

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Ambawang yang terletak di Kabupaten Kubu Raya, Provinsi Kalimantan Barat. SMP Negeri 3 Ambawang merupakan salah satu institusi pendidikan tingkat menengah pertama yang telah memiliki program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) serta menjalin kerja sama dengan puskesmas Ambawang dalam pelaksanaan program kesehatan bagi siswa, khususnya remaja putri.

Salah satu program kesehatan yang dilaksanakan di sekolah ini adalah pemberian tablet tambah darah (TTD) kepada remaja putri. Program tersebut dilaksanakan secara rutin dengan frekuensi satu kali dalam satu minggu. Dengan demikian, dalam satu bulan setiap siswi diharapkan mengonsumsi sebanyak empat tablet sesuai dengan anjuran yang telah ditetapkan.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 29 Januari 2026 dengan melibatkan siswi kelas 7 sebagai responden penelitian. Pemilihan responden dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan oleh peneliti.

2. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai subjek yang diteliti sehingga dapat membantu dalam memahami konteks hasil penelitian yang diperoleh. Responden dalam penelitian ini berjumlah 52 orang, yang seluruhnya merupakan remaja putri.

a. Umur

**Tabel 1 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Umur di SMPN 3
Ambawang Tahun 2026**

Kelompok Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
12–14 tahun	49	94.3%

15–17 tahun	3	5.7%
Total	52	100.0%

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 3 di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden berusia di antara 12 - 14 tahun yaitu sebanyak 49 orang (94.3 %). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada fase awal remaja, yang merupakan periode pertumbuhan pesat dan peningkatan kebutuhan zat gizi, khususnya zat besi.

b. Kelas

Tabel 2 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Kelas di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026

Kelas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
7A	8	15.4
7B	8	15.4
7C	9	17.3
7D	9	17.3
7E	9	17.3
7F	9	17.3
Total	52	100.0

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 4 tersebut, distribusi responden relatif merata pada setiap kelas, dengan jumlah terbanyak terdapat pada kelas 7C hingga 7F yaitu masing-masing sebesar 17,3%.

3. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui gambaran distribusi masing-masing variabel penelitian secara deskriptif. Analisis ini bertujuan untuk melihat pola umum dari setiap variabel tanpa mengaitkannya dengan variabel lain. Hasil analisis disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase sehingga memudahkan dalam interpretasi data.

a. Kejadian Anemia

Tabel 3 Distribusi Remaja putri Berdasarkan Status Anemia di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026

Status Anemia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Anemia	15	28,8
Tidak anemia	37	71,2

Total	52	100
-------	----	-----

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa masih terdapat responden yang mengalami anemia berjumlah 15 orang (28,8%).

Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum kondisi kesehatan responden berada dalam kategori yang cukup baik, namun demikian proporsi kejadian anemia yang mencapai hampir sepertiga dari total responden menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang cukup signifikan pada kelompok remaja putri.

b. Asupan Protein Hewani

Tabel 4 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Kecukupan Protein Hewani di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026

Kecukupan Protein hewani	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Cukup	41	78,8
Kurang	11	21,2
Total	52	100

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 6, diketahui bahwa responden yang memiliki asupan protein hewani dalam kategori cukup berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG), yaitu sebanyak 41 orang (78,8%), sedangkan responden dengan asupan protein hewani kurang sebanyak 11 orang (21,2%). Kategori cukup ditentukan apabila asupan protein hewani memenuhi $\geq 80-110\%$ AKG, sedangkan kategori kurang apabila $< 80\%$ AKG.

c. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Tabel 5 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Kepatuhan TTD di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026

Kepatuhan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Patuh	30	57,7
Tidak patuh	22	42,3
Total	52	100

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 7, diketahui bahwa hampir sebagian responden yang tidak patuh sebanyak 22 orang (42,3%).

d. Alasan Ketidapatuhan Konsumsi TTD

Tabel 6 Distribusi Remaja Putri di SMPN 3 Ambawang Berdasarkan Alasan Ketidakpatuhan TTD Tahun 2026

Alasan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak ada alasan / patuh	30	57,7
Lupa	13	25,0
Malas	3	5,8
Takut efek samping	2	3,8
Tidak tahu manfaat	2	3,8
Lainnya (mual)	2	3,8
Total	52	100

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 8, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tidak memiliki alasan ketidakpatuhan karena termasuk dalam kategori patuh. Namun, pada responden yang tidak patuh, alasan yang paling dominan adalah lupa, yaitu sebanyak 13 orang (25,0%).

4. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, yaitu kejadian anemia. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Chi-Square, dengan tingkat signifikansi (α) sebesar 0,05. Apabila nilai $p\text{-value} < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel.

a. Hubungan Asupan Protein Hewani dengan Kejadian Anemia

Tabel 7 Hubungan Kecukupan Protein Hewani dengan Kejadian Anemia

Kejadian anemia	Kecukupan protein hewani		Total	p-value
	Cukup	Kurang		
Anemia	6 (40%)	9 (60%)	15 (100%)	0,000
Tidak anemia	35 (94,6%)	2 (5,4%)	37 (100%)	

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 9, dapat diketahui bahwa responden dengan asupan protein hewani cukup sebagian besar tidak mengalami anemia yaitu sebesar 94,6%. Sementara itu, dengan asupan protein hewani kurang lebih banyak mengalami anemia yaitu sebesar 60%.

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Hubungan Kepatuhan Konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan Kejadian Anemia

Tabel 8 Hubungan Kepatuhan TTD dengan Kejadian Anemia

Kejadian anemia	Kepatuhan TTD		Total	p-value
	Patuh	Tidak patuh		
Anemia	4 (26,7%)	11 (73,3%)	15 (100%)	0,010
Tidak anemia	26 (70,3%)	11 (29,7%)	37 (100%)	

Sumber: (Data Primer)

Berdasarkan tabel 10, dapat diketahui bahwa responden yang patuh mengonsumsi TTD, lebih banyak tidak mengalami anemia yaitu sebesar 70,3%. Sedangkan pada responden yang tidak patuh mengonsumsi TTD memiliki proporsi anemia yang lebih tinggi, yaitu sebesar 73,3%.

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,010 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri.

B. Pembahasan

1. Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia

Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah merupakan tingkat ketaatan individu dalam mengonsumsi TTD sesuai dengan dosis yang dianjurkan, yaitu satu tablet per minggu pada remaja putri. Sementara itu, anemia merupakan kondisi di mana kadar hemoglobin berada di bawah nilai normal sehingga mengganggu kemampuan darah dalam mengangkut oksigen. Remaja putri yang tidak patuh dalam mengonsumsi TTD memiliki risiko lebih besar mengalami anemia karena kebutuhan zat besi tidak terpenuhi secara optimal (Rahmawati dkk., 2025).

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia ($p = 0,010$). Responden yang tidak patuh dalam mengonsumsi TTD memiliki proporsi anemia yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang patuh. Hasil ini menunjukkan bahwa konsumsi tablet tambah darah secara rutin memiliki peranan penting dalam mencegah anemia. Tablet tambah darah mengandung zat besi yang dibutuhkan tubuh untuk pembentukan hemoglobin. Kekurangan zat besi merupakan salah satu penyebab utama anemia, khususnya pada remaja putri (Ariana & Fajar, 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra dkk., menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Remaja yang tidak patuh dalam mengonsumsi TTD cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah dibandingkan dengan yang patuh, karena kebutuhan zat besi tidak terpenuhi secara optimal sehingga berpengaruh terhadap peningkatan risiko anemia (Putra dkk., 2020)

Dalam penelitian ini, masih ditemukan responden yang tidak patuh dalam mengonsumsi TTD. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti lupa, malas, takut terhadap efek samping, serta kurangnya pengetahuan mengenai manfaat TTD. Faktor lupa menjadi alasan yang paling dominan, yang menunjukkan bahwa ketidakpatuhan lebih banyak dipengaruhi oleh faktor perilaku dibandingkan faktor pengetahuan. Selain itu, menurut Savitri dkk., adanya responden yang takut terhadap efek samping menunjukkan perlunya edukasi yang lebih intensif mengenai keamanan dan manfaat TTD (Savitri dkk., 2021).

Pemberian tablet tambah darah secara rutin terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia pada remaja putri, terutama pada kelompok yang berisiko tinggi mengalami kekurangan zat besi. Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah menjadi faktor penting karena konsumsi yang tidak teratur dapat menyebabkan kebutuhan zat besi tidak terpenuhi secara optimal, sehingga berpengaruh terhadap rendahnya kadar hemoglobin dan meningkatnya risiko anemia (Oktafiansah dkk., 2025).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa responden yang patuh mengonsumsi TTD memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami anemia. Hal ini menunjukkan bahwa program pemberian TTD pada remaja putri merupakan salah satu intervensi yang efektif dalam menurunkan angka kejadian anemia. Oleh karena itu, menurut penelitian Wardani diperlukan upaya yang lebih optimal dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD, seperti melalui edukasi kesehatan, pengawasan rutin, serta dukungan dari pihak sekolah dan tenaga Kesehatan (Wardani, 2024).

2. Hubungan Asupan Protein Hewani dengan Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 52 responden, diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein hewani dengan kejadian anemia ($p = 0,000$). Responden yang memiliki asupan protein

hewani kurang cenderung lebih banyak mengalami anemia dibandingkan dengan responden yang memiliki asupan protein hewani cukup (Rachmi dkk., 2020).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa protein memiliki peranan penting dalam pembentukan hemoglobin. Protein diperlukan dalam proses sintesis sel darah merah serta sebagai komponen pembentuk enzim dan jaringan tubuh. Remaja putri dianjurkan memenuhi kebutuhan AKG sesuai Angka Kecukupan Gizi (AKG), yaitu sekitar 65 gram protein per hari. Kekurangan protein dapat menghambat pembentukan hemoglobin, sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia (Awalinda dkk., 2025).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Marzuki dkk., yang menyatakan bahwa asupan protein hewani memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia, di mana individu dengan asupan protein hewani yang rendah cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah. Protein berperan dalam pembentukan sel darah merah serta membantu proses transportasi zat besi dalam tubuh, sehingga kekurangan protein dapat menghambat sintesis hemoglobin dan meningkatkan risiko anemia (Marzuki dkk., 2025).

Sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki asupan protein hewani yang cukup, namun masih ditemukan responden dengan asupan protein hewani kurang yang memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami anemia. Hal ini menunjukkan bahwa menurut rahmawati dan kawan-kawan meskipun secara umum asupan protein hewani sudah baik, masih terdapat kelompok yang berisiko dan memerlukan perhatian khusus (Rahmawati dkk., 2025).

Kondisi ini dapat disebabkan oleh pola konsumsi makanan yang kurang seimbang, kurangnya variasi sumber protein, serta kebiasaan makan yang tidak teratur. Selain itu, faktor ekonomi dan ketersediaan pangan juga dapat mempengaruhi kecukupan asupan protein hewani pada remaja. Protein memiliki peran penting dalam pembentukan hemoglobin karena berfungsi dalam sintesis sel darah merah serta membantu proses transport zat besi dalam tubuh, sehingga kekurangan protein dapat menyebabkan terganggunya pembentukan hemoglobin dan meningkatkan risiko anemia (Darma dkk., 2019). Dengan demikian, pemenuhan kebutuhan protein yang cukup dan berkualitas sangat penting dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri.