



ISSN 2580-491X (Print)
ISSN 2598-7844 (Online)

ILMU GIZI INDONESIA

Edisi : Agustus 2020 Volume : 04 Nomor : 01

Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri

Erlina Tri Rahayu Utomo, Ninna Rohmawati, Sulistiyani

Tinggi badan orang tua, pola asuh, dan kejadian diare sebagai faktor risiko kejadian *stunting* pada balita di Kabupaten Bondowoso

Siti Nadiyah Nurul Fadilah, Farida Wahyu Ningtyias, Sulistiyani

Hubungan antara asupan energi dan protein dengan perubahan berat badan dan kekuatan genggam tangan pasien kanker rawat inap di RSUP Dr. Sardjito

Farah Rizqi, Susetyowati, Aviria Ermamilia

Kadar protein, zat besi dan uji kesukaan sosis tempe dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*)

Elok Anisa Rahmayanti, Farida Wahyu Ningtyias, Ni'mal Baroya

Hubungan kebiasaan sarapan dan jajan dengan status gizi remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember

Mefa Hidayatul Rohmah, Ninna Rohmawati, Sulistiyani

Hubungan konsumsi serat dan indeks massa tubuh dengan hiperkolesterolemia di pos pembinaan terpadu (posbindu) untuk penyakit tidak menular Kabupaten Kulon Progo Yogyakarta

Nur Ifani Shafira, Rr Dewi Ngaisyah, Hesti Yuningrum

Pemberian makanan tambahan olahan ikan untuk ibu hamil trimester III sebagai upaya menurunkan volume darah yang hilang selama persalinan di Kota Yogyakarta

Lastdes Cristiany Friday, Mohammad Hakimi, B.J. Istiti Kandarina

Evaluasi kelayakan aplikasi kesehatan berbasis android untuk remaja putri: "NutriHealth"

Yunita Indah Prasetyaningrum, Endri Yuliati

Pengaruh suplementasi ferro sulfat terhadap kadar *low density lipoprotein* dan *high density lipoprotein* pada tikus bunting

Mustika Pramestiyani, Siti Fadhillah

Ilmu Gizi
Indonesia

Volume
04

Nomor
01

Halaman
01-96

Yogyakarta
Agustus 2020

pISSN 2580-491X
eISSN 2598-7844

DITERBITKAN OLEH
UNIVERSITAS RESPATI YOGYAKARTA



ISSN 2580-491X (Print)

ISSN 2598-7844 (Online)

ILMU GIZI INDONESIA

Tim Penyusun

Agustus 2020 Volume : 04 Nomor : 01

Editor in chief

Desty Ervira Puspaningtyas, S.Gz., MPH (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)

Editor

Yunita Indah Prasetyaningrum, S.Gz., MPH (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Sri Kadaryati, S.Gz., MPH (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Yuni Afriani, S.Gz., MPH (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Ari Tri Astuti, S.Gz., MPH, RD (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Fera Nofiantika, S.Gz., MPH (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Puspita Mardika Sari, S.Gz., M.Biotech (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Angelina Swaninda Nareswara, S.Gizi, M.Gizi (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Nor Eka Noviani, S.Gz, MPH (Program Studi Gizi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta)
Almira Sitasari, S.Gz, MPH (Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta)
Ansar Mursaha, SKM, M.Kes (Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu)
Novian Swasono Hadi, SST., MPH (Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Gorontalo)

Reviewer

Dr. Yeny Sullistyowati, M.Si.Med (Universitas Respati Indonesia)
Dr. Rimbawan (Institut Pertanian Bogor)
Herka Maya Jatmika, S.Pd.Jas, M.Pd. (Jurusan Olahraga, Universitas Negeri Yogyakarta)
Yuliana Noor Setiawati Ulvie, S.Gz., M.Sc. (Universitas Muhammadiyah Semarang)
Rio Jati Kusuma, S.Gz., MS (Departemen Gizi, Universitas Gadjah Mada)
Rr. Dewi Ngaisyah, S.KM, MKM (Program Studi Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta)
Sri Wijanarti, S.TP, M.Sc (Fakultas Teknologi Pangan, Universitas Gadjah Mada)
Mury Kuswari, S.Pd, M.Si (Universitas Esa Unggul)
Nurjaya, S.Pd, M.Kes (Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu)
Dian Handayani, Ph.D (Universitas Brawijaya Malang)

Secretariat

Evi Lusiana Dewi, SIP

Graphic Design & Layout

Johanes W. Jodha P
Priyo Sumardiyanto, S.Kom
A Yahya Pratama Putra, S.Kom
Muhammad Nichal Zaki, S.Si

Ilmu Gizi Indonesia merupakan jurnal yang dikelola oleh Universitas Respati Yogyakarta. Jurnal ini menerima naskah ilmiah di bidang gizi. Jurnal ini fokus pada bidang gizi klinik, gizi masyarakat, food science, food service, dan gizi olahraga. Ilmu Gizi Indonesia terbit dua kali dalam setahun, yaitu Bulan Februari dan Agustus. Hak cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi jurnal tanpa izin tertulis dari penerbit. Alamat redaksi: Universitas Respati Yogyakarta, Jalan Raja Tajem KM 1,5 Maguwoharjo, Sleman, Yogyakarta. Telp. (0274) 4437868, Fax (0274) 4437999. Email: ilgi@respati.ac.id/
redaksiilgi@gmail.com. Web: ilgi.respati.ac.id



DAFTAR ISI

- 1-10 Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri
Erlina Tri Rahayu Utomo, Ninna Rohmawati, Sulistiyani
- 11-18 Tinggi badan orang tua, pola asuh, dan kejadian diare sebagai faktor risiko kejadian *stunting* pada balita di Kabupaten Bondowoso
Siti Nadiyah Nurul Fadilah, Farida Wahyu Ningtyias, Sulistiyani
- 19-28 Hubungan antara asupan energi dan protein dengan perubahan berat badan dan kekuatan genggam tangan pasien kanker rawat inap di RSUP Dr. Sardjito
Farah Rizqi, Susetyowati, Aviria Ermamilia
- 29-38 Kadar protein, zat besi dan uji kesukaan sosis tempe dengan penambahan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*)
Elok Anisa Rahmayanti, Farida Wahyu Ningtyias, Ni'mal Baroya
- 39-50 Hubungan kebiasaan sarapan dan jajan dengan status gizi remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Jember
Mefa Hidayatul Rohmah, Ninna Rohmawati, Sulistiyani
- 51-58 Hubungan konsumsi serat dan indeks massa tubuh dengan hiperkolesterolemia di pos pembinaan terpadu (posbindu) untuk penyakit tidak menular Kabupaten Kulon Progo Yogyakarta
Nur Ifani Shafira, Rr Dewi Ngaisyah, Hesti Yuningrum
- 59-74 Pemberian makanan tambahan olahan ikan untuk ibu hamil trimester III sebagai upaya menurunkan volume darah yang hilang selama persalinan di Kota Yogyakarta
Lastdes Cristiany Friday, Mohammad Hakimi, BJ. Istiti Kandarina
- 75-86 Evaluasi kelayakan aplikasi kesehatan berbasis android untuk remaja putri: "NutriHealth"
Yunita Indah Prasetyaningrum, Endri Yuliati
- 87-96 Pengaruh suplementasi ferro sulfat terhadap kadar *low density lipoprotein* dan *high density lipoprotein* pada tikus bunting
Mustika Pramestiyani, Siti Fadhillah



Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri

Knowledge, family, and peer support associated with iron tablet consumption on female adolescent

Erlina Tri Rahayu Utomo, Ninna Rohmawati*, Sulistiyani Sulistiyani
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,

Universitas Jember

Diterima: 14/11/2019

Ditelaah: 16/03/2020

Dimuat: 28/08/2020

Abstrak

Latar Belakang: Program suplementasi tablet tambah darah (TTD) sudah dilaksanakan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Jember untuk menyukseskan program 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Menurut penelitian terdahulu, siswi SMP Negeri 9 Jember memiliki proporsi niat positif untuk mengkonsumsi TTD secara teratur. Terdapat beberapa faktor yang diduga berhubungan dengan konsumsi TTD seperti faktor pengetahuan, dukungan keluarga, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 9 Jember. **Metode:** Jenis penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*. Subjek penelitian adalah seluruh siswi kelas VIII dan IX SMP Negeri 9 Jember sebanyak 129 siswi. Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik remaja (umur, umur *menarche*, gejala anemia, konsumsi TTD), pengetahuan remaja tentang anemia, dukungan guru, dukungan keluarga, dan dukungan teman sebaya. Penyebaran kuesioner dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja, sedangkan wawancara dilakukan untuk memperoleh data dukungan. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil:** Remaja putri dengan tingkat pengetahuan tinggi tentang anemia, dukungan keluarga yang baik, serta dukungan teman sebaya yang baik cenderung lebih teratur dalam mengkonsumsi TTD. Dukungan guru tidak berhubungan dengan konsumsi TTD. **Kesimpulan:** Faktor yang berhubungan dengan konsumsi TTD pada remaja putri SMP Negeri 9 Jember yaitu pengetahuan remaja serta dukungan keluarga dan teman sebaya.

Kata kunci: pengetahuan; dukungan keluarga; dukungan teman; suplementasi tablet tambah darah; remaja putri

Abstract

Background: Iron tablet supplementation has been implemented by Jember District Health Office to succeed the first thousand days of life program (1000 HPK). According to previous published research, a positive subject intention to consume iron tablet regularly was found in Jember 9 Public Junior High School. There are many factors associated with iron tablet consumption in female adolescent, such as knowledge, family support, teacher support, and peers support. **Objective:** To determine factors associated with iron tablet consumption on female adolescent in Jember 9 Public Junior High School. **Methods:** This was an observational research with cross sectional approach. The study was conducted on 129 female adolescent students in Jember 9 Public Junior High School. Subject characteristics, knowledge, family support, teacher support, and peer support were collected. Knowledge level was obtained by questionnaire, meanwhile support data were obtained by interview. Data were analysed using *Chi Square* test. **Results:** Subject with high knowledge, good family support, and good peer support tend to be more regular in consuming iron tablet. Teacher support was not related to iron tablet consumption. **Conclusion:** Knowledge, family support, and peer support associated with iron tablet consumption on female adolescent in Jember 9 Public Junior High School.

Keywords: knowledge; family support; peer support; iron tablet supplementation; female adolescent

PENDAHULUAN

Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) menjadi fokus di bidang kesehatan karena masalah yang terjadi pada periode ini tidak hanya menyebabkan kematian dan kesakitan pada ibu dan anak tetapi juga menurunkan kualitas hidup individu yang bersifat permanen. Untuk menyukkseskannya, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengadakan program suplementasi tablet tambah darah (TTD) dengan target cakupan secara bertahap dari 10% (2015) hingga 30% (2019). Pemberian TTD pada remaja putri diharapkan dapat memutus mata rantai *stunting*, mengurangi kejadian anemia, serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal bagi remaja putri sehingga kelak menjadi ibu yang melahirkan generasi penerus yang sehat, berkualitas, dan produktif (1). Data Pemantauan Status Gizi (PSG) 2016 dan 2017 menunjukkan bahwa peningkatan cakupan pemberian TTD pada remaja putri di Indonesia sampai dengan tahun 2017 tidak menunjukkan perubahan yang signifikan, hanya sebesar 30% (1).

Program pemberian TTD di Kabupaten Jember telah dilaksanakan oleh dinas kesehatan melalui puskesmas dan sekolah. Di Kecamatan Sumbersari, target pemberian tablet tambah darah pada remaja putri SMP sebesar 2,4% (1840 siswi) dari seluruh siswi yang menjadi sasaran program. Berdasarkan penelitian sebelumnya, proporsi niat positif tertinggi untuk mengkonsumsi TTD secara teratur terdapat di SMP Negeri 9 Jember. Hal ini menunjukkan bahwa remaja putri di SMP Negeri 9 Jember ingin patuh dan teratur dalam mengkonsumsi TTD (2).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi konsumsi TTD pada seseorang sehingga berpengaruh pada kejadian anemia. Beberapa faktor tersebut diantaranya yaitu pengetahuan, dukungan

keluarga, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya. Pengetahuan gizi merupakan aspek kognitif yang menunjukkan pemahaman tentang ilmu gizi, jenis zat gizi, serta interaksinya terhadap status gizi dan kesehatan. Pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi status gizi secara tidak langsung karena dapat berpengaruh pada asupan makanan (3). Selain itu, pengetahuan juga berhubungan dengan kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja putri (4,5). Dukungan guru yang diberikan dengan baik merupakan faktor yang paling berpengaruh pada kepatuhan konsumsi TTD remaja putri (6,7). Kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri juga berhubungan dengan dukungan keluarga (7,8). Penelitian sebelumnya menyatakan ada hubungan antara lingkungan dengan konsumsi TTD pada remaja putri. Lingkungan yang dimaksud adalah semua orang yang ada di sekitar remaja putri seperti orang tua, teman sebaya, tetangga yang bisa mengajak remaja untuk mengonsumsi TTD (9). Berdasarkan data di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi TTD pada remaja putri di SMP Negeri 9 Jember.

METODE

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan metode *total sampling*. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VIII dan IX SMP Negeri 9 Jember berjumlah 143 orang. Berdasarkan kriteria penelitian, terpilih 129 siswi sebagai subjek penelitian. Penelitian ini sudah mendapatkan surat kelaikan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember dengan nomor 558/UN25.8/KEPK/DL/2019.

Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik remaja putri (umur, umur *menarche*, gejala anemia, dan konsumsi TTD). Data kategori gejala anemia dikelompokkan menjadi: 1) tinggi, apabila jumlah gejala yang dialami responden lebih dari setengah gejala yang tercantum di kuesioner (lebih dari sama dengan median); 2) rendah, apabila jumlah gejala yang dialami responden kurang dari setengah gejala yang tercantum di kuesioner (kurang dari median). Data konsumsi TTD dikategorikan menjadi teratur dan tidak teratur serta didapatkan dari jawaban responden terhadap kuesioner. Konsumsi teratur apabila skor jawaban >1 , sedangkan tidak teratur apabila skor $0-1$. Beberapa isi pernyataan dalam kuesioner tersebut adalah tentang: 1) mengonsumsi TTD satu kali setiap minggu di sekolah; 2) mengonsumsi TTD selama menstruasi; dan 3) mengonsumsi TTD satu kali setiap minggu selama masa libur sekolah.

Pengetahuan tentang anemia diukur menggunakan kuesioner dan dibagi menjadi 3 kategori yaitu: 1) baik, jika $> 80\%$ jawaban benar (rentang nilai 9–10); 2) cukup, jika 60–80% jawaban benar (rentang nilai 6–8); dan 3) kurang, jika $<60\%$ jawaban benar (rentang nilai 1–5).

Data dukungan keluarga, guru, dan teman sebaya didapatkan melalui wawancara

menggunakan angket yang berisi beberapa pertanyaan yang dipandu pengisiannya. Dukungan keluarga, guru dan teman sebaya dikelompokkan menjadi: 1) kurang baik, jika kriteria “tidak pernah” lebih banyak dipilih dari median jumlah pernyataan; 2) baik, jika kriteria “jarang dan selalu” lebih banyak dipilih dari median jumlah pernyataan. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL

Responden adalah seluruh siswi kelas VIII dan IX di SMP Negeri 9 Jember yang memenuhi kriteria yaitu berjumlah 129 remaja putri. Karakteristik responden yang meliputi umur, umur *menarche*, gejala anemia, dan TTD dapat dilihat pada **Tabel 1**.

Berdasarkan **Tabel 1** diketahui bahwa sebaran umur responden yakni 12 sampai dengan 16 tahun. Sebagian besar responden berumur 14 tahun sebanyak 71 responden (55%). Mayoritas responden yang mengalami menstruasi pertama (*menarche*) pada umur ≥ 11 tahun adalah 110 responden (85,3%), sehingga mayoritas responden mengalami pubertas normal. Responden dengan gejala anemia rendah lebih banyak yakni 85 responden (65,9%). Sebagian besar responden mengonsumsi TTD secara teratur yakni 67 responden.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan umur, umur *menarche*, gejala anemia, dan konsumsi tablet tambah darah

Variabel	Konsumsi tablet tambah darah		n	%
	Tidak teratur	Teratur		
	n	n		
Umur				
12 tahun	1	0	1	0,8
13 tahun	18	10	28	21,7
14 tahun	31	40	71	55,0
15 tahun	12	15	27	20,9
16 tahun	0	2	2	1,6
Umur <i>menarche</i>				
Belum menstruasi	6	1	7	5,4
< 11 tahun	7	5	12	9,3
≥ 11 tahun	49	61	110	85,3
Gejala Anemia				
Rendah	34	51	85	65,9
Tinggi	28	16	44	34,1
Total	62	67	129	100,0

Kategori pengetahuan dan dukungan kepada responden dapat dilihat di **Tabel 2**. Responden sebagian besar mempunyai pengetahuan anemia yang cukup (41,9%), mendapatkan dukungan guru yang baik (74,4%), dukungan keluarga yang kurang

(69,8%), dan dukungan teman sebaya yang kurang (68,2%). Hal ini mengindikasikan bahwa responden lebih banyak mendapatkan dukungan guru dan teman sebaya dibandingkan keluarga.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan pengetahuan dan dukungan

Variabel	n	%
Pengetahuan		
Kurang	38	29,5
Cukup	54	41,9
Baik	37	28,5
Dukungan guru		
Kurang	33	25,6
Baik	96	74,4
Dukungan keluarga		
Kurang	90	69,8
Baik	39	30,2
Dukungan teman sebaya		
Kurang	88	68,2
Baik	41	31,8
Total	129	100,0

Hubungan pengetahuan dan dukungan dengan konsumsi tablet tambah darah dapat dilihat pada **Tabel 3**. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, dukungan keluarga, dan dukungan teman sebaya dengan

konsumsi TTD ($p=0,000$; $p=0,000$; $p=0,019$). Remaja putri dengan tingkat pengetahuan tinggi tentang anemia, mempunyai dukungan guru yang baik, serta mempunyai dukungan teman sebaya yang baik cenderung lebih

teratur dalam mengkonsumsi TTD (**Tabel 3**). Pada variabel dukungan guru tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan konsumsi TTD pada remaja putri.

Tabel 3. Hubungan pengetahuan dan dukungan dengan konsumsi tablet tambah darah

Variabel	Konsumsi tablet tambah darah				p
	Tidak teratur (n=62)		Teratur (n=67)		
	n	%	n	%	
Pengetahuan					
Kurang	27	71,1	11	28,9	0,000*
Cukup	27	50,0	27	50,0	
Tinggi	8	21,6	29	78,4	
Dukungan guru					
Kurang	21	63,6	12	36,4	0,061
Baik	41	42,7	55	57,3	
Dukungan keluarga					
Kurang	53	58,9	37	41,1	0,000*
Baik	9	23,1	30	76,9	
Dukungan teman sebaya					
Kurang	49	55,7	39	44,3	0,019*
Baik	13	31,7	28	68,3	

Keterangan * : signifikan ($p < 0,05$)

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan tentang Anemia dengan Konsumsi TTD pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi TTD. Responden dengan tingkat pengetahuan tentang anemia tinggi cenderung teratur untuk mengkonsumsi TTD sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang cenderung tidak teratur dalam mengkonsumsi TTD. Dalam penelitian ini, persentase responden yang mempunyai pengetahuan anemia kategori cukup dan tinggi ternyata lebih banyak daripada kategori kurang. Kondisi ini perlu dipertahankan sebagai upaya untuk menurunkan risiko anemia pada remaja putri.

Kesadaran untuk mengonsumsi suplemen TTD tidak lepas dari informasi dan pengetahuan karena pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi

seseorang (10). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pengetahuan tentang anemia pada remaja putri berhubungan dengan konsumsi TTD (4,5). Pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku, termasuk mempengaruhi pola hidup dan kebiasaan makannya. Perilaku yang didasari pengetahuan akan bertahan lebih lama (3). Remaja yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang anemia tentunya mengetahui *perceived threat* (kerugian yang dirasakan) dan *perceived benefit* (manfaat yang dirasakan) apabila tidak mengonsumsi TTD sehingga hal ini akan membuat mereka teratur dalam mengonsumsi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan adanya hubungan *perceived threat* (kerugian yang dirasakan) dan *perceived benefit* (manfaat yang dirasakan) dengan konsumsi TTD pada remaja putri (11). Oleh karena itu, pengetahuan pada remaja tentang anemia harus terus ditingkatkan melalui berbagai macam metode dan sumber.

Hubungan Dukungan Guru dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan guru dengan konsumsi TTD. Hal ini kemungkinan karena kurangnya pengawasan guru pada saat konsumsi TTD di kelas yang menyebabkan banyak responden tidak teratur dalam mengonsumsi TTD. Sebagian besar dukungan guru berada pada kategori baik, namun dukungan tersebut mungkin tidak disertai dengan pengetahuan guru yang memadai tentang anemia dan konsumsi TTD, paparan informasi yang salah, serta kurangnya pengawasan dari guru itu sendiri.

Kurangnya pengetahuan guru yang cukup dalam menyampaikan informasi terkait konsumsi TTD dan anemia dapat membuat konsumsi TTD siswa tidak teratur. Guru mendukung konsumsi TTD, namun kurang bisa menyampaikan informasi terkait pentingnya konsumsi TTD tersebut. Padahal informasi mengenai TTD sebagian besar didapatkan dari sekolah. Menurut penelitian sebelumnya, mayoritas informasi mengenai manfaat konsumsi TTD didapatkan dari sekolah, sehingga guru memang menjadi kunci utama kegiatan ini (11).

Berdasarkan penelitian lainnya, peran guru sebagai tenaga pendidik diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang anemia dan informasi terkait konsumsi TTD. Guru juga berperan sebagai pengawas yang memonitoring proses pemberian sampai dengan TTD tersebut dikonsumsi oleh remaja putri. Tidak hanya itu, guru bisa juga berperan sebagai fasilitator komunikasi dengan orang tua melalui komite sekolah agar memperhatikan status gizi dan konsumsi TTD remaja putri di rumah (12).

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan guru yang diberikan dengan baik merupakan faktor yang paling

berpengaruh pada kepatuhan konsumsi TTD remaja putri (6). Hasil yang berbeda juga terdapat dalam penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan guru berhubungan dengan konsumsi TTD (7,9). Dukungan guru yang baik sebagai bagian dari dukungan sekolah berhubungan dengan perilaku konsumsi TTD pada siswi (5).

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri

Uji statistik *Chi Square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan konsumsi TTD. Pada penelitian ini responden dengan dukungan keluarga yang baik, mayoritas mengonsumsi TTD secara teratur (76,9%). Terdapat sembilan responden (23,1%) yang mendapatkan dukungan keluarga dalam kategori baik namun tidak teratur dalam mengonsumsi TTD. Dibutuhkan solusi untuk meningkatkan rendahnya dukungan keluarga dalam meningkatkan konsumsi TTD pada remaja putri.

Dukungan keluarga utamanya orang tua di rumah sangat berhubungan dengan keteraturan konsumsi TTD pada remaja putri. Dukungan ini diperlukan untuk menumbuhkan keyakinan dan persepsi positif remaja putri tentang pentingnya konsumsi TTD dalam upaya mencegah risiko anemia. Dukungan keluarga merupakan salah satu fungsi keluarga untuk membentuk pola makan, kebiasaan, dan gaya hidup. Dukungan keluarga dapat dilakukan dalam bentuk mengingatkan jadwal minum TTD dan menyediakan makanan yang dapat meningkatkan absorpsi zat besi. Dukungan keluarga dapat diberikan oleh orang tua, kakak, nenek, dan anggota keluarga yang tinggal serumah dengan remaja putri (7).

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri juga berhubungan dengan dukungan

keluarga (7,8,9). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa dukungan keluarga dapat meningkatkan niat konsumsi TTD pada remaja putri sehingga dapat meningkatkan keteraturan atau kepatuhan remaja putri untuk mengonsumsi TTD (8).

Hubungan Teman Sebaya dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara teman sebaya dengan konsumsi TTD. Responden dengan dukungan teman sebaya yang baik sebagian besar (68,3%) cenderung mengonsumsi TTD secara teratur. Secara umum dukungan teman sebaya pada penelitian ini masih kurang.

Peran dari teman sebaya untuk mendukung dan mengingatkan remaja putri lainnya untuk teratur mengonsumsi TTD sangat penting. Peningkatan pengetahuan serta informasi terkait anemia dan TTD pada remaja putri oleh guru maupun orang tua sangat penting untuk dilaksanakan agar remaja putri dapat membagikan pengetahuan tersebut kepada teman sebayanya, sehingga akan lebih banyak remaja putri yang teratur dalam mengonsumsi TTD karena termotivasi oleh kebiasaan teman sebayanya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan ada hubungan antara lingkungan dengan konsumsi TTD pada remaja putri. Lingkungan yang dimaksud adalah semua orang yang ada di sekitar remaja putri seperti orang tua, teman sebaya, tetangga yang bisa mengajaknya untuk mengonsumsi TTD (9).

Hubungan dengan teman sebaya merupakan hubungan individu yang melibatkan keakraban yang relatif besar dalam kelompoknya. Hal ini menunjukkan bahwa teman sebaya juga berfungsi sebagai tempat berkomunikasi sehingga sering terjadi perubahan perilaku (13). Perilaku ini juga

dapat termasuk dalam perilaku konsumsi makanan. Selain itu, remaja memiliki keinginan yang kuat untuk diterima dan disukai oleh teman sebayanya atau lingkungan pertemanannya, sehingga terjadi peniruan kebiasaan (14). Jika teman sebayanya teratur dalam mengonsumsi TTD maka remaja putri diharapkan akan termotivasi untuk mengikuti perilaku teman sebayanya tersebut.

Menurut penelitian sebelumnya, remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok, maka dapat dimengerti bahwa pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku yang sangat besar (15). Oleh karena itu, peran teman sebaya sangat penting terutama dalam perubahan perilaku, begitu juga dengan perilaku konsumsi TTD.

KESIMPULAN DAN SARAN

Faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri adalah pengetahuan tentang anemia, dukungan keluarga, serta teman sebaya. Remaja dengan tingkat pengetahuan tinggi, dukungan keluarga yang baik, serta mendapatkan dukungan dari teman sebaya cenderung teratur dalam mengonsumsi TTD.

Saran yang diberikan kepada orang tua yaitu: 1). memberikan motivasi dan mengawasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada saat libur sekolah dan masa menstruasi; 2). menyediakan TTD di rumah; 3). menyediakan menu bergizi seimbang yang kaya sumber zat besi, vitamin C seperti olahan bayam, daging, hati ayam, buah-buahan (jeruk dan pepaya) untuk memenuhi kebutuhan gizi remaja putri.

Saran bagi sekolah, khususnya SMP Negeri 9 Jember yaitu : 1). sekolah dan guru turut meningkatkan pengetahuan siswa mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD melalui media visual (poster dan film); 2). sekolah dan guru memberdayakan anggota

PMR untuk mengawasi pelaksanaan program konsumsi TTD disetiap kelas di sekolah; 3) sekolah dan guru melaksanakan sosialisasi kepada orang tua melalui komite sekolah terkait anemia dan pentingnya konsumsi TTD pada remaja putri serta zat gizi yang perlu dipenuhi oleh orang tua untuk tumbuh kembang remaja putri; 4). guru perlu diberikan pelatihan dan peningkatan pengetahuan terkait anemia dan konsumsi TTD.

Adapun saran bagi puskesmas yaitu pihak puskesmas dapat berkerjasama dengan pihak sekolah untuk mengadakan penyuluhan kesehatan rutin di sekolah setiap masa orientasi sekolah (MOS) terutama terkait pentingnya konsumsi TTD pada remaja putri baik pada guru, orang tua, dan remaja putri sebagai upaya menyukseskan program pemberian TTD pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Badan Litbang Kesehatan Kemenkes RI; 2016.
2. Quraini DF. Sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku dengan niat patuh konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja [skripsi]. Jember: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember;2019.
3. Khomsan A. Teknik pengukuran pengetahuan gizi. Bogor: Institut Pertanian Bogor; 2000.
4. Wahyuningsih A & Uswatun A. Hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMA Negeri 1 Karanganom. *Jurnal Inovasi Kebidanan*.2019;9(17).
5. Fitri Y. Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada siswi di SMA Pertiwi 1 Padang tahun 2018 [skripsi]. Padang: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas; 2018.
6. Nuradhiani A, Briawan D, Dwiriani CM. Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi Pangan*. 2017;12(3):153-160.
7. Fatmawati A, Subagja CA. Analisis faktor kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi pada remaja putri. *Jurnal Keperawatan*.2020; 12(3): 363–370.
8. Savitry NSD, Arifin S. Asnawati. Hubungan dukungan keluarga dengan niat konsumsi tablet tambah darah pada remaja puteri. *Berkala Kedokteran*.2017; 13(1): 113-118.
9. Amir N, Djokosujono K. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia: literature review. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*.2019; 15(2).
10. Lestari P, Widardo, Mulyani S. Pengetahuan berhubungan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*. 2015;3(3):145-149.
11. Aprianti R, Sari GM, Kusumaningrum T. Factors correlated with the intention of iron tablet consumption among female adolescents.*Jurnal Ners*.2018; 13(1).
12. Fadila I & Kurniawati H. Upaya pencegahan anemia pada remaja puteri sebagai pilar menuju peningkatan kesehatan ibu. *Peran Matematika, Sains, dan Teknologi dalam Mencapai Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs)*. *Prosiding Seminar Nasional FMIPA-UT*; 2018.p.78-89.
13. Berliana N & Pradana E. Hubungan peran orangtua, pengaruh teman sebaya dengan

- perilaku hidup bersih dan sehat. *Journal Endurance*. 2016;1(2):75-80.
14. Nomate ES, Nur ML, Toy SM. Hubungan teman sebaya, citra tubuh dan pola konsumsi dengan status gizi remaja putri. *Unnes Journal of Public Health*. 2017;6(3):51-57
15. Nisfiannoor M & Kartika Y. Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. *Jurnal Psikologi*.2004;2(2).



