



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph4213>

DUKUNGAN TEMAN SEBAYA BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI

A. Fasya Tenri Awaru Ilham¹, ^KYusriani², Nurdardiansyah Bur³

^{1,2}Peminatan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

³Peminatan Administrasi Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi/penulis pertama (^K): fasya99@gmail.com

fasya99@gmail.com¹, yusriani@gmail.com², nurfardiansyah.bur@gmail.com³

ABSTRAK

Sekitar 40% di Negara berkembang berkaitan dengan anemia pada masyarakat dan kebanyakan anemia pada masyarakat khususnya remaja putri yang terjadi disebabkan oleh defisiensi besi. Defisiensi besi dapat dicegah dengan mengkonsumsi suplemen tablet tambah darah diberikan untuk menghindari remaja putri dari anemia. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan cara efektif untuk mengatasi masalah anemia, apabila dikonsumsi secara rutin akan terjadi peningkatan pada kadar Hb. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Mamuju. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan rancangan *cross-sectional study* dengan jumlah sampel 72 responden. Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan metode komputerisasi dengan bantuan Software SPSS untuk menghasilkan informasi yang jelas dan benar sesuai dengan tujuan penelitian. Metode analisis data menggunakan Univariat, Bivariat dengan uji *Chi-square* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian diperoleh bahwa variabel yang berhubungan terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri adalah dukungan teman sebaya. Diharapkan kepada remaja putri untuk meningkatkan konsumsi tablet tambah darah dimasa remaja dan sedini mungkin agar dapat terhindar dari penyakit anemia dan bisa menjadikan remaja putri generasi yang sehat dan cerdas dimasa mendatang.

Kata kunci : Anemia; ukungan; remaja Putri; tablet tambah darah

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history :

Received : 21 September 2022

Received in revised form : 26 September 2022

Accepted : 4 Desember 2022

Available online : 30 April 2023

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

About 40% in developing countries are related to anemia in the community and most anemia in the community, especially adolescent girls, is caused by iron deficiency. Iron deficiency can be prevented by taking supplements of blood-added tablets to prevent young women from anemia. Giving blood-added tablets (TTD) is an effective way to overcome the problem of anemia, if consumed regularly there will be an increase in Hb levels. This study aims to determine the factors associated with the consumption of blood-added tablets in adolescent girls at SMP Negeri 1 Mamuju. This type of research uses quantitative methods and cross-sectional study design with a sample of 72 respondents. Data processing in this study used a computerized method with the help of SPSS software to produce clear and correct information in accordance with the research objectives. Data analysis method used Univariate, Bivariate with Chi-square test at 95% confidence level ($\alpha=0.05$). The results showed that the variables related to the consumption of Blood Supplement Tablets (TTD) in adolescent girls was peer support. It is hoped that young women will increase their consumption of blood-added tablets in their teens and as early as possible in order to avoid anemia and to make young women a healthy and intelligent generation in the future.

Keywords : Anemia; support; young women; blood supplement tablets

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke dewasa. Pada masa ini akan terjadi perubahan fisik, biologis dan psikologis. Remaja rentan terhadap masalah gizi terutama untuk remaja putri. Pada umumnya, pola makan yang kurang tepat menjadi penyebab dari masalah gizi yang terjadi pada remaja. Beberapa masalah gizi yang sering dialami pada masa remaja adalah gangguan makan, obesitas, Kekurangan Energi Kronis (KEK), makan tidak teratur dan anemia.¹

Remaja putri adalah remaja yang membutuhkan zat gizi lebih tinggi termasuk zat besi dalam masa pertumbuhannya. Menstruasi yang dialami seorang remaja putri setiap bulannya berlangsung selama 2-7 hari yang dapat meningkatkan kejadian anemia pada remaja putri karena disebabkan volume darah menstruasi yang keluar rata-rata mencapai 35-50ml dan periode menstruasi tersebut wanita dapat kehilangan 30 mg besi (Karlina dkk, 2021)². Sepanjang usia reproduktif atau masa subur seorang wanita akan mengalami kehilangan darah akibat peristiwa menstruasi dan secara tidak langsung dapat juga dikatakan kehilangan zat besi di dalam darah sebesar 12,5-15 mg/bulan atau kira-kira sama dengan 0,4-0,5 mg sehari.²

Menurut *World Health Organization* (WHO) prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%, dan berdasarkan hasil Riskesdas Tahun 2013 bahwa prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7%. Prevalensi anemia pada wanita di Indonesia sebesar 23,9%, sedangkan prevalensi anemia pada wanita umur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan umur 15-24 tahun sebesar 18,4%. Anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, menstruasi, atau terlambat makan. Melihat dampak yang sering terjadi dikalangan remaja akibat kejadian anemia sangat merugikan pada masa yang akan datang, maka pencegahan maupun penanggulangan masalah anemia perlu ditingkatkan.³

Remaja perempuan lebih berisiko terkena anemia karena adanya siklus menstruasi yang dialami setiap bulannya, sehingga memungkinkan kehilangan zat besi lebih banyak saat menstruasi terjadi. Sedangkan, remaja laki-laki dapat berisiko terkena anemia karena kurangnya asupan zat besi atau adanya penyakit infeksi.^{4,5}

Menurut Kementerian Kesehatan RI Tahun 2016 pemberian tablet tambah darah pada remaja putri

diharapkan dapat memutus rantai stunting, mengurangi kejadian anemia pada remaja yang dapat menurunkan prestasi belajar remaja putri serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal bagi remaja putri untuk mempersiapkannya menjadi remaja yang produktif dan ibu hamil yang melahirkan generasi penerus yang sehat, berkualitas dan produktif. ⁶

Berdasarkan Riskesdas Nasional tahun 2018, didapatkan bahwa cakupan tablet tambah darah yang diterima remaja putri sebesar 76,2%, dari jumlah tersebut sebanyak 80,9% mendapat tablet tambah darah disekolah (anak sekolah). Berdasarkan angka 80,9% tersebut konsumsi tablet tambah darah remaja putri ≥ 52 butir hanya 1,4% sedangkan < 52 butir sebesar 98,6%. Berarti masih rendahnya kesadaran remaja putri terhadap pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai langkah untuk pencegahan anemia remaja putri. ⁷

Berdasarkan Riskesdas Sulawesi Barat tahun 2018 Tablet Tambah Darah (TTD) adalah suplemen gizi penambah darah yang berisi zat besi dan berbentuk tablet/kaplet/kapsul yang dapat diperoleh dari program atau mandiri. Tablet tambah darah program disediakan oleh pemerintah dan didistribusikan ke kelompok sasaran melalui fasilitas pelayanan kesehatan pemerintah. Tablet tambah darah mandiri diperoleh berdasarkan resep/instruksi tenaga kesehatan, inisiatif membeli sendiri di fasilitas kesehatan swasta/apotik/toko obat atau diperoleh dari pemberian keluarga atau orang lain. Pemerintah mempunyai program untuk remaja putri disekolah yaitu memberikan satu butir tablet tambah darah setiap minggu sepanjang tahun sebanyak (total 52 butir). Proporsi remaja putri umur 10-19 tahun yang pernah mendapatkan tablet tambah darah dalam 12 bulan terakhir $< 50\%$. ^{8,9}

Remaja membutuhkan dukungan baik dari guru, keluarga, saudara ataupun teman sebaya. Teman sebaya merupakan faktor yang berpengaruh dalam kehidupan masa remaja, teman sebaya di definisikan teman sekolah ataupun teman les yang memiliki kesamaan salah satunya yaitu kesamaan tingkat usianya. Sehingga dukungan teman sebaya terhadap pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah bagi remaja putri. ¹⁰

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dan rancangan *cross-sectional study* untuk mengetahui informasi mengenai faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 1 Mamuju Tahun 2022. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, kuesioner adalah lembaran yang digunakan untuk mengukur variabel independen dalam penelitian ini yaitu dukungan teman sebaya. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampel (*total sampling*) dimana seluruh populasi dijadikan sampel. Data diolah menggunakan aplikasi SPSS dan disajikan dalam bentuk tabel dilengkapi dengan narasi atau penjelasan. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Mamuju Kab. Mamuju. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 72 orang. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi-square* dengan $\alpha = 0,05$. Data dikumpulkan menggunakan hasil dari pengisian kuesioner.

HASIL

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Kelas Siswi Remaja Putri SMP Negeri 1 Mamuju

Umur (Tahun)	n	%
13	19	26,4
14	40	55,6
15	11	15,3
16	2	2,8
Kelas	n	%
8	25	34,7
9	47	65,3
Total	72	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 72 responden, responden terbanyak berumur 14 tahun yaitu 40 orang (55,6%) dan responden terbanyak kelas 9 sebanyak 47 orang (65,3%).

Konsumsi Tablet Tambah Darah

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Tablet Tambah Darah Siswi Remaja Putri SMP Negeri 1 Mamuju

Konsumsi Tablet Tambah Darah	n	%
Mengonsumsi	41	56,9
Tidak Mengonsumsi	31	41,3
Total	72	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 72 responden, siswi remaja putri yang mengonsumsi TTD sebanyak 41 orang (56,9%) dan siswi remaja putri yang tidak mengonsumsi TTD sebanyak 31 orang (41,3%).

Dukungan Teman Sebaya

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Teman Sebaya Siswi Remaja Putri SMP Negeri 1 Mamuju

Dukungan Teman Sebaya	n	%
Baik	40	55,6
Kurang Baik	32	44,4
Total	72	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya baik sebanyak 40 responden (55,6%) dan dukungan teman sebaya kurang baik sebanyak 32 responden (44,4%).

Analisis Bivariat

Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMP Negeri 1 Mamuju

Tabel 4. Hubungan Dukungan teman sebaya dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Siswi Remaja Putri SMP Negeri 1 Mamuju

Dukungan Teman Sebaya	Konsumsi Tablet Tambah Darah				Jumlah		Uji Statistik
	Mengonsumsi		Tidak Mengonsumsi				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	30	75,0	10	25,0	40	100	P=0,001
Kurang baik	11	34,4	21	65,6	32	100	
Total	41	56,9	31	43,1	72	100	

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 72 siswi remaja putri yang memiliki dukungan teman sebaya baik dengan kategori mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 30 orang (75,0%), Remaja putri yang memiliki dukungan teman sebaya baik dengan kategori tidak mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 10 orang (25,0%), Siswi remaja putri yang memiliki dukungan teman sebaya kurang baik dengan kategori mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 11 (34,4%), Siswi remaja putri yang memiliki dukungan teman sebaya kurang baik dengan kategori tidak mengonsumsi sebanyak 21 (65,6%).

PEMBAHASAN

Dukungan adalah suatu upaya dorongan yang diberikan kepada seseorang yang berupa moril maupun material untuk memberi motivasi dan dorongan kepada orang lain dalam melakukan suatu hal yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan¹¹. Teman sebaya menjadi faktor eksternal yang dapat mendukung individu untuk memunculkan dorongan dalam mencapai suatu tujuan, hal ini turut berperan penting dalam timbulnya motivasi yang diberikan kepada remaja putri untuk mengonsumsi tablet tambah darah.^{12,16}

Hubungan remaja putri dengan teman sebayanya merupakan hubungan individu yang melibatkan keakraban yang relative lebih besar dalam kelompoknya. Hal ini menunjukkan bahwa teman sebaya juga berfungsi sebagai tempat berkomunikasi sehingga terjadi perubahan perilaku¹³. Pengaruh teman sebaya juga besar karena setelah lingkungan keluarga, lingkungan yang berpengaruh terhadap perilaku seseorang adalah teman bergaulnya. Teman bergaul yang baik akan berpengaruh baik pula pada perilaku seseorang.¹⁴

Hubungan teman sebaya bisa memiliki pengaruh yang positif dan negatif pada remaja. Kebutuhan akan penerimaan oleh teman sebaya dan keinginan untuk masuk ke dalam kelompok menjadikan remaja masuk dalam kelompok yang membuat remaja berperilaku sesuai dengan norma dan nilai kelompoknya yang ditempati¹⁵. Teman sebaya sangat mempengaruhi perilaku remaja satu sama lain hal ini terjadi karena perkembangan pada masa remaja lebih sering melibatkan kelompok teman sebaya dibanding orang tua atau keluarga. Remaja lebih banyak melakukan kegiatan diluar rumah seperti kegiatan sekolah, ekstrakurikuler, dan bermain dengan temannya.¹⁶

Peningkatan pengetahuan serta informasi anemia dan tablet tambah darah pada remaja putri oleh guru maupun orang tua sangat penting untuk dilaksanakan agar remaja putri dapat membagikan

pengetahuannya tersebut kepada teman sebayanya, sehingga akan lebih banyak remaja putri yang teratur dalam mengkonsumsi tablet tambah darah karena termotivasi oleh kebiasaan teman sebayanya.

Sesuai teori perubahan perilaku *Lawrence Green* yang menjelaskan bahwa perilaku Kesehatan seseorang dipengaruhi tiga faktor yaitu *predisposing, enabling, dan reinforcing*. Salah satunya yaitu *enabling* atau faktor penguat (dukungan) yang dimana pemberian informasi Kesehatan adalah salah satu cara awal dalam pendidikan Kesehatan dalam upaya perubahan perilaku Kesehatan. Dengan memberikan informasi maka akan meningkatkan pengetahuan seseorang. Kemudian dengan pengetahuan yang dimiliki akan menimbulkan kesadaran kepada remaja putri dan akan menyebabkan remaja putri tersebut berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.¹⁷

Berdasarkan uji statistik chi-square diperoleh nilai $p=0,001 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMP Negeri 1 Mamuju. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Indrayanti Tahun 2020 dimana berdasarkan hasil uji statistic Spearman rank didapatkan p value $0,000 < 0,05$ maka diartikan H_0 ditolak dan H_a diterima berarti ada hubungan antara peer group support atau dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi minum obat tablet tambah darah pada remaja putri dengan tingkat keamatan sedang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Mamuju mengenai faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri dapat disimpulkan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan antara dukungan teman sebaya dengan konsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMP Negeri 1 Mamuju. Diharapkan kepada remaja putri dan teman sebayanya agar lebih meningkatkan konsumsi tablet tambah darah dimasa remaja dan sedini mungkin agar dapat terhindar dari penyakit anemia dan bisa menjadikan remaja putri generasi yang sehat dan cerdas dimasa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nuradhiani A, Briawan D, Dwiriani CM. Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *J Gizi dan Pangan*. 2017;12(3):153-160. doi:10.25182/jgp.2017.12.3.153-160
2. Rista Andaruni NQ, Nurbaety B. Effectiveness of Giving Iron (Fe) Tablets, Vitamin C and Guava Fruit Juice on Increasing Hemoglobin (Hb) Levels of Young Women at Muhammadiyah Mataram University. *Midwifery J J Kebidanan UM Mataram*. 2018;3(2):104.
3. Luh N, Anggraeni A, Muchtar F. Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Ibu Hamil Selama Masa Pandemi Covid-19. *Nurs Care Heal Technol J*. 2020;1(3):143-154.
4. Khairani SS. Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Remaja Di Smp Muhammadiyah Serpong Tahun 2018. *Gastron ecuatoriana y Tur local*. 2019;1(69):5-24.
5. Akib A, Sumarmi S. Kebiasaan Makan Remaja Putri yang Berhubungan dengan Anemia : Kajian Positive Deviance Food Consumption Habits of Female Adolescents Related to Anemia: A Positive Deviance Approach. *Amerta Nutr*. 2017;1(2):105-116. doi:10.20473/amnt.v1.i2.2017.105-116

6. Wahyuningsih A, Uswatun A. Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganom. *INVOLUSI J Ilmu Kebidanan*. 2019;9(1):1-12.
7. Amir N, Djokosujono K. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur Review. *J Kedokt dan Kesehat*. 2019;15(2):119. doi:10.24853/jkk.15.2.119-129
8. RISKESDAS 2018. Laporan Provinsi Sulawesi Barat. Published online 2018:494-507.
9. Riyanto A. Jurnal Kesehatan Kartika MENINGKATKAN KEPATUHAN MINUM TABLET TAMBAH DARAH PADA. 2021;16(2):66-75.
10. Sri Raharjo D, Indrayanti. Dukungan Peer Group Terhadap Kepatuhan Konsumsi Minum Obat Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Sma N 1 Banguntapan Tahun 2020. *J Heal*. 2021;8(1):36-41. doi:10.30590/joh.v8i1.226
11. Puspikawati SI, Sebayang SK, Dewi DMSK, et al. Pendidikan Gizi tentang Anemia pada Remaja di Kecamatan Banyuwangi Jawa Timur. *Media Gizi Kesmas*. 2021;10(2):278283.
12. Ulfah AN, Ariati J. Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berprestasi Pada Santri Pesantren Islam Al-Irsyad, Kecamatan Tengaran, Kabupaten Semarang. *Empati*. 2018;6(4):297-301.
13. Wijaya AAAR, Widiyasavitri PN. Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi berprestasi pada remaja awal di Kota Denpasar. *J Psikol Udayana*. 2019;6(02):261. doi:10.24843/jpu.2019.v06.i02.p05
14. Yanti Y, Marimin. Pengaruh Motivasi, Lingkungan Keluarga, Dan Teman Sebaya Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas X AP SMK Negeri 2 Pekalongan. *Econ Educ Anal J*. 2017;6(2):329-338.
15. Raufida SA, Wardani IY, Panjaitan RU. Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Masalah Kesehatan Jiwa Pada Remaja. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2021;4(1):175-184. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
16. Amanda A, Darmadja S. Pengaruh Enam Variabel terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri. *J Ilm Kebidanan Indones*. 2020;10(3):83-95. <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jiki/article/view/757>
17. Pertiwi CS. Determinan Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di Kecamatan Bangsalsari Kabupaten Jember. *Digit Repos Univ Jember*. Published online 2019:1-120. <https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/97922>