



## ***Kepatuhan Konsumsi Tablet FE, Lama Menstruasi, Perilaku Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMKN 4 Kota Mataram***

Una Zaidah<sup>1\*</sup>, Murtiana Ningsih<sup>1</sup>, Nur Aini Abdurrahman Ali<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Indonesia

\*Corresponding author email: [una\\_zaidah@undikma.ac.id](mailto:una_zaidah@undikma.ac.id)

### History Article

#### ***Article history:***

Received January 4, 2024

Approved March 14, 2024

#### ***Keywords:***

*factors causing anemia, incidence of anemia, nutrition of young women*

#### **ABSTRACT**

*As many as 32% of teenage girls in Indonesia suffer from anemia caused by iron deficiency. This study aims to identify adherence to Fe tablet consumption, length of menstruation, eating behavior, and the incidence of anemia in adolescent girls, as well as to analyze the relationship between adherence to Fe tablet consumption, length of menstruation, eating behavior and the incidence of anemia in adolescent girls at SMKN 4 Mataram City. The research method is to use a quantitative approach with a cross sectional design. The population in this study were all young women at SMKN 4 Mataram City with a total of 760 people, and a total sample of 88 people. Data analysis uses univariate and bivariate analysis. The research results showed that as many as 98.9% (87) of young women did not comply with taking Fe tablets, 44.3% of young women experienced menstruation for more than seven days, and only 18.2% of young women had good eating behavior. Of the total sample, 20.5% of young women experienced anemia. Bivariate test results showed that there was no relationship between adherence to consuming Fe tablets and the incidence of anemia ( $P=0.610$ ), there was no relationship between the length of menstruation and the incidence of anemia ( $P=0.108$ ), and there was no relationship between eating behavior and the incidence of anemia in adolescent girls. at SMKN 4 Mataram city ( $P=0.318$ ).*

#### **ABSTRAK**

Sebanyak 32% remaja putri di Indonesia mengalaih Anemia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kepatuhan konsumsi tablet Fe, lama menstruasi, perilaku makan, dan kejadian anemia pada remaja putri, serta untuk menganalisis hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe, lama menstruasi, perilaku makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 4 Kota Mataram. Metode penelitian adalah menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMKN 4 Kota Mataram dengan jumlah 760 orang, dan jumlah sampel sebanyak 88 orang. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa

sebanyak 98,9% (87) remaja putri tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe, remaja putri yang mengalami menstruasi lebih dari tujuh hari sebanyak 44,3%, dan hanya 18,2% remaja putri memiliki perilaku makan yang baik. Dari total sampel, sebanyak 20,5% remaja putri mengalami anemia. Hasil Uji bivariat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia ( $P=0,610$ ), tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia ( $P=0,108$ ), dan tidak ada hubungan antara perilaku makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 4 kota Mataram ( $P=0,318$ ).

Copyright © 2024, The Author(s).

This is an open access article under the CC-BY-SA license



**How to cite:** Zaidah, U., Ningsih, M., & Ali, N. A. A. (2024). Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe, Lama Menstruasi, Perilaku Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMKN 4 Kota Mataram: Anemia. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 5(1), 246–254. <https://doi.org/10.55681/jige.v5i1.2105>

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin dan eritrosit yang lebih rendah dari normal. Kekurangan zat Fe pada remaja putri berisiko lebih tinggi dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga dapat menimbulkan masalah kesehatan. Dampak lain dari anemia pada remaja adalah gangguan konsentrasi belajar, penurunan prestasi belajar, kebugaran dan produktivitas kerja terganggu, dapat memperbesar risiko kematian saat melahirkan, menjadi salah satu penyebab bayi lahir prematur, dan melahirkan bayi dengan berat badan lahir yang rendah (Kemenkes RI, 2022). World Health Organization, (2019) menyebutkan bahwa sebanyak 30% wanita berusia 15-49 tahun mengalami anemia. Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menurut data Riset Kesehatan Dasar 2018 yaitu sebesar 32%, yang artinya bahwa tiga sampai empat dari sepuluh remaja putri di Indonesia menderita anemia (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri adalah jumlah asupan zat besi, status gizi remaja, perilaku makan remaja, dan lama menstruasi (Permata et al., 2023). Menurut Putri et al (2017) bahwa Faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri yaitu pengetahuan dan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa dari 80,9% remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah di sekolah, hanya 1,4% yang mengkonsumsi tablet Fe sesuai dosis yaitu sebanyak 52 tablet atau lebih dalam setahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Pemberian tablet Fe dapat meningkatkan hemoglobin darah rata-rata 8,6 g/L pada wanita yang tidak dalam keadaan hamil, dan 50% dari penderita anemia dapat dihilangkan dengan mengkonsumsi zat besi. Suplementasi zat besi dapat meningkatkan kadar Hb dan mengurangi risiko anemia pada anak sekolah (umur 11-18 tahun), dan wanita yang hamil maupun wanita yang tidak hamil umur 19-49 tahun (Lopes et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pibriyanti et al, (2021) bahwa ada hubungan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di pesantren tahun 2021 ( $P=0,026$ ;  $OR=8,2$ ), yang menunjukkan hasil bahwa lama menstruasi pada remaja putri atau menstruasi yang tidak normal lebih berisiko 8,2 kali untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja yang lama menstruasinya normal. Lama menstruasi biasanya antara 3-5 hari yang diikuti darah yang sedikit-sedikit selama 1-2 hari. Lama menstruasi pada setiap wanita biasanya tidak tetap, dengan jumlah darah yang keluar rata-rata kurang lebih 16cc, jika lebih dari 80cc bersifat patologik (Panggih, 2015).

SMKN 4 Kota Mataram merupakan salah satu sekolah yang ada di Nusa Tenggara Barat dengan jumlah siswa perempuan dua setengah kali lipat dari jumlah laki-laki, yaitu dari 1065 siswa, sebanyak 760 siswa terdiri dari remaja putri. Remaja putri tersebut berada pada remaja akhir yaitu antara umur 17-20 tahun. Pada masa ini, banyak remaja putri yang mengalami masalah anemia yang disebabkan oleh faktor konsumsi tablet Fe, lama menstruasi, dan perilaku makan yang menjadi latar belakang melakukan penelitian ini.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kepatuhan konsumsi tablet Fe, lama menstruasi, perilaku makan, dan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 4 Kota Mataram. Kemudian menganalisis hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia, menganalisis hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia, dan menganalisis hubungan perilaku makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 4 Kota Mataram. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar dalam menekan angka kejadian anemia pada remaja putri serta untuk mengembangkan program dalam mengendalikan kejadian anemia pada remaja putri.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang ada di SMKN 4 Kota Mataram yaitu sebanyak 760 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 88 orang remaja putri yang dihitung dengan rumus Slovin. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling yaitu memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Lokasi penelitian adalah di SMKN 4 Kota Mataram, yang dilakukan pada bulan Juli 2023.

Variabel Independen dalam penelitian ini adalah Kepatuhan konsumsi tablet Fe, lama menstruasi, dan perilaku makan. Sedangkan variabel dependen adalah kejadian anemia pada remaja putri. Analisis data menggunakan analisis univariat, dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi koefisien kontingensi dengan SPSS, sedangkan untuk variabel perilaku makan dengan kejadian anemia menggunakan uji chi square dengan SPSS karena variabel independen adalah kategorik polikotom, atau berskala data ordinal sedangkan variabel dependen berskala data nominal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2023 di SMKN 4 Kota Mataram, dengan jumlah sampel sebanyak 88 orang remaja putri. Hasil analisis univariat kepatuhan konsumsi tablet Fe ditunjukkan oleh Tabel 1. berikut ini:

Tabel 1. Hasil analisis univariat kepatuhan konsumsi tablet Fe

<b>Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe</b>	<b>Frekwensi (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Tidak Patuh	87	98,9
Patuh	1	1,1
Total	88	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari total jumlah remaja putri yaitu sebanyak 88 orang, hanya 1 orang atau 1,1% yang patuh mengkonsumsi tablet Fe. Sedangkan 87 orang lainnya (98,9%) tidak patuh untuk mengkonsumsi tablet Fe setiap minggunya. Penelitian ini menunjukkan bahwa tablet Fe yang dibagikan tidak dimanfaatkan dengan maksimal oleh remaja putri. Beberapa faktor yang menyebabkan remaja putri tidak mengkonsumsi tablet Fe adalah faktor dari dalam diri remaja putri seperti pengetahuan dan sikap, faktor dari luar seperti faktor guru

dan orang tua. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Amir & Djokosujono, (2019) yang menyatakan bahwa faktor yang berhubungan dengan kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di Indonesia adalah karena adanya dukungan dari guru, dukungan dari keluarga, adanya ancaman yang dirasakan, manfaat yang dirasakan, hambatan yang dirasakan, sikap yang positif, dan budaya yang ada.

Penelitian Amanda & Darmadja, (2020) menemukan bahwa faktor pemberdayaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah faktor yang sangat dominan terhadap perilaku konsumsi tablet Fe remaja putri di SMP Muhammadiyah 01 Tanjung Enim. Jika UKS diberdayakan dengan melatih guru UKSnya, maka guru UKS akan rutin melakukan promosi terhadap remaja putri akan pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe). Sedangkan faktor kedua yaitu fasilitas kesehatan, semakin dekat jarak fasilitas kesehatan maka semakin mudah dijangkau oleh masyarakat dalam mendukung kesehatannya, dalam hal ini untuk mendapatkan konseling atau konsultasi tentang pentingnya tablet tambah darah bagi remaja putri. Pengetahuan siswa yang baik tentang anemia merupakan faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri (Anisa *et al.*, 2022).

Dalam usaha meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia dan meningkatkan kepatuhan remaja putri untuk mengkonsumsi tablet tambah darah, Syahrina *et al.*, (2020) menggunakan aplikasi berbasis android dengan nama aplikasi edu-Anemia. Aplikasi edu-Anemia ini memberikan informasi berupa pesan otomatis tentang hal-hal yang berkaitan dengan anemia ke remaja putri setiap pagi hari dengan info yang berbeda setiap harinya. Selain itu, di aplikasi Edu-Anemia dilengkapi dengan kolom kepatuhan minum tablet tambah darah, dan diberikan pesan pengingat untuk minum tablet tambah darah pada malam harinya. Aplikasi Edu-Anemia ini mampu meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Penelitian Quraini *et al.*, (2020) menemukan bahwa remaja yang memiliki kontrol perilaku yang kuat akan memiliki niat patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki kontrol perilaku yang lemah.

Tabel 2. Hasil analisis univariat lama menstruasi remaja putri

Lama Menstruasi	Frekwensi (n)	Persentase (%)
< 7 hari	49	55,7
>7 hari	39	44,3
Total	88	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 88 remaja putri, sebanyak 49 orang (55,7%) mengalami menstruasi kurang dari tujuh hari, sedangkan sebanyak 39 orang (44,3%) mengalami menstruasi lebih dari 7 hari. Lama menstruasi pada perempuan dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya adalah aktifitas fisik yang menyebabkan kelelahan, karena stres, serta karena faktor hormon dalam tubuh. Stres yang terjadi pada remaja putri dapat mengganggu keseimbangan hormon sehingga mempengaruhi menstruasi. Penelitian Hilmianti & Saporwayi, (2019) menemukan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan lama menstruasi pada mahasiswa keperawatan Ngudi Waluyo.

Tabel 3. Hasil analisis univariat perilaku makan

Perilaku Makan	Frekwensi (n)	Persentase (%)
Baik	16	18,2
Cukup	57	64,8
Kurang	15	17
Total	88	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari 88 remaja putri, sebanyak 16 orang (18,2%) memiliki perilaku makan yang baik, sebanyak 57 orang (64,8%) memiliki perilaku makan yang cukup, dan sebanyak 15 orang (17%) memiliki perilaku makan yang kurang. Perilaku makan yang paling dominan pada remaja putri pada penelitian ini adalah dikategorikan cukup yaitu sebesar 64,8%. Kategori makan yang baik diharapkan memberikan asupan zat gizi makro dan mikro yang cukup untuk kebutuhan remaja putri, baik sebagai sumber tenaga untuk aktifitas dan belajarnya maupun untuk kebutuhan lain seperti pembentuk sel darah merah. Penelitian Sumartini, (2022) menyebutkan bahwa perilaku makan remaja lebih dominan perilaku makan tidak baik yaitu sering tidak sarapan, kurang makan buah-buahan, makan tidak teratur, dan sering mengkonsumsi cemilan. Hal ini dapat mempengaruhi masalah gizi pada remaja, salah satunya adalah anemia. Namun, salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku makan remaja putri adalah tingkat stres. Ketika mengalami stres, remaja bisa mengkonsumsi lebih banyak makanan dari biasanya atau bisa mengkonsumsi lebih sedikit makanan dari pada biasanya (Khoiroh, 2022).

Tabel 4. Hasil analisis univariat kejadian anemia pada remaja putri

Kejadian Anemia	Frekwensi (n)	Persentase (%)
Anemia	18	20,5
Tidak Anemia	70	79,5
Total	88	100

Dari 88 orang siswa, terdapat 18 orang (20,5%) remaja putri mengalami anemia. Sedangkan 70 orang (79,5%) tidak mengalami anemia. Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam sel darah merah lebih rendah dari standar yang seharusnya. Untuk remaja putri dikatakan anemia apabila hemoglobin (Hb) kurang dari 12gr/dl. Hemoglobin berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkan oksigen ke seluruh sel jaringan tubuh, termasuk otot dan otak untuk melakukan fungsinya. Seseorang yang menderita anemia biasanya ditandai dengan lemah, letih, lesu, lelah dan lunglai atau yang disingkat dengan 5L (Mudjiati et al, 2023). Menurut Putri et al., (2017) dan Permata et al., (2023) bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia yaitu konsumsi tablet Fe, lamanya menstruasi, perilaku makan, asupan zat besi, dan status gizi.

Hasil analisis bivariat kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan menggunakan uji korelasi koefisien kontingensi ditunjukkan oleh tabel 5 berikut ini:

Tabel 5. Hasil analisis bivariat kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia

		Anemia		Kategori Tidak Anemia		Total		Koefisien Korelasi (r)	Nilai P
		n	%	n	%	n	%		
		Kepatuhan konsumsi Fe	Patuh	0	0	1	00		
	Tidak Patuh	8	0,69	9	9,31	7	00		
	Total	8	0,45	0	9,55	8	00		

Berdasarkan tabel di atas, bahwa satu orang remaja putri yang patuh minum tablet Fe tidak mengalami anemia, sedangkan dari 87 remaja putri yang tidak patuh minum tablet Fe, 18

orang (20,69%) mengalami anemia dan 69 orang (79,31%) tidak mengalami anemia. Penelitian ini menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah tidak berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 4 kota Mataram dengan nilai P adalah 0,610 ( $P>0,05$ ). Nilai koefisien korelasinya adalah 0,054 yang artinya kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia memiliki korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sangat rendah. Hal ini bertentangan dengan penelitian (Putra & Siam, 2020) yang menemukan bahwa ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas VII di SMPN 1 Tapen Bondowoso. Dari 87 remaja putri yang tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah, sebanyak 79,31% tidak mengalami anemia. Hal ini dapat terjadi karena untuk mencukupi kebutuhan zat besi, maka bisa didapatkan dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Mengkonsumsi sumber zat besi, sumber protein, dan sumber vitamin C dari makanan sehari-hari mampu mencukupi kebutuhan tubuh akan zat besi. Zat besi yang bersumber dari pangan hewani merupakan zat besi yang mudah diserap oleh tubuh dibandingkan dengan zat besi dari pangan nabati. Namun, jika dikonsumsi bersamaan dengan makanan yang mengandung vitamin C, maka mampu meningkatkan penyerapan zat besi yang ada dalam pangan nabati (Azrimaidaliza et al., 2020).

Hasil analisis bivariat lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri ditunjukkan pada tabel 6 berikut ini:

Tabel 6. Hasil analisis bivariat lama menstruasi dengan kejadian anemia

		Kategori				Total		Koefisien Korelasi (r)	Nilai P
		Anemia		Tidak Anemia		n	%		
		n	%	N	%				
Lama Menstruasi	< 7 hari	7	4,29	2	5,71	49	100	0,169	0,108
	>7 hari	1	8,21	28	71,79	39	100		
Total		8	0,45	70	79,55	88	100		

Berdasarkan tabel hasil uji SPSS di atas, menunjukkan bahwa nilai P adalah 0,108 ( $P>0,05$ ) yang artinya lama menstruasi dengan kejadian anemia tidak bermakna secara statistik. Sedangkan nilai koefisien korelasi (r) adalah 0,169 yang artinya lama menstruasi dengan kejadian anemia memiliki korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sangat rendah atau lemah. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanifah & Isnarti, (2018) bahwa terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia. Semakin lama menstruasinya, maka tubuh semakin membutuhkan banyak zat Fe. Sedangkan penelitian ini sejalan dengan penelitian Chairiyah, (2022) bahwa tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri ( $P=0,224$ ). Ada beberapa faktor lain yang menyebabkan seseorang tidak mengalami anemia walaupun mengalami waktu menstruasi yang lama, yaitu jumlah darah yang keluar, jumlah asupan zat besi serta banyaknya zat besi yang diserap oleh tubuh (Azrimaidaliza et al., 2020).

Hasil analisis bivariat perilaku makan dengan kejadian anemia dengan menggunakan uji Chi square ditunjukkan oleh tabel 7 di bawah ini:

Tabel 7: Hasil analisis bivariat perilaku makan dengan kejadian anemia

		Kategori Anemia				Total	Nilai P	OR(IK95%)
		Anemia		Tidak Anemia				
		n	%	n	%			
Perilaku Makan	Baik	2	2,5%	4	87,5%	6	00	Pembanding
	Cukup	2	1,1%	5	8,9%	7	00	0,443
	Kurang	4	6,7%	1	3,3%	5	00	0,318
Total		8	0,5%	0	9,5%	8	00	

Berdasarkan tabel hasil uji SPSS di atas menunjukkan bahwa perilaku makan juga tidak berhubungan dengan kejadian anemia, dengan nilai  $P=0,312$  ( $P>0,05$ ). Nilai OR adalah 0,39 dengan IK 0,060-2,55 yang artinya remaja putri dengan perilaku makan kurang mempunyai kemungkinan 0,39 kali untuk mengalami anemia dibandingkan dengan yang berperilaku makan baik. Sedangkan remaja putri dengan perilaku makan cukup mempunyai kemungkinan 0,54 kali untuk mengalami anemia dibandingkan dengan yang berperilaku makan baik (nilai OR =0,54). Penelitian ini menemukan bahwa perilaku makan yang cukup lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan dengan yang memiliki perilaku makan yang kurang. Hal ini dapat terjadi, karena seseorang yang memiliki perilaku makan yang cukup, bisa saja tubuhnya tidak mampu menyerap dengan maksimal zat besi yang dikonsumsi. Berbagai faktor yang mempengaruhi penyerapan zat besi adalah bentuk besi yang dikonsumsi, vitamin C, glikoprotein, kelebihan fosfat dan mineral kalsium, dan zat tanin yang dikonsumsi bersama makanan. Bentuk besi heme lebih mudah diserap tubuh dibanding besi non heme. Besi non heme akan lebih mudah diserap tubuh apabila terdapat vitamin C. Demikian pula jika zat besi dikonsumsi bersamaan dengan zat tanin, maka mengurangi penyerapan zat besi oleh tubuh (Azrimaidaliza et al., 2020). Penelitian ini juga sejalan dengan (Khoiroh, 2022) yang menemukan bahwa perilaku makan tidak berhubungan dengan status gizi pada siswa di pondok pesantren Al-Masykur Jombor.

Penelitian Safyanti & Andrafikar, (2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara frekwensi dan jumlah sumber zat besi heme, non heme, konsumsi protein dan vitamin C, dengan kejadian anemia. Farinendya et al., (2020) mengatakan bahwa kecukupan protein dan vitamin C berhubungan dgn anemia, sedangkan tingkat kecukupan zat besi, seng, dan siklus menstruasi tdk berhubungan dengan anemia. Hal ini menunjukkan bahwa, remaja putri yang memiliki perilaku makan yang cukup tidak dapat disimpulkan bahwa kecukupan zat besinya dapat terpenuhi, tanpa kita menghitung jumlah zat gizi yang di konsumsinya, terutama jumlah zat besi heme, non heme, vitamin C, dan protein. Berdasarkan penelitian Oktaviani et al., (2021) bahwa beberapa faktor lain yang mempengaruhi anemia di negara maju yaitu riwayat asma dan eksim, serta pendidikan ibu dalam menyediakan berbagai makanan yang bergizi. Sedangkan menurut World Health Organization, (2019) bahwa penyebab terbesar anemia adalah kekurangan zat besi, thalasemia dan penyakit sel sabit (sickle cell trait), serta penyakit infeksi malaria. Malaria yang disebabkan oleh parasit plasmodium dapat menyebabkan anemia berat, karena parasit ini membutuhkan zat besi untuk pertumbuhannya sehingga mengganggu metabolisme dan distribusi zat besi dalam tubuh (Chaparro & Suchdev, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki perilaku makan yang cukup dapat berisiko terkena

anemia karena adanya faktor lain seperti riwayat penyakit asma dan eksim, thalasemia, sickle cell trait, dan penyakit infeksi lainnya seperti malaria.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa kepatuhan minum tablet Fe, lama menstruasi, dan perilaku makan tidak berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 4 Kota Mataram. Tidak ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia dengan nilai P sebesar 0,610 ( $P > 0,05$ ), dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,054 yang artinya memiliki korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sangat rendah. Demikian pula tidak ada hubungan yang bermakna antara lama menstruasi dengan kejadian anemia dengan nilai P sebesar 0,108 ( $P > 0,05$ ) dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,169 yang artinya memiliki korelasi positif dengan kekuatan korelasi yang sangat rendah atau lemah. Tidak ada hubungan yang bermakna antara perilaku makan dengan kejadian anemia dengan nilai P adalah 0,318 ( $P > 0,05$ ) dengan nilai OR adalah 0,39 dengan IK 0,060-2,55 yang artinya remaja putri dengan perilaku makan kurang mempunyai kemungkinan 0,39 kali mengalami anemia dibandingkan dengan yang berperilaku makan baik. Remaja putri dengan perilaku makan yang cukup mempunyai kemungkinan 0,54 kali mengalami anemia dibandingkan dengan yang berperilaku makan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, A., & Darmadja, S. (2020). Pengaruh Enam Variabel terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(3), 83–95.
- Amir, N., & Djokosujono, K. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(3), 119–129.
- Anisa, I. ., Widyarningsih, E. ., & Wahyuni, I. . (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Indonesian Journal Of Midwifery Scientific*, 1(1), 7–12.
- Azrimaidaliza, & Dkk. (2020). *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. Sumatera Barat: Universitas Andalas.
- Chairiyah, R. (2022). Hubungan lama menstruasi, konsumsi zat besi, dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(2), 33–37.
- Chaparro, C. M., & Suchdev, P. S. (2019). Anemia Epidemiology, Pathophysiology, and etiology in Low-and Middle-Income Countries. *Ann N Y Acad Sci*, 1450(1), 15–31.
- Farinendya, A., Muniroh, L., & Buanasita. (2020). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 3(4), 298–304.
- Hanifah, I., & Isnarti, R. (2018). Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 1–7.
- Hilmiati, & Saparwayi, M. (2019). Hubungan Tingkat Stres dengan Lama Menstruasi pada Mahasiswi. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 91–96.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018, 1–88.
- Khoiroh, Z. (2022). *Hubungan Tingkat Stres terhadap Perilaku Makan dan status Gizi pada Mahasiswa di Pondok Pesantren A.P.I Al-Masykur Jombor*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Lopes, K. da S., et al. (2021). *Nutrition\_specific interventions for preventing and controlling anaemia throughout the life cycle: an overview of systematic reviews (review)*. In Cochrane Library (pp. 1–192). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD013092.pub2>
- Mudjiati, I., & Dkk. (2023). *Buku saku pencegahan anemia pada ibu hamil dan remaja putri*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Oktaviani, I., Rahmawati, D., & Kana, Y. N. (2021). Prevalensi dan Faktor Resiko Anemia pada Anak di Negara Maju. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(4), 218–226.

- Panggih, N. (2015). *Hubungan Lama Menstruasi, Stress dan Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian Disminorea di SMK Swagaya 2 Purwokerto*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Permata, I. I., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia. *JRKM*, 3(3), 135–142.
- Pibriyanti, K., Nufus, N. T., & Luthfiya, L. (2021). The relationship of the menstrual cycle, menstrual length, frequency of menstruation, and physical activities with the incident of anemia in adolescents girls at islamic boarding school. *Journal of Nutrition College*, 10(2), 112–119.
- Putra, K. ., & Siam, W. . (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, 8(1), 1–13.
- Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y., & Kusdalinah. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404–409.
- Quraini, D. ., Ningtyias, W., & Rohmawati, N. (2020). Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(12), 154–162.
- Kementerian Kesehatan, RI. (2022). *7 Dampak anemia pada Remaja*. Retrieved from <https://ayosehat.kemkes.go.id/7-dampak-anemia-pada-remaja>
- Safyanti, & Andrafikar. (2018). Perilaku Makan dan Kejadian Anemia pada Mahasiswi. *Jurnal Sehat Mandiri*, 13(1), 1–9.
- Sumartini, E. (2022). Gambaran Perilaku Makan Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husadah*, 6(1), 1–12.
- Syahrina, A., Gambir, J., & Petrika, Y. (2020). *Efektifitas Edu-Anemia dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Fe di Pontianan*. *PNJ*, 3(2), 45–49.
- World Health Organization. (2019). *Anemia, Level 1 Impairment*, 393. Retrieved from [www.thelancet.com](http://www.thelancet.com)