

Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe

Mawadhah Yusran^{1*}, Zulfikar²

^{1,2} STIKes Payung Negeri Aceh Darussalam, Jln. Bireun-Takengon Km 82,5 No. 86 Lut Kucak, Kec. Wih Pesam, Kabupaten Bener Meriah

^{*)} E-mail: yusranmawaddah@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel :

Diterima

10-Juni-2026

Disetujui

15-Juni-2026

Dipublikasikan

31-Juli-2026

Kata Kunci:

Pengetahuan,
Sikap,
Konsumsi tablet
tambah darah,
Anemia,
Remaja putri

Keywords:

Knowledge,
Attitudes,
Iron supplementation
tablets,
Anemia,
Adolescent girls

Abstrak

Latar Belakang: Remaja putri merupakan kelompok rentan mengalami anemia defisiensi besi akibat kehilangan darah selama menstruasi dan kurangnya asupan zat besi. Konsumsi tablet tambah darah (TTD) menjadi salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Pengetahuan dan sikap diduga berhubungan dengan konsumsi TTD pada remaja. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2022. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X–XII sebanyak 224 orang. Sampel berjumlah 69 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan uji chi-square dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. **Hasil:** Sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik (59,4%), sikap positif (50,7%), dan mengonsumsi tablet tambah darah (52,2%). Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan ($p < 0,001$) dan sikap ($p < 0,001$) dengan konsumsi tablet tambah darah. **Kesimpulan:** Pengetahuan dan sikap berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

Abstract

Background: Adolescent girls are vulnerable to iron deficiency anemia due to menstrual blood loss and inadequate iron intake. Consumption of iron supplementation tablets is one of the strategies used to prevent anemia among adolescent girls. Knowledge and attitudes are considered factors associated with iron tablet consumption. **Objective:** This study aimed to determine the relationship between knowledge and attitudes toward iron supplementation tablet consumption among adolescent girls at SMK Negeri 8 Muara Dua, Lhokseumawe City in 2022. **Methods:** This study employed an analytical cross-sectional design. The population consisted of 224 female students in grades X–XII. A total of 69 respondents were selected using accidental sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed using the chi-square test with a significance level of $\alpha = 0.05$. **Results:** Most respondents had good knowledge (59.4%), positive attitudes (50.7%), and consumed iron supplementation tablets (52.2%). Statistical analysis showed a significant relationship between knowledge ($p < 0.001$) and attitudes ($p < 0.001$) toward iron supplementation tablet consumption. **Conclusion:** Knowledge and attitudes were associated with iron supplementation tablet consumption among adolescent girls.

PENDAHULUAN

Anemia defisiensi besi masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat pada remaja putri di berbagai negara berkembang, termasuk Indonesia. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia karena kehilangan darah selama menstruasi serta peningkatan kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan. Kondisi anemia pada remaja dapat menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, kelelahan, menurunnya daya tahan tubuh, serta berdampak pada kesehatan reproduksi di masa mendatang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di kawasan Asia masih cukup tinggi. Di Indonesia, berdasarkan Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja mencapai 32%, yang menunjukkan bahwa sekitar 3–4 dari 10 remaja mengalami anemia (World Health Organization, 2016). Data Dinas Kesehatan Kota Lhokseumawe tahun 2020 juga menunjukkan bahwa kasus anemia pada remaja putri masih ditemukan pada kelompok usia 10–18 tahun. Tingginya angka anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia masih perlu ditingkatkan (Lhokseumawe, 2020).

Salah satu upaya pencegahan anemia yang dilakukan pemerintah adalah melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Program ini dilakukan melalui institusi pendidikan dengan anjuran konsumsi satu tablet setiap minggu dan satu tablet setiap hari selama menstruasi. Konsumsi TTD secara teratur diharapkan mampu menurunkan risiko anemia serta meningkatkan status kesehatan remaja putri (Budiarti et al., 2021; Dieny, 2018).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap memiliki hubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Penelitian Yunita et al. (2020) menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memiliki perilaku konsumsi zat besi yang lebih baik. Penelitian Hamranani et al., (2018), Nurbaiti et al. (2021), dan Sari & Sumarmi (2020) juga menemukan adanya hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe pada remaja putri. Penelitian Andani (2020), dan Susanti et al. (2023) melaporkan bahwa sikap positif berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada siswi sekolah menengah.

Meskipun program distribusi tablet tambah darah pada remaja putri telah dilaksanakan secara rutin melalui institusi pendidikan, keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh tersedianya tablet tambah darah, tetapi juga oleh perilaku konsumsi remaja putri. Pada praktiknya, distribusi tablet tambah darah di sekolah belum sepenuhnya diikuti dengan perilaku konsumsi yang optimal. Sebagian remaja masih enggan mengonsumsi tablet tambah darah karena kurangnya pemahaman, munculnya persepsi negatif terhadap efek samping, serta rendahnya kesadaran mengenai risiko anemia pada remaja.

Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada kejadian anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah secara umum, sedangkan penelitian yang mengevaluasi hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada sekolah yang telah menjalankan program distribusi rutin masih terbatas, khususnya pada tingkat sekolah menengah kejuruan di Kota Lhokseumawe. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada evaluasi kesenjangan antara pelaksanaan program distribusi tablet tambah darah dengan perilaku konsumsi remaja putri di lingkungan sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2022 sebagai bagian dari evaluasi program pencegahan anemia remaja di lingkungan sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe pada bulan Juli 2022. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap remaja putri, sedangkan variabel dependen adalah konsumsi tablet tambah darah (TTD).

Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X–XII di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe sebanyak 224 orang. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kepercayaan 95%, sehingga diperoleh sampel sebanyak 69 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi siswi yang bersedia menjadi responden, hadir saat penelitian berlangsung, dan mengisi kuesioner secara lengkap. Kriteria eksklusi adalah responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri dari pertanyaan mengenai pengetahuan, sikap, dan konsumsi tablet tambah darah. Data dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi variabel penelitian dan bivariat menggunakan uji chi-square dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Analisis data dilakukan menggunakan program SPSS versi 20.0 for Windows.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 69 remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe, diperoleh gambaran distribusi variabel pengetahuan, sikap, dan konsumsi tablet tambah darah sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik yaitu sebanyak 41 orang (59,4%). Sementara itu, responden dengan tingkat pengetahuan kategori cukup sebanyak 14 orang (20,3%) dan kategori kurang sebanyak 14 orang

(20,3%). Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri telah memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai pentingnya tablet tambah darah, manfaat konsumsi zat besi, serta dampak anemia terhadap kesehatan.

Tabel 1. Distribusi Variabel Penelitian di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2022

Variabel	f	%
Pengetahuan		
Baik	41	59,4
Cukup	14	20,3
Kurang	14	20,3
Sikap		
Positif	35	50,7
Negatif	34	49,3
Pemberian Tablet Fe		
Ya	36	52,2
Tidak	33	47,8
Total	69	100

Pada variabel sikap, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah yaitu sebanyak 35 orang (50,7%), sedangkan responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 34 orang (49,3%). Perbedaan proporsi antara sikap positif dan negatif terlihat relatif kecil, yang menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian remaja putri yang belum memiliki penerimaan dan kesadaran penuh terhadap pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Hasil penelitian pada variabel konsumsi tablet tambah darah menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden (52,2%) mengonsumsi tablet tambah darah, sedangkan sebanyak 33 responden (47,8%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Data tersebut memperlihatkan bahwa meskipun sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan yang baik dan sikap yang positif, namun proporsi responden yang tidak mengonsumsi tablet tambah darah masih cukup tinggi.

Temuan ini menunjukkan adanya kemungkinan bahwa perilaku konsumsi tablet tambah darah tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dan sikap, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti rasa takut terhadap efek samping, kurangnya motivasi, pengaruh lingkungan sosial, dukungan keluarga, serta pengawasan konsumsi tablet tambah darah di sekolah.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe. Analisis dilakukan menggunakan uji chi-square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Pemberian Tablet Fe di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2022

Variabel	Pemberian Tablet Fe				Total		P-Value
	Tidak	%	Ya	%	n	%	
Pengetahuan							
Baik	12	17,4	29	42,0	41	59,4	0,001
Cukup	9	13,0	5	7,2	14	20,3	
Kurang	12	17,4	2	2,9	14	20,3	
Sikap							
Negatif	25	36,3	9	13,0	34	49,3	0,001
Positif	8	11,6	27	39,1	35	50,7	
Total	33	47,8	36	52,2	69	100	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik lebih banyak mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan responden dengan tingkat pengetahuan cukup dan kurang. Dari 41 responden dengan pengetahuan baik, sebanyak 29 orang (42,0%) mengonsumsi tablet tambah darah, sedangkan sebanyak 12 orang (17,4%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Pada kelompok responden dengan tingkat pengetahuan cukup, sebanyak 5 orang (7,2%) mengonsumsi tablet tambah darah dan sebanyak 9 orang (13,0%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Sementara itu, pada kelompok responden dengan tingkat pengetahuan kurang, hanya sebanyak 2 orang (2,9%) yang mengonsumsi tablet tambah darah dan sebanyak 12 orang (17,4%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah.

Berdasarkan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai p value = 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2022.

Pada variabel sikap, hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan sikap positif cenderung lebih banyak mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan responden dengan sikap negatif. Dari 35 responden yang memiliki sikap positif, sebanyak 27 orang (39,1%) mengonsumsi tablet tambah darah dan sebanyak 8 orang (11,6%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Sebaliknya, pada responden dengan sikap negatif, sebanyak 25 orang (36,3%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah dan hanya sebanyak 9 orang (13,0%) yang mengonsumsi tablet tambah darah.

Hasil uji statistik chi-square menunjukkan nilai p value = 0,001 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2022.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dan sikap positif cenderung memiliki perilaku konsumsi tablet tambah darah yang lebih baik

dibandingkan responden dengan pengetahuan kurang dan sikap negatif. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengetahuan dan sikap memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku kesehatan remaja putri, khususnya dalam upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet tambah darah secara rutin.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe dengan nilai p value = 0,001. Responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik cenderung lebih banyak mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan responden dengan tingkat pengetahuan cukup dan kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku kesehatan remaja putri, khususnya dalam upaya pencegahan anemia.

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui indera penglihatan, pendengaran, maupun pengalaman yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks kesehatan, pengetahuan menjadi faktor predisposisi yang memengaruhi terbentuknya perilaku seseorang (Mardalena, 2019). Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik mengenai manfaat tablet tambah darah akan lebih memahami pentingnya konsumsi zat besi untuk menjaga kadar hemoglobin tetap normal dan mencegah terjadinya anemia.

Masa remaja merupakan periode pertumbuhan yang ditandai dengan peningkatan kebutuhan zat gizi, termasuk zat besi. Pada remaja putri, kebutuhan zat besi meningkat karena adanya menstruasi yang menyebabkan kehilangan darah setiap bulan (Aditianti et al., 2021). Apabila kebutuhan zat besi tidak terpenuhi, maka remaja putri berisiko mengalami anemia. Kondisi anemia pada remaja dapat menimbulkan berbagai dampak seperti mudah lelah, lesu, menurunnya konsentrasi belajar, gangguan prestasi akademik, hingga menurunnya daya tahan tubuh.

Remaja yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih mudah memahami risiko anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan. Sebaliknya, remaja dengan pengetahuan kurang umumnya belum memahami manfaat tablet tambah darah sehingga memiliki kecenderungan untuk tidak mengonsumsi tablet tersebut secara rutin.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Yunita et al., 2020 ; Nurbaiti et al., 2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang konsumsi zat besi dengan kejadian anemia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat pengetahuan yang baik memiliki risiko lebih rendah mengalami anemia dibandingkan remaja dengan pengetahuan rendah. Penelitian Hamranani et al. (2018) juga menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa masih terdapat responden dengan pengetahuan baik namun tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti dengan perubahan perilaku kesehatan yang optimal. Dalam praktiknya, perilaku konsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti motivasi pribadi, pengalaman mengonsumsi tablet tambah darah, dukungan keluarga, pengaruh teman sebaya, serta persepsi terhadap efek samping tablet tambah darah.

Beberapa remaja putri sering mengeluhkan efek samping setelah mengonsumsi tablet tambah darah seperti mual, pusing, konstipasi, maupun rasa tidak nyaman pada lambung. Pengalaman tersebut dapat menurunkan minat remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah meskipun mereka telah mengetahui manfaatnya (Susanti et al., 2023). Selain itu, masih terdapat persepsi di kalangan remaja bahwa tablet tambah darah hanya diperlukan bagi individu yang sedang sakit atau mengalami anemia berat, sehingga konsumsi tablet tambah darah belum dianggap sebagai kebutuhan rutin.

Faktor lingkungan sekolah juga berpengaruh terhadap perilaku konsumsi tablet tambah darah. Program pemberian tablet tambah darah di sekolah akan lebih efektif apabila disertai dengan edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan pengawasan konsumsi tablet secara langsung. Tanpa adanya pengawasan dan motivasi dari guru maupun petugas kesehatan, remaja cenderung kurang disiplin dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Pengetahuan yang baik juga dipengaruhi oleh akses informasi kesehatan yang diperoleh remaja. Pada era digital saat ini, remaja memiliki akses yang luas terhadap informasi melalui media sosial dan internet. Namun demikian, tidak semua informasi yang diperoleh bersifat benar dan dapat dipertanggungjawabkan. Oleh karena itu, diperlukan edukasi kesehatan yang tepat dan terarah agar remaja memperoleh informasi yang valid mengenai anemia dan tablet tambah darah.

Pendidikan kesehatan mengenai anemia dan konsumsi tablet tambah darah perlu dilakukan secara rutin melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), penyuluhan kesehatan, maupun kerja sama dengan puskesmas setempat. Edukasi tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga perlu disertai pendekatan komunikatif dan interaktif agar remaja lebih mudah memahami materi yang diberikan.

Selain itu, keterlibatan orang tua juga sangat penting dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri (Budiarti et al., 2021; Dina, 2022). Dukungan keluarga dapat membantu membentuk kebiasaan hidup sehat serta meningkatkan motivasi remaja dalam menjaga kesehatannya. Remaja yang mendapatkan dukungan dari keluarga cenderung memiliki perilaku kesehatan yang lebih baik dibandingkan remaja yang kurang mendapatkan perhatian dari lingkungan keluarga.

Hubungan Sikap dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe dengan nilai p value = 0,001. Responden yang memiliki sikap positif cenderung lebih banyak mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan responden yang memiliki sikap negatif.

Sikap merupakan respons atau kecenderungan seseorang dalam menilai suatu objek yang dapat memengaruhi tindakan atau perilaku. Sikap terbentuk melalui pengalaman, pengetahuan, pengaruh lingkungan sosial, serta proses pembelajaran yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari. Dalam penelitian ini, sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah menunjukkan adanya penerimaan dan kesadaran remaja terhadap pentingnya pencegahan anemia.

Remaja putri yang memiliki sikap positif cenderung memandang konsumsi tablet tambah darah sebagai tindakan yang bermanfaat bagi kesehatan. Sikap tersebut dapat meningkatkan motivasi dan kesadaran untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Sebaliknya, remaja dengan sikap negatif cenderung merasa enggan mengonsumsi tablet tambah darah karena menganggap tablet tersebut tidak penting atau menimbulkan efek samping yang mengganggu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Andani, 2020; Apriningsih et al., 2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap remaja putri dengan konsumsi tablet tambah darah. Penelitian Sari (2020) juga menyatakan bahwa sikap memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

Pembentukan sikap pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah lingkungan sosial. Pada masa remaja, pengaruh teman sebaya sangat besar dalam membentuk perilaku dan kebiasaan. Remaja yang berada dalam lingkungan dengan dukungan positif terhadap perilaku hidup sehat cenderung memiliki motivasi lebih tinggi untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Selain itu, sikap juga dipengaruhi oleh pengalaman pribadi dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Pengalaman yang menyenangkan atau tidak menimbulkan efek samping akan membentuk sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah. Sebaliknya, pengalaman yang menimbulkan rasa tidak nyaman dapat menyebabkan remaja memiliki persepsi negatif terhadap tablet tambah darah (Sari & Sumarmi, 2020).

Sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah perlu dibentuk melalui pendekatan edukatif yang berkesinambungan. Program pemberian tablet tambah darah di sekolah sebaiknya tidak hanya berfokus pada distribusi tablet, tetapi juga perlu disertai dengan penyuluhan mengenai manfaat tablet tambah darah, dampak anemia, dan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak usia remaja.

Peran tenaga kesehatan dan guru sangat penting dalam membentuk sikap positif remaja. Pendampingan dan pengawasan konsumsi tablet tambah darah dapat meningkatkan kepatuhan serta

membantu mengurangi ketakutan remaja terhadap efek samping yang mungkin muncul. Selain itu, komunikasi yang baik antara tenaga kesehatan dan remaja dapat meningkatkan kepercayaan serta kesadaran remaja dalam menjaga kesehatannya.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap merupakan faktor penting yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Oleh karena itu, upaya pencegahan anemia pada remaja perlu dilakukan secara komprehensif melalui peningkatan pengetahuan, pembentukan sikap positif, serta dukungan lingkungan sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan agar program konsumsi tablet tambah darah dapat berjalan lebih optimal.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik sebanyak 41 siswi (59,4%) dan sebagian besar memiliki sikap positif sebanyak 35 orang (50,7%). Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe (p value = 0,001), serta terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan konsumsi tablet tambah darah (p value = 0,001).

Penelitian ini memberikan kontribusi empiris bahwa faktor pengetahuan dan sikap masih menjadi determinan penting dalam perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di tingkat sekolah menengah. Temuan ini memperkuat pentingnya intervensi berbasis edukasi kesehatan yang tidak hanya berfokus pada distribusi tablet, tetapi juga pada peningkatan pemahaman dan pembentukan sikap positif remaja terhadap pencegahan anemia.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada penggunaan desain cross sectional yang tidak dapat menjelaskan hubungan kausal secara langsung, serta teknik pengambilan sampel accidental sampling yang dapat membatasi generalisasi hasil penelitian terhadap populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian ini hanya menggunakan variabel pengetahuan dan sikap tanpa mempertimbangkan faktor lain seperti dukungan keluarga, peran teman sebaya, dan efek samping konsumsi tablet tambah darah.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar penelitian selanjutnya dapat mengembangkan model yang lebih komprehensif dengan menambahkan variabel psikososial dan lingkungan, serta menggunakan desain longitudinal atau intervensi untuk mengetahui perubahan perilaku konsumsi tablet tambah darah secara lebih mendalam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Payung Negeri Aceh Darussalam yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada pihak SMK Negeri 8 Muara Dua Kota Lhokseumawe yang telah

memberikan izin dan membantu kelancaran pengumpulan data, serta kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Aditianti, A., Permanasari, Y., & Julianti, E. D. (2021). Compliance of iron supplementation consumption among Indonesian adolescent girls: Secondary analysis of national survey data. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(2), 78–85. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v16i2.4314>
- Andani. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD) di SMP Negeri 1 Kepahiang. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 1–5.
- Apriningsih, A., Madanijah, S., & Dwiriani, C. M. (2022). Factors associated with adherence to iron supplementation among adolescent girls in Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 1240–1246. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9154>
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi fenomenologi penyebab anemia pada remaja di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2), 137–144. <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
- Dieny, F. F. (2018). *Gizi Remaja Putri*. Universitas Diponegoro Press.
- Dina. (2022). Efektivitas pemberian tablet tambah darah pada remaja terhadap peningkatan hemoglobin (Hb) di STIKes Muhammadiyah Cirebon. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(2), 106–112.
- Hamranani, Permatasi, D., & Subiakni, B. A. K. (2018). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan minum tablet Fe pada remaja putri kelas X di SMK N 1 Klaten. *Triage: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 1–10.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lhokseumawe, D. K. K. (2020). *Profil kesehatan Kota Lhokseumawe tahun 2020*. Dinas Kesehatan Kota Lhokseumawe.
- Mardalena, E. (2019). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Salemba Medika.
- Nurbaiti, L., Adi, A. C., & Sari, D. K. (2021). Relationship between knowledge, attitude, and compliance of iron tablet consumption among adolescent girls. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 12(3), 456–461.
- Sari, H. P., & Sumarmi, S. (2020). Relationship between nutritional knowledge and adherence to iron tablet consumption among adolescent girls. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), 25–32. <https://doi.org/10.20473/mgi.v15i1.25-32>
- Sari, R. (2020). *Efektivitas pemberian tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin siswi SMPN 1 Donorojo Kabupaten Pacitan*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Susanti, D., Syah, N. A., & Erika, E. (2023). Determinants of iron supplementation adherence among adolescent girls in school-based health programs. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 16, 1123–1132. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S401245>
- World Health Organization. (2016). *Daily iron supplementation in adult women and adolescent girls*. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789241510196>
- Yunita, F. A., Parwatiningsih, S. A., Hardiningsih, M., Yuneta, A. E. N., Kartikasari, M. N. D., & Ropitasari, M. (2020). Hubungan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi zat besi dengan kejadian anemia di SMP 18 Surakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 36–47. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i1.38632>