

Efektivitas Peer Group terhadap Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri

Esti Nur Rahayu^{1*}, Nina Mardiana², Lidia Lushinta³

¹Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kaltim, Indonesia

²Dosen Jurusan Promosi Kesehatan, Poltekkes Kaltim, Indonesia

³Dosen Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kaltim, Indonesia

ABSTRACT

The problem encountered was the attitude of not wanting to take Fe tablets with the reason that it was uncomfortable because of the bad smell and taste like iron. The factor of routine consumption of Fe tablets can be encouraged by applying the Peer Group Education method. The purpose of this study was to determine the effectiveness of the Peer Group on increasing the consumption of Fe tablets in adolescent girls. Peer groups is a form of education that emphasizes behavior change and this method interaction occurs within the group. This type of research is a Quasi Experiment with a Non Equivalent Control Group Design. The population in this study were all female students of class VIII at SMP Negeri 4 Samarinda, totaling 190 students. Sampling using the Simple Random Sampling technique with the Mann Whitney U-Test test. 85.7% of respondents were in the effective category, and 100% of the respondents were in the routine category. So that there is the effectiveness of the Peer Group on increasing consumption of Fe tablets (p value = 0.00) with a value of = 0.05. Group education by peers (peer education) is a process of communication, information, and education (IEC) carried out by and for peers through the formation of peer groups. It also functions as a forum for sharing among group members so that teenagers exchange ideas and remind each other about consuming Fe tablets.

Keywords: increased consumption of fe tablets; peer group; teenagers

ARTICLE INFO

Article history

Received : 15 July 2023
Revised : 08 April 2024
Accepted : 29 April 2024

DOI

DOI: <https://doi.org/10.31983/micajo.v5i2.10055>

CORRESPONDING AUTHOR

Name : Lidia Lushinta
Email : lidialushinta@gmail.com
Telp : 0853-9077-1414
Address : Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Prodi D-III Kebidanan Samarinda, Jl. Wolter Monginsidi No. 38, Samarinda

ORIGINAL RESEARCH

Pendahuluan

Remaja putri adalah kelompok yang rentan terjadi anemia gizi besi, karena diakibatkan tingginya kebutuhan zat besi untuk pertumbuhan dan sebagai pengganti kehilangan akibat menstruasi. Untuk mencegah terjadinya anemia dapat dilakukan dengan cara mengkonsumsi tablet Fe secara rutin dan teratur yaitu 1 kali seminggu serta setiap hari pada saat haid (Wahyuningsih & Uswatun, 2019).

WHO (2015) menyatakan prevalensi anemia di dunia berkisar 50-88% dan mempengaruhi 1,62 miliar orang atau sama dengan 24,8% dari populasi. Prevalensi angka kejadian anemia di Asia Tenggara sebesar 25-40% remaja putri penderita anemia mulai dari tingkat ringan hingga berat (Apriyanti, 2019). Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (2017), prevalensi angka kejadian anemia antara usia 5-12 tahun adalah 26%, dan pada wanita usia 13-18 tahun yaitu 23%. Di Provinsi Kalimantan Timur, remaja dengan anemia sebesar 24,8%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Samarinda tahun 2016, tercatat

321 kasus remaja dengan anemia di 22 Puskesmas Kota Samarinda. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 4 Samarinda, terhadap 33 siswi kelas VIII. Didapatkan hasil 28 orang (84,8%) pernah mendengar tentang anemia, 18 orang (54,5%) tidak pernah mengonsumsi Tablet Fe, 15 orang (43,3%) lainnya mengerti tentang *peer group*, dan 13 orang (40%) menyatakan bahwa lebih menarik dalam mengonsumsi tablet Fe bersama teman sekaligus diingatkan oleh teman.

Masalah yang ditemui adalah sikap tidak mau mengonsumsi tablet Fe dengan alasan tidak nyaman karena bau dan rasa tidak enak seperti besi, serta muncul efek samping mual setelah diminum. Selain mengalami menstruasi, remaja putri juga akan menjadi seorang ibu, sehingga beresiko terjadinya anemia dalam kehamilan dan perdarahan pada saat persalinan. Resiko pada bayi yang dilahirkan adalah; kelahiran *premature*, bayi berat lahir rendah (BBLR), stunting, dll (Surjantini1 & Saragih2, 2019).

Dari persoalan tersebut, peneliti ingin menerapkan edukasi yang berbasis *peer group* atau teman sebaya. Teman sebaya akan dapat lebih efektif dan terbuka dalam memberikan pendidikan kesehatan antar sesama, sehingga komunikasi akan terjalin lebih mudah dibandingkan dengan orang tua atau guru. Menurut (Siliwangi, 2019), *Peer Group* adalah teman sebaya yang mempunyai ikatan emosional yang kuat dan mereka saling berinteraksi, bergaul, bertukar pikiran dan pengalaman dalam memberikan perubahan dan pengembangan dalam kehidupan sosial dan pribadinya. Pada kelompok teman sebaya untuk pertama kalinya remaja akan menerapkan prinsip-prinsip hidup bersama dan bekerja sama.

Remaja akan menjadi lebih dekat dengan teman sebayanya, karena mereka menganggap bahwa teman sebaya dapat memahami keinginannya sehingga mereka ingin menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Dalam penelitian ini, kelompok teman sebaya adalah teman kelas yang memiliki usia yang sama atau lebih 1 tahun. Selain itu, manfaat dari *peer group* adalah dapat mendorong individu untuk bersikap mandiri, serta lebih siap menghadapi kehidupan yang akan datang karena merasa memiliki teman yang dapat diajak bertukar pikiran (Amin & Khairunnisa, 2021).

Metode

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experiment* yang menggunakan rancangan *Non Equivalent Control Group Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi putri kelas VIII di SMP Negeri 4 Samarinda yang berjumlah 190 siswi. Diambil menggunakan teknik *Probability Sampling* yaitu *Simple Random Sampling* melalui kriteria inklusi dan eksklusi peneliti. Analisis data menggunakan uji univariat dan bivariat yaitu *Mann-Whitney U Test*. *Kategori efektif jika >mean (80) dan tidak efektif jika <mean (80) pada kelompok eksperimen dengan peer group.*

Sedangkan tidak efektif pada kelompok kontrol jika remaja putri tidak mengonsumsi tablet fe setiap seminggu 1x dan setiap hari pada saat haid. Evaluasi pada penelitian ini menggunakan kartu kontrol setelah meminum tablet fe baik pada kelompok *peer group* maupun kelompok kontrol. Akan tetapi pada kelompok eksperimen, peneliti akan memantau langsung sampel melalui videocall whatsapp grup. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei-Juni 2022 selama 38 hari.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian disajikan seperti di bawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pekerjaan Orang Tua, dan Sumber Informasi Tentang Peer Group dan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri di SMP Negeri 4 Samarinda

Karakteristik	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	N	%	N	%
Usia				
12 Tahun	-	-	1	3,6
13 Tahun	11	39,3	8	28,6
14 Tahun	17	60,7	18	64,3
15 Tahun	-	-	1	3,6
Pekerjaan Ayah				
Swasta	20	71,4	23	82,1
PNS	5	17,9	5	17,9
TNI	2	7,1	-	-
Polisi	1	3,6	-	-
Pekerjaan Ibu				
Swasta	4	14,3	10	10,7
PNS	4	14,3	3	10,7
IRT	20	71,4	22	78,6
Sumber Informasi				
Belum pernah mendengar sebelumnya	9	32,1	11	39,3
Televisi/radio	-	-	1	3,6
Media sosial	9	32,1	5	17,9
Keluarga	1	3,6	3	10,7
Petugas kesehatan	9	32,1	8	28,6
Total	28	100,0	28	100,0

Sumber: Analisa Data Primer, 2022

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol sebagian besar dari responden berusia 14 tahun (60,7%). Pekerjaan ayah sebagian besar sebagai swasta pada kelompok intervensi sebanyak 20 (71,4%), dan hampir seluruh dari responden pada kelompok control dengan pekerjaan ayah sebagai karyawan swasta 23 (82,1%). 20 responden (71,4%) pada kelompok intervensi sebagian besar dari responden dengan pekerjaan ibu sebagai IRT, dan hampir seluruh dari responden pada kelompok kontrol memiliki ibu yang bekerja sebagai IRT 22 (78,6%). Menurut sumber informasi, 9 responden (32,1%) belum pernah mendengar sebelumnya, pernah mendengar dari media sosial, dan dari petugas kesehatan pada kelompok intervensi. Sedangkan pada kelompok kontrol hampir setengah dari responden belum pernah mendengar sebelumnya 11 (39,3%).

Menurut Erikson dalam (Adi Zayd Bintang1, 2021), tahapan remaja dibagi menjadi 3 yaitu tahapan remaja awal (10-12 tahun), remaja pertengahan (13-16 tahun), dan remaja akhir (17-21 tahun). Sesuai dengan hasil karakteristik responden baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, sebagian besar responden adalah remaja pertengahan. Penelitian yang dilakukan oleh (Amanul Ardhiyah, 2019) mengatakan bahwa orang tua adalah sosok yang paling penting terutama untuk anak-anaknya. Tingkat pendidikan orang tua juga menentukan pekerjaan dari orang tua tersebut. Apabila orang tua dengan pekerjaan baik atau cukup, remaja juga akan terfasilitasi misal dalam pembelian tablet Fe yang dapat dibeli diklinik atau apotek terdekat. Menurut asumsi dari peneliti, pekerjaan orang tua berpengaruh pada tingkat kecukupan ekonomi dalam keluarga, sehingga apabila individu ingin membeli tablet Fe dapat dibeli secara langsung di klinik maupun apotek.

Sumber informasi merupakan hal penting untuk dapat mengetahui individu mendapatkan informasi yang berupa pengetahuan. Sumber informasi adalah segala sesuatu yang menjadi

perantara dalam menyampaikan informasi baik berupa media informasi untuk komunikasi massa. Remaja putri akan lebih memiliki banyak pengalaman sehingga berpengaruh pada pengetahuannya apabila banyak juga memperoleh sumber informasi baik dari orang lain, media, televisi, radio, dll. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti berasumsi bahwa semakin banyak remaja memperoleh sumber informasi maka semakin meningkat pula pengetahuan remaja mengenai teman sebaya maupun konsumsi tablet Fe.

Pendidikan kelompok oleh teman sebaya (*peer education*) merupakan suatu proses komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) yang dilakukan oleh dan untuk kalangan sebaya melalui pembentukan *peer group*. Edukasi dalam bentuk *peer group* adalah salah satu upaya perubahan perilaku kesehatan melalui kelompok teman sebaya yang menekankan pada perubahan perilaku, dan pada metode ini terjadi interaksi didalam kelompok (Rofi'ah et al., 2017). Perilaku menurut Lawrence Green dalam (Notoatmodjo, 2018) dipengaruhi oleh 3 faktor penting, salah satunya adalah faktor penguat (*reinforcing factor*) yang terwujud dalam sikap dan perilaku dari orang lain misalnya keluarga, teman sebaya, tokoh masyarakat, dll. Proses pendidikan kesehatan ini tidak terlepas dari peran serta aktif *peer educator* dalam penyampaian materi kepada anggota kelompok sehingga materi dapat diterima dengan baik. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2021) bahwa remaja putri yang diberikan *peer group education* 1,5 kali lebih efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksinya dibandingkan dengan remaja putri yang hanya mendapat penyuluhan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Sholihah & Yunita, 2022).

Tabel 2. Analisis Bivariat Konsumsi Tablet Fe Pada Kelompok Intervensi di SMP Negeri 4 Samarinda

	Mann-Whitney U	Alpha (α)	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Pretest dan Posttest Konsumsi Tablet Fe Kelompok Intervensi	142.500	0,05	-4.284	.000

Sumber: Analisa Data Primer, 2022

Diketahui hasil setelah dilakukan uji *Mann-Whitney* diatas, pada kelompok intervensi (*peer group*) terhadap konsumsi tablet Fe sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menghasilkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) $<0,05$ ($pvalue = 0,000$). Terdapat hasil yang signifikan, sehingga dikatakan bahwa terdapat pengaruh efektivitas *peer group* terhadap konsumsi tablet Fe pada remaja putri di SMP Negeri 4 Samarinda.

Tabel 3. Analisis Bivariat Konsumsi Tablet Fe Pada Kelompok Kontrol di SMP Negeri 4 Samarinda

	Mann-Whitney U	Alpha (α)	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Pretest dan Posttest Konsumsi Tablet Fe Kelompok Kontrol	175.000	0,05	-3.678	.000

Sumber: Analisa Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 1.3 diatas, hasil uji *Mann-Whitney* pada kelompok kontrol yang hanya diberikan pendidikan kesehatan secara demonstrasi terhadap konsumsi tablet Fe sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menghasilkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) $<0,05$ ($pvalue = 0,000$). Pada kelompok kontrol, terdapat hubungan yang signifikan pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan secara demonstrasi terhadap konsumsi tablet Fe. Dalam mengkonsumsinya, remaja juga dipengaruhi oleh kesadaran dan kepatuhan. Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe merupakan suatu bentuk perilaku sehingga kecenderungan remaja putri untuk dapat rutin dalam mengkonsumsinya dapat dianalisis

menggunakan teori perilaku yaitu *Theory of Planned Behavior* (Ningtyias et al., 2020). Perilaku individu dapat diperkirakan dari niat remaja tersebut untuk mengkonsumsi tablet Fe dengan frekuensi satu tablet setiap minggu dan 1x sehari saat haid. Berdasarkan *Theory of Planned Behavior* atau teori perilaku, menyebutkan bahwa dimensi yang mempengaruhi niat individu dalam mengkonsumsi adalah sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku (Ningtyias et al., 2020). Penelitian menyatakan bahwa terdapat peningkatan kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pembentukan *peer group*. Konsumsi tablet Fe pada remaja dipengaruhi oleh persepsi remaja terhadap perilaku kesehatannya dalam mengkonsumsi tablet Fe (Raharjo S & Indrayanti, 2021). Sejalan dengan hasil penelitian yang telah diteliti oleh (Chusna et al., 2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara persepsi dan kemampuan diri pada remaja putri dengan intensitas konsumsi tablet Fe. Penelitian dari (Syahrina et al., 2020), menjelaskan bahwa pada kelompok kontrol yang hanya diberikan penyuluhan dan kartu kontrol konsumsi tablet Fe tidak terjadi peningkatan kepatuhan. Alasan responden yang tidak lagi mengkonsumsi tablet Fe adalah tablet hilang, lupa, pusing, dan tidak diizinkan orang tua. Remaja mengaku pusing saat meminum tablet Fe pertama kali, tidak melanjutkan karena takut, sehingga dilarang oleh orang tua karena merasa tidak perlu. Kurangnya kesadaran akan pentingnya konsumsi tablet Fe, kurangnya dukungan dari orang tua dan pihak sekitar, serta rasa takut dalam mengkonsumsi menjadi masalah yang harus diselesaikan. (Syahrina et al., 2020).

Studi terhadap kelompok dukungan sebaya online menemukan banyak aspek positif yang mirip dengan kelompok dukungan sebaya secara offline, antara lain; keterhubungan sosial, membantu mengatasi tantangan sehari-hari dan pengurangan stigma, dan memfasilitasi wawasan mengenai keputusan perawatan kesehatan, pemberdayaan, dan proses pemulihan (Strand et al., 2020).

Simpulan

Hasil distribusi frekuensi efektivitas *peer group* setelah diberikan intervensi berupa pembentukan kelompok teman sebaya (*peer group*), hampir seluruh dari responden dengan kategori efektif. Distribusi frekuensi konsumsi tablet Fe, pada kelompok intervensi didapatkan hasil seluruh responden dalam kategori rutin dalam konsumsi tablet Fe. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hasil yang signifikan yaitu terdapat efektivitas *peer group* terhadap konsumsi tablet Fe pada Remaja Putri di SMP Negeri 4 Samarinda.

Daftar Pustaka

- Adi Zayd Bintang¹, A. M. M. (2021). Kejadian Depresi Pada Remaja Menurut Dukungan Sosial Di Kabupaten Jember Depression Incidence in Adolescents According to Social Support in Jember Regency. *Journal of Community Mental Health and Public Policy* (2021) 3(2) 92-101, 2655, 92–101.
- Amanul Ardhiyah, M. (2019). Pengaruh Pekerjaan/Sosial Ekonomi Orang Tua Terhadap Proses Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Untuk Semua*, 3(1), 5–8. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpls/index>
- Amin, N. S., & Khairunnisa, S. I. (2021). Pengaruh Peer Group Terhadap Motivasi Belajar Siswa Smp Negeri 8 Kota Bima Tahun Pelajaran 2020 / 2021 Nur Syariful Amin, Khairunnisa, Sulistia Indah. *Guiding World (Bimbingan Dan Konseling)* (2021) 4(1) 11-26, 04(01), 11–26.

- Apriyanti, F. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Sman 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 3(2), 18–21.
- Chusna, F. F., Sulistiawati, & Irwanto. (2021). Hubungan Persepsi Hambatan dan Kemampuan Diri dengan Intensitas Konsumsi Tablet Fe Pada remaja Putri. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 81–88.
- Ningtyias, F. W., Quraini, D. F., & Rohmawati, N. (2020). Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *Jurnal PROMKES*, 8(2), 154. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i2.2020.154-162>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. PT. Rineka Cipta.
- Raharjo S, D., & Indrayanti. (2021). Dukungan Peer Group Terhadap Kepatuhan Konsumsi Minum Obat Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Sma N 1 Banguntapan Tahun 2020. *Journal of Health (JoH)*, 8(1), 36–41. <https://doi.org/10.30590/joh.v8i1.226>
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Vitaningrum, D. (2017). Kesehatan Metode Peer Group Dan Sikap Personal Hygiene Saat. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 31–36.
- Sari, Y., Lia, L., & Ramli, N. (2021). Efektifitas Peer Group Education Dan Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 566–580.
- Sholihah, A. N., & Yunita, N. (2022). Tingkat Pendapatan Orang Tua Menjadi Faktor Utama Pernikahan Dini Pada Remaja Putri. *Midwifery Care Journal*, 3(1), 13–21. <https://doi.org/10.31983/micajo.v3i1.8188>
- Suherman, Maya Masyita (2019). PENERAPAN BIMBINGAN Kelompok Dengan Teknik Peer Group Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Siswa IKIP SILIWANGI. *Quanta (2019) 3(2) 44-50*, 3(2), 44–50. <https://doi.org/10.22460/q.v2i1p21-30.642>
- Strand, M., Eng, L. S., & Gammon, D. (2020). Combining online and offline peer support groups in community mental health care settings: A qualitative study of service users' experiences. *International Journal of Mental Health Systems*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s13033-020-00370-x>
- Surjantini1, R. R. S. H., & Saragih2, H. S. (2019). Pengaruh Pendidikan Teman Sebaya (Peer Education) Terhadap Perilaku Remaja Putri Yang Menderita Anemia Di Madrasah Stanawiyah Islamiyah Jl.Suluh 71 Kota Medan Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 13(2), 134–139. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v13i2.402>
- Syahrina, A., Gambir, J., & Petrika, Y. (2020). Efektivitas Edu-Anemia dalam Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe di Pontianak. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 3(2), 45. <https://doi.org/10.30602/pnj.v3i2.698>
- Wahyuningsih, A., & Uswatun, A. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganom. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 1–12.