

## ABSTRAK

### PENGARUH PERILAKU KONSUMSI TABLET FE TERHADAP STATUS ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN MAHAKAM ULU

Eka Widya Cantika<sup>1</sup>, Asruria Sani Fajriah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas STRADA Indonesia

<sup>2</sup>Fakultas Kebidanan

[ekawidyacantika@gmail.com](mailto:ekawidyacantika@gmail.com)

Remaja putri memiliki risiko lebih besar mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki karena adanya kehilangan darah akibat menstruasi. Selama periode menstruasi, kebutuhan zat besi meningkat hampir dua kali lipat. Ketidakteraturan siklus menstruasi, durasi yang lama, atau volume darah yang banyak turut memperparah risiko anemia. Kehilangan darah saat menstruasi dapat menyebabkan kekurangan zat besi sebanyak 12–15 mg per bulan atau sekitar 0,4–0,5 mg per hari. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh perilaku konsumsi tablet Fe terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Kabupaten Mahakam Ulu.

Desain penelitian ini menggunakan metode *analitik korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebagian remaja di Kabupaten Mahakam Ulu berjumlah 39 responden. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan Easy Touch. Analisa data bivariat menggunakan uji *Fisher- Exact Test*.

Diketahui bahwa dari 39 responden sebagian besar dengan perilaku konsumsi tablet Fe baik yaitu sebanyak 24 responden (61,5%) dan sebagian besar dengan kadar hemoglobin normal  $\geq 12$  gr/dl (tidak terjadi anemia) yaitu sebanyak 24 responden (61,5%). Analisis data menggunakan *uji chi square* ada ada pengaruh perilaku konsumsi tablet Fe terhadap kadar hemoglobin di Kabupaten Mahakam Ulu dengan nilai P value  $< \alpha 0,05$  ( $0,000 < 0,05$ ).

Disimpulkan bahwa perilaku yang baik (positif) dalam mengkonsumsi tablet Fe dapat mempengaruhi kadar hemoglobin pada remaja. Sehingga diharapkan perlu adanya peningkatan edukasi pada remaja tentang peningkatan kebutuhan zat besi untuk mencegah terjadinya anemia.

**Kata Kunci :** Perilaku, Tablet Fe, Status Anemia Dan Remaja

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF FE TABLET CONSUMPTION BEHAVIOR ON ANEMIA STATUS IN ADOLESCENT FEMALES IN MAHAKAM ULU DISTRICT

Eka Widya Cantika<sup>1</sup>, Asruria Sani Fajriah<sup>2</sup>

<sup>1</sup> STRADA Indonesia University

<sup>2</sup> Faculty of Midwifery

[ekawidyacantika@gmail.com](mailto:ekawidyacantika@gmail.com)

Adolescent girls are at greater risk of anemia than adolescent boys due to menstrual blood loss. During menstruation, iron requirements nearly double. Irregular menstrual cycles, prolonged menstrual cycles, or heavy blood volumes exacerbate the risk of anemia. Menstrual blood loss can lead to iron deficiency of 12–15 mg per month, or approximately 0.4–0.5 mg per day. The purpose of this study was to analyze the effect of iron tablet consumption on hemoglobin levels in adolescent girls in Mahakam Ulu Regency.

This study used a correlational analytical method with a cross-sectional approach. The sample in this study consisted of 39 adolescents in Mahakam Ulu Regency. The sampling method used purposive sampling. Data collection used questionnaires and Easy Touch. Bivariate data analysis used the *Fisher- Exact Test*.

It was found that of the 39 respondents, 24 (61.5%) had good iron tablet consumption behavior, and 24 (61.5%) had normal hemoglobin levels of  $\geq 12$  g/dl (no anemia). Data analysis using a chi-square test revealed an effect of iron tablet consumption behavior on hemoglobin levels in Mahakam Ulu Regency, with a P-value  $< \alpha 0.05$  ( $0.000 < 0.05$ ).

It was concluded that good (positive) behavior in consuming iron tablets can affect hemoglobin levels in adolescents. Therefore, it is recommended that increased education for adolescents about the increased iron requirements to prevent anemia is needed.

**Keywords:** Behavior, Fe Tablets, Anemia Status and Adolescents