Pendahuluan

Anemia pada wanita khususnya remaja adalah salah satu masalah gizi yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi. Anemia ini berkaitan dengan target gizi secara global yaitu *stunting*, *wasting* dan BBLR. Anemia juga menjadi target SDGs ke 2 dan 3

penurunan seluruh bentuk kekurangan gizi dan memastikan kehidupan sehat untuk semua pada tahun 2030.¹ Anemia lebih sering terjadi pada remaja perempuan dibandingkan laki-laki disebabkan remaja perempuan lebih banyak kehilangan zat besi seiring dengan proses menstruasi yang didapatkan perempuan pada tiap bulan. Kehilangan zat besi ini harus diimbangi dengan konsumsi tablet FE meskipun sudah banyak mengonsumsi makanan yang mengandung nabati.² Prevalensi anemia jauh lebih tinggi di negara berkembang, karena status sosial ekonomi rendah dan akses miskin ke layanan kesehatan. Anemia adalah komplikasi medis di mana jumlah dan ukuran sel darah merah, atau konsentrasi hemoglobin, berada di bawah kisaran referensi. Ini memiliki konsekuensi potensial merusak atau mengurangi kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Anemia disebabkan oleh status gizi yang buruk dan/atau kondisi kesehatan yang buruk. Pada masa remaja, anemia sebagian besar disebabkan oleh masalah gizi yang sering terjadi karena pertumbuhan dan perubahan fisik yang cepat, kebutuhan zat besi yang tinggi, tingginya angka infeksi dan kecacangan, serta pernikahan dini dan kehamilan remaja. Anemia pada remaja memiliki efek negatif pada kinerja, perkembangan kognitif dan kehamilan selama masa remaja yang meningkatkan morbiditas dan mortalitas ibu serta hasil kelahiran yang buruk. Selain itu, dari segi kognitif dan kinerja, anemia dapat berdampak pada produktivitas ekonomi negara saat ini dan di masa depan secara luas. Inisiatif untuk mencegah anemia umumnya menargetkan bayi, anak kecil, ibu hamil, dan menyusui tetapi tidak berfokus pada remaja karena ini konsekuensi anemia di kalangan remaja tetap menjadi masalah besar.³

Data global menunjukkan 1,2 miliar remaja di seluruh dunia, yang merupakan seperlima dari total populasi dunia dan angkanya terus meningkat. Negara berkembang menyumbang sekitar 5 juta remaja dari total populasi remaja.⁴ Data WHO tahun 2008 bahwa 1,62 miliar penduduk di dunia mengalami anemia yang terbagi 47,4% terjadi pada usia prasekolah, 25,4% usia sekolah, 41,8% wanita usia subur, dan 12,7% pada pria. Berbagai penelitian menunjukkan prevalensi anemia remaja putri berkisar antara 78,5 hingga 78,8%. Secara global penyebab paling signifikan dari anemia adalah kekurangan zat besi sebesar 50% dari anemia yang terjadi di dunia. Data tahun 2016, Indonesia memiliki capaian tertinggi untuk kejadian anemia dibandingkan negara lain di Asia tenggara yaitu Indonesia (42%), Malaysia (37%), Singapura (32%), Filipina (30%), Vietnam (37%), Thailand (40%) dan Brunei Darussalam (27%). Tahun 2018, 23,7% anemia di alami oleh perempuan dengan 32% pada remaja putri dan 48,9% pada ibu hamil.⁵ Anemia di Indonesia tahun 2013 sebesar 21,7% yaitu 23,9% pada perempuan dan 18,4% pada laki-laki.² Capaian pemberian tablet FE di Indonesia tahun 2021 sebesar 31,3% dan Provinsi Jawa Timur sebesar 23,5%.⁶ Capaian dari Provinsi Jawa Timur lebih rendah dari capaian nasional.

Anemia yaitu kondisi kadar hemoglobin kurang dari 12g/dl. Gejala anemia pada remaja putri meliputi lemah, letih, lesu, menurunnya konsentrasi belajar, terhambatnya pertumbuhan fisik dan perkembangan otak, peningkatan risiko terkena penyakit infeksi karena kekebalan tubuh yang rendah, bagi remaja yang bekerja akan mengalami penurunan produktivitas dalam pekerjaan.⁷ Anemia remaja putri berdampak negatif pada segi kognitif, prestasi sekolah sampai dengan anemia pada kehamilan yang berdampak pada komplikasi kehamilan dan bayi baru lahir rendah (BBLR). BBLR merupakan faktor risiko kejadian stunting.⁵ Faktor yang menyebabkan anemia pada remaja antara lain fase pertumbuhan, ketidak-adekuatan konsumsi makanan yang mengandung zat besi dan vitamin C, diet vegan dan karbohidrat, terlambat makan, olahraga yang berat dan kehilangan darah menstruasi. Dampak kejadian anemia pada remaja tidak langsung bisa dirasakan tapi membutuhkan waktu panjang untuk bisa mempengaruhi ibu dan anak yang dilahirkan. Dampak tersebut meliputi gangguan pertumbuhan dan perkembangan, kelelahan, menurunnya sistem imunitas sehingga rentan terjadi infeksi, gangguan fungsi

kognitif dan rentan keracunan.⁸ Ketika remaja putri menstruasi memiliki risiko 2 kali lipat untuk kehilangan zat besi dibandingkan laki-laki. Pemberian tablet Fe merupakan salah satu pencegahan dan pengobatan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur pada umumnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi tablet Fe terhadap anemia pada remaja putri di SMPN 1 Trowulan.

Metode

Jenis penelitian tentang pengaruh konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia remaja putri menggunakan penelitian epidemiologi analitik dengan desain *cross-sectional*. Variabel dependen yaitu anemia remaja putri dan variabel independen yaitu konsumsi tablet Fe. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri di SMPN 1 Trowulan dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Perhitungan besar sampel menggunakan rumus Lameshow yang diperoleh sebesar 70 siswa.

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 1 Trowulan dengan teknik pengumpulan data tentang konsumsi tablet melalui wawancara berpedoman pada kuesioner yang telah disusun dan data tentang anemia didapatkan dengan pemeriksaan Hb siswa menggunakan *digital easy touch* yang dilakukan oleh bidan desa. Data yang sudah dikumpulkan selanjutnya diolah melalui beberapa tahapan diantaranya *editing, coding, scoring, tabulating* kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat dibantu aplikasi SPSS dengan uji *chi-square*. Penelitian ini telah lulus uji etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Stikes Majapahit dengan Nomor: 041/KEPK-SM/2023.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden tentang Pengaruh Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 1 Trowulan Tahun 2022

Karakteristik	Frekuensi (n=70)	Proporsi (%)
Umur Remaja Putri		
13 Tahun	18	25,7
14 Tahun	39	55,7
15 Tahun	13	18,6
Pendidikan terakhir orang tua		
SD-SMP	44	62,9
SMU	20	28,5
Perguruan Tinggi	6	8,6
Pekerjaan Orang tua		
Tidak Bekerja	5	7,1
Swasta	46	65,8
Petani	11	15,7
Pegawai Negeri Sipil	8	11,4

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa karakteristik responden sebagian besar berumur 14 tahun sebanyak 39 siswa (55,7%), sebagian besar orang tua berpendidikan SD-SMP yaitu 44 orang (62,9%) dan sebagian besar orang tua memiliki pekerjaan swasta yaitu 46 orang (65,8%). Data orang tua pada penelitian ini adalah wali murid yang bertanggung jawab kepada siswi di SMPN 1 Trowulan.

Tabel 2. Uji Bivariat Konsumsi Tablet Fe terhadap Anemia Remaja Putri di SMPN 1 Trowulan Tahun 2022

Variabel	Anemia				PR (CI 95%)	p-value
	Ya		Tidak			
	n	%	n	%		
Konsumsi Tablet Fe selama Menstruasi						
Tidak	11	84,6	45	78,9	1,375 (0,343-5,510)	0,645
Ya	2	15,4	12	21,1		
Konsumsi Tablet Fe/Minggu						
Tidak	9	69,2	19	33,3	3,375 (1,150-9,902)	0,017
Ya	4	30,8	38	66,7		
Keteraturan Konsumsi Tablet Fe						
Tidak	12	92,3	47	82,5	2,237(0,323-15,503)	0,378
Ya	1	7,7	10	17,5		

Berdasarkan uji tabulasi silang dan uji analisis bivariat pada tabel 2, pengaruh konsumsi tablet Fe dilihat dari beberapa aspek di antaranya konsumsi tablet Fe selama menstruasi, konsumsi tablet Fe 1 tablet per minggu dan keteraturan konsumsi tablet Fe. Keteraturan tablet Fe apabila responden mengonsumsi tablet Fe selama menstruasi dan juga mengonsumsi tablet Fe 1 tablet per minggu. Hasil analisis tentang pengaruh konsumsi tablet Fe selama menstruasi terhadap anemia remaja putri menunjukkan pengaruh yang tidak signifikan ($p\text{-value}=0,645$, $PR=1,375$, $CI95\%=0,343-5,510$). Hal ini dikarenakan responden tidak mengonsumsi tablet Fe selama menstruasi memiliki proporsi yang sama antara yang anemia dan tidak anemia. Dilihat dari pengaruh konsumsi tablet Fe 1 tablet per minggu terhadap kejadian anemia diperoleh hasil signifikan ($p\text{-value}=0,017$, $PR=3,375$, $CI95\%=1,150-9,902$). Responden yang tidak mengonsumsi tablet Fe 1 kali/minggu sebagian besar mengalami anemia 9 (69,2%) dan sebagian kecil tidak anemia 19 (33,3%) dengan besar faktor risiko 3,375 artinya responden yang tidak mengonsumsi tablet Fe 1 kali/minggu 3,375 kali berisiko terjadi anemia dibandingkan tidak anemia. Pengaruh keteraturan konsumsi tablet Fe terhadap anemia menunjukkan pengaruh yang tidak signifikan ($p\text{-value}=0,378$, $PR=2,237$, $CI95\%=0,323-15,503$).

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi Tablet Fe 1 kali seminggu memiliki pengaruh signifikan terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Anemia merupakan keadaan kadar Hb dalam darah kurang dari nilai normal berdasarkan umur dan jenis kelamin. Nilai Normal Hb remaja wanita 12-15 g/dl sedangkan remaja laki-laki 13-17 g/dl. Apabila kadar Hb kurang dari normal karena jumlah sel darah merah dalam tubuh tidak mampu memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh sehingga terjadi pengenceran disebabkan faktor usia, tempat tinggal, jenis kelamin, merokok dan kehamilan. Faktor penyebab kadar Hb rendah yaitu adanya kekurangan zat besi, asam folat, vitamin A, vitamin B12, infeksi oleh parasit, kelainan yang dibawa sejak lahir, kekurangan zat gizi makro dan mikro. Gejala fisik yang ditunjukkan remaja putri dengan anemia antara lain pusing, mata berkunang-kunang, tanda pucat pada kelopak mata, bibir, lidah, kulit, telapak tangan, lemah, letih, lesu, lunglai, lelah. Anemia remaja putri memberikan dampak panjang pada saat kehamilan.⁹ Anemia zat besi paling sering terjadi pada

remaja putri, karena asupan makanan oleh remaja putri yang kurang terutama yang mengandung zat besi, transportasi oleh protein dan kurangnya konsumsi vitamin C yang mempercepat penyerapan zat besi karena kurangnya informasi tentang gizi makanan, konsumsi tablet Fe dan vitamin C. Zat besi berperan penting untuk meningkatkan kadar HB dan membantu mengikat berbagai enzim dengan mengikat oksigen. Zat besi meliputi zat besi heme yang bersumber dari daging, hati, unggas, ikan, dan zat besi non heme. Penelitian Sholihah *et al*, tahun 2019 menunjukkan bahwa zat besi berpengaruh signifikan terhadap kejadian anemia.¹⁰ Remaja putri yang tingkat konsumsi zat besinya rendah 8,737 kali lebih risiko terjadi anemia dibandingkan tidak anemia. Kadar konsumsi zat besi responden dengan anemia adalah rata-rata 4,8 mg sedangkan yang tidak anemia mengonsumsi zat besi rata-rata 14,83 mg. Penelitian Tonasih *et al*, 2019 diperoleh hasil mahasiswi yang mengonsumsi tablet Fe rata-rata mengalami peningkatan kadar Hb 0,2g/dl serta hasil uji statistik menunjukkan pengaruh signifikan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb.¹¹

Negara Indonesia telah melakukan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada wanita usia subur sejak dini yaitu remaja untuk mencegah tingginya angka kematian ibu dan memutuskan lingkaran malnutrisi antar generasi mulai tahun 2007. Pencegahan dan penanggulangan anemia yang dilaksanakan pemerintah yaitu melalui pemberian tablet Fe kepada remaja putri 1 tablet per minggu (48 tablet per tahun) dan 1 tablet per hari selama 10 hari mendapatkan menstruasi. Meskipun telah ditetapkan sejak 2006 program pemberian tablet Fe, namun masih rendah kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe yang dilihat dari ketepatan jumlah tablet Fe yang diminum dan frekuensinya.¹² Remaja putri harus mengonsumsi tablet Fe secara teratur karena siklus menstruasi yang didapat setiap bulan akan menurunkan kadar Hb. Oleh karena itu Tablet Fe mampu mengganti zat besi yang hilang saat menstruasi sehingga meningkatkan prestasi belajar, kualitas kesehatan ibu dan anak. Program pemberian tablet Fe kepada remaja putri dilaksanakan oleh puskesmas dengan dibantu guru UKS SMP dan SMU untuk pendistribusian tiap minggunya. Masih tingginya anemia remaja putri disebabkan efek samping dari tablet Fe seperti mual, muntah, pusing dalam konsumsi tablet Fe serta rendahnya pengetahuan tentang dampak panjang anemia menyebabkan ketidakteraturan remaja. Namun sekarang sudah ada tablet Fe dari PT. Kimia Farma yang rasanya manis sehingga remaja putri lebih suka mengonsumsinya dan konsumsi tablet Fe dilakukan secara bersama di sekolah sehingga meningkatkan jumlah siswa yang mengonsumsi tablet Fe per minggu.¹³ Tablet Fe yang diberikan kepada remaja putri memiliki komposisi 60 mg Ferrous sulfat, Ferrous Glukonat dan 0,4 mg asam folat. Zat besi yang terkandung dalam tablet tersebut untuk membantu pemenuhan kebutuhan zat besi dan asam folat dengan membantu pembentukan darah serta perlu untuk pengangkutan sitokron, pengaktifan oksigen sehingga anemia bisa teratasi.¹⁴

Pada penelitian juga diperoleh bahwa konsumsi tablet Fe selama menstruasi dan keteraturan dalam konsumsi tablet Fe tidak memiliki pengaruh secara signifikan terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN Trowulan. Siswi Putri yang tidak mengonsumsi tablet Fe selama mendapatkan menstruasi 1,375 kali terjadi anemia dibandingkan tidak anemia sedangkan siswi yang tidak teratur dalam konsumsi tablet Fe 2,237 kali lebih berisiko anemia dibandingkan tidak anemia. Kesadaran siswi untuk keinginan konsumsi tablet Fe selama menstruasi tidak bisa lepas dari faktor pengetahuan, faktor pengetahuan adalah faktor yang membentuk perilaku seseorang. Pengetahuan mempengaruhi sikap dan perilaku dalam memilih makanan, suplemen tablet tambah darah yang berdampak pada status gizi.¹⁵ Penelitian Rizka Angrainy dan Wulandari tahun 2019 menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe selama menstruasi dengan anemia.¹⁶ Kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe selama menstruasi berperan penting dalam mencegah

anemia. Siswi tahu kalau harus konsumsi tablet Fe tapi karena merasa tidak ada keluhan dan kurang pemahaman tentang jangka panjang anemia sehingga kurang patuh dalam konsumsi tablet Fe selama menstruasi. Berbeda dengan konsumsi tablet Fe tiap minggu yang dilakukan bersama di sekolah dengan dukungan guru UKS, yang menunjang dalam peningkatan kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe.

Penelitian Quraini *et al* tahun 2020 bahwa ada hubungan kontrol perilaku dengan niat untuk patuh konsumsi tablet tambah darah, remaja putri dengan kontrol perilaku kuat 3,906 kali akan patuh dalam konsumsi tablet tambah darah dibandingkan tidak patuh.¹⁷ Kontrol perilaku kuat ditunjukkan dari pernyataan setuju tentang konsumsi tablet tambah darah yang sudah disediakan oleh puskesmas setiap seminggu sekali, kontrol perilaku lemah ditunjukkan pada jawaban setuju pada pernyataan negatif tentang efek samping tablet tambah darah. Menurut Penelitian Mardiah *et al* tahun 2021 menemukan bahwa dukungan sekolah terutama guru berhubungan signifikan dengan konsumsi tablet Fe remaja putri.¹⁹ Kajian literatur oleh Nelda dan Djokosujono tahun 2019 menyebutkan bahwa dukungan guru berpengaruh terhadap konsumsi tablet tambah darah remaja putri dengan besar faktor risiko 4,7. Tablet Fe adalah suplemen berupa tablet dengan kandungan zat besi untuk penanggulangan anemia gizi pada wanita usia subur dan remaja putri. Strategi penanggulangan anemia gizi terdiri dari 2 kegiatan pokok yaitu Komunikasi Informasi dan Edukasi tentang anemia dan pemberian tablet tambah darah. Kegiatan ini berlandaskan kemitraan dan pendekatan keluarga dengan pendekatan multisektoral untuk mencapai sasaran yang dituju. Pemberian tablet Fe untuk remaja putri dikelola oleh pemegang program gizi di puskesmas dengan melibatkan guru UKS SMP dan SMU sederajat dalam pembagian tablet Fe tersebut tiap minggu dan untuk hari minumnya sesuai kesepakatan tiap wilayah.¹⁹ Dukungan guru UKS melalui pemberian informasi tentang tablet tambah darah, pujian, pengawasan, teguran jika tidak minum. Dukungan petugas kesehatan melalui kegiatan sosialisasi anemia, pembagian leaflet, pemasangan poster.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua memiliki pendidikan terakhir SD-SMP dan pekerjaan swasta. Orang tua cenderung lebih fokus untuk bekerja untuk mendapatkan uang sehingga kebutuhan keluarga tercukupi, serta akses untuk meningkatkan informasi tentang aspek yang meningkatkan kesehatan anaknya sangat rendah pada era digitalisasi. Orang tua yang bekerja memiliki waktu lebih sedikit untuk melakukan pengawasan dan pendampingan dalam konsumsi tablet Fe, selama anak tidak menunjukkan gejala gangguan fisik atau sakit maka orang tua menganggap suatu hal yang biasa dan tidak membutuhkan perhatian khusus. Sebagian besar dalam menggunakan *handphone* yang penting bisa telepon dan SMS dan kurang menguasai untuk penggunaan dalam menambah informasi terbaru. Hal tersebut yang menyebabkan rendahnya dukungan keluarga dalam konsumsi tablet Fe. Pendidikan dan pekerjaan orang tua juga mempengaruhi pendapatan keluarga untuk pemenuhan gizi anaknya, rendahnya pendapatan keluarga diikuti juga dengan rendahnya status gizi dan ketidakmampuan dalam membeli tablet Fe ketika menstruasi. Dari segi usia responden antara 13-15 tahun yang merupakan kategori remaja awal. Remaja cenderung memiliki keinginan kuat untuk bisa diterima dan disukai oleh teman sebayanya sehingga lebih suka meniru gaya temannya untuk dapat menjadi bagian dalam kelompok teman sebayanya. Begitu pula dengan konsumsi tablet Fe akan lebih banyak meniru temannya jika temannya tidak mengonsumsi tablet Fe. Remaja putri usia 10-19 tahun merupakan kelompok berisiko terjadi anemia karena mendapatkan menstruasi setiap bulannya dan mengurangi makan supaya tidak gemuk untuk menjaga penampilan tetap bagus.²⁰

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswi rutin mengonsumsi tablet Fe per minggu dan Sebagian besar siswi tidak mengalami anemia. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa konsumsi tablet Fe per minggu berpengaruh signifikan terhadap kejadian. Siswi SMPN 1 Trowulan yang mengonsumsi tablet Fe 1 kali/minggu 3,375 kali berisiko terjadi anemia dibandingkan tidak anemia (p value=0,017, PR=3,375, CI95%=1,150-9,902). Oleh karena itu, diharapkan petugas kesehatan meningkatkan sosialisasi tentang konsumsi tablet Fe selama menstruasi, dampak jangka panjang anemia, distribusi tablet Fe selama menstruasi melalui guru UKS dan pengadaan Kartu kontrol tablet Fe.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada: Ketua STIKES Majapahit, Ketua LPPM STIKES Majapahit dan Kaprodi S1 Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan ijin untuk dilaksanakan penelitian, Kepala Sekolah SMPN 1 Trowulan yang telah memberikan ijin untuk pengambilan data dan teman dosen serta mahasiswa yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Sintha Fransiske Simanungkalit OSS. Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang Berhubungan dengan Status Anemia. *Bul Penelit Kesehat.* 2019;47(3):175–82.
2. Astrida Budiarti, Sri Anik NPGW. Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *J Kesehat Mesencephalon.* 2020;6(2):137–41.
3. Samuel Derbie Habtegiorgis, Pammla Petrucka, Animut Takele Telayneh, Daniel Shitu Getahun, Lemma Getacher SA. Prevalence and associated factors of anemia among adolescent girls in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. *PLOS One J.* 2022;1–11.
4. Abilash Sasidharannair Chandrakumari, Pammy Sinha, Shreelakshmidewi Singaravelu SJ. Prevalence of Anemia Among Adolescent Girls in a Rural Area of Tamil Nadu, India. *J Fam Med Prim Care.* 2019;8(4):1414–1417.
5. Nadiyah, Laras Sitoayu LPD. Remaja Putri Pedesaan di Indonesia Berisiko Anemia Dua Kali Lebih Tinggi. *J Indones Nutr Assoc.* 2022;45(1):35–48.
6. KemenkesRI. Profil Kesehatan Indonesia 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022. 538 p.
7. Rahmadi A. The Difference in the Status of Anemia in Young Women High School Students Program and Non-Program Iron Supplementation Tablet. *Borneo J of Medical Lab.* 2018;1(1):30–4.
8. Yunita FA, Parwatiningsih SA, Hardiningsih, Nurma AE, Yuneta, M. Nur Dewi Kartikasari R. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia di SMP 18 Surakarta. *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl.* 2020;8(1):36–46.
9. Apriyanti F. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *J Doppler Univ Pahlawan Tuanku Tambusai.* 2019;3(2):18–21.
10. Ni'matush Sholihah, Sri Andari BW. Hubungan Tingkat Konsumsi Protein, Vitamin C, Zat Besi dan Asam Folat dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 4 Surabaya. *Amerta Nutr J.* 2019;135–41.
11. Tonasih SDRAI. Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) di Stikes Muhammadiyah Cirebon. *J SMART Kebidanan.*

- 2019;6(2):106–13.
12. Annisa Nuradhiani, Dodik Briawan CMD. Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kota Bogor. *J Gizi Pangan*. 2017;12(3):153–60.
 13. Fitriana DDP. Evaluasi Program Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Indones J Heal Promot*. 2019;2(3):200–7.
 14. Susi Irianti S. Gambaran Faktor Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Oksitosin J Ilm Kebidanan*. 2019;6(6):92–7.
 15. Rizka Angrainy LF, Wulandari V. Pengetahuan Remaja Putri tentang Konsumsi Tablet FE pada Saat Menstruasi dengan Anemia. *J Endur Kaji Ilm Probl Kesehat*. 2019;4(2):343–9.
 16. Quraini DF, Farida Wahyu Ningtyias NR. Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *J Promkes*. 2020;8(2):154–62.
 17. Reni Mardiah, M. Amin, Bintang Agustina Pratiwi RY. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Sekolah terhadap Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri Kelas XI di SMAN 6 Kota Bengkulu. *J MIRACLE*. 2021;1(1):8–16.
 18. Amir, Nelda, Djokosujono K. Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur Review. *J Kedokt dan Kesehat*. 2019;15(2):119–29.
 19. Anita Widiastuti RR. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *J SAINS KEBIDANAN*. 2019;1(1):12–8.
 20. Nuniek Nizmah Fajriyah MLHF. Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri. *J Ilmu Kesehat*. 2016;IX(1).