



**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN KEPATUHAN
 KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI KELAS X
 DI SMA UNGGULAN CT ARSA FOUNDATION SUKOHARJO**

Anisa¹, Fida' Husain²

^{1,2}Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : anisaminhu5@gmail.com

Abstrak	Info Artikel
<p><i>Anemia merupakan masalah kesehatan yang banyak dialami remaja putri akibat kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Salah satu upaya pencegahan anemia adalah melalui konsumsi tablet tambah darah (TTD) secara teratur. Pengetahuan remaja tentang anemia dan kepatuhan dalam mengonsumsi TTD menjadi faktor penting dalam keberhasilan program pencegahan anemia. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia serta kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri kelas X di SMA Unggulan CT Arsa Foundation Sukoharjo. Metode: Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X SMA Unggulan CT Arsa Foundation dengan jumlah sampel sebanyak 130 responden yang diambil dengan teknik total sampling. Data diambil pada tanggal 05 Agustus 2025. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis secara univariat dengan distribusi frekuensi dan persentase. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang anemia yaitu sebanyak 65 orang (50,0%), pengetahuan cukup sebanyak 52siswi (40%) dan pengetahuan kurang 13 orang (10%) Sementara itu, kepatuhan dalam konsumsi TTD menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori patuh yaitu 106 siswi (%)dan tidak patuh (24 siswi. Kesimpulan: Mayoritas remaja putri memiliki tingkat pengetahuan mengenai anemia sebanyak 6 dan sebagian besar tergolong patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Diharapkan pihak sekolah dan tenaga kesehatan dapat terus meningkatkan edukasi mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD secara teratur untuk mencegah kejadian anemia pada remaja putri.</i></p>	<p>Diajukan : 19-06-2025 Diterima : 28-08-2025 Diterbitkan : 03-09-2025</p>
<p>Abstract</p> <p><i>Anemia is a health problem commonly experienced by adolescent girls due to the increased need for iron during growth and menstruation. One of the preventive efforts against anemia is the regular consumption of iron tablets. Adolescents' knowledge about anemia and their compliance in consuming iron tablets are important factors in the success of anemia prevention programs. Objective: This study aimed to describe the level of knowledge about anemia and compliance with iron tablet consumption among 10th grade female students at SMA Unggulan CT Arsa Foundation Sukoharjo. Methods: This research was a quantitative descriptive study with a cross-sectional approach. The population consisted of all 10th grade female students at SMA Unggulan CT Arsa Foundation, with a total sample of 130 respondents obtained through total sampling. Data were collected on August 5, 2025. The research instrument was a</i></p>	<p>Kata kunci: <i>Anemia, Kepatuhan, Pengetahuan Tablet Tambah Darah, Remaja Putri</i></p> <p>Keywords: <i>Anemia, Knowledge, Compliance, Iron Tablets, Adolescent Girls.</i></p>

questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data were analyzed univariately using frequency distribution and percentages. Results: The findings showed that 65 students (50.0%) had good knowledge about anemia, 52 students (40%) had moderate knowledge, and 13 students (10%) had poor knowledge. Meanwhile, compliance with iron tablet consumption indicated that the majority of respondents were compliant, namely 106 students, while 24 students were non-compliant. Conclusion: The majority of adolescent girls had good knowledge about anemia, and most of them were categorized as compliant in consuming iron tablets. It is expected that schools and health workers will continue to enhance education regarding anemia and the importance of regular iron tablet consumption to prevent anemia among adolescent girls. Keywords: Anemia, Knowledge, Compliance, Iron Tablets, Adolescent Girls.

Cara mensitasi artikel:

Anisa, A., & Husain, F. (2025). Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Kelas X di SMA Unggulan CT Arsa Foundation Sukoharjo. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 3(3), hal 782-791. <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi global diseluruh dunia yang dialami oleh hampir seluruh kelompok usia dalam siklus kehidupan mulai dari usia anak anak, remaja, Wanita usia subur hingga ibu hamil(Sari & Safriana, 2023). anemia adalah kondisi yang ditandai dengan berkurangnya kadar hemoglobin dalam tubuh. Hemoglobin sendiri merupakan metaloprotein, yaitu protein yang mengandung zat besi dalam sel darah merah, yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Salah satu jenis anemia yang umum terjadi adalah anemia defisiensi besi, yaitu anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi yang diperlukan untuk sintesis hemoglobin (Lismiana & Indarjo, 2021) Anemia suatu keadaan dimana gangguan pada tubuh yang memproduksi lebih sedikit sel darah merah karena kekurangan zat besi (Kusdalina et al., 2023).

Dari data World Health Organization (WHO) tahun 2021 menunjukkan prevalensi angka kejadian anemia pada wanita usia reproduksi (15-49 tahun) mencapai 29.9 % tahun 2019. Sementara itu, prevalensi anemia pada wanita tidak hamil dalam rentang usia yang sama adalah 29,6%, termasuk di dalamnya kelompok remaja. Fenomena ini juga tercermin di Indonesia, di mana Riset Kesehatan Dasar 2023 menyatakan 26,8% anak usia 5-14 tahun dan 32% remaja usia 15-24 tahun menderita anemia, menegaskan bahwa anemia menjadi masalah kesehatan utama bagi remaja putri. Data regional Provinsi Jawa Tengah tahun 2023 memperlihatkan tingginya kasus anemia pada ibu hamil (15,4), Profil kesehatan jawa tengah 2023 Persentase remaja putri kelas 7 dan 10 yang diskriming Hb tahun 2023 sebesar 85,39 persen, dengan hasil 30,45 persen anemia. Data pemeriksaan skrining Hb 2023 di kabupaten sukoharjo terdapat 36.9 persen anemia

survei Kabupaten Sukoharjo tahun 2022 mengungkapkan 46,58% (559 dari 1.200) siswi menderita anemia. Temuan serupa terlihat di Puskesmas Bendosari: pada penjarangan kesehatan siswi SMA kelas X tahun 2024, 160 dari 600 remaja putri teridentifikasi anemia. Untuk penjarangan puskesmas bendosari terdapat tiga Sekolah Menengah Atas untuk penjarangan kesehatan tersebut dan SMA Unggulan CT Arsa Foundation Sukoharjo sendiri mempunyai populasi remaja putri terbanyak. Data ini mengindikasikan urgensi penanganan anemia di kalangan remaja perempuan, baik secara nasional maupun lokal.

Anemia disebabkan oleh ketidak seimbangan asupan makan dengan dengan kebutuhan gizi dan kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. Zat gizi yang dimaksud adalah besi, protein, vitamin B6, vitamin C dan vitamin E serta zink. Anemia dapat membawa dampak yang buruk bagi remaja karena menyebabkan penurunan Kesehatan reproduksi, perkembangan motorik, kecerdasan terhambat, penurunan prestasi serta Tingkat kebugaran dan tinggi badan tidak tercapai secara maksimal (Yudi Fitrianti et al., 2022).

Penyebab anemia pada remaja dapat dikarenakan pola makan yang tidak teratur, makan protein yang sedikit, tidak suka mengkonsumsi sayuran dan kebiasaan makan makanan fast food dan junk food, keadaan inilah yang menyebabkan remaja rentang terjadi anemia (Siyami et al., 2023). Selain karena pola makan faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja putri adalah diantaranya kurangnya pengetahuan dan ketidak patuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri secara signifikan (Sari & Safriana, 2023).

Anemia pada remaja putri dapat berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan, termasuk organ reproduksi. Jika tidak ditangani, anemia dapat berlanjut hingga dewasa, meningkatkan risiko saat hamil dan melahirkan. Dampaknya pada kehamilan antara lain risiko abortus, kelahiran prematur, serta melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), yang dapat berujung pada stunting. (Lailiyana & Hindratni, 2024).

Anemia pada remaja putri dapat menurunkan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan, melemahkan kemampuan fisik saat berolahraga, serta menyebabkan wajah tampak pucat. Kondisi ini juga dapat berdampak pada penurunan motivasi dan prestasi belajar. Jika tidak ditangani secara tepat dan berkelanjutan, anemia berisiko menimbulkan komplikasi di masa depan. Termasuk kemungkinan melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) (Aulya et al., 2022).

Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja putri tidak ditangani dengan baik dapat berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi premature, bayi dengan berat lahir rendah. Pencegahan yang dilakukan oleh pemerintah untuk menurunkan angka prevalensi anemia pada remaja putri yaitu memberikan suplementasi zat besi dan asam folat melalui pemberian tablet tambah darah. Tablet tambah darah diperoleh melalui fasilitas kesehatan, sekolah dan inisiatif sendiri. Sasaran program tablet tambah darah di tingkat sekolah telah dikembangkan untuk mencapai remaja putri SMP, SMA dan sederajat sebagai upaya strategi dalam memutus simpul siklus masalah gizi. Pemberian tablet tambah darah merupakan salah satu program pemerintah untuk mencegah anemia dengan tujuan khususnya adalah meningkatkan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri (Aulya et al., 2022).

Masalah anemia pada remaja putri menjadi perhatian pemerintah untuk segera ditangani. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah pemberian tablet tambah darah, yang dikonsumsi empat kali dalam satu bulan, satu tablet setiap minggu. Namun, kendala utama dalam program ini adalah tingkat kepatuhan remaja untuk mengonsumsi tablet secara rutin. Untuk mengatasi masalah ini, pemberian tablet secara mingguan dianggap sebagai alternatif yang lebih praktis (Savitri et al., 2021). Dari data survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 Proporsi jumlah butir TTD memadai (52 butir atau lebih dalam satu

tahun terakhir) yang diperoleh remaja putri umur 10 – 19 tahun, secara nasional paling banyak diperoleh dari fasilitas kesehatan (7,9%), kemudian dari sekolah (6,1%) dan melalui inisiatif sendiri (4,9%). Diantara jumlah butir yang diperoleh tersebut, proporsi jumlah butir TTD yang diminum ≥ 52 butir dalam satu tahun adalah 4,2% (yang diperoleh dari fasilitas kesehatan), 3,0% (yang diperoleh dari sekolah) dan 4,3% (yang diperoleh dari inisiatif sendiri).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti senin 13 Januari 2025 melalui wawancara Bersama kepala sekolah didapat hasil bahwa SMA Unggulan CT ARSA Foundation Sukoharjo berlokasi di kecamatan bendosari kabupaten sukoharjo porvinsi jawa Tengah yang didirikan oleh bapak chairul tanjung dan ibunda anita ratnasari tanjung sebagai bagian dari Upaya memutus mata rantai kemiskinan melalui Pendidikan yang berkualitas. Sekolah ini beroperasi dibawah naungan CT ARSA Foundation yang berfokus pada peningkatan kualitas Pendidikan dan Kesehatan bagi Masyarakat kurang mampu di Indonesia dengan harapan dapat meningkatkan taraf hidup mereka dan berkontribusi positif bagi Masyarakat.

Berdasarkan hasil pemeriksaan dan wawancara senin 11 November 2024 dengan petugas puskesmas bendosari saat melakukan skrining Hb di SMA Unggulan CT ARSA Foundation Sukoharjo didapatkan jumlah 137 siswa putri yang terdeteksi anemia sebesar 58 siwa putri. Ini menunjukkan bahwa kabupaten sukoharjo merupakan wilayah dengan prevalensi anemia remaja putri yang perlu ditangani. Wawancara juga dilakukan pada 5 siswa putri yang terdeteksi anemia mereka mengatakan kurangnya pengetahuan dan ketidak patuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Sebagai sekolahan unggulan yang berfokus pada peningkatakan pendidikan dan kesehatan diharapkan siswa memiliki Tingkat kesadaran dan pengetahuan yang lebih baik tentang kesehatan. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri kelas X di SMA Unggulan CT ARSA Foundation Sukoharjo”

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan atau mendiskripsikan fenomena yang sedang terjadi secara sistematis dan factual berdasarkan data yang diperoleh responden. Penelitian ini untuk memberikan gambaran mengenai variable yang diteliti. Rancangan penelitian ini yang digunakan adalah cross sectional yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tertentu untuk mengetahui gambaran kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).

Dalam konteks penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner yaitu suatu alat yang berisi sejumlah pernyataan atau pernyataan yang disusun secara sistematis dan ditunjukkan kepada responden guna memperoleh data sesuai variabel yang diteliti. Kuesioner dipilih sebagai tehnik pengumpulan data karena dianggap efektif yang menjaring informasi dari sejumlah responden dalam waktu yang relative singkat dan efisien. Kuesioner salah satu metode pengumpulan data yang bersifat tidak langsung, karena peneliti tidak secara langsung bertanya, melainkan responden sendiri yang mengisi jawaban atas instrumen tersebut. Dengan demikian penggunaan kuesioner dalam

penelitian diharapkan mampu menghasilkan data yang obyektif, terstruktur dan dapat di analisis secara kuantitatif untuk mendukung pencapaian tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Kelas X di SMA Unggulan CT ARSA Foundation Sukoharjo

Menurut tabel 4.1 diatas, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang anemia, yaitu sebanyak 65 orang (50,0%). Sementara itu, sebanyak 52 responden (40,0%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan sisanya 13 responden (10,0%) memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Hasil penelitian pada remaja putri kelas X di SMA Unggulan CT Arsa Foundation Sukoharjo menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang anemia, yaitu sebanyak 65 orang (50%). Tingkat pengetahuan yang baik ini di dukung oleh berbagai factor seperti lingkungan sekolah yang kondusif, peran aktif tenaga pendidik dalam memberikan materi terkait kesehatan, serta keterlibatan tenaga Kesehatan sekolah atau puskesmas dalam melakukan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Dukungan tersebut memudahkan remaja putri untuk memperoleh informasi yang benar dan akurat mengenai anemia, sehingga jumlah responden dengan pengetahuan baik menjadi yang tertinggi.

Sementara itu, responden dengan tingkat pengetahuan cukup berjumlah 52 orang (40%). Pengetahuan yang berada pada kategori cukup dapat disebabkan oleh keterbatasan dalam menerima atau mengingat informasi yang telah diberikan, kurangnya minat mencari informasi tambahan atau pengaruh pola makan dan kebiasaan yang belum sepenuhnya mendukung pencegahan anemia. Adapun responden tingkat pengetahuan kurang berjumlah 13 orang (10%). Rendahnya pengetahuan pada kelompok ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya perhatian terhadap materi yang disampaikan di sekolah atau kurangnya informasi tentang anemia dan rendahnya keterlibatan dalam penyuluhan Kesehatan. Kondisi ini menunjukkan perlunya strategi edukasi yang lebih intensif dan beragam dari pihak puskesmas maupun tenaga Kesehatan di sekolah, agar seluruh remaja putri memiliki pemahaman yang memadai dalam Upaya pencegahan anemia.

Temuan penelitian ini sejalan dengan studi Rahmawati (2020) yang menyatakan bahwa remaja putri dengan pengetahuan baik tentang anemia cenderung memiliki perilaku pencegahan yang lebih baik, seperti konsumsi makanan bergizi seimbang dan kepatuhan terhadap program suplementasi tablet tambah darah (TTD). Namun, data terbaru menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak selalu cukup untuk menjamin kepatuhan konsumsi TTD. Penelitian di SMA Negeri 10 Makassar (2022) mengungkapkan bahwa sikap siswa dan dukungan guru memiliki pengaruh signifikan terhadap kepatuhan konsumsi TTD ($t\text{-sig} = 0,000$ dan $0,001$), sementara pengetahuan tidak menunjukkan hubungan yang bermakna ($t\text{-sig} = 0,777$). Hal ini menegaskan bahwa faktor afektif dan dukungan lingkungan sekolah dapat lebih menentukan perilaku dibandingkan pengetahuan semata.

Selain itu, hasil penelitian di MTsN 02 Bengkulu (2024) memperlihatkan hubungan signifikan antara pengetahuan gizi ($p = 0,018$) dan kepatuhan konsumsi tablet besi ($p = 0,0005$) dengan status anemia. Analisis multivariat menunjukkan

bahwa kepatuhan merupakan variabel dominan, di mana remaja yang patuh mengonsumsi TTD memiliki peluang 61,555 kali lebih rendah untuk mengalami anemia dibandingkan yang tidak patuh. Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya intervensi yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun kebiasaan konsumsi TTD secara konsisten.

Penelitian lain di Pidie (2024) menemukan bahwa konsumsi TTD pada remaja putri sangat dipengaruhi oleh sumber informasi, peran keluarga, dan dukungan teman sebaya, sementara peran guru dan petugas kesehatan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa komunikasi antar teman dan keterlibatan keluarga memiliki peran besar dalam membentuk perilaku kesehatan remaja. Dalam perspektif Health Belief Model, faktor-faktor ini dapat meningkatkan perceived benefit dan mengurangi perceived barriers terhadap konsumsi TTD.

Menggabungkan berbagai temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri memang penting, namun tidak boleh menjadi satu-satunya fokus intervensi. Strategi pencegahan anemia yang efektif harus bersifat multidimensi, mencakup edukasi kesehatan, pembentukan sikap positif, penguatan dukungan sosial dari guru, keluarga, dan teman sebaya, serta penciptaan lingkungan sekolah yang kondusif. Pendekatan ini diyakini mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD sekaligus menurunkan angka kejadian anemia secara lebih signifikan di kalangan remaja putri.

2. Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Kelas X di SMA Unggulan CT ARSA Foundation Sukoharjo

Menurut tabel di atas, mayoritas responden memiliki tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang tergolong patuh, yaitu sebanyak 106 orang (81,5%). Sementara itu, sebanyak 24 responden (18,5%) termasuk dalam kategori tidak patuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) yang tergolong patuh, yaitu sebanyak 106 orang (81,5%). Sementara itu, hanya 24 responden (18,5%) yang termasuk dalam kategori tidak patuh.

Tingkat kepatuhan yang tinggi di SMA Unggulan CT Arsa Foundation Sukoharjo menunjukkan bahwa Sebagian besar remaja putri telah memahami pentingnya mengonsumsi TTD secara rutin sebagai Upaya pencegahan anemia, khususnya pada masa remaja yang memerlukan asupan zat besi lebih tinggi akibat menstruasi dan pertumbuhan pesat. Kepatuhan ini turut dipengaruhi oleh dukungan lingkungan, seperti peran teman sebaya, guru, dan tenaga kesehatan yang secara aktif memberikan edukasi serta pemantauan. Adapun pada Sebagian kecil responden yang kurang patuh, umumnya disebabkan oleh kebiasaan menunda konsumsi TTD dengan alasan akan di minum kemudian di kamar setelah pembagian, sehingga berisiko terlewat atau terlupakan. Selain itu, terdapat pula yang tidak patuh karena mengeluhkan aroma TTD yang amis dan rasa mual setelah mengonsumsinya.

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2023), kepatuhan konsumsi TTD minimal satu tablet per minggu selama satu tahun pada remaja putri terbukti efektif menurunkan risiko anemia hingga 50%. Tingkat kepatuhan yang tinggi biasanya dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan tentang anemia, sikap positif terhadap pencegahan penyakit, dukungan guru, dan pengawasan program UKS di

sekolah. Penelitian Rahmawati (2020) juga menunjukkan bahwa remaja putri yang memahami manfaat TTD cenderung memiliki kepatuhan lebih tinggi, karena kesadaran akan dampak negatif anemia terhadap kesehatan dan prestasi belajar.

Namun, data terbaru menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak selalu menjadi faktor penentu utama. Penelitian di SMA Negeri 10 Makassar (2024) menemukan bahwa sikap siswa ($t\text{-sig} = 0,000$) dan dukungan guru ($t\text{-sig} = 0,001$) berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan konsumsi TTD, sedangkan pengetahuan tidak menunjukkan hubungan bermakna ($t\text{-sig} = 0,777$). Hal ini sejalan dengan temuan di Pidie (2024), di mana peran keluarga, teman sebaya, dan sumber informasi menjadi faktor yang lebih kuat memengaruhi kepatuhan dibandingkan peran guru dan petugas kesehatan. Artinya, pembentukan perilaku kesehatan pada remaja sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial dan lingkungan.

Meskipun tingkat kepatuhan pada penelitian ini tergolong tinggi, keberadaan 18,5% responden yang tidak patuh tetap menjadi perhatian. Kelompok ini berisiko lebih besar mengalami anemia karena tidak mendapatkan asupan zat besi yang memadai dari TTD. Penelitian di MTsN 02 Bengkulu (2024) mengungkapkan bahwa kepatuhan merupakan variabel paling dominan dalam pencegahan anemia, di mana remaja yang patuh mengonsumsi TTD memiliki peluang 61,555 kali lebih rendah untuk mengalami anemia dibandingkan yang tidak patuh.

Berdasarkan teori Health Belief Model, perilaku kepatuhan dipengaruhi oleh persepsi manfaat (*perceived benefit*), hambatan (*perceived barriers*), dan dorongan bertindak (*cues to action*). Dalam konteks ini, program edukasi di sekolah perlu diimbangi dengan strategi motivasi, seperti pemberian penghargaan bagi siswa yang rutin mengonsumsi TTD, pelibatan teman sebaya sebagai agen perubahan, serta penguatan dukungan guru dan keluarga.

Dengan demikian, meskipun tingkat kepatuhan dalam penelitian ini sudah cukup tinggi, intervensi yang mempertahankan dan meningkatkan motivasi remaja putri untuk terus patuh mengonsumsi TTD sangat diperlukan. Hal ini bukan hanya untuk mencegah anemia, tetapi juga untuk mendukung kesehatan reproduksi dan perkembangan optimal remaja menuju dewasa.

KESIMPULAN

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai anemia, di susul dengan responden yang memiliki pengetahuan cukup, dan hanya sebagian kecil yang memiliki pengetahuan kurang. Tingkat pengetahuan yang baik ini dapat mencerminkan keberhasilan Upaya edukasi yang telah diberikan, baik melalui kegiatan pembelajaran di sekolah maupun melalui penyuluhan tenaga Kesehatan. Selain itu tingkat pengetahuan konsumsi tablet tambah darah juga tergolong tinggi, dimana mayoritas responden termasuk dalam kategori patuh, sedangkan Sebagian kecil lainnya masih berada dalam kategori tidak patuh. Tingginya angka kepatuhan ini mengindikasikan adanya kesadaran yang baik pada remaja putri untuk menjaga Kesehatan dengan mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Namun demikian, masih adanya responden yang tidak patuh menunjukkan perlu Upaya lanjutan, baik berupa

pengawasan, pendampingan maupun peningkatan motivasi agar semua remaja putri dapat mencapai perilaku konsumsi yang optimal.

DAFTAR RUJUKAN

- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377–1386. [Http://Jurnal.Globalhealthsciencegroup.Com/Index.Php/JPPP](http://Jurnal.Globalhealthsciencegroup.Com/Index.Php/JPPP)
- Chasanah, S. U., Basuki, P. P., & Dewi, I. M. (2019). Anemia Penyebab, Strategi Pencegahan Dan Penanggulangannya Bagi Remaja. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.
- Fitranti, D. Y., Fitriyah, K., Kurniawati, M. D., Wardah, S., Afifah, S. N., Sidhin, S., & Aminah, Y.. (2022). Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Dengan Metode Focus Group Discussion Di SMA Negeri 3 Pekalongan. *Jurnal Proactive*, 2022(1), 46–54. [Https://Ejournal2.Undip.Ac.Id/Index.Php/Proactive](https://Ejournal2.Undip.Ac.Id/Index.Php/Proactive)
- Hapsari, A. (2019). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi: Modul Kesehatan Reproduksi Remaja*. Malang : Wineka Media.
- Helmyati, S., Syarifa, C. A., Rizana, N. A., Sitorus, N. L., & Pratiwi, D. (2023). Acceptance Of Iron Supplementation Program Among Adolescent Girls In Indonesia: A Literature Review. *Amerta Nutrition*, 7(3SP), 50–61. [Https://Doi.Org/10.20473/Amnt.V7i3sp.2023.50-61](https://Doi.Org/10.20473/Amnt.V7i3sp.2023.50-61)
- Hendrawan, A. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tenaga Kerja Pt'X' Tentang Undang-Undang Dan Peraturan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja. *Jurnal Delima Harapan*, 6(2), 69–81. [Https://Doi.Org/10.31935/Delima.V6i2.76](https://Doi.Org/10.31935/Delima.V6i2.76)
- Indriasari, R., Mansur, M. A., Srifitayani, N. R., & Tasya, A. (2022). Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Terkait Pencegahan Anemia Pada Remaja Berlatarbelakang Sosial-ekonomi Menengah ke Bawah di Makassar. *Amerta Nutrision* 6(3), 256–261. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.256-261>
- Irawan, A., Sarniyati, & Friandi, R. (2022). Gambaran Pengetahuan Dengan Sikap Masyarakat Terhadap Penderita Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun Tahun 2022. *Prosiding*, 1(2), 705–713.
- Karwati, Damai Yanti, S. M. (2024). Kebiasaan Minum Tablet Tambah Darah Dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Karwati. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(November 2022), 368–371. [Https://Doi.Org/10.33846/Sf15303](https://Doi.Org/10.33846/Sf15303)
- Kemendes RI. (2023). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri. In *IEEE Sensors Journal* (Vol. 5, Issue 4). [Http://Dx.DoI.Org/10.1016/J.Snb.2010.05.051](http://Dx.DoI.Org/10.1016/J.Snb.2010.05.051)
- Kusdalimah, Suryani, D., Nugroho, A., & Yunita. (2023). Pengaruh Kombinasi Asupan Protein, Vitamin C Dan Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, 18(1), 21–26. [Https://E-Journal.Unair.Ac.Id/MGI/Article/View/41978](https://E-Journal.Unair.Ac.Id/MGI/Article/View/41978)
- Lailiyana, & Hindratni, F. (2024). Edukasi Dampak Anemia Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Di SMAN 2 Pekanbaru. *Jurnal Ebima*, 5(1), 14–18.
- Lismiana, H., & Indarjo, S. (2021). Pengetahuan Dan Persepsi Remaja Putri Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Indonesian Journal Of Public Health And*

- Nutrition*, 1(1), 22–30.
- Maskhuroh, L. (2019). Ilmu Sebagai Prosedur. *Jurnal Pendidikan Dan Manajemen Islam*, 6 No 1, 101–104. <https://Media.Neliti.Com/Media/Publications/147737-ID-Ilmu-Sebagai-Prosedur-Metode-Memperoleh.Pdf>
- Meliono, I., & Irmayanti.. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Disminorhoe Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengena Disminorhoe Di Kelas XI SMAN 2 Banguntapan. *Jurnal*, 3(2), 37–54.
- Muthia, G., Nelly Syofiah, P., Maidelwita, Y., & Isra Hayati, I. (2024). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Di Sman 2 Padang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5056–5063. <https://Journal.Universitaspahlawan.Ac.Id/Index.Php/Jkt/Article/View/28317>
- Mutiara, E. S., Manalu, L., Klise, R. E., Aginta, S., Aini, F., & Rusmalawaty, R. (2023). Analisis Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Ibu Hamil Di Puskesmas: Studi Literature Review. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(2), 125–135. <https://Doi.Org/10.14710/Mkmi.22.2.125-135>
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A.. (2021). Hakikat Manusia : Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 2(2), 143–159.
- Pamangin, L. O. M. (2023). Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(2), 311–317. <https://Doi.Org/https://Doi.Org/10.47650/Jpp.V6i2.746>
- Pariati, P., & Jumriani, J. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Siswa Kelas Iii Dan Iv Sd Inpres Mangasa Gowa. *Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 7–13. <https://Doi.Org/10.32382/Mkg.V19i2.1933>
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019). Buku Referensi: Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri. In *CV Mine*.
- Sari, N., & Safriana, R. E. (2023). Literatur Review: Gambaran Pengetahuan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi Pada Remaja Putri. *IJMT: Indonesian Journal Of Midwifery Today*, 2(2), 29. <https://Doi.Org/10.30587/Ijmt.V2i2.5729>
- Savitri, M. K., Tupitu, N. D., Iswah, S. A., & Safitri, A. (2021). Gambaran Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: A SYSTEMATIC REVIEW. *JURNAL KESEHATAN TAMBUSAI*, 2(2), 71–76. <https://Doi.Org/10.32382/Medkes.V19i1.549>
- Siola, M. N., Muflihuddin, A., Haq, A., Attwar, M., Fitri, G., & Asmar, F. (2025). Dasar-Dasar Dan Sumber Ilmu Pengetahuan. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(2), 249–255.
- Siyami, A. S., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Gambaran Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 80–86. <https://Doi.Org/10.14710/Jrkm.2023.18844>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://Doi.Org/10.58258/jime.V8i3.3494>

- Utami, A., Margawati, A., Pramono, D., & Diah Rahayu Wulandari. (2021). Anemia Pada Remaja Putri. In *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro* (Vol. 1, Issue 2). [Http://Doc-Pak.Undip.Ac.Id/12690/1/Modul_Anemia.Pdf](http://Doc-Pak.Undip.Ac.Id/12690/1/Modul_Anemia.Pdf)
- Utami, F. P., & Ayu, S. M. (2018). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jogjakarta:Universitas Ahmad Dahlan.