

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SMA N 1 Jetis Bantul merupakan salah satu institusi pendidikan yang berada di bawah wilayah kerja Puskesmas Jetis 1. SMA N 1 Jetis Bantul beralamat di Jl. Pendidikan, Kertan, Sumberagung, Kecamatan Jetis, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Fasilitas yang terdapat adalah mushola, kantin, perpustakaan, kamar mandi, ruang praktik, studio untuk acara online. Jumlah murid kelas X sebanyak 288 siswa, kelas XI sebanyak 287 siswa, dan kelas XII sebanyak 284 siswa.

Puskesmas Jetis 1 merupakan puskesmas yang membina SMA N 1 Jetis Bantul dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan siswa, dalam hal ini salah satunya adalah pencegahan anemia. Upaya yang telah dilakukan yaitu pemberian informasi terkait anemia sekaligus melaksanakan pendistribusian tablet penambah darah melalui penanggung jawab UKS dan juga pemeriksaan kadar Hb bagi siswa pada tahun 2021 lalu.

#### **B. Hasil Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Maret di SMA N 1 Jetis Bantul dengan jumlah responden sebanyak 186 responden. Berdasarkan pengolahan dan analisis data menggunakan komputer diperoleh hasil yang dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi maupun persentase. Berikut ini uraian data hasil penelitian yang dimaksud:

## 1. Kadar Hb Remaja Putri Kelas XII di SMA N 1 Jetis

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kadar Hb

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal ( $\geq 12$ gr/dl)	133	71,5
Anemia ringan (10-11,9 gr/dl)	45	24,2
Anemia Sedang (8-9,9 gr/dl)	8	4,3
Total	186	100

Berdasarkan tabel 6. Dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja putri kelas XII di SMA N 1 Jetis Bantul memiliki kadar Hb yang normal  $\geq 12$ gr/dl sebanyak 133 responden (71,5%).

## 2. Tindakan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri Kelas XII di SMA N 1 Jetis

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tindakan Pencegahan Anemia

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Tindakan Pencegahan Anemia</b>		
Baik	30	16,1
Cukup	119	64,0
Kurang	37	19,9
<b>Pola Makan</b>		
Baik	46	24,7
Cukup	121	65,1
Kurang	19	10,2
<b>Aktivitas Fisik</b>		
Baik	29	15,6
Kurang	157	84,4
Total	186	100

Berdasarkan tabel 7. Dapat diketahui sebagian besar remaja putri di SMA N 1 Jetis Bantul melakukan tindakan pencegahan anemia dengan kategori cukup sebanyak 119 responden (64,0%). Sebagian besar responden merupakan remaja putri yang memiliki tindakan pencegahan

anemia mengenai pola makan dengan kategori cukup sebanyak 121 responden (65,1%). Hampir seluruh dari responden merupakan remaja putri yang memiliki tindakan pencegahan anemia mengenai aktifitas fisik dengan kategori kurang sebanyak 157 responden (84,4%).

### 3. Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri Kelas XII di SMA N 1 Jetis

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi TTD

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Patuh	91	48,9
Tidak Patuh	95	51,1
Total	186	100

Berdasarkan tabel 8. Dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja putri di SMA N 1 Jetis Bantul memiliki perilaku tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 95 responden (51,1%).

### 4. Kadar Hb dan Tindakan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri Kelas XII di SMA N 1 Jetis

Tabel 4. Tabel Silang Kadar Hb berdasarkan Tindakan Pencegahan Anemia

Tindakan Pencegahan Anemia	Kadar Hb					
	Normal		Anemia ringan		Anemia sedang	
	n	%	n	%	n	%
Baik	25	18,8	5	11,1	0	0
Cukup	87	65,4	28	62,2	4	50,0
Kurang	21	15,8	12	26,7	4	50,0
Jumlah	133	100	45	100	8	100

Berdasarkan Tabel 9. Diketahui tindakan pencegahan anemia berdasarkan kadar Hb pada remaja putri dengan kategori normal

sebagian besar mempunyai tindakan pencegahan cukup sebanyak 87 responden (65,4%), remaja putri dengan kategori anemia ringan mempunyai tindakan pencegahan cukup sebanyak 28 responden (62,2%), sedangkan setengah dari responden dengan kategori anemia sedang melakukan tindakan pencegahan anemia kurang sebanyak 4 responden (50%).

5. Kadar Hb dan Tingkat Kepatuhan Konsumsi TTD pada Remaja Putri Kelas XII di SMA N 1 Jetis

Tabel 5. Tabel Silang Kadar Hb berdasarkan Kepatuhan Konsumsi TTD

Kepatuhan Konsumsi TTD	Kadar Hb					
	Normal		Anemia ringan		Anemia sedang	
	n	%	n	%	n	%
Patuh	74	55,6	13	28,9	4	50,0
Tidak Patuh	59	44,4	32	71,1	4	50,0
Jumlah	133	100	45	100	8	100

Berdasarkan Tabel 10. Diketahui kepatuhan konsumsi TTD berdasarkan kadar Hb pada remaja putri dengan kategori normal sebagian besar patuh sebanyak 74 responden (55,6%), remaja putri dengan kategori anemia ringan sebagian besar tidak patuh sebanyak 23 responden (71.1%), sedangkan setengah dari remaja putri dengan kategori anemia sedang tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD sebanyak 4 responden (50%).

### C. Pembahasan

Setelah dilakukan penelitian dengan jumlah responden sebanyak 186 orang yang terdiri dari remaja putri kelas XII di SMA N 1 Jetis didapatkan hasil mengenai gambaran tindakan pencegahan anemia sebagai berikut:

1. Gambaran tindakan pencegahan anemia pada remaja putri kelas XII di SMA N 1 Jetis Bantul berdasarkan kadar Hb.

Menurut (Julaecha, 2020) tindakan pencegahan anemia adalah hal utama yang berpengaruh terhadap kejadian anemia. Tindakan pencegahan anemia merupakan salah satu usaha untuk menjaga kadar hemoglobin dalam tubuh untuk tetap normal. Tindakan pencegahan anemia yang dimaksud merupakan upaya yang dilakukan berdasarkan pemenuhan kebutuhan nutrisi (pola makan) dan aktivitas fisik.

Hasil penelitian tindakan pencegahan anemia remaja putri didapatkan hasil dari 186 responden, sebanyak 119 responden (64,0%) memiliki tindakan pencegahan anemia cukup, 37 responden (19,9%) memiliki tindakan pencegahan anemia kurang, dan 30 responden (16,1%) memiliki tindakan pencegahan baik.

Hasil penelitian yang didapatkan setelah data disilangkan antara tindakan pencegahan anemia yang dilakukan dengan kadar Hb menunjukkan bahwasanya sebagian besar remaja putri dengan kadar Hb normal memiliki tindakan pencegahan anemia kategori cukup yaitu sebanyak 87 responden (65,4%) disusul dengan remaja putri yang

melakukan tindakan pencegahan anemia dengan kategori baik sebanyak 25 responden (18,8%). Remaja putri yang mengalami anemia ringan sebagian besar memiliki tindakan pencegahan anemia kategori cukup sebanyak 28 responden (62,2%) disusul dengan remaja putri yang melakukan tindakan pencegahan anemia dengan kategori kurang sebanyak 12 responden (26,7%). Sedangkan setengah dari responden yang mengalami anemia sedang memiliki tindakan pencegahan cukup sebanyak 4 responden (50,0%) dan setengahnya memiliki tindakan pencegahan kurang sebanyak 4 responden (50%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Indriasari, 2022) tentang pengetahuan, sikap, dan tindakan terkait pencegahan anemia pada remaja yaitu bahwa hampir seluruh responden melakukan tindakan pencegahan anemia dengan kategori cukup yaitu sebanyak 89 responden (71,2%) ditinjau dari tindakan pencegahan yang telah dilakukan meliputi pola makan dan aktivitas fisik. Adapun hasil analisis korelasi menunjukkan adanya korelasi antara tindakan, sikap, dan pengetahuan dari remaja putri terhadap kadar Hb yang ada dalam tubuh. Hal ini mengindikasikan bahwa tindakan, sikap dan pengetahuan merupakan faktor penting yang perlu dipertimbangkan dalam merubah perilaku kelompok remaja dalam konteks mempertahankan derajat kesehatan. Data menunjukkan meskipun mayoritas remaja memiliki sikap maupun tindakan yang cenderung positif terhadap anemia dan pencegahannya tetapi beberapa tindakan pencegahan anemia masih kurang dilakukan.

Hasil penelitian diatas juga selaras dengan teori menurut (Fani Ambiar, 2018) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi anemia selain pola makan adalah seperti menstruasi, riwayat penyakit dan pola aktivitas. Remaja putri mudah terserang anemia karena pada umumnya remaja putri kurang mengkonsumsi makanan nabati (sayur-sayuran dan buahbuahan) yang mengandung zat besi (Ely Choirun Nisa, 2018). Hasil dari beberapa penelitian menyatakan bahwa jika dilihat dari makanan yang dikonsumsi, remaja putri tidak memiliki jumlah kalori dan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air sehingga serta tidak imbangnya antara pemenuhan kebutuhan nutrisi dengan aktifitas fisik yang dilakukan sehingga status gizinya tidak dapat tercukupi maka dapat menyebabkan terjadinya anemia (Khairani, 2019).

Penelitian (Yulita et al., 2022) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan remaja putri dengan kejadian anemia. Apabila pola makan seseorang tidak baik yaitu tidak mengkonsumsi salah satu antara karbohidrat, protein, dan vitamin setiap kali makan akan mempunyai risiko mengalami anemia 1,6 kali lebih besar dibandingkan dengan seseorang yang pola makannya baik.

Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara pola aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri. Seseorang dikatakan memiliki aktivitas fisik yang baik jika melakukan beberapa pola aktivitas minimal 3-4 kali dalam seminggu serta dalam kurun waktu 15

menit dalam sekali beraktivitas, karena pola aktivitas fisik manusia sangat mempengaruhi kadar hemoglobin (Hb) dalam darah seseorang yang secara rutin berolah raga kadar hemoglobinnya akan naik. Aktivitas fisik yang kurang dan berlebihan dapat menyebabkan metabolisme sel tubuh menurun sehingga menyebabkan metabolisme besi dalam tubuh menurun. Besi adalah zat komponen pembentuk Hb, jika produksi besi menurun maka akan mempengaruhi pembentukan Hb yang akan berdampak pada menurunnya transport oksigen keseluruhan tubuh sehingga menyebabkan anemia(Yulita et al., 2022).

Kajian teori diatas merupakan hasil penelitian yang mendukung bahwa tindakan pencegahan anemia pola makan dan aktivitas fisik sangat mempengaruhi kadar Hb. Menurut (Fikawati, 2020) kadar Hb tidak hanya dipengaruhi oleh tindakan pencegahan yang dilakukan. Terdapat faktor lain yang mempengaruhi antara lain faktor internal seperti status gizi, kebutuhan zat besi per individu, penyakit infeksi dan faktor eksternal seperti pendidikan orang tua, status ekonomi, pengetahuan.

Tindakan pencegahan mengenai pola makan yang dilakukan oleh remaja putri kelas XII di SMA N 1 Jetis dengan kategori cukup perlu pertahankan dan ditingkatkan. Sedangkan tindakan pencegahan mengenai aktivitas fisik yang sebagian besar masih kurang, sehingga perlu adanya tindak lanjut dengan pendampingan remaja putri dalam kegiatan olahraga.

2. Gambaran tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri kelas XII di SMA N 1 Jetis Bantul berdasarkan kadar Hb.

Tablet tambah darah merupakan suplemen yang mengandung zat besi. Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan tubuh untuk membentuk sel darah merah. Tablet tambah darah merupakan salah satu program penanggulangan anemia yang diberikan pada wanita usia subur dan remaja putri. Pemberian tablet tambah darah yang diminum secara teratur dan sesuai aturan adalah suatu upaya untuk mencegah dan menanggulangi anemia, selain itu pendidikan serta upaya yang berkaitan dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan juga merupakan hal yang dapat mencegah kejadian anemia pada remaja putri (Kemenkes, 2020).

Remaja putri berisiko menderita anemia dikarenakan selama satu bulan sekali akan mengalami haid sehingga membuat kebutuhan zat besi akan relatif lebih tinggi. Remaja putri yang memiliki rentang waktu lama dan volume banyak saat menstruasi maka akan 53 membutuhkan kadar zat besi lebih yang banyak. Rendahnya kadar hemoglobin pada remaja putri karena meningkatnya kebutuhan zat besi, tetapi tidak mengkonsumsi makanan tinggi zat besi ataupun suplementasi (Intan, 2019).

Bagi remaja putri dianjurkan minum tablet tambah darah secara rutin dengan dosis 1 tablet setiap minggu dan 1 tablet setiap hari pada masa haid (Kemenkes, 2020). Dalam hal ini peneliti meneliti tindakan

penencegahan anemia berdasarkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 186 responden sebagian besar atau sebanyak 95 responden (51,1%) tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah selama 4 minggu terakhir. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Pertwi, 2019) yaitu bahwa masih banyak remaja putri yang tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah yaitu berjumlah 57 orang (64,8%). Salah satu akibat apabila remaja putri tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah adalah mengalami anemia.

Hasil penelitian yang didapatkan setelah data disilangkan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kadar Hb menunjukkan bahwasanya 32 responden (71,1%) dengan perilaku tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD mengalami anemia ringan sedangkan 13 responden (28,9%) yang mengalami anemia ringan saat dirinya mengkonsumsi tablet tambah darah dengan patuh, begitu juga dengan setengah dari remaja putri sebanyak 4 responden (50%) mengalami anemia sedang saat dirinya tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD. Penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Savitri et al., 2021) tentang hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri yang menyatakan bahwa hasil analisis bivariat hubungan bersifat searah antara kedua variabel tersebut, yang artinya semakin remaja putri patuh dalam mengkonsumsi TTD maka kadar Hb remaja putri akan meningkat. Didukung oleh penelitian (Agustina,

2018) bahwa kepatuhan konsumsi TTD dipengaruhi dua faktor utama, yaitu faktor individu sendiri (seperti rendahnya kesadaran, efek samping, lupa, dan rasa mual/muntah) dan faktor dari petugas kesehatan (seperti anggapan bahwa tablet Fe untuk pengobatan, tindak lanjut kunjungan yang tidak baik).

Kajian teori diatas merupakan hasil penelitian yang mendukung bahwa kepatuhan konsumsi sangat mempengaruhi kadar Hb. Menurut (Damayanti, 2020) kadar Hb tidak hanya dipengaruhi oleh kepatuhan konsumsi TTD. Terdapat faktor lain yang mempengaruhi antara lain faktor internal seperti status gizi, kebutuhan zat besi per individu, penyakit infeksi dan juga faktor eksternal seperti pendidikan orang tua, status ekonomi, pengetahuan. Selain itu, peningkatan kadar Hb melalui konsumsi TTD juga dipengaruhi oleh cara konsumsi yang tepat.