

PENGARUH PENYULUHAN DENGAN METODE *WHOLE GROUP-DISCUSSION* TERHADAP SIKAP DALAM PENCEGAHAN KEHAMILAN REMAJA

¹Efvina Goemawati, ²Fitriani Mediastuti, ³Reni Tri Lestari

^{1,2,3}Program Studi DIII Kebidanan STIKes AKBIDYO

Email korespondensi: renitrilestari@yahoo.com

ABSTRAK

Latar belakang: Kesehatan reproduksi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang cukup besar di Indonesia. Fenomena yang terjadi di masyarakat menunjukkan bahwa perilaku seksual remaja dan seks pra nikah pada remaja terus meningkat dari tahun ke tahun. Upaya pencegahan salah satunya dapat berupa pemberian edukasi melalui penyuluhan. Penyuluhan yang digunakan adalah dengan menggunakan metode *whole group discussion* yang akan digunakan untuk mengetahui sikap dalam pencegahan kehamilan remaja. Penelitian bertujuan untuk mengetahui sikap dalam pencegahan kehamilan remaja dengan penyuluhan menggunakan metode *whole group discussion* di SMP Negeri 3 Kasihan.

Metode: Penelitian ini merupakan jenis *quasi experiment* dengan *one group pre test and post test design*. Populasi sebanyak 119 orang siswa kelas IX SMP Negeri 3 Kasihan dengan sampel 55 responden yang diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*. Metode analisis data dengan menggunakan *Paired T Test*.

Hasil: Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* nilai *mean* responden pada saat *pre test* sebesar 61,75, sedangkan nilai *post test* sebesar 64,74. Nilai *t* hitung sebesar -5,877 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan intervensi bahwa nilai *mean post test* lebih besar dibandingkan dengan nilai *mean pre test*. Kesimpulan penelitian terdapat perubahan sikap dalam pencegahan kehamilan remaja di SMP Negeri 3 Kasihan setelah diberikan intervensi berupa penyuluhan dengan metode *whole group discussion*.

Kata kunci: Remaja, Penyuluhan, Metode *Whole Group Discussion*, Kehamilan remaja.

THE INFLUENCE OF COUNSELING WITH WHOLE GROUP DISCUSSION METHODS TO THE ATTITUDES IN THE PREVENTION TEEN PREGNANCY

ABSTRACT

Background: Reproductive health is still a problem of public health that have large scales in Indonesia. Phenomenon that occurs in public during this indicates that sexual behavior youth and sex pre marriage in adolescents continually increase from year to year. One of prevention that can be for the provision is education through extension activities. Extension that used is by using the *whole group discussion* method that will be used to know attitude in the prevention teen pregnancy. This research have aims

to know attitude in the prevention teen pregnancy with counseling uses the whole group discussion in junior high school 3 Kasihan.

Method: *This research using a kind of Quasi Experiment with one group pre test and post test design. The Population were 119 students in IX class. The sample collection with simple random sampling and there were 55 samples. The method of analysis data by using paired t test.*

Result: *Based on the results of pre test and post test its mean value of pre test 61,75, while value post test 64,74. T count of -5,877 and the significance is 0,000 ($p < 0.05$). The results of the difference attitude before and after given intervention that its mean value post test is higher than its mean value pre test. The conclusion of reserch is a change in attitude students IX class in teen pregnancy prevention in state given intervention in the form of counseling with the methods whole group discussion.*

Keywords: *Teenagers, counseling, a method of whole group discussion, teen pregnancy.*

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan reproduksi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang cukup besar di Indonesia. Salah satunya adalah masalah kesehatan reproduksi pada remaja. Selain berdampak fisik, juga berdampak terhadap mental dan emosi, keadaan ekonomi dan kesejahteraan sosial dalam jangka panjang. Dampak jangka panjang tersebut tidak hanya berpengaruh terhadap remaja itu sendiri, tetapi juga terhadap keluarga, masyarakat dan bangsa. Fenomena yang terjadi di masyarakat saat ini menunjukkan bahwa perilaku seksual remaja dan seks pra nikah pada remaja terus meningkat dari tahun ke tahun.¹

Survei *World Health Organization* (WHO) tahun 2010, kelompok usia remaja menempati seperlima jumlah penduduk dunia, dan 83% di antaranya hidup di negara-negara berkembang. Usia remaja merupakan usia yang paling rawan mengalami masalah kesehatan reproduksi seperti

kehamilan usia dini, aborsi yang tidak aman, infeksi menular seksual (IMS) termasuk *Human Immunodeficiency Virus* (HIV), pelecehan seksual dan perkosaan. Adanya pendidikan, diharapkan masalah-masalah tersebut dapat dicegah.²

Kehamilan remaja adalah isu yang dapat perhatian dari Pemerintah, karena masalah remaja tidak hanya membebani remaja sebagai individu dan bayi mereka namun juga mempengaruhi secara luas pada seluruh strata dimasyarakat dan juga membebani sumber-sumber kesejahteraan.³

Angka persalinan usia remaja mencapai 930 kasus di 5 Kabupaten dan Kota di DIY. Di kabupaten Bantul sebanyak 181 dengan usia remaja 15-17 tahun.⁴ Hasil penelitian menyebutkan, setiap tahun jumlah pernikahan dini mencapai angka ratusan, pernikahan dini terjadi karena kehamilan yang tidak diinginkan pada usia remaja.⁵ Hasil studi pendahuluan pada tahun 2015 tentang angka

kehamilan remaja dari data puskesmas dari 17 Kecamatan, angka kehamilan remaja ada di 3 Kecamatan tertinggi diantaranya Kasihan sebanyak 75 kasus, Bambanglipuro sebanyak 37 kasus dan Bantul sebanyak 29 kasus.⁶

Pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi untuk mencegah terjadinya masalah kehamilan remaja. Masa yang paling tepat untuk memberikan pendidikan kesehatan reproduksi adalah pada tingkat akhir sekolah dasar atau saat sekolah menengah pertama.

Metode diskusi merupakan salah satu metode yang sering digunakan dalam proses pendidikan dan sangat efektif dilakukan dalam bentuk kelompok. Diskusi kelompok diarahkan pada keterampilan berdialog, peningkatan pengetahuan, dan peningkatan pemecahan masalah secara efisien. Diskusi kelompok dapat dilakukan secara fungsional, yaitu selain dilakukan secara lisan maka dapat diberikan praktik dan belajar mandiri agar peserta diskusi lebih memahami topik permasalahan.⁷

Salah satu metode diskusi kelompok yang dapat digunakan adalah dengan metode *whole group discussion*. Metode ini merupakan metode diskusi dimana kelas merupakan satu grup diskusi dengan memecahkan suatu masalah oleh semua anggota diskusi. *Whole group discussion* merupakan modifikasi bentuk dari pengajaran dimana fokusnya adalah membagi antara instruktur/moderator dengan peserta diskusi untuk berbagi informasi. Metode ini juga akan menciptakan keakraban antara instruktur dan peserta, dan membuat para peserta

menjadi lebih fokus dan peserta merasa lebih nyaman dengan situasi yang memungkinkan mereka untuk bertanya.⁸

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan peneliti di 3 sekolah yang ada di kecamatan Kasihan, setelah melakukan wawancara kepada guru Bimbingan Konseling (BK) dan Kepala Sekolah, peneliti tertarik memilih di SMP Negeri 3 Kasihan sebagai tempat penelitian karena kenakalan remaja masih ada dan kasus kehamilan remaja pernah ditemui sebelumnya di SMP tersebut. Sekolah diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi atau sebagai *role model* dalam penyelesaian masalah remaja yang terjadi di daerah sekitar khususnya dalam upaya pencegahan kehamilan remaja.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui sikap dalam pencegahan kehamilan remaja dengan penyuluhan menggunakan metode *whole group discussion* di SMP Negeri 3 Kasihan Bantul.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experiment* dengan desain penelitian *one group pre test-post test design*. Dalam penelitian ini terdapat suatu kelompok yang akan di berikan pre test, sebelum diberi perlakuan dan akan diberikan post test setelah perlakuan. Hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi dan sesudah diberi perlakuan.

Proses analisis data dilakukan dengan menilai pre test dan post test dari kelompok perlakuan dan kelompok

kontrol, sedangkan kuesioner yang tidak memenuhi kriteria dianggap gugur. Skor penilaian diberikan pada setiap jawaban responden dengan angka 1 apabila jawaban tersebut benar dan 0 apabila jawaban salah, dilakukan analisis dengan teknik komputerisasi.

Analisis yang pertama sebelum dilakukan uji statistik data terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan rumus uji *Kolmogorov Smirnov*. Data dikatakan normal jika $p\text{-value} > 0,05$ yaitu 0,196 dan 0,092. Selanjutnya dilakukan uji homogenitas yang bertujuan untuk mengetahui keberagaman dari sampel yang digunakan untuk penelitian. Uji homogenitas ini dilakukan terhadap selisih nilai *pre test* dan *post test* pada kelompok dengan metode *whole group discussion*. Analisis menggunakan uji *Levenne Statistic*, dikatakan memiliki varian yang sama jika nilai *signifikasi p-value* $> 0,05$ yaitu 0,898, sehingga dianalisis dengan menggunakan *paired t test* untuk mengetahui peningkatan

atau perubahan sikap yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Setelah selesai data akan dimasukkan dalam bentuk tabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tabel Distribusi Frekuensi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMP Negeri 3 Kasihan

No.	Karakteristik	F	%
Usia			
1	13 tahun	1	1,8
2	14 tahun	20	36,4
3	15 tahun	28	50,9
4	16 tahun	5	9,1
5	17 tahun	1	1,8
Jenis Kelamin			
1	Laki-laki	27	49,1
2	Perempuan	28	50,9
Jumlah		55	100

Sumber: Data Primer 2016

Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden menunjukkan kriteria berdasarkan usia mayoritas 15 tahun yaitu sebanyak 28 siswa (50,8%). Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa sebanyak 27 siswa (49,1%) berjenis kelamin laki-laki dan 28 siswa (50,9%) berjenis kelamin perempuan.

2. Deskripsi skor sikap dalam pencegahan kehamilan

Tabel 2. Deskripsi Skor Sikap dalam Pencegahan Kehamilan Remaja

Variabel	Min	Max	Mean	Std. Deviasi
<i>Pre test</i>	56	67	61,75	2,945
<i>Post test</i>	58	74	64,75	3,802

Sumber: Data Primer 2016

Hasil analisis data deskripsi skor sikap menunjukkan sikap saat dilakukan *pre test* memiliki skor terendah 56, dan skor tertinggi sebesar 67, *mean* 61,75 dan standar deviasi 2,945. Sikap setelah diberikan intervensi (*posttest*) memiliki skor terendah 58, skor tertinggi 74, *mean* 64,75 dan standar deviasi sebesar 3,802. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan nilai rata-rata sikap pada saat *post test* lebih tinggi dibandingkan dengan *pre test*, yang artinya ada perubahan sikap.

3. Distribusi tingkatan sikap siswa pada sebelum dan sesudah intervensi melalui penyuluhan dengan metode *whole group discussion*

Tabel 3. Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Melalui Penyuluhan dengan Metode *Whole Group Discussion*

No.	Sikap	<i>Pre test</i>		<i>Post test</i>	
		F	%	F	%
1	Positif	21	38,2	35	69,1
2	Negatif	34	61,8	17	30,9
	Jumlah	55	100	55	100

Sumber: Data Primer 2016

Dari tabel 3. menunjukkan tingkatan sikap siswa dalam pencegahan kehamilan remaja saat dilakukan *pre test* yang menunjukan sikap positif dalam pencegahan kehamilan remaja sebanyak 21 (38,2%) siswa, dan sebanyak 34 (61,8%) siswa menunjukkan sikap negatif dalam pencegahan kehamilan remaja. Hasil *post test* sikap dalam pencegahan kehamilan remaja setelah diberikan intervensi melalui penyuluhan dengan metode *whole group discussion*, sebagian besar menunjukkan sikap positif yaitu sebanyak 38 (69,1 %) siswa, dan terdapat 17 (30,9%) siswa yang menunjukkan sikap negatif dalam pencegahan kehamilan remaja.

4. Uji Normalitas dan Homogenitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data *Kolmogorov-Smirnov*

	Statistik	Sig
<i>Pre test</i>	0,105	0,196
<i>Post test</i>	0,110	0,092

Sumber: Data Primer 2016

Hasil uji normalitas dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*

bahwa variabel *pre test* memiliki nilai signifikansi 0,196 ($p > 0,05$) dan *post test* nilai signifikasinya 0,092 ($p > 0,05$). Sehingga diketahui data ada yang berdistribusi normal.

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

<i>Levenne Statistic</i>	<i>Sig</i>
0,472	0,898

Sumber: Data Primer 2016

Hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0,898 ($p > 0,05$), sehingga dapat dinyatakan hasil *pre test* dan *post test* memiliki varians yang sama dan berdistribusi normal, sehingga untuk mengetahui perubahan sikap pada kelompok perlakuan menggunakan uji parametrik.

5. Hasil *pre test* dan *post test* sikap responden terhadap pencegahan kehamilan remaja

Tabel 6. Uji *Paired T-Test*

Variabel	Mean	Sig	T Hitung
<i>Pre test</i>	61,75	0,000	-5,877
<i>Post test</i>	64,75		

Sumber: Data Primer 2016

Tabel 6 menunjukkan nilai mean pada saat dilakukan *pre test* yaitu sebesar 61,75, sedangkan pada saat *post test* 64,75. Nilai t hitung sebesar -5,877 dan nilai signifikansi 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$), maka dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pre test* dan *post test* terhadap sikap dalam pencegahan kehamilan remaja dengan melakukan penyuluhan dengan metode *whole group discussion*.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya perubahan sikap dalam pencegahan kehamilan remaja dengan metode *whole group discussion* di SMP Negeri 3 Kasihan. Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan intervensi berupa penyuluhan dengan metode *whole group discussion*, sikap siswa dalam pencegahan kehamilan memiliki kategori sikap negatif 34 (61,8%) siswa, setelah diberikan intervensi sebanyak 38 siswa (69,1%) dalam kategori sikap positif. Sikap siswa mengalami peningkatan perubahan setelah diberikan intervensi. Hal ini sesuai dengan pendapat bahwa penyuluhan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan.⁹

Sikap siswa mengenai pencegahan kehamilan remaja perlu ditingkatkan. Dalam upaya menyikapi hal ini maka individu harus memiliki pemikiran yang luas sehingga dapat menentukan perasaan memihak maupun tidak memihak. Dalam hal ini ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap seperti lembaga pendidikan yang mempunyai pengaruh dalam pembentukan.¹⁰

Akses terhadap sumber informasi lebih mudah dijangkau remaja. Sumber informasi dapat meliputi internet dan kegiatan penyuluhan, baik yang berasal dari pihak sekolah, seperti pelajaran kesehatan reproduksi, dan pihak luar sekolah, seperti penyuluhan dari kalangan mahasiswa. Maka dari itu

cara peningkatan pengetahuan sikap dalam pencegahan kehamilan remaja salah satunya dengan memberikan penyuluhan dalam metode diskusi tetapi harus memperhatikan sasaran, karena efektifitas suatu metode akan tergantung pada besarnya sasaran penyuluhan¹¹. Untuk mengetahui efektivitas metode diskusi, dilakukan menggunakan metode *whole group discussion*.

Hasil analisis *Paired T-Test* untuk perbedaan/perubahan sikap sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan metode *whole group discussion* menunjukkan bahwa *p-value* lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya ada peningkatan perubahan sikap dengan metode *whole group discussion* dalam pencegahan kehamilan remaja di SMP Negeri 3 Kasihan. Hal ini sesuai dengan tujuan penyuluhan yaitu untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat dalam hidup sehat dan aktif berperan serta dalam upaya kesehatan.¹²

Sejalan dengan penelitian lain¹³ dengan hasil menunjukkan ada pengaruh kegiatan penyuluhan terhadap sikap dan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Penyuluhan merupakan tindakan upaya preventif dalam pencegahan kehamilan remaja. Remaja saat ini dapat mengakses informasi darimana saja tetapi perlu upaya untuk menangani / menyaring informasi secara ketat salah satunya dapat melalui penyuluhan dengan metode diskusi yaitu dengan metode *whole group discussion*, yang nantinya

informasi tersebut dapat didiskusikan bersama dalam menyaring informasi positif dalam pencegahan kehamilan remaja. Pengetahuan yang rendah berdampak pada perilaku yang berisiko. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kyilleh et al., 2018. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa pengetahuan yang rendah tentang kesehatan reproduksi dikarenakan mayoritas responden mengandalkan sumber informasi dari teman sebayanya yang belum tentu benar¹⁴

Pada saat pelaksanaan diskusi kelompok, selain memberikan pengetahuan responden dan melakukan diskusi antar responden, di akhir diskusi diambil suatu simpulan tentang hasil diskusi dan dibuat kesepakatan secara lisan dari semua responden untuk melaksanakan hasil diskusi sehingga terjadi perubahan perilaku¹⁵. Terjadinya perubahan perilaku setelah intervensi dengan diskusi dengan metode *whole group discussion* merupakan perubahan yang baik dan dapat dipertahankan untuk pencegahan kehamilan remaja.

Berdasarkan hasil penelitian dan penelitian sebelumnya, dapat diartikan bahwa dengan adanya penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan sikap siswa dalam hal ini adalah sikap dalam pencegahan kehamilan remaja. Hasil penelitian ini membuktikan adanya pengaruh penyuluhan dengan metode *whole group discussion* terhadap sikap dalam pencegahan kehamilan remaja di SMP Negeri 3 Kasihan.

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

1. Ada perubahan sikap siswa dalam pencegahan kehamilan remaja setelah diberikan penyuluhan dengan metode *whole group discussion* dibuktikan dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).
2. Ada perbedaan bermakna antara hasil rata-rata nilai *post test* lebih tinggi dibandingkan dengan nilai *pre test* sebelum diberikan penyuluhan dengan metode *whole group discussion* yaitu nilai rata-rata *pre test* 61,75 dan *post test* 64,75.

B. SARAN

1. Bagi siswa
Diharapkan dari penelitian ini siswa memiliki sikap yang baik berkaitan dengan pencegahan kehamilan remaja sehingga siswa tidak mendekati perilaku yang dapat menyebabkan kehamilan remaja.
2. Bagi sekolah
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi inovasi dalam memberikan metode pembelajaran pada siswa yang menjadi wadah siswa untuk berpendapat dalam upaya pencegahan kehamilan remaja.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pemikiran mengenai upaya pencegahan kehamilan remaja dan dalam penyelenggaraan pendidikan kesehatan dapat menggunakan metode *whole group discussion* dengan mempertimbangkan kelebihan

dan kelemahan pada metode tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

1. BKKBN, 2010, Hubungan antaraperan teman sebaya dan paparan media pornografi terhadap perilaku seksualremaja di SMK Tunas Bangsa kabupaten subang, etd.repository.ugm.ac.id/downloadfile/.../S2-2015-326459-chapter1.pdf. Diakses Pada Tanggal 20 Oktober 2015 Pukul 14.30 WIB.
2. Nidya, 2012, *Pengaruh Penyuluhan terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Remaja Siswa Smp Kristen Gergaji*. Diakses pada tanggal 29 Oktober 2015.
3. Dakosta. M, 2014, Pengaruh Pendidikan Tentang Kesehatan Seksualitas Terhadap Sikap Remaja Di Rt. 06/Rw. 05 Kelurahan Tlogomas, Kecamatan Lowokwaru Malang. *Care*, 2(3), 17-24, Diakses pada Tanggal 20 Oktober 2015.
4. Profil Dinkes DIY, 2014, Data kehamilan dan persalinan remaja, Yogyakarta
5. Komite Nasional Pemuda Indonesia Bantul, 2014, Cegah Kehamilan Remaja, <http://suarapemudajogja.com/2014/10/31/cegah-kehamilan-tak-diinginkan-knpi-bantul-gelar-sarasehan-keremajaan/>, Yogyakarta.
6. Dinas Kesehatan Bantul, 2015, Data Kehamilan Remaja, KTD, dan gangguan reproduksi, Yogyakarta.
7. Lathifah, 2012, Pengaruh Metode Diskusi Kelompok Fungsional terhadap Pengetahuan Ibu tentang Tumbuh Kembang Balita di Posyandu Margirahayu iv Desa Pekalongan Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalinga <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph>, Diakses pada tanggal 12 November 2015 pukul 18.30 WIB.
8. Kelly.M, 2015, Whole Group Discussion Pro and Cons, <http://712educators.about.com/od/lessonplans/p/discussions.htm>, Diakses pada tanggal 9 November 2015 pukul 10.45 WIB.
9. Effendy, O U, 2008, *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktik*, PT. Remaja Rosdakarya, Bandung
10. Azwar, S, 2015, *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta
11. Notoatmodjo, 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
12. Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2010, *Program Penyuluhan Masyarakat*, Depkes RI, Jakarta
13. Rahayu. N, 2013, *Pengaruh Kegiatan Penyuluhan dalam Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Seks Pranikah di SMAN 1 Lubuk dalam Kabupaten Siak Sri Indrapura Tahun 2013*. Diakses pada tanggal 27 Oktober 2015
14. Kyilleh JM, Tabong PTN, Konlaan BB. Adolescents' reproductive health knowledge, choices and factors affecting reproductive health choices: A qualitative study in the West Gonja District in Northern region, Ghana. *BMC Int Health Human Rights* 2018; 18: 1–12.
15. Wijastuti, Mami 2011. Efektifitas Metode Ceramah dan Diskusi Kelompok Terhadap Kepatuhan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Diakses 28 Oktober 2015.