



Artikel Penelitian

GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 2 TAMBUSAI

DESCRIPTION OF THE BEHAVIOR OF FEMALE TEENS IN CONSUMING BLOOD-ENHANCING TABLETS AT TAMBUSAI 2 STATE JUNIOR HIGH SCHOOL

Teguh Santoso^{a*}, Zahtamal^a

^aFakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru, Indonesia, 28293

Histori Artikel

Diterima:
16 April 2025

Revisi:
2 September 2025

Terbit:
1 Desember 2025

A B S T R A K

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman mengenai perilaku konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri yang bersekolah di SMP Negeri 2 Tambusai. Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei deskriptif, dan melibatkan sebanyak 70 orang responden yang dipilih melalui teknik non-probability sampling jenis purposive sampling yaitu teknik penemuan sampel dengan pertimbangan. Berdasarkan temuan yang diperoleh melalui pengisian kuisioner, ditemukan dari hasil persentasi dari gambaran perilaku remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah pada tingkat pengetahuan responden tentang TTD berada pada kategori cukup baik, di mana 47,1% peserta memiliki pemahaman yang memadai. Di samping itu, sebanyak 80% responden memperlihatkan sikap yang mendukung terhadap konsumsi TTD, dan 82,9% di antaranya telah menjalankan praktik konsumsi TTD dengan baik. Pengambilan data dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama SMP Negeri 2 Tambusai dalam kurung waktu pelaksanaan dari bulan Januari sampai dengan Desember 2023. Meskipun secara umum pengetahuan awal yang dimiliki remaja putri terbilang belum begitu baik, namun sikap dan praktiknya dalam mengkonsumsi tamblet tambah darah sudah tergolong positif.

Kata Kunci

Pengetahuan,
Sikap, Perilaku,
Tablet Tambah
Darah

Keywords

Knowledge,
Attitude, Iron
Tablets

A B S T R A C T

This study was conducted with the aim of gaining an understanding of the consumption behavior of iron tablets among adolescent girls attending Tambusai 2 Public Junior High School. The researchers used a quantitative approach with a descriptive survey method, involving 70 respondents selected through non-probability sampling using purposive sampling, which is a technique of finding samples based on consideration. Based on the findings obtained through the questionnaire, the results showed that the level of knowledge of the respondents about TTD was quite good, with 47.1% of the participants having adequate understanding. In addition, 80% of respondents showed a supportive attitude towards TTD consumption, and 82.9% of them had practiced TTD consumption properly. Data collection was carried out at Tambusai 2 Public Junior High School from January to December 2023. Although in general the initial knowledge possessed by adolescent girls was not very good, their attitudes and practices in consuming iron tablets were already positive.

*Korespondensi

Email:
teguhsantoso1403
@gmail.com

DOI: <http://doi.org/10.30743/jkin.v14i2.898>



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap krusial dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat, mengingat pada periode ini remaja putri rentan mengalami berbagai permasalahan gizi, seperti pola makan yang tidak seimbang, kelebihan berat badan, serta kekurangan mikronutrien penting. Transformasi fisik dan psikologis yang terjadi pada masa ini membutuhkan pemenuhan gizi yang optimal agar proses pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan baik. Ketidakseimbangan asupan nutrisi dapat menyebabkan gangguan kesehatan, salah satunya adalah anemia, yang kerap dialami akibat kehilangan zat besi selama masa menstruasi. Anemia biasanya didefinisikan sebagai kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah 12 g/dL. Sayangnya, tidak sedikit remaja putri yang enggan mengonsumsi tablet tambah darah karena mengalami keluhan seperti mual, rasa tidak nyaman terhadap bau atau rasa tablet, atau karena menganggap suplementasi tersebut tidak penting, meskipun sebenarnya sangat dibutuhkan untuk menunjang kesehatan mereka.¹ Remaja putri merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia, terutama karena mereka berada pada fase pertumbuhan yang cepat serta mengalami menstruasi secara rutin setiap bulannya.

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kondisi ini meliputi rendahnya asupan zat besi, kurangnya konsumsi vitamin C yang berperan dalam penyerapan zat besi, tidak terurnya konsumsi tablet tambah darah, pola makan yang tidak bergizi seimbang, serta kehilangan darah selama menstruasi. Hasil Riset Kesehatan Dasar

(Risksdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 menunjukkan tren peningkatan prevalensi anemia pada remaja di Indonesia. Pada tahun 2018, tercatat bahwa sekitar 32% remaja mengalami anemia, yang setara dengan kurang lebih 7,5 juta individu. Kondisi ini berpotensi mengganggu proses pertumbuhan, menurunkan kemampuan kognitif, dan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit.² Pemilihan Kabupaten Rokan Hulu dalam penelitian ini didasarkan pada data profil kesehatan masyarakat Provinsi Riau, yang menunjukkan bahwa kesehatan calon pengantin dan remaja di usia produktif, khususnya pada wanita remaja, menunjukkan tingkat risiko tinggi, terutama terkait dengan anemia terutama di kabupaten rokan hulu, dimana 3% Wanita di kabupaten rokan hulu sebagai calon pengantin mengalami anemia dan 4,8 wanita terkena dampak kekurangan gizi yang menjadikan penelitian ini.³

Salah satu strategi efektif dalam menanggulangi anemia pada remaja putri adalah melalui pemberian suplemen zat besi dan asam folat dalam bentuk tablet tambah darah (TTD). Meskipun pada tahun 2018 tercatat bahwa 76,2% remaja putri telah memperoleh TTD selama 12 bulan terakhir, hanya sebagian kecil yang benar-benar mengonsumsi sesuai pedoman, yaitu minimal 52 tablet dalam kurun waktu satu tahun. Data ini menunjukkan adanya kesenjangan antara distribusi suplemen dan tingkat kepatuhan dalam penggunaannya.⁴ Karena penelitian ini mengkaji konsumsi tablet tambah darah di Riau, penting untuk menilai seberapa efektif program pemberian TTD dalam mengatasi anemia pada remaja putri di daerah

tersebut. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Riau tahun 2019, 52,64% remaja putri di Riau menerima TTD, dengan persentase tertinggi di Kota Kampar (74,17%) dan terendah di Kota Dumai (20,88%). Meskipun capaian ini mencapai 52,64%, angka tersebut masih belum memenuhi target nasional dan provinsi yang sebesar 30%. Dari 279.815 remaja putri sasaran, 147.306 remaja putri menerima TTD setiap bulan.⁵

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Tambusai, yang memiliki jumlah siswa sebanyak 336 orang, terdiri atas 152 siswa laki-laki dan 184 siswa perempuan, dengan rentang usia antara 14 hingga 19 tahun. Berdasarkan studi pendahuluan pada September 2022, diketahui bahwa sekolah telah mengimplementasikan program pemberian suplemen zat besi sejak tahun ajaran 2020 melalui inisiatif bertajuk HIDUP SEHAT. Suplemen diberikan setiap hari Senin dengan pengawasan langsung di lingkungan sekolah. Meskipun demikian, tingkat kesadaran siswa dalam mengonsumsi tablet zat besi masih tergolong rendah. Dari hasil wawancara dengan pihak guru, diperoleh data bahwa sebanyak 32 siswa (45,7%) mengonsumsi tablet secara sukarela, 29 siswa (41,5%) hanya mengonsumsi ketika diberikan, 7 siswa (10%) sering memuntahkannya karena rasa yang tidak disukai, dan 2 siswa (2,8%) secara tegas menolak untuk meminumnya.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang membahas hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Karanganom,⁶ hubungan status gizi dengan

kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci,⁷ Kabupaten Pelalawan tahun 2019, serta pengetahuan dan persepsi remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah,⁸ ketiga penelitian ini memiliki peran penting untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup remaja putri, terutama dalam mengatasi anemia dan mencegah stunting. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang berguna dalam perbaikan kebijakan kesehatan dan intervensi yang lebih efektif di masa depan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana perilaku remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah di SMP N 2 Tambusai.

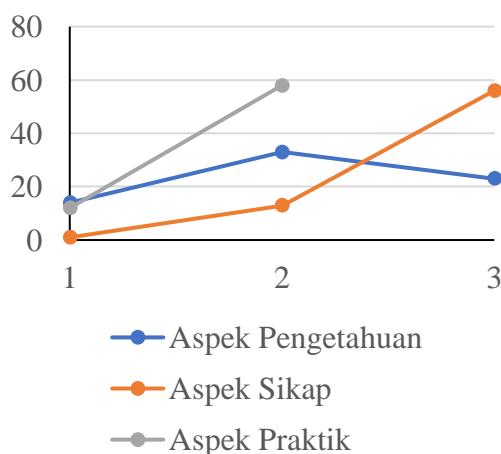
METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan kondisi secara objektif dan terukur. Populasi penelitian mencakup seluruh siswi SMP Negeri 2 Tambusai, sedangkan sampel terdiri dari 70 responden yang dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria inklusi mencakup semua siswi kelas VII, VIII, dan IX, sementara kriteria eksklusi ditetapkan berdasarkan gambaran pengetahuan, sikap, serta praktik dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang dirancang untuk menilai tiga aspek utama, yaitu pengetahuan, sikap, dan praktik konsumsi TTD. Instrumen penelitian ini terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan oleh dua ahli kesehatan masyarakat dan dua dokter, dengan hasil menunjukkan bahwa seluruh butir soal

dinyatakan valid ($\text{sig}>0,951$). Selanjutnya, uji reliabilitas menghasilkan nilai ($\alpha=0,732$), yang menandakan bahwa instrumen memiliki konsistensi yang baik pada setiap indikator pertanyaan.

HASIL

Hasil penelitian yang dilakukan di SMP N 2 Tambusai memberikan gambaran mengenai pengetahuan remaja putri tentang tablet penambah darah. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman lebih mendalam tentang sejauh mana pemahaman, sikap, dan praktik siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya untuk mencegah dan mengatasi anemia. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi keputusan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Berikut ini akan dijelaskan secara rinci mengenai pengetahuan, sikap, dan praktik remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah, lengkap dengan grafik yang menggambarkan hasil penelitian tentang kebiasaan dan praktik siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah tersebut.



Gambar 1. Grafik Hasil Penelitian

Berdasarkan grafik data yang diperoleh dari 70 sampel remaja putri, pada aspek pengetahuan mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD), diperoleh temuan bahwa sebanyak 14 responden masih tergolong memiliki pengetahuan awal yang rendah terkait pentingnya konsumsi TTD. Sebaliknya, terdapat 23 remaja putri yang telah memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi dalam hal ini, sedangkan 33 responden lainnya menunjukkan tingkat pengetahuan yang cukup memadai. Pada aspek sikap, hanya satu orang dari keseluruhan sampel yang menunjukkan sikap negatif terhadap konsumsi TTD. Sebanyak 13 remaja putri bersikap netral atau belum memiliki pandangan yang tegas, sementara sebagian besar responden, yaitu 56 orang, menunjukkan sikap positif yang mendukung terhadap perilaku konsumsi tablet tambah darah. Sementara itu, pada aspek praktik, ditemukan bahwa sebanyak 12 remaja putri enggan atau belum memiliki kemauan untuk mengonsumsi TTD secara rutin. Namun demikian, mayoritas responden, yakni sebanyak 58 orang, menyatakan keinginan dan kesediaannya untuk mengonsumsi tablet tambah darah sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan, khususnya dalam pencegahan anemia.

Penelitian ini memberikan gambaran mengenai pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet tambah darah berdasarkan informasi awal yang mereka ketahui. Berdasarkan sepuluh indikator pertanyaan yang diajukan oleh peneliti, hasilnya menunjukkan bahwa 47,1% responden sudah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai konsumsi tablet tambah darah, sementara 32,9% responden

memiliki pengetahuan yang tinggi. Namun, masih terdapat sekitar 20,0% responden yang tidak mengetahui dasar-dasar terkait konsumsi tablet tambah darah, yang menunjukkan adanya variasi dalam tingkat pengetahuan di kalangan remaja putri. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andani, dkk. pada tahun 2020 dan Sab'ngatun, dkk. pada tahun 2021, yang menunjukkan bahwa 57,5% responden memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang konsumsi tablet tambah darah, mengindikasikan adanya kesenjangan informasi yang perlu diatasi agar pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah dapat lebih merata.^{9,10}

Penelitian ini juga menggambarkan sikap remaja putri terhadap konsumsi tablet tambah darah. Proses ini dilakukan sebelum diberikan perlakuan atau tindakan untuk mengukur konsistensi siswa dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh gambaran sikap remaja putri terkait konsumsi tablet tambah darah, delapan indikator pertanyaan disebarluaskan dan dianalisis berdasarkan frekuensi sikap negatif, netral, dan positif. Hasilnya menunjukkan bahwa 80,0% responden memiliki sikap positif atau setuju mengenai pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah, sementara 18,6% responden menunjukkan sikap netral, yang berarti konsumsi atau tidaknya tablet tambah darah tidak menjadi masalah bagi mereka. Namun, terdapat 1,4% responden yang menunjukkan sikap negatif atau tidak setuju terkait konsumsi tablet tambah darah, yang kemungkinan disebabkan oleh kesalahan manusia. Penelitian

ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki sikap yang mendukung penggunaan tablet tambah darah, sejalan dengan temuan yang ditemukan dalam penelitian oleh Rizkiana pada tahun 2022 dan Murnariswari, dkk. pada tahun 2021, yang menunjukkan bahwa siswa cenderung memiliki sikap yang lebih positif daripada negatif terhadap konsumsi tablet tambah darah.^{11,12}

Tabel 1. Hasil Penelitian

Karakteristik	Kelompok	Penilaian (satuan)
Pengetahuan	Kurang	14
	Cukup	33
	Tinggi	23
Sikap	Negatif	1
	Netral	13
	Positif	56
Praktik Konsumsi TTD	Tidak Mengonsumsi	12
	Mengonsumsi	58

Selain pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah, penelitian ini juga menyoroti praktik mereka dalam mengonsumsi tablet tersebut. Berdasarkan hasil survei, 17,1% responden menunjukkan praktik yang buruk, yakni tidak mengonsumsi tablet tambah darah, sementara 82,9% responden memiliki praktik yang baik dalam mengonsumsinya. Mengenai alasan tidak mengonsumsi tablet tambah darah, hasil survei menunjukkan bahwa 16,7% responden tidak memiliki alasan khusus atau memberikan alasan lainnya, 41,7% responden lupa untuk mengonsumsinya, 25,0% responden malas untuk meminumnya, dan 16,7% responden merasa mual saat mengonsumsi tablet tersebut. Hasil survei ini memberikan gambaran mengenai

tantangan yang dihadapi remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian serupa sebelumnya juga telah dilakukan oleh peneliti lain dengan hasil yang konsisten.^{12,13,14} Berikut ini Tabel hasil penelitian pengetahuan, sikap dan praktik remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Pada hasil penelitian yang dilakukan peneliti untuk melihat gambaran perilaku remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah memiliki korelasi yang cukup menarik setelah dilakukan analisis tambahan berupa analisis statistik inferensi menggunakan penilaian uji chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan yang dimiliki remaja putri dengan praktik mengonsumsi tablet tambah darah dengan hasil ($p=0,592$). Sementara itu terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri dan preteknya dalam mengonsumsi tablet tambah darah dengan hasil ($p=0,025$).

DISKUSI

Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa perilaku remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 2 Tambusai menunjukkan variasi yang cukup signifikan, baik dari sisi pengetahuan, sikap, maupun praktik. Temuan ini konsisten dengan sejumlah studi terdahulu yang mengungkap bahwa pola konsumsi tablet tambah darah berkontribusi terhadap kesehatan generasi mendatang, khususnya bagi perempuan, baik dalam aspek kesehatan fisik maupun kesiapan sebagai calon ibu. Penelitian-penelitian sebelumnya juga menekankan bahwa pada masa pubertas, remaja putri berada dalam

kondisi yang rawan terhadap gangguan kesehatan seperti anemia dan defisiensi gizi, sehingga dibutuhkan peran aktif dari pemerintah dalam mengatasi isu kesehatan tersebut secara komprehensif.¹⁶ Namun ada beberapa penelitian yang dilakukan oleh beberapa ahli yang memicu penelitian ini diangkat salah satunya penelitian mengenai peningkatan pengetahuan remaja putri tentang mengonsumsi tablet tambah darah dalam pencegahan anemia melalui metode edukasi kesehatan dimana dalam penelitian ini menyebutkan sebanyak 30 orang wanita diberi pengetahuan Kesehatan dalam keberlangsungan tubuh Wanita agar tidak mudah terjangkit penyakit anemia dan lain sebagainya memiliki tanggapan positif.¹⁷ Berikutnya penelitian tentang kepatuhan minum tablet tambah darah dan kejadian anemia pada remaja menhasilkan sebanyak 73 remaja putri yang diteliti memiliki korelasi yang saling berkaitan dimana dapat mengurangi resiko terhadap Kesehatan jangka Panjang remaja putri efektif diterapkan untuk mengurangi gangguan Kesehatan yang dialami remaja putri.¹⁸

Peneliti juga menyoroti bahwa aspek pengetahuan masih menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi perilaku remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Meskipun program suplementasi telah berjalan, kenyataannya masih banyak remaja putri yang belum memahami secara menyeluruh pentingnya TTD dalam mencegah anemia dan menjaga kesehatan reproduksi. Variasi tingkat pemahaman ini menjadi indikasi bahwa upaya edukasi belum sepenuhnya merata. Sebagian responden menunjukkan pemahaman yang baik dan menyadari manfaat konsumsi TTD secara

teratur, namun tidak sedikit pula yang menunjukkan ketidaktertarikan, sikap pasif, atau bahkan mengabaikan anjuran tersebut. Temuan ini konsisten dengan beberapa literatur yang menunjukkan bahwa persepsi awal dan tingkat literasi kesehatan berperan besar dalam menentukan sejauh mana individu akan mematuhi intervensi kesehatan yang diberikan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan komunikasi yang lebih strategis dan interaktif agar informasi mengenai pentingnya konsumsi TTD dapat dipahami dengan benar dan diinternalisasi oleh seluruh kelompok sasaran.¹⁹
²⁰

Dalam hal sikap terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD), sebagian besar remaja putri yang menjadi responden menunjukkan kecenderungan sikap yang mendukung. Hal ini tercermin dari kesediaan mereka untuk bekerja sama selama proses penelitian serta respons yang positif terhadap pentingnya menjaga asupan zat besi melalui TTD. Sikap ini menandakan adanya kesadaran yang berkembang bahwa kesehatan tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga medis, tetapi juga individu itu sendiri. Sejalan dengan temuan dalam beberapa penelitian terdahulu, peningkatan pengetahuan mengenai manfaat TTD secara signifikan memengaruhi sikap remaja putri. Ketika mereka memahami bahwa konsumsi TTD berperan dalam mencegah anemia dan menjaga daya tahan tubuh, muncul perubahan cara pandang yang lebih terbuka dan kesiapan yang lebih besar untuk mengintegrasikan kebiasaan sehat ini ke dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang tepat dapat

membentuk sikap positif serta meningkatkan keterlibatan aktif remaja dalam menjaga kondisi fisiknya.^{21 22}

Berdasarkan pengamatan terhadap aspek praktik dari 70 remaja putri yang menjadi partisipan dalam penelitian ini, mayoritas di antaranya menunjukkan kesiapan dan tidak memiliki keberatan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan. Namun demikian, masih terdapat sebagian kecil responden yang menunjukkan keengganan atau menolak berpartisipasi secara aktif. Beberapa alasan yang diungkapkan meliputi kondisi alergi terhadap obat tertentu, rasa malas, lupa, serta anggapan bahwa konsumsi TTD tidak memberikan dampak yang signifikan bagi tubuh mereka. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian lain yang menunjukkan bahwa meskipun banyak remaja putri bersedia mendukung program konsumsi TTD, tetap terdapat kelompok yang menolak atau kurang berpartisipasi dalam pelaksanaannya karena berbagai hambatan pribadi maupun persepsi yang keliru terhadap pentingnya suplementasi zat besi.^{22 23}

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan, terutama dalam aspek implementasi dan praktik di lapangan. Untuk pengembangan studi selanjutnya, disarankan agar durasi pelaksanaan penelitian diperpanjang, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi fisik remaja putri sebelum dan sesudah mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Selain itu, partisipan diharapkan dapat mencatat secara sistematis serta mendokumentasikan gejala atau perubahan yang dialami selama periode konsumsi TTD,

guna mendukung validitas data dan memperkuat analisis terhadap efek suplementasi tersebut terhadap kesehatan mereka.

KESIMPULAN

Temuan penelitian yang dilaksanakan di SMP Negeri 2 Tambusai mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong memadai hingga tinggi mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD). Meski demikian, sekitar 20% responden masih menunjukkan keterbatasan dalam pemahaman terkait pentingnya konsumsi TTD. Dari aspek sikap, mayoritas menunjukkan kecenderungan positif terhadap perilaku konsumsi TTD, sementara hanya sebagian kecil yang memperlihatkan sikap netral maupun negatif. Hal ini mencerminkan adanya kesadaran yang cukup baik mengenai urgensi pencegahan dan penanganan anemia melalui konsumsi TTD. Namun, pada aspek praktik, ditemukan bahwa tidak seluruh responden mengonsumsi TTD secara konsisten. Beberapa faktor yang menghambat kepatuhan tersebut antara lain adalah kelalaian, kurangnya motivasi, serta efek samping ringan seperti rasa mual. Dengan mempertimbangkan kendala-kendala tersebut, diperlukan intervensi yang lebih sistematis dalam bentuk edukasi berkelanjutan dan penyediaan informasi yang lebih komprehensif. Untuk melihat keberhasilan dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti perlu diterapkan suatu program yang dapat mengedukasi interaktif dan memonitoring berkala untuk meningkatkan konsistensi konsumsi tablet tambah darah bagi remaja putri. Selain itu, pengembangan strategi komunikasi kesehatan

yang berbasis pada perubahan perilaku diharapkan mampu meningkatkan kedisiplinan dan keberlanjutan konsumsi TTD di kalangan remaja putri sebagai upaya promotif dan preventif dalam menjaga status kesehatan mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, terutama kepada pembimbing dan responden yang berpartisipasi.

DAFTAR REFERENSI

1. Widiastuti A, Rusmini R. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *J Sains Kebidanan*. 2019;1(1):12–18.
doi:10.31983/jsk.v1i1.5438
2. Runiari N, Hartati NN. Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah darah Pada Remaja Putri. *J Gema Keperawatan*. 2020;13(2):103–110.
doi:10.33992/jgk.v13i2.1321
3. Dinkes Provinsi Riau. Profil Kesehatan Provinsi Riau 2022. *Dinkes profinsi Riau*. Published online 2022:12–26.
4. Izzara WA, Yulastri A, Erianti Z, Putri MY, Yuliana Y. Penyebab, Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri (Studi Literatur). *J Multidisiplin West Sci*. 2023;2(12):1051–1064.
doi:10.58812/jmws.v2i12.817
5. Riau DKP. *Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Tahun 2020*; 2020.
<http://www.dinkes.kalteng.go.id/>
6. Wahyuningsih A, Uswatun A. Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganom. *INVOLUSI J Ilmu Kebidanan*. 2019;9(1):1–12.
doi:10.61902/involusi.v9i1.102
7. Apriyanti F. Hubungan Status Gizi dengan Anemia. *J Doppler Univ Pahlawan Tuanku Tambusai*. 2019;3(2):18–21.

8. Lismiana H, Indarjo S. Pengetahuan dan persepsi remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. *Indones J Public Heal Nutr.* 2021;1(1):22–30.
9. Andani Y, Esmianti F, Haryani S. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Di Smpnegeri I Kepahiang. *J Kebidanan Besurek.* 2020;5(2):55–62. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/download/744/600>
10. Sab'ngatun, Riwati D. Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri The Relationship Of Knowledge With The Consumption Of Blood Adding Tablets In Adolescent Women. *Avicenna J Heal Res.* 2021;4(2):83–90.
11. Murnariswari K, Nuzrina R, Dewanti LP, Nadiyah N. Hubungan Sikap Dan Pengetahuan Siswi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *J Ris Gizi.* 2021;9(1):22–27. doi:10.31983/jrg.v9i1.6757
12. Rizkiana E. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Sebagai Pencegahan Stunting. *J Ilmu Kebidanan.* 2022;9(1):24–29. doi:10.48092/jik.v9i1.183
13. Nadiya, Chaeruddin Hasan, Andi Mansur Sulolipu. Gambaran Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Mahasiswa Di Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI. *Wind Public Heal J.* 2023;4(5):774–785. doi:10.33096/woph.v4i5.1275
14. Istri C, Pemayun M, Winangsih R, Ariyanti KS. Gambaran perilaku konsumsi tablet tambah darah. *J Med Usada.* 2023;6:64–73.
15. Ningtyias FW, Quraini DF, Rohmawati N. Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *J PROMKES.* 2020;8(2):154. doi:10.20473/jpk.v8.i2.2020.154-162
16. Riyanto R, Oktaviani I, Sariyanto I, Mulyani R. Edukasi Peningkatan Pengetahuan tentang Stunting, Skrining Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *J Hum Educ.* 2024;4(2):306–315. doi:10.31004/jh.v4i2.1159
17. Amanupunyo NA, Batmomolin A, Amrullah M. Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Dalam Pencegahan Anemia Melalui Metode Edukasi Kesehatan. *J Pengabdi Masy Bangsa.* 2024;2(7):2911–2916. doi:10.59837/jpmba.v2i7.1360
18. Asiyah S, Ngatining. Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia pada Remaja. *Semin Publ Ilm Kesehat Nas.* 2023;02(01):486–492. <https://spikesnas.khedirri.ac.id/SPIKesNas/index.php/MOO>
19. Nurwijayanti N, Wuryani D, Siswati H, Wahyuni RD, Radiktyasari A. Pengaruh Pemberian Kie terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Santriwati terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah di Pondok Pesantren Al Muttaqin Kota Madiun. *SAINTEKES J Sains, Teknol Dan Kesehat.* 2024;3(1):17–21. doi:10.55681/saintekes.v3i1.290
20. Wahyuningsih A, Rohmawati W. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Karangnongko. *INVOLUSI J Ilmu Kebidanan.* 2020;10(1):8–12. doi:10.61902/involusi.v10i1.115
21. Elsa D. Tingkat Pengetahuan , Sikap , Pola Konsumsi Makanan Mengandung Zat Besi Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja. 2025;1:15–21.
22. Pibriyanti K, Habiba AB, Luthfiya L. Pengetahuan , Sikap dan , Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah sebagai Faktor Risiko Kejadian Anemia Remaja Putri. 2024;8(2):119–132. doi:10.21580/ns.2024.8.2.20708
23. Dewi KAPDNMNNPRKI. Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi Smpn 11 Denpasar. *Sustain.* 2020;4(2):39–43.