



## PENGARUH PROGRAM CANTIK TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI KABUPATEN BOGOR

Wardina Humayrah<sup>1</sup>, Islamiati Putri<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Universitas Sahid, wardina\_humayrah@usahid.ac.id

<sup>2</sup> Universitas Sahid, islamiatiputri29@gmail.com

Info Artikel : Diterima Desember 2022 ; Disetujui Januari 2023 ; Publikasi Januari 2023

### ABSTRAK

Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri (rematri) merupakan program pemerintah Indonesia untuk mengurangi prevalensi anemia di tahun 2025. Cakupan pemberian TTD rematri Provinsi Jawa Barat masih di bawah target nasional, khususnya pada SMP/MTs di Kabupaten Bogor. Rendahnya pengetahuan dan sikap tentang pencegahan anemia merupakan salah satu faktor ketidakpatuhan dalam mengonsumsi TTD pada rematri yang memengaruhi kadar hemoglobin. Sehingga program *competition for team adolescent in the anemia knowledge* (CANTIK) dilakukan dengan tujuan membandingkan pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam mengonsumsi TTD pada rematri sebelum dan sesudah program. Desain studi ini adalah eksperimental semu dengan *one group pre test-post test*. Rematri penelitian adalah rematri berjumlah 58 orang berusia 12-17 tahun di MTs Al-Islamiyyah, Kabupaten Bogor. Pengetahuan, sikap, dan perilaku diukur melalui kuesioner *pre* dan *post* lalu dianalisis dalam rentang skor 1-100 dan diuji beda menggunakan *paired sample T-test*. Hasil menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rerata skor pengetahuan sebesar 39 menjadi 68 sedangkan skor sikap dari 45 menjadi 77. Selama program berjalan dalam kurun waktu 2 bulan, rata-rata rematri mengonsumsi TTD sebanyak 6 tablet, dengan konsumsi tertinggi adalah 20 tablet dan terendah 0 tablet. Terdapat perbedaan signifikan ( $P < 0,05$ ) pada pengetahuan dan sikap tentang pencegahan anemia dalam mengonsumsi TTD namun tidak ada perbedaan signifikan pada perilaku rematri sebelum dan sesudah dilaksanakan program. Edukasi gizi melalui program CANTIK cukup baik dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap namun perlu dilanjutkan secara rutin agar dapat mengubah perilaku kepatuhan konsumsi TTD untuk pencegahan anemia pada rematri.

**Kata kunci:** Anemia, cantik, tablet tambah darah, remaja putri

### ABSTRACT

*Giving blood supplement tablets (BST) to teenage girls (TG) is a program of the Indonesian government to reduce the prevalence of anemia in 2025. The coverage of giving iron supplementation to TG in West Java Province is still below the national target, especially in high schools in Bogor Regency. Low knowledge and attitudes about anemia prevention are one of the factors for non-compliance in taking BST among TG which affects hemoglobin levels. So the competition for team adolescents in the knowledge of anemia (CANTIK) program was carried out wto compare knowledge, attitudes, and behavior in consuming BST among TG before and after the program. The design of this study is quasi-experimental with one group pre-test-post test. The research subjects were 58 adolescents aged 12-17 years in MTs Al-Islamiyyah, Bogor Regency. Knowledge and attitude were measured through pre and post-questionnaires analyzed in the score range 1-100 and then tested differently using the paired sample T-test. The results showed that there was an increase in the average knowledge score from 39 to 68 while the attitude score from 45 to 77. During the 2 months of the program, the average adolescent consumed BST as much as 6 tablets, with the highest consumption being 20 tablets and the lowest being 0 tablets. There was a significant difference ( $P < 0.05$ ) in knowledge and attitudes about the prevent the other f anemia in taking BST but there was no significant difference in the behavior of TG before and after the program was implemented. Nutrition education through the CANTIK program is quite good at increasing knowledge and attitudes but needs to be continued routinely so that it can change the compliance behavior in taking BST to prevent anemia among TG.*

**Keywords:** anemia, blood supplement tablets, cantik, teenage girls

## PENDAHULUAN

Angka kejadian anemia di Indonesia pada tahun 2018 yaitu sebesar 32% pada remaja usia 15-24 tahun sehingga terdapat kurang lebih 7,5 juta remaja Indonesia yang berisiko untuk mengalami hambatan dalam tumbuh kembang, kemampuan kognitif dan rentan terhadap penyakit infeksi. Hal ini disebabkan karena asupan zat besi yang tidak cukup, penyerapan yang tidak adekuat, kehilangan darah secara kronis, dan peningkatan kebutuhan zat besi untuk pembentukan sel darah merah.<sup>1</sup>

Asupan zat besi remaja putri (rematri) tergolong rendah dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang direkomendasikan yaitu hanya sebesar 12 mg/hari pada usia 13-19 tahun.<sup>2</sup> Pola konsumsi pangan rematri tidak seimbang dan beragam, konsumsi pangan hewani sumber zat besi pada rematri di Indonesia masih rendah sehingga pemenuhan asupan gizi tidak cukup dari makanan sehari-hari.<sup>3</sup> Upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi dan folat yang diatur dalam buku pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada rematri dan wanita usia subur (WUS) diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan RI tahun 2016 memprioritaskan pemberian tablet tambah darah (TTD) sebanyak satu tablet setiap minggu untuk mengurangi 50% prevalensi anemia pada rematri dan WUS di tahun 2025.<sup>4</sup>

Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa cakupan konsumsi TTD nasional dalam 12 bulan terakhir pada rematri yang berusia 10-19 tahun belum mencapai 100% yaitu sebesar 76,2%.<sup>4,5</sup> Sementara itu cakupan konsumsi TTD dalam 12 bulan terakhir pada rematri di Provinsi Jawa Barat dan Kabupaten Bogor berturut-turut 71,7% dan 67,6% di bawah rerata nasional. Konsumsi TTD rematri yang mencapai  $\geq 52$  butir selama setahun di Jawa Barat hanya mencapai 1,4%. Studi oleh Agustin menunjukkan bahwa hampir separuh (47,1%) remaja putri tidak patuh mengonsumsi TTD, ketidakpatuhan dalam mengonsumsi TTD tersebut berhubungan dengan pengetahuan anemia, zat besi dan TTD.<sup>6</sup> Pengetahuan merupakan dasar dari kemauan seseorang bertindak untuk patuh.<sup>6</sup> Kepatuhan rematri dalam mengonsumsi TTD juga merupakan salah satu indikator keberhasilan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada rematri dan WUS.<sup>7</sup> Ketidakpatuhan rematri konsumsi TTD dapat disebabkan perasaan bosan atau malas, rasa dan aroma yang tidak enak dari TTD, efek samping yang dirasakan setelah mengonsumsi TTD.<sup>7</sup> Faktor yang paling memengaruhi tingkat kepatuhan rematri di sekolah adalah motivasi dari guru dalam memberikan kesadaran dalam mengonsumsi TTD secara rutin sehingga kadar hemoglobin dapat dipertahankan dalam kategori normal.<sup>8</sup>

Oleh karena itu, perlu adanya upaya untuk meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi TTD melalui penyuluhan gizi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku rematri. Pengetahuan yang baik akan membentuk perilaku yang baik pula, sehingga untuk mendapatkan hasil pengetahuan yang maksimal dari penyampaian materi dapat dilakukan dengan berbagai metode dan media.<sup>9</sup> Program *Competition for team adolescent in the anemia knowledge* (CANTIK) adalah jenis pembelajaran kooperatif dengan penyuluhan yang menempatkan rematri dalam kelompok untuk saling berdiskusi tentang mengonsumsi TTD untuk mencegah anemia pada rematri. Penyuluhan gizi dinilai lebih menyenangkan dan mudah tersampaikan jika menggunakan metode yang menarik perhatian, melalui metode yang benar dan penggunaan alat peraga yang tepat sasaran maka materi yang akan disampaikan dalam penyuluhan akan mudah diterima, dicerna, dan diserap oleh sasaran.<sup>10</sup> Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi melalui program CANTIK dalam mengonsumsi TTD pada rematri di MTs Al-Islamiyyah, Kabupaten Bogor.

## MATERI DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain eksperimental semu dengan *one group pre test-post test*. Penelitian dilaksanakan selama 2 bulan mulai pada bulan Juni-Juli 2022. Lokasi penelitian dipilih secara *purposive* di MTs Al-Islamiyyah, Kabupaten Bogor, Jawa Barat mempertimbangkan cakupan pelayanan kesehatan khususnya pemberian TTD tingkat SMP/MTs di wilayah ini belum memadai.<sup>11</sup> Penelitian ini sudah lulus persetujuan etik dengan nomor No.093/PE/KE/FKK-UMJ/VI/2022.

Sampel pada penelitian ini adalah rematri dari MTs Al-Islamiyyah. Sampel dipilih secara *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Besar sampel minimal adalah 39 orang yang ditambah cadangan (10%) menjadi 43 orang. Namun dikarenakan semua murid dalam satu kelas diwajibkan ikut serta dalam edukasi gizi dari pihak sekolah sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 58 orang yaitu rematri kelas VII MTs Al-Islamiyyah, Bogor.

Pemberian program CANTIK dilakukan sebanyak 4 pertemuan selama 2 bulan dengan pembagian ke dalam 6 kelompok terdiri dari 9-10 orang per kelompok. Masing-masing kelompok mendapatkan perlakuan yang sama dilengkapi media pendukung berupa kartu berisi materi tentang anemia dan TTD (pengertian, penyebab, dampak, tata cara konsumsi TTD, frekuensi konsumsi TTD, dan tips setelah konsumsi TTD). Desain kartu yang digunakan dirancang *color full* sehingga rematri tertarik untuk

membacanya dan mudah memahami materi yang disampaikan.

Data karakteristik, pengetahuan, sikap, dan perilaku dikumpulkan dengan kuesioner secara *self administered*. Kuesioner untuk mengukur pengetahuan, sikap, dan perilaku terdiri dari *pre-* dan *post-test* yang dirancang sesuai dengan material bahasan dalam program CANTIK. Data yang terkumpul lalu dianalisis menggunakan SPSS *Statistic version 22 for windows* yang terbagi menjadi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing

rematri yang diteliti sehingga hasil univariat ditampilkan dalam bentuk tabel yang meliputi pengetahuan dan sikap rematri tentang pencegahan anemia dalam mengonsumsi TTD sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan program CANTIK. Analisis bivariat menggunakan uji statistik yaitu parametrik (*paired sample T-test*) dengan data berdistribusi normal. Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan program CANTIK.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Rematri

Karakteristik rematri yang diteliti meliputi usia, tempat tinggal dan uang saku per bulan yang dapat dilihat pada Tabel 1. Rematri dalam penelitian ini berjumlah 58 rematri. Usia rematri didapatkan rentang pada usia 12-17 tahun, dengan jumlah terbanyak (63,8%) berusia 13 tahun. Rentang usia tersebut merupakan tahapan pertumbuhan dan perkembangan

tercepat kedua setelah bayi dalam siklus kehidupan baik dari pertumbuhan fisik, psikologis, dan intelektual<sup>12</sup>. Selain itu, organ reproduksi dan seksualitas sudah mulai matang sehingga remaja usia ini sudah bereproduksi dengan timbulnya menstruasi.<sup>12</sup> Selama masa remaja, pengaruh teman sebaya pun juga semakin meningkat, dan dapat memahami orang lain, serta menjalin persahabatan dengan teman yang sifat relatif sama dengan dirinya.<sup>13</sup>

Tabel 1. Karakteristik rematri

Variabel	n	(%)
<b>Usia</b>		
12 tahun	13	22,4
13 tahun	37	63,8
14 tahun	7	12,1
17 tahun	1	1,7
<b>Tempat tinggal</b>		
Rumah dengan orangtua	55	94,8
Bersama saudara	2	3,4
Kost	1	1,7
<b>Uang saku per bulan</b>		
< Rp. 800.000	51	87,9
Rp. 800.000-1.200.000	7	12,1
>Rp. 1.200.000	0	0,0

Uang saku merupakan uang yang dimiliki rematri, yang digunakan untuk jajan dan membeli keperluan lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata uang saku rematri yaitu <Rp.800.000 selama 1 bulan. Rematri yang mendapatkan uang saku yang lebih besar yaitu hanya 7 rematri (12,1%) dari total 58 rematri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi pada tahun 2016 bahwa uang saku yang rendah beresiko 2,995 kali mengalami anemia dibandingkan dengan yang memiliki uang saku tinggi.<sup>14</sup> Berdasarkan tempat tinggal, sebanyak 92,8% rematri tinggal di rumah bersama orang tua. Remaja yang tinggal terpisah dari keluarga cenderung tidak

mencukupi asupan makan yang seimbang dibandingkan dengan yang tinggal bersama orangtua.<sup>15</sup>

### Karakteristik Keluarga

Karakteristik ekonomi keluarga meliputi pendidikan terakhir ibu, pekerjaan ibu, pendapatan keluarga, dan jumlah anggota keluarga dapat dilihat pada Tabel 2. Tingkat pendidikan orangtua merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan.<sup>16</sup> Tabel 2 menunjukkan bahwa pendidikan terakhir ibu dari sebagian besar rematri adalah lulusan SD/ sederajat yaitu sebesar 56,9%.

Tabel 2. Karakteristik keluarga

Variable	n	(%)
<b>Pendidikan terakhir ibu</b>		
Tidak tamat sekolah	2	3,4
SD/ sederajat	33	56,9
SMP/ sederajat	14	24,1

Variable	n	(%)
SMA/ sederajat	6	10,3
Perguruan Tinggi	3	5,2
<b>Pekerjaan ibu</b>		
Tidak bekerja/ Ibu Rumah Tangga (IRT)	51	87,9
PNS/Polri	-	-
Wirausaha	1	1,7
Karyawan swasta	6	10,3
<b>Jumlah anggota keluarga</b>		
3 orang dalam 1 keluarga	15	25,9
4 orang dalam 1 keluarga	19	32,8
5 orang dalam 1 keluarga	17	29,3
> 5 orang dalam 1 keluarga	7	12,1
<b>Pendapatan keluarga</b>		
< Rp. 4.000.000	47	81,0
> Rp. 4.000.000	11	19,0

Menurut penelitian Retno *et al.* disebutkan bahwa ayah dan ibu yang tidak terpelajar 2,221 kali dan 1,945 kali berisiko lebih tinggi memiliki remaja anemia dibandingkan ayah ibu yang berpendidikan tinggi.<sup>17</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian Apriningsih *et al.* bahwa ibu yang berpengetahuan kurang tentang anemia tidak mengawasi putrinya untuk minum TTD.<sup>18</sup> Pendidikan pada hakikatnya adalah proses komunikasi yang bertujuan untuk penyampaian pesan atau informasi sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, dan minat, serta perhatian peserta didik, sehingga semakin tinggi pendidikan seseorang maka pengetahuan akan semakin luas.<sup>19</sup> Berbeda halnya dengan penelitian Siahaan yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan ibu, pekerjaan dengan status anemia pada rematri di kota Depok namun pendidikan merupakan modal dasar orangtua yang dapat memengaruhi keadaan anak.<sup>20</sup>

Status pekerjaan ibu pada rematri sebanyak (87,9%) berstatus tidak bekerja/ibu rumah tangga. Pekerjaan merupakan faktor yang memengaruhi pengetahuan. Seseorang yang bekerja akan lebih sering berinteraksi dengan orang lain sehingga akan memiliki pengetahuan yang baik. Status pekerjaan ibu dapat memengaruhi perilaku anak dalam mengonsumsi makanan.<sup>20</sup> Pendapatan merupakan salah satu faktor memengaruhi kemampuan dalam

menyediakan fasilitas-fasilitas yang dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga termasuk yang dibutuhkan untuk kesehatan.<sup>20</sup> Sehat merupakan keadaan seseorang dalam keadaan sehat tidak sakit dan tidak ada keluhan serta dapat melakukan kegiatan sehari-hari. Demikian pula dengan jumlah anggota keluarga yang dapat memengaruhi pola makan anak.<sup>20</sup> Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah anggota keluarga terbanyak yaitu 4 orang dalam 1 keluarga (32,8%) dan pendapatan keluarga rematri sebagian besar adalah <Rp.4.000.000 (81,05%).

### Pengetahuan

Mayoritas rematri belum memahami tentang pencegahan anemia dan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebelum diberikan edukasi gizi dengan program CANTIK. Rata-rata skor rematri berdasarkan jawaban untuk pertanyaan pengetahuan dapat dilihat pada Tabel 3. Secara umum, terdapat perubahan pengetahuan rematri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi dengan program CANTIK secara signifikan meningkat. Rerata skor pengetahuan rematri tentang anemia dan TTD yaitu dari  $39 \pm 11$  menjadi  $68 \pm 15$ . Nilai presentase minimum pengetahuan sebelum diberikan intervensi adalah 17 setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 38, lalu untuk nilai presentase maksimum pengetahuan setelah diberikan intervensi yaitu 67 setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 100.

Tabel 3. Skor pengetahuan tentang pencegahan anemia dan minum TTD rematri sebelum dan sesudah program CANTIK

Pengetahuan tentang pencegahan anemia dan minum TTD	Rerata $\pm$ SD	Min	Maks	P-value*
Pre	$39 \pm 11$	17	67	0,000
Post	$68 \pm 15$	38	100	

Berdasarkan penelitian Notoatmodjo, salah satu strategi untuk mengubah perilaku adalah dengan pemberian informasi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga timbul kesadaran yang pada akhirnya siswa akan berperilaku sesuai dengan

pengetahuannya tersebut, oleh karena itu pemberian informasi dilakukan melalui edukasi gizi di sekolah.<sup>16</sup> Pemberian informasi dalam bentuk edukasi gizi tidak terlepas dari rencana metode dan media yang digunakan yaitu dengan program cantik dan

menggunakan media kartu. Menurut penelitian Fitriyanti *et al.* menggunakan media pembelajaran dapat membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar bahkan membawa pengaruh-pengaruh psikologis terhadap siswa.<sup>21</sup> Studi oleh Wahyuningsih *et al.* menunjukkan bahwa penggunaan media permainan *nutrition card* bergambar meningkatkan pengetahuan yang signifikan ( $p < 0,05$ ).<sup>22</sup> Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vahedian *et al.* penggunaan media edukasi dengan *booklet* merupakan sebuah pendekatan pendidikan yang dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan siswa dengan tujuan tertentu.<sup>23</sup>

Tabel 3 juga menunjukkan adanya perbedaan rerata skor pengetahuan sebelum dan sesudah program CANTIK di MTs Al-Islamiyyah, Bogor. Sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Zakaria *et al.* menunjukkan bahwa pengetahuan gizi pada remaja di SMAN 2 Makassar mengalami peningkatan pengetahuan gizi setelah dilakukan konseling gizi selama satu bulan.<sup>24</sup> Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa program edukasi gizi jangka pendek dapat meningkatkan pengetahuan tentang

jajanan sehat anak-anak prasekolah namun belum cukup mengubah perilaku rematri untuk memilih jajanan sehat.<sup>25</sup>

Penelitian pada remaja *overweight* dan obesitas melalui edukasi terkait dengan kesehatan menggunakan media *Short Massage Service (SMS)*, *booklet*, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan.<sup>26</sup> Hasil penelitian Egg *et al.*, menunjukkan bahwa edukasi gizi dalam waktu yang lebih lama, akan meningkatkan pengetahuan gizi yang lebih mendalam, edukasi gizi berbasis sekolah dapat dibuktikan sebagai tindakan preventif untuk meningkatkan pengetahuan gizi pada remaja terlepas dari status sosial ekonomi keluarga.<sup>27</sup>

### Sikap

Berdasarkan Tabel 4 skor rerata sikap tentang pencegahan anemia dan minum TTD sebelum intervensi yaitu  $62 \pm 6$ , sedangkan untuk skor rerata sikap sesudah diberi intervensi yaitu  $73 \pm 7$ . Hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan dan ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi selama dua bulan.

Tabel 4. Skor sikap tentang pencegahan anemia dan minum TTD rematri sebelum dan sesudah program CANTIK

Sikap tentang pencegahan anemia dan minum TTD	Rerata $\pm$ SD	Min	Max	P-value
Pre	$62 \pm 6$	45	77	0,000
Post	$73 \pm 7$	60	100	

Nilai presentase minimum sikap sebelum diberikan intervensi adalah 45 setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 77, lalu untuk nilai presentase maksimum sikap setelah diberikan intervensi yaitu 60 setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 100. Hasil uji beda *paired sample T-test* skor sikap sebelum dan sesudah menunjukkan adanya pengaruh dalam edukasi gizi program CANTIK pada remaja putri di MTs Al-Islamiyyah, Bogor, terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap tentang pencegahan anemia dan minum TTD sebelum dan sesudah program ( $p \leq 0,05$ ).

Sikap dalam studi ini merupakan kecenderungan rematri untuk sangat tidak setuju hingga sangat setuju mengenai pencegahan anemia dan minum TTD. Peningkatan skor sikap dapat disebabkan oleh meningkatnya pengetahuan remaja putri setelah menerima intervensi program CANTIK. Sikap terhadap gizi merupakan tahapan lebih lanjut dari pengetahuan gizi. Sikap terhadap gizi merupakan

tahapan lebih lanjut dari pengetahuan gizi. Seseorang yang berpengetahuan gizi baik selanjutnya mengembangkan sikap gizi yang baik.<sup>28</sup> Pengetahuan yang diperoleh remaja putri selama program CANTIK melekat dalam ingatan rematri dan berpotensi untuk memiliki sikap tentang pencegahan dan minum TTD yang lebih baik.

Sikap gizi berkorelasi positif dan signifikan dengan kebiasaan makan. Semakin baik sikap gizi seseorang makan semakin baik kebiasaan makan seseorang, dan sebaliknya.<sup>29</sup> Sikap merupakan penentu dari perilaku karena keduanya berhubungan dengan persepsi, kepribadian, perasaan, dan motivasi, pada rematri di Konawe menyatakan bahwa ada hubungan antara sikap dengan kepatuhan minum TTD pada rematri.<sup>30</sup> Menurut Risva *et al.* rematri yang memiliki sikap baik mempunyai kemungkinan untuk konsumsi TTD 2,2 kali lebih besar dibanding dengan remaja putri yang memiliki sikap buruk.<sup>31</sup>

### Perilaku

Tabel 5 menunjukkan proporsi rematri dengan perilaku positif dan negatif tentang pencegahan anemia dan minum TTD sebelum dan sesudah program CANTIK. Rematri yang berperilaku positif meningkat dari 29,3% sebelum program menjadi

41,4% sesudah program. Sedangkan rematri yang berperilaku negatif berkurang dari 70,7% sebelum program menjadi 58,6% sesudah program. Hasil uji statistik sebelum dan sesudah program CANTIK menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara perilaku remaja putri (rematri) dengan  $p > 0,05$ .

Perilaku adalah tanggapan atau reaksi seseorang terhadap suatu rangsangan (stimulus eksternal). Perilaku kesehatan adalah aktivitas kesehatan.<sup>32</sup> Perilaku seseorang penting untuk diukur terutama perilaku pemeliharaan kesehatan yang berkaitan dengan penelitian ini. Perilaku pemeliharaan kesehatan adalah perilaku atau usaha-usaha seseorang memelihara atau menjaga kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan bila

manusia yang dapat diamati dan tidak dapat diamati terkait dengan pemeliharaan dan peningkatan

sakit. Perilaku mempunyai dampak yang luas terhadap segala aspek kehidupan manusia termasuk kesehatan karena kesehatan sangat dinamis dan relatif, maka dari itu orang yang sehat perlu diupayakan supaya mencapai tingkat kesehatan yang seoptimal mungkin.<sup>16</sup>

Tabel 5. Proporsi rematri dengan perilaku positif dan negatif tentang pencegahan anemia dan minum TTD sebelum dan sesudah program CANTIK

Proporsi rematri berperilaku positif versus negatif	Positif		Negatif		P-value
	N	%	N	%	
Pre	17	29,3	41	70,7	0,240
Post	24	41,4	34	58,6	

Durasi program CANTIK yang pendek dengan pertemuan sebanyak 4 kali selama 2 bulan belum cukup memadai untuk mendukung perubahan perilaku rematri. Belajar merupakan proses evolusi, dan perubahan perilaku memerlukan waktu dan kesabaran. Perubahan perilaku adalah suatu proses yang lama dan memerlukan pemikiran-pemikiran dan pertimbangan untuk bertindak.<sup>32,33</sup> Studi Cohort oleh Egg *et al.* menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi dengan lebih banyak jam belajar berhubungan erat dengan perubahan perilaku gizi. Pemberian edukasi gizi dengan rerata 2,3 jam/minggu secara signifikan terkait dengan peningkatan asupan pangan kaya gizi dan rendah kalori pada remaja usia sekolah di Australia Barat.<sup>27</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Nindrea menunjukkan bahwa intervensi pemberian edukasi gizi selama 6 bulan signifikan berpengaruh mengubah perilaku sarapan pagi siswa sebelum dan sesudah program intervensi.<sup>34</sup> Penelitian lain oleh Nuryani *et al.* menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi selama 4 bulan di MTs Negeri Model 1 Lomboto dapat memberikan perubahan perilaku secara signifikan dengan peningkatan skor sebesar

7,56 ± 8,26 sebelum dan sesudah pemberian program.<sup>35</sup>

### Kepatuhan Konsumsi TTD

Kepatuhan konsumsi TTD pada rematri merupakan kebiasaan rematri dalam menelan TTD secara benar sesuai dosis, frekuensi, dan waktu sesuai anjuran program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS oleh Kementerian Kesehatan RI dengan dosis 1 tablet setiap minggu dan 1 tablet setiap hari pada masa haid atau selama 52 (lima puluh dua) minggu atau sedikitnya 52 tablet dalam setahun.<sup>4</sup> Berdasarkan Tabel 6 dapat diketahui bahwa rata-rata konsumsi TTD remaja putri MTs Al-Islamiyyah adalah 6 tablet selama dilakukannya intervensi selama 2 bulan, dengan konsumsi tertinggi adalah 20 tablet dan terendah 0 tablet atau tidak mengonsumsi. Jumlah TTD yang dikonsumsi oleh rematri masih kurang di bawah 5 tablet per bulan yang dengan perkiraan jumlah hari menstruasi rematri 3-5 hari dalam sebulan direkomendasikan minum 1 tablet per hari selama menstruasi. Masih terdapat rematri yang tidak mengonsumsi TTD sama sekali selama program CANTIK berjalan 2 bulan.

Tabel 6. Jumlah TTD yang dikonsumsi rematri dalam dua bulan terakhir

TTD yang dikonsumsi	Rerata ± SD	Min	Maks
Jumlah (tablet)	5.6 ± 4.09	0	20

Kepatuhan konsumsi TTD akan memberikan dampak yang signifikan terhadap penurunan kejadian anemia pada rematri. Studi oleh Casey *et al.* yang meneliti tentang dampak dari pemberian suplemen besi-asam folat dan program *deworming* pada populasi wanita di daerah pinggiran Vietnam utara yang dilakukan selama 54 minggu menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan dapat efektif dan efisien untuk mengurangi anemia dan mengeliminasi anemia dengan praktis.<sup>37</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Putri *et al.* yang dilakukan kepada 100 responden remaja putri di MTsN 02 Bengkulu menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet besi dengan status anemia dengan hasil kepatuhan konsumsi tablet suplemen zat besi

mempunyai peluang 61,55 kali lebih baik.<sup>38</sup> Penelitian Kurniawan<sup>36</sup> menunjukkan bahwa konsumsi TTD berkaitan erat dengan tingkat pengetahuan, semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang anemia maka semakin tinggi tingkat kepatuhan konsumsi TTD pada rematri sehingga terdapat hubungan tentang pengetahuan tentang anemia dengan konsumsi TTD rematri.

Mayoritas tingkat pendidikan ibu rematri dalam penelitian ini adalah lulusan SD/ sederajat yang diduga memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD secara tidak langsung pada subjek (Tabel 2). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zulaekah *et al.* tentang perilaku konsumsi suplemen zat besi membuktikan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat

pendidikan terakhir ibu dengan perilaku konsumsi zat besi, namun pendidikan orangtua yang lebih tinggi akan mendorong perilaku konsumsi suplemen zat besi lebih baik.<sup>38</sup> Selain itu, pendapatan keluarga juga merupakan faktor penting untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang keluarga.<sup>36</sup> Jenis makanan yang tersedia di rumah tergantung dengan besar pendapatan yang tersedia untuk membeli makanan keluarga.<sup>16</sup> Hampir seluruh subjek pada penelitian ini memiliki penghasilan keluarga <Rp.4.000.000 (Tabel 2). Berdasarkan penelitian Kurniawan membuktikan bahwa wanita dengan status sosial ekonomi tinggi 2,12 kali lebih mungkin untuk patuh mengonsumsi TTD sehingga kondisi sosial ekonomi keluarga memengaruhi konsumsi TTD remaja putri.<sup>39</sup>

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Arisman. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta. Buku Kedokteran EGC; 2012.
2. Azizah DI. Asupan Zat Besi, Asam Folat, dan Vitamin C pada rematri di Daerah Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*. 2020;4(4):169.
3. Humayrah W, Tanziha I, Fahmida U. Cluster Analysis of Food Consumption Patterns among Women of Reproductive Age in Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2019 Nov 26;14(3):117-26.
4. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Riset Kesehatan Dasar 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019. p 483-488.
5. Kementerian Kesehatan RI. Laporan RISKESDAS Provinsi Jawa Barat 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019. p. 438.
6. Agustina A. Analisis pengetahuan dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah untuk pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*. 2019 Dec 25;11(4):269-76.
7. Aditianti A, Permanasari Y, Julianti ED. Pendampingan Minum Tablet Tambah Darah (Ttd) Dapat Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Ttd Pada Ibu Hamil Anemia. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*. 2015;38(1):71-8.
8. Nuradhiani A, Briawan D, Dwiriani CM. Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2017;12(3):153-60.
9. Lestari D, Arbaen MN, Butar OBB, Sari AR. Penanggulangan Rendahnya Konsumsi TTD Remaja Putri Melalui Penyuluhan Dan Pembentukan Duta Remaja. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. 2021;4(3):545.
10. Azizah K. Pengaruh Permainan Kartu Bergambar Terhadap Perilaku Jajanan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Kesehatan*. 2018;VIII:10.
11. Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor. Buku Profil Kesehatan Kabupaten Bogor Tahun 2019. Kabupaten Bogor; 2019. 130-148 p.
12. Kodyat BA. Pedoman Gizi Seimbang 2014. Permenkes RI,(41). 2014.
13. Sarmin S. Konselor Sebaya: Pemberdayaan Teman Sebaya dalam Sekolah Guna Menanggulangi Pengaruh Negatif Lingkungan. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*. 2017 Feb 1;2(1):102-12.
14. Krori S. *Development Psychology*. 2011;4 no 3
15. Yilmaz HÖ, Aslan R, Unal C. Effect of the COVID-19 pandemic on eating habits and food purchasing behaviors of university students. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*. 2020 Aug 1;15(3).
16. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
17. Retno P, Dumilah A, Sumarmi. Hubungan kejadian anemia dengan prestasi belajar siswi di SMP Unggulan Bina Insani. 2017;
18. Apriningsih, Madanijah S, Cesilia M, Kolopaking R. Peranan Orangtua dalam Meningkatkan Kepatuhan Siswi Minum Tablet Zat Besi Folat di Kota Depok. 2019;
19. Sulistyowati A, Putra KW, Umami R. Hubungan antara Usia dan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Payudara selama Hamil di Poli Kandungan RSUD Jasem, Sidoarjo. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*. 2017 Dec 30;6(2):40-3.
20. Siahaan N. Faktor faktor yang berhubungan dengan status anemia rematri wilayah kota Depok. 2011;
21. Fitriyanti R, Sriprahastuti B, Heri L, Cicih M. Intervensi Permainan Monopoli dan Diskusi Gizi Seimbang untuk Meningkatkan Pengetahuan dan

#### PENUTUP

Program CANTIK dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap secara nyata namun belum dapat mengubah perilaku dalam mengonsumsi TTD rematri di MTs Al-Islamiyyah, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Program CANTIK diharapkan dapat dilanjutkan secara rutin dan berkelanjutan dengan durasi yang lebih panjang sehingga dapat mendukung perubahan perilaku rematri dalam mengonsumsi TTD. Kondisi sosial-ekonomi keluarga rematri perlu diperhatikan agar dapat mewujudkan kepatuhan minum TTD sesuai anjuran pemerintah di MTs Al-Islamiyyah, Kabupaten Bogor, Jawa Barat.

- Sikap Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Bogor. *Journal of Nutrition College*. 2021;10(April):197–206.
22. Wahyuningsih P, Nadhiroh, Siti R, Adriani M. Media Pendidikan Gizi Nutrition Card Berpengaruh Terhadap Perubahan Pengetahuan Makanan Jajanan Anak Sekolah Dasar. *Media Gizi Indonesia*. 2015;10(1):26–31.
  23. Vahedian M, Sadeghi R, Farhadlu R, Nazeri A, Dehghan A, Barati MH. Effect of Educational Booklet and Lecture on Nutritional Behavior, Knowledge and Attitude on Third-Grade Male Guidance School Students. Vol. 3, *Journal of Community Health Research*. 2014.
  24. Zakaria., Lestari SR, Sulastri., Aminah. Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Perubahan Perilaku, Pola Makan Dan Berat Badan Remaja Gemuk di SMA Negeri 2 Makassar. *Media Gizi Pangan*. 2012;XIV(2):24–9.
  25. Joseph LS, Gorin AA, Mobley SL, Mobley AR. Impact of a short-term nutrition education child care pilot intervention on preschool children's intention to choose healthy snacks and actual snack choices. *Childhood Obesity*. 2015;11(5):513–20.
  26. Lanita U, Sudargo T, Huriyati E. Pengaruh pendidikan kesehatan melalui short message service (sms) dan booklet tentang obesitas pada remaja overweight dan obesitas. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 2015;12(1):36.
  27. Egg S, Wakolbinger M, Reisser A, Schätzer M, Wild B, Rust P. Relationship between nutrition knowledge, education and other determinants of food intake and lifestyle habits among adolescents from urban and rural secondary schools in Tyrol, Western Austria. *Public Health Nutr*. 2020;23(17):3136–3147.
  28. Khomsan IA. Teknik pengukuran pengetahuan gizi. PT Penerbit IPB Press; 2022 Jan 24.
  29. Dewi SR. Hubungan antara pengetahuan gizi, sikap terhadap gizi dan pola konsumsi Siswa kelas XII program keahlian jasa boga di SMK Negeri 6 Yogyakarta. Program Studi Pendidikan Teknik Boga. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Yogyakarta. 2013.
  30. Lisna SN, Naningsih H. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambahdarah (Fe) Padaremajaputrimadrasah Aliyah Swasta Al-Irsyad Wilayahkerjapuskesmas Lalonggasumeeto Kabupaten Konawe Tahun 2018. 2018;
  31. Risva TC, Rahfiludin MZ. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah Darah sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Puteri (Studi pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro). *Jurnal Kesehatan Masyarakat [Internet]*. 2016;4(3):2356–3346. Available from: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
  32. Lunenburg FC. Compliance Theory and Organizational Effectiveness. *International Journal of Scholarly Academic Intellectual Diversity*. 2012;14(1).
  33. Adventus, Merta jaya IM, Mahendra DN. Buku Ajar Promosi Kesehatan. 2019. 13 p.
  34. Nindrea D richvan. Pengaruh penyuluhan gizi dengan perubahan perilaku sarapan pagi siswa sekolah dasar. *Jurnal ketahanan*. 2017;2(3):239.
  35. Nuryani, Paramata Y. Intervensi Pendidik sebaya meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang pada remaja di MTSN Model Lomboto. *Jurnal gizi manusia indonesia*. 2018;5(2):96–112.
  36. Kurniawan NIM Y. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan tentang Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Rematri Kelas XII SMA 2 Kota Malang Tugas Akhir. [Malang]: Universitas Brawijaya ; 2018.
  37. Zulaekah S, Kusumawati Y, Nugraheni R, Arditya R, Astuti T. Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi Keluarga dan Pengetahuan tentang Anemia dengan Perilaku Konsumsi Fe Remaja. In: Seminar Nasional Gizi 2017 Program Studi Ilmu Gizi UMS 'Strategi Optimasi Tumbuh Kembang Anak'. 2017. p. 121–31.
  38. Casey GJ, Montresor A, Cavalli-Sforza LT, Thu H, Phu LB, Tinh TT, et al. Elimination of Iron Deficiency Anemia and Soil-Transmitted Helminth Infection: Evidence from a Fifty-four Month Iron-Folic Acid and De-worming Program. *PLoS Negl Trop Dis*. 2013;7(4).
  39. Putri RD, Simanjuntak BY, KUSDALINAH. Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia rematri. *Jurnal Kesehatan*. 2017 Nov 3;VII(3):404–9.