



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 1 (2026) pp: 6685-6692

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Analisis Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri

Kania Putri Pebryanti¹, Fitri Dyna², Desti Puswati³, Dini Maulinda⁴

¹²³⁴ Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri, Kota Pekanbaru

¹kaniaputripebrvanti25@gmail.com ²fitri.dyna@pavungnegeri.ac.id

Abstrak

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Anemia pada remaja dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar dan prestasi akademik, serta kualitas kesehatan jangka panjang, termasuk kesehatan reproduksi di masa dewasa. Pemerintah telah melaksanakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) melalui sekolah dengan mekanisme distribusi satu tablet per minggu sepanjang tahun. Keberhasilan program ini sangat bergantung pada tingkat kepatuhan remaja dalam mengonsumsinya, yang hingga kini masih tergolong belum optimal. Rendahnya kepatuhan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari individu maupun lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasi dan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri, dengan jumlah sampel dalam sebanyak 120 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan dan kuesioner kepatuhan konsumsi TTD. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square. Hasil univariat menunjukkan 52,5% responden patuh mengonsumsi TTD dan responden yang memiliki pengetahuan tinggi sebanyak 51,7%. Hasil bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD ($p = 0,006$; $OR: 2,7$). Remaja dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih patuh dibandingkan remaja dengan pengetahuan rendah. Pengetahuan yang memadai membantu remaja memahami dampak anemia dan manfaat konsumsi TTD, sehingga mendorong terbentuknya perilaku kepatuhan. Diperlukan adanya upaya peningkatan promosi kesehatan serta penguatan peran lingkungan sekolah untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja.

Kata kunci: Pengetahuan, Kepatuhan, Tablet Tambah Darah, Remaja Putri

1. Latar Belakang

Anemia pada remaja putri masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang signifikan, baik secara global maupun nasional. World Health Organization mendefinisikan anemia sebagai kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah nilai normal sesuai kelompok usia dan jenis kelamin, sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menjadi berkurang (World Health Organization, 2023). Kondisi ini menyebabkan jaringan tubuh tidak memperoleh suplai oksigen yang optimal, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan fungsi fisik maupun kognitif. Secara global, anemia masih menjadi salah satu indikator masalah gizi mikro yang memerlukan perhatian serius karena berkaitan erat dengan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Remaja putri termasuk kelompok yang rentan mengalami anemia. Kerentanan ini disebabkan oleh beberapa faktor fisiologis dan perilaku. Pada masa remaja terjadi percepatan pertumbuhan (growth spurt) yang meningkatkan kebutuhan zat besi untuk mendukung pembentukan massa otot dan peningkatan volume darah. Di sisi lain, remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan yang menyebabkan kehilangan zat besi secara fisiologis. Jika kehilangan tersebut tidak diimbangi dengan asupan zat besi yang cukup, maka cadangan zat besi dalam tubuh akan menurun dan berisiko menyebabkan anemia defisiensi besi (Helmyati et al., 2023). Selain faktor biologis, pola makan yang kurang seimbang, kebiasaan melewatkan sarapan, serta konsumsi makanan rendah zat besi juga turut memperbesar risiko terjadinya anemia pada remaja putri.

Dampak anemia pada remaja tidak dapat dianggap ringan. Anemia dapat menimbulkan gejala seperti mudah lelah, lemah, pucat, pusing, serta penurunan daya tahan tubuh. Pada konteks pendidikan, anemia berkontribusi

terhadap penurunan konsentrasi belajar dan prestasi akademik. Penelitian Sari et al. (2022) menunjukkan bahwa remaja putri dengan anemia memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan remaja yang tidak anemia, termasuk dalam aspek fungsi fisik dan peran sosial. Dalam jangka panjang, anemia yang tidak tertangani pada masa remaja dapat berdampak pada kesehatan reproduksi, meningkatkan risiko komplikasi saat kehamilan di masa dewasa, serta melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah. Oleh karena itu, pencegahan anemia sejak masa remaja merupakan investasi penting dalam meningkatkan derajat kesehatan perempuan secara berkelanjutan.

Di Indonesia, permasalahan anemia pada remaja putri masih menunjukkan angka yang memprihatinkan. Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja putri usia 14–24 tahun mencapai 18,0%. Angka ini menunjukkan bahwa hampir dua dari sepuluh remaja putri mengalami anemia. Data tersebut mengindikasikan bahwa upaya penanggulangan anemia yang telah dilakukan masih belum sepenuhnya optimal. Sebelumnya, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 juga melaporkan tingginya prevalensi anemia pada kelompok usia remaja, yang menjadi dasar penguatan intervensi gizi spesifik, salah satunya melalui program suplementasi zat besi.

Sebagai respons terhadap tingginya prevalensi anemia, pemerintah Indonesia telah mengimplementasikan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri melalui sekolah. Program ini mengacu pada pedoman resmi yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), yang merekomendasikan pemberian satu tablet TTD setiap minggu sepanjang tahun (52 tablet per tahun). Tablet tersebut umumnya mengandung 60 mg zat besi elemental dan 400 mcg asam folat, yang berfungsi untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan cadangan zat besi dalam tubuh. Program berbasis sekolah dipilih karena sekolah merupakan lingkungan yang strategis untuk menjangkau remaja secara luas dan terstruktur.

Meskipun cakupan distribusi TTD relatif tinggi, tingkat kepatuhan konsumsi masih menjadi tantangan utama. Berdasarkan data Riskesdas 2018, persentase penerimaan TTD pada remaja putri jenjang SMP mencapai 87,6%. Namun demikian, hanya 1,4% remaja yang mengonsumsi TTD sesuai anjuran (≥ 52 tablet per tahun), sedangkan 98,6% lainnya mengonsumsi dalam jumlah yang kurang dari rekomendasi (Kemenkes RI, 2018). Capaian tersebut masih jauh dari target nasional tahun 2024 yang menetapkan minimal 58% remaja putri patuh mengonsumsi TTD. Rendahnya kepatuhan ini berdampak langsung pada efektivitas program dalam menurunkan prevalensi anemia.

Kepatuhan (compliance) dalam konteks kesehatan merujuk pada tingkat kesesuaian perilaku individu dengan rekomendasi atau anjuran tenaga kesehatan. Menurut Swarjana (2022), kepatuhan tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan layanan atau intervensi, tetapi juga oleh faktor internal individu seperti pengetahuan, sikap, motivasi, serta faktor eksternal seperti dukungan keluarga dan lingkungan sekolah. Dalam konteks program TTD, kepatuhan berarti remaja secara konsisten mengonsumsi tablet sesuai dosis dan jadwal yang telah ditentukan.

Salah satu faktor individu yang memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kepatuhan adalah pengetahuan. Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan terhadap suatu objek yang membentuk pemahaman kognitif individu. Pengetahuan yang baik tentang anemia, penyebab, dampak, serta manfaat konsumsi TTD dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya pencegahan anemia. Remaja yang memahami bahwa anemia dapat mengganggu konsentrasi belajar dan kesehatan reproduksi cenderung memiliki motivasi lebih besar untuk mengonsumsi TTD secara teratur (Yunita et al., 2018). Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat memunculkan persepsi keliru, seperti anggapan bahwa TTD hanya diperlukan bagi remaja yang sudah sakit atau kekhawatiran berlebihan terhadap efek samping.

Berbagai penelitian sebelumnya mendukung adanya hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi TTD. Sab'ngatun dan Riawati (2021) menemukan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan baik memiliki kecenderungan lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan remaja dengan pengetahuan rendah. Aryanti et al. (2023) juga melaporkan bahwa pengetahuan merupakan faktor dominan yang memengaruhi kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Hasil serupa ditunjukkan oleh Rahmawaty et al. (2023) dan Salhah et al. (2024), yang menyatakan bahwa pemahaman komprehensif mengenai anemia berhubungan signifikan dengan perilaku konsumsi TTD secara rutin. Temuan-temuan tersebut memperkuat asumsi bahwa intervensi edukatif berpotensi meningkatkan keberhasilan program suplementasi zat besi.

Meskipun demikian, kondisi di lapangan menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik belum tentu selalu diikuti oleh perilaku patuh. Faktor lain seperti rasa bosan, lupa, efek samping ringan (mual atau konstipasi), serta kurangnya pengawasan dapat menjadi hambatan dalam konsumsi TTD secara konsisten. Oleh karena itu, penting

untuk mengkaji secara lebih spesifik bagaimana hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan pada konteks lokal tertentu, sehingga dapat dirumuskan strategi intervensi yang lebih tepat sasaran.

Hasil observasi awal yang dilakukan di SMP Negeri 12 Pekanbaru menunjukkan bahwa program TTD telah berjalan sejak tahun 2018. Mekanisme distribusi dilakukan dengan membagikan empat tablet setiap bulan untuk dikonsumsi di rumah. Pemantauan kepatuhan dilakukan melalui pengiriman foto saat akan minum TTD melalui aplikasi WhatsApp. Namun, metode ini belum dapat menjamin validitas konsumsi karena kebenaran foto tidak dapat diverifikasi secara langsung. Wawancara terhadap 10 remaja putri menunjukkan bahwa hanya 50% yang rutin mengonsumsi tablet Fe, sedangkan 50% lainnya tidak teratur. Data awal ini mengindikasikan masih adanya kesenjangan antara distribusi TTD dan kepatuhan konsumsi.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang berdampak luas, sementara keberhasilan program suplementasi zat besi sangat bergantung pada tingkat kepatuhan konsumsi. Pengetahuan sebagai faktor predisposisi perilaku diduga memiliki peran penting dalam membentuk kepatuhan remaja. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi relevan untuk dilakukan guna menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di SMP Negeri 12 Pekanbaru. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar penguatan promosi kesehatan di lingkungan sekolah serta mendukung upaya penurunan prevalensi anemia pada remaja putri secara berkelanjutan.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan rancangan cross sectional. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara variabel pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) melalui analisis data numerik dan uji statistik yang terukur (Swarjana, 2022). Desain korelasi digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel tanpa melakukan intervensi, sedangkan pendekatan cross sectional dilakukan dengan cara pengumpulan data pada satu waktu tertentu sehingga dapat menggambarkan kondisi variabel secara simultan dalam periode penelitian.

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 12 Pekanbaru pada bulan Desember 2025 sampai Januari 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII yang berjumlah 120 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, yaitu seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Penggunaan teknik ini bertujuan untuk meminimalkan bias dan meningkatkan kekuatan analisis karena seluruh anggota populasi terwakili dalam penelitian.

Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang terdiri dari dua bagian, yaitu kuesioner pengetahuan tentang anemia dan TTD serta kuesioner kepatuhan konsumsi TTD. Pengukuran kepatuhan mengacu pada standar program pemerintah yaitu konsumsi satu tablet per minggu (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Dalam penelitian ini, responden dikategorikan patuh apabila mengonsumsi minimal 12 tablet dalam tiga bulan terakhir. Instrumen kepatuhan mengadaptasi kuesioner yang digunakan oleh Putri (2023), yang telah digunakan pada penelitian serupa mengenai kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

Pengetahuan remaja diukur menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari penelitian Zulfa (2023), yang terdiri dari 15 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar dan salah. Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0, sehingga total skor berkisar antara 0–15. Skor kemudian dikategorikan menjadi pengetahuan tinggi dan rendah berdasarkan nilai cut off yang telah ditentukan. Pengukuran pengetahuan ini mencakup aspek pengertian anemia, penyebab, dampak terhadap kesehatan dan konsentrasi belajar, serta manfaat konsumsi TTD.

Proses pengumpulan data dilakukan setelah peneliti memperoleh izin resmi dari pihak sekolah dan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Institut Kesehatan Payung Negeri dengan nomor layak etik No.203/IKES PN/KEPK/XII/2025. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur, serta jaminan kerahasiaan data. Responden yang bersedia mengikuti penelitian diminta mengisi lembar persetujuan (informed consent).

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden, tingkat pengetahuan, dan kepatuhan konsumsi TTD. Analisis bivariat menggunakan uji chi-square untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Uji chi-square dipilih karena kedua variabel berskala kategorik. Tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai $p \leq 0,05$ dengan interval kepercayaan 95%. Selain itu, dilakukan perhitungan Odds Ratio (OR) untuk mengetahui besar peluang terjadinya ketidakpatuhan pada kelompok dengan pengetahuan rendah dibandingkan kelompok berpengetahuan tinggi.

3. Hasil dan Diskusi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

	Median	Mean ± SD	Min-Max
Usia	12,00	12,38±0,044	12-13

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata usia responden pada penelitian ini adalah 12,38 tahun, dengan rentang usia 12-13 tahun.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

No	Kepatuhan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Patuh	63	52,5
2.	Tidak Patuh	57	47,5
Total		120	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa lebih dari separuhnya responden patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), yaitu sebanyak 63 orang (52,5%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Remaja Tentang Anemia

No	Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Tinggi	62	51,7
2.	Rendah	58	48,3
Total		120	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa lebih dari separuhnya responden memiliki pengetahuan tinggi, yaitu sebanyak 62 orang (51,7%).

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Remaja Dengan Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Pengetahuan	Kepatuhan				Total	P-Value	OR(CI 95%)
	Patuh		Tidak Patuh				
	N	%	N	%	N	%	
Tinggi	40	63,5	22	38,6	62	100	0,006 2,767 (1,320-5,798)
Rendah	23	36,5	35	61,4	58	100	
Total	63	100	57	100	120	100	

Tabel 4 menunjukkan dari 62 responden yang berpengetahuan tinggi terdapat 40 responden (63,5%) patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), sedangkan dari 58 responden yang berpengetahuan rendah sebanyak 23 responden (36,5%) patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil uji statistik di peroleh nilai P-value $0,006 \leq 0,05$ maka dapat disimpulkan H_0 ditolak atau ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja dengan kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil analisis menunjukkan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 2,767 dengan 95% CI: 1,320-5,798 yang berarti remaja dengan pengetahuan rendah memiliki peluang 2,767 kali lebih besar untuk tidak patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dibandingkan dengan remaja berpengetahuan tinggi.

Pembahasan

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata usia responden adalah 12,38 tahun dengan rentang usia 12–13 tahun, dan sebagian besar berada pada usia 12 tahun (62,5%). Rentang usia ini termasuk dalam kategori remaja awal. Fase remaja awal merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang sangat cepat. Pada remaja putri, fase ini umumnya ditandai dengan terjadinya menarche (menstruasi pertama) sebagai indikator awal berfungsinya sistem reproduksi. Menurut World Health Organization (2024), menarche merupakan bagian dari proses pubertas normal yang menandai dimulainya siklus reproduksi perempuan dan diikuti oleh menstruasi secara berkala.

Perubahan biologis yang terjadi pada usia 12–13 tahun berkaitan erat dengan kebutuhan zat besi dalam tubuh. Remaja putri yang telah mengalami menstruasi mengalami kehilangan darah secara fisiologis setiap bulan, sehingga kebutuhan zat besi meningkat dibandingkan anak perempuan sebelum pubertas. Jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi, maka risiko terjadinya anemia meningkat. World Health Organization (2023) mendefinisikan anemia sebagai kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah nilai normal sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menjadi berkurang. Kondisi ini dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, serta gangguan daya tahan tubuh.

Dalam konteks pendidikan, anemia pada remaja putri dapat berdampak pada penurunan prestasi akademik dan kualitas hidup. Sari et al. (2022) menjelaskan bahwa anemia pada remaja berhubungan dengan gangguan konsentrasi, penurunan energi, serta penurunan kualitas hidup secara umum. Oleh karena itu, usia 12–13 tahun merupakan periode krusial untuk intervensi pencegahan anemia melalui program suplementasi zat besi di sekolah.

Selain perubahan biologis, remaja awal juga mengalami perkembangan kognitif yang signifikan. Pada tahap ini, kemampuan berpikir abstrak mulai berkembang, meskipun belum sepenuhnya matang. Remaja mulai mampu memahami hubungan sebab-akibat, termasuk kaitan antara perilaku kesehatan dan dampaknya terhadap tubuh. Niman et al. (2022) menjelaskan bahwa remaja pada rentang usia ini telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang memungkinkan mereka memahami konsep kesehatan secara lebih menyeluruh, namun masih membutuhkan pendampingan dalam penerapan perilaku sehat.

Hal ini relevan dengan kondisi responden dalam penelitian ini, di mana seluruh responden merupakan siswi kelas VII yang baru memasuki lingkungan SMP dan baru pertama kali mendapatkan program Tablet Tambah Darah (TTD) secara sistematis di sekolah. Program TTD di sekolah dilaksanakan dengan distribusi empat tablet setiap bulan untuk dikonsumsi di rumah, disertai pengawasan melalui dokumentasi foto sebagai bukti konsumsi. Mekanisme ini menunjukkan bahwa lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan remaja.

Pada usia 12–13 tahun, kepatuhan terhadap program kesehatan cenderung masih dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti aturan sekolah, pengawasan guru, serta dorongan dari teman sebaya. Remaja pada tahap ini belum sepenuhnya memiliki kesadaran kesehatan yang bersifat intrinsik dan mandiri. Dengan demikian, kepatuhan yang terbentuk kemungkinan besar masih bersifat kepatuhan normatif, yaitu mengikuti aturan karena adanya kontrol sosial.

Namun demikian, pembiasaan perilaku sehat sejak remaja awal memiliki nilai strategis dalam pembentukan kebiasaan jangka panjang. Kebiasaan yang dilakukan secara berulang dalam lingkungan yang terstruktur, seperti sekolah, dapat membentuk pola perilaku yang berkelanjutan hingga dewasa. Jika konsumsi TTD telah menjadi bagian dari rutinitas sejak awal menstruasi, maka peluang remaja untuk mempertahankan perilaku pencegahan anemia di masa depan akan lebih besar.

Selain itu, remaja awal juga berada pada fase pembentukan identitas diri. Pada fase ini, persepsi terhadap tubuh dan kesehatan mulai berkembang. Jika sejak awal remaja diberikan pemahaman bahwa menjaga kadar hemoglobin dan mencegah anemia merupakan bagian dari menjaga kesehatan reproduksi, maka akan terbentuk persepsi positif terhadap pentingnya suplementasi zat besi.

Dengan demikian, karakteristik usia responden yang berada pada rentang 12–13 tahun bukan hanya menggambarkan kondisi demografis penelitian, tetapi juga menunjukkan bahwa intervensi kesehatan pada fase ini sangat strategis. Usia remaja awal merupakan momentum penting untuk membangun dasar pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan yang akan memengaruhi kualitas kesehatan reproduksi hingga dewasa.

2. Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (52,5%) tergolong patuh dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), sedangkan 47,5% lainnya tidak patuh. Kepatuhan dalam penelitian ini diukur berdasarkan konsumsi minimal 12 tablet dalam tiga bulan terakhir, sesuai dengan standar program pemerintah yaitu satu tablet per minggu (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Kepatuhan dalam pelayanan kesehatan tidak lagi dipandang sebagai ketaatan pasif terhadap instruksi, melainkan sebagai perilaku aktif yang dilandasi kesadaran individu untuk mencapai tujuan kesehatan (Utami et al., 2025). Dalam konteks program TTD, kepatuhan menjadi indikator penting keberhasilan intervensi pencegahan anemia pada remaja putri.

Data nasional menunjukkan bahwa meskipun cakupan distribusi TTD cukup tinggi, tingkat kepatuhan konsumsi sesuai rekomendasi masih rendah. Berdasarkan RISKESDAS 2018, hanya 1,4% remaja putri yang mengonsumsi TTD sesuai anjuran 52 tablet per tahun, sementara sebagian besar masih di bawah rekomendasi. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi tablet tidak secara otomatis menjamin kepatuhan konsumsi.

Dalam penelitian ini, angka kepatuhan 52,5% menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan data nasional, namun tetap belum optimal. Masih terdapat hampir setengah responden yang tidak patuh. Hal ini menunjukkan bahwa kepatuhan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor individu maupun lingkungan.

Anjarwati (2020) menyatakan bahwa remaja putri yang tidak mengonsumsi tablet zat besi secara teratur lebih banyak ditemukan mengalami anemia dibandingkan remaja yang patuh. Utami et al. (2025) juga menegaskan bahwa konsumsi TTD secara rutin berperan dalam menjaga kadar hemoglobin tetap dalam batas normal dan menurunkan risiko anemia. Dengan demikian, kepatuhan bukan sekadar indikator perilaku, tetapi juga berkaitan langsung dengan outcome kesehatan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa 100% responden menyatakan mengonsumsi TTD minimal satu kali dalam seminggu, 86,7% mengonsumsi sesuai anjuran sekolah, dan 75,0% mengonsumsi saat menstruasi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja telah memahami waktu konsumsi yang tepat, terutama saat menstruasi ketika kebutuhan zat besi meningkat.

Menurut asumsi peneliti, kepatuhan yang relatif baik ini dipengaruhi oleh sistem program sekolah yang terstruktur dan berkelanjutan. Lingkungan sekolah yang memiliki jadwal rutin serta pengawasan dari guru dapat membentuk kebiasaan kolektif. Selain itu, adanya kewajiban mengirim bukti foto saat mengonsumsi TTD juga berfungsi sebagai mekanisme kontrol.

Namun demikian, masih terdapat responden yang tidak patuh. Ketidapatuhan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti lupa, rasa mual setelah minum TTD, kurangnya motivasi, atau persepsi bahwa TTD tidak diperlukan. Helmyati et al. (2023) menyatakan bahwa penerimaan program suplementasi zat besi dipengaruhi oleh persepsi manfaat, pengalaman efek samping, serta dukungan sosial.

Kepatuhan juga berkaitan dengan motivasi intrinsik. Jika remaja hanya mengonsumsi TTD karena kewajiban sekolah, maka ketika kontrol eksternal berkurang, perilaku tersebut berpotensi tidak berlanjut. Oleh karena itu, penting untuk menguatkan motivasi internal melalui edukasi yang komprehensif mengenai manfaat TTD dan risiko anemia.

Selain itu, dukungan keluarga juga berperan penting. Meskipun distribusi dilakukan di sekolah, konsumsi dilakukan di rumah. Jika orang tua tidak memberikan pengawasan atau tidak memahami pentingnya TTD, maka kemungkinan remaja untuk lupa atau tidak minum tablet menjadi lebih besar.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri berada pada kategori sedang dan masih memerlukan penguatan. Upaya peningkatan kepatuhan tidak cukup hanya melalui distribusi tablet, tetapi perlu pendekatan multidimensional yang mencakup edukasi kesehatan, pengawasan yang konsisten, dukungan keluarga, serta penguatan motivasi internal remaja.

Secara keseluruhan, kepatuhan konsumsi TTD pada usia remaja awal merupakan fondasi penting dalam upaya pencegahan anemia. Jika kepatuhan dapat ditingkatkan dan dipertahankan secara berkelanjutan, maka risiko anemia pada remaja putri dapat ditekan, sehingga mendukung kualitas kesehatan dan kesiapan reproduksi di masa dewasa.

3. Pengetahuan Remaja Tentang Anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berada pada kategori lebih dari separuhnya memiliki pengetahuan tinggi, yaitu sebanyak 62 orang (51,7%). Menurut Swarjana (2022), pengetahuan merupakan kemampuan dasar seseorang untuk mengingat informasi atau konsep yang telah dipelajari. Pengetahuan yang baik tentang Tablet Tambah Darah (TTD) dan manfaatnya dapat meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya mengonsumsi TTD, sehingga dapat mendorong mereka untuk lebih patuh dalam mengonsumsinya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari *et al.* (2022) yang menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri berkaitan dengan cara mereka memandang upaya pencegahan anemia, di mana remaja yang memiliki informasi lebih baik cenderung lebih menerima program suplementasi zat besi yang diberikan di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan berperan dalam membentuk cara berpikir dan sikap awal remaja terhadap Tablet Tambah Darah (TTD). Penelitian Aprilia *et al.* (2025) juga melaporkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai TTD, namun kondisi tersebut belum sepenuhnya diikuti oleh

kebiasaan konsumsi yang teratur. Temuan serupa dijelaskan oleh Sab'ngatun & Riawati (2021), yang menemukan bahwa meskipun banyak remaja putri telah memahami manfaat TTD, masih terdapat banyak remaja yang tidak mengonsumsinya secara rutin.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa responden mampu menjawab dengan benar pertanyaan mengenai pengertian anemia (97,5%), penyebab terjadinya anemia (87,5%), dampak anemia terhadap kesehatan dan konsentrasi belajar (90,0%), serta manfaat TTD bagi remaja putri (88,3%). Menurut asumsi peneliti, dominan jawaban yang benar pada item tersebut menunjukkan bahwa responden telah memiliki pemahaman dasar yang baik mengenai anemia dan manfaat TTD. Pengetahuan yang baik ini menjadi faktor predisposisi yang memengaruhi sikap dan perilaku remaja dalam mengonsumsi TTD sehingga remaja dengan pengetahuan tinggi cenderung lebih patuh dibandingkan remaja dengan pengetahuan rendah.

4. Hubungan Pengetahuan Remaja Dengan Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Hasil analisis menunjukkan dari 62 responden yang berpengetahuan tinggi terdapat 40 responden (63,5%) patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), sedangkan dari 58 responden yang berpengetahuan rendah sebanyak 23 responden (36,5%) patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil uji statistik di peroleh nilai *p-value* $0,006 \leq 0,05$ yang artinya H_0 ditolak atau terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil analisis nilai OR menunjukkan 2,767 dengan 95% CI: 1,320-5,798 yang berarti remaja dengan pengetahuan rendah memiliki peluang 2,767 kali lebih besar untuk tidak patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dibandingkan dengan remaja berpengetahuan tinggi.

Menurut Zidny *et al.* (2025) pengetahuan memiliki peran penting sebagai dasar dalam pengambilan keputusan terkait perilaku kesehatan. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia berpengaruh terhadap pembentukan sikap dan perilaku dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Remaja putri yang memahami anemia dengan baik cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap pentingnya konsumsi TTD, sehingga mendorong munculnya perilaku patuh. Kepatuhan dalam mengonsumsi TTD sangat dipengaruhi oleh tingkat pemahaman individu terhadap manfaat dan tujuan suplementasi zat besi. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki, semakin besar kemungkinan remaja putri untuk menunjukkan perilaku patuh dalam mengonsumsi TTD secara teratur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amalia *et al.* (2025) yang melaporkan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan lebih baik tentang anemia dan manfaat TTD menunjukkan kecenderungan untuk mengonsumsi TTD secara teratur. Penelitian oleh Salhah *et al.* (2024) menemukan bahwa pengetahuan yang mencakup pemahaman tidak hanya tentang definisi anemia tetapi juga strategi menghadapi efek samping dan langkah praktis konsumsi berkaitan dengan kepatuhan remaja putri dalam program Tablet Tambah Darah (TTD). Penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian Rahmawaty *et al.* (2023) yang menemukan bahwa sebagian besar remaja putri yang memiliki pengetahuan baik tentang anemia dan suplementasi TTD menunjukkan perilaku kepatuhan yang lebih tinggi. Hal ini menegaskan bahwa pengetahuan bukan hanya soal tahu, tetapi juga soal pemahaman mendalam yang memotivasi tindakan nyata.

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan berperan penting dalam membentuk kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD karena pemahaman yang baik akan meningkatkan kesadaran dan motivasi internal remaja. Hal ini tercermin dari hasil analisis yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mampu menjawab dengan benar pertanyaan terkait pengertian anemia, dampak anemia terhadap konsentrasi belajar, serta manfaat konsumsi TTD bagi remaja putri dan kepatuhan dengan jawaban yang paling dominan adalah responden mengatakan mengonsumsi TTD secara rutin minimal satu kali dalam satu minggu, mengonsumsi TTD sesuai anjuran sekolah, serta mengonsumsi TTD pada saat menstruasi. Pemahaman ini membuat remaja tidak hanya mengetahui kewajiban konsumsi TTD, tetapi juga memahami tujuan dan manfaat kesehatannya. Hal ini sejalan dengan hasil analisis bivariat yang menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan rendah memiliki peluang 2,7 kali lebih besar untuk tidak patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan tinggi. Pengetahuan yang baik menjadi dasar terbentuknya perilaku patuh karena remaja mampu mengaitkan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan pencegahan anemia dan peningkatan kesehatan diri.

4. Kesimpulan

Dari hasil penelitian mengenai Analisis Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri, dapat disimpulkan: Berdasarkan karakteristik, seluruh responden berada pada kelompok usia 12-13 tahun dengan lebih dari separuhnya berusia 12 tahun yaitu

sebanyak 75 orang (62,5%). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 63 responden (52,5%) patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan tinggi, yaitu sebanyak 62 responden (51,7%). Hasil analisis hubungan pengetahuan remaja dengan kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di peroleh nilai $p\text{-value}$ $0,006 \leq 0,05$ yang artinya H_0 ditolak atau terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

Referensi

1. Amalia, R., Dewi, R., & Puspitasari Firdaus, D. (2025). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe). *Jurnal Health Society*, 14(1). <https://doi.org/10.62094/Jhs.V14i1.201>
2. Anjarwati, A., & Ruqoiyah, S. (2020). Obedience Of Iron Tablet Consumption Reduces Risk Of Anemia Among Indonesian Female Adolescents. *Journal Of Health Technology Assessment In Midwifery*, 3(1), 24–28. <https://doi.org/10.31101/Jhtam.1345>
3. Aprilia, A., Septiyana, N. B., Nabilah, P. N., Ramadina, N. R., Abidin, M. A. M., Hidayanti, S., Indriani, Y., & Irawan, T. (2025). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri. *Pub Health Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 267–273. <https://jurnal.ilmubersama.com/index.php/pubhealth/article/view/1060>
4. Aryanti, R., Hermawan, D., & Yanti, D. E. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(8), 762–775. <https://doi.org/10.33024/Hjk.V17i8.13480>
5. Helmyati, S., Syarif, 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>
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri (Rematri). Direktorat Gizi Masyarakat. https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files283ttdd_Rematri_Ok2.Pdf
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
8. Niman, S., Parulian, T. S., Junida, R. G. G. N., Septiono, S., & Warren, O. (2022). Manajemen Emosi Sebagai Bentuk Upaya Promosi Kesehatan Jiwa Pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih Stikes Dirgahayu*, 3(2), 1–6. <https://jkd.stikesdirgahayusamarinda.ac.id/index.php/jpmk/article/download/208/145>
9. Putri, A. R. F. (2023). Gambaran Pengetahuan Dan Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Man 1 Mamuju (Skripsi).
10. Rahmawaty, M., Hekmah, N., Solechah, S. A., & Nisa, A. (2023). Faktor Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Perempuan Di SMPN 21 Banjarmasin. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 15(2), 231–237. <https://doi.org/10.35473/jgk.V15i2.449>
11. Sab'ngatun, & Riawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *The Relationship Of Knowledge With The Consumption Of Blood Adding Tablets In Adolescent Women*, 4(2), 83–90. <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/avicenna>
12. Salhah, S. R., Sumiati, S., Anam, K., & Meihartati, T. (2024). The Relationship Between Knowledge Level And Compliance To Blood Supplement Tablets Consumption In Adolescent Girls. *Science Midwifery*, 12(1), 244–253. <https://doi.org/10.35335/midwifery.V12i1.1462>
13. Sari, P., Marhaeni, D., Herawati, D., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). Anemia Among Adolescent Girls In West Java, Indonesia: Related Factors And Consequences On The Quality Of Life. 1–13.
14. Survei Kesehatan Indonesia (SKI). (2023). Laporan Hasil Survei Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK), Kementerian Kesehatan RI.
15. Swarjana, I. K. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi COVID-19, Akses Layanan Kesehatan: Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner*. Penerbit Andi.
16. Utami, A. P., & Sudaryanto, A. (2025). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.33757/jik.V9i1.1266>
17. WHO. (2023). Anemia. World Health Organization.
18. World Health Organization. (2024). Adolescent Development. World Health Organization.
19. Yunita, A., & Al., Et. (2018). *Pengetahuan Tentang Tablet Zat Besi Dan Perannya Dalam Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe*. <https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/view/38632>
20. Zidny, A., Rohmah, F. N., & Herfanda, E. (2025). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Di Mts Negeri 2 Sleman. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 826–836. <https://doi.org/10.31004/prepotif.V9i1.43301>
21. Zulfa, A. K. T. (2023). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Mengenai Anemia Dengan Kepatuhan Minum Obat Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMP N 2 Bawen (Skripsi)*. Repository Universitas Ngudi Waluyo. <http://repository2.unw.ac.id/3138/>