HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: February, 18, 2026
Revised: June, 02, 2026
Available online: June, 04, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada peserta didik putri

Cindy Patricya Ansju*, Irny Evita Maino, Asep Rahman

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Cindy Patricya Ansju. *Email: cindypatricya11@gmail.com

Abstract

Background: Iron deficiency anemia is a significant global health problem in adolescent girls due to blood loss during menstruation. The government has implemented a program to provide iron supplement tablets (IBT) in schools, but compliance remains a challenge.
Purpose: To determine the relationship between female students' knowledge and attitudes and their iron supplement consumption behavior.
Method: This quantitative research used an analytical survey design using a cross-sectional approach. The population was 11th and 12th grade female students at State College 1 Siau Timur in Siau Tagulandang Biaro Regency, with a sample size of 155 respondents. The data were then analyzed using the chi-square test.
Results: Statistical tests showed no significant relationship between knowledge and iron supplement consumption (p-value 0.054 > 0.05) and no significant relationship between attitudes and iron supplement consumption (p-value 0.348 > 0.05).
Conclusion: There was no significant relationship between knowledge and attitudes and iron supplement consumption.
Suggestion: Schools and community health centers should evaluate distribution methods, for example by implementing a "take iron tablets together" program under teacher supervision to improve actual compliance in the field.

Keywords: Adolescent Girls; Anemia; Attitudes; Iron Supplements; Knowledge.

Pendahuluan: Anemia defisiensi besi merupakan masalah kesehatan global yang signifikan pada remaja putri karena kehilangan darah selama menstruasi. Pemerintah telah menjalankan program pemberian tablet tambah darah (TTD) di sekolah, namun tingkat kepatuhan konsumsi masih menjadi tantangan.
Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap peserta didik putri dengan perilaku konsumsi TTD.
Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik melalui pendekatan *cross-sectional*. Populasi adalah siswi kelas XI dan XII di SMA N 1 Siau Timur di Kabupaten Siau Tagulandang Biaro, dengan jumlah sampel sebanyak 155 responden. Selanjutnya data dianalisis menggunakan uji *chi-square*.
Hasil: Uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi TTD (*p-value* 0.054 > 0.05) dan tidak terdapat hubungan signifikan antara sikap dengan konsumsi TTD (*p-value* 0.348>0.05).
Simpulan: Tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap dengan konsumsi TTD.
Saran: Pihak sekolah dan puskesmas perlu mengevaluasi metode distribusi, misalnya dengan menerapkan program "Minum TTD Bersama" di bawah pengawasan guru untuk meningkatkan kepatuhan nyata di lapangan.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i3.2655

Kata Kunci: Anemia; Pengetahuan; Remaja Putri; Sikap; Tablet Tambah Darah.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak dijumpai, terutama di negara berkembang. *World Health Organization* (WHO) melaporkan, bahwa prevalensi anemia pada perempuan usia 15-49 tahun masih berada pada angka yang tinggi secara global. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia karena kehilangan darah saat menstruasi dan meningkatnya kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan. Di Indonesia, pemerintah telah melaksanakan program pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia (Wiboworini, Shabrina, Dewi, Sari, Handayani, Damayanti, & Tjung, 2024). Program ini dilaksanakan melalui institusi pendidikan dengan tujuan meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah dampak jangka panjang anemia. Namun demikian, tingkat kepatuhan konsumsi TTD di kalangan remaja putri masih relatif rendah (World Health Organization, 2025).

Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) didalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin. Anemia dapat ditandai dengan rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) atau hematokrit nilai ambang batas yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan kehilangan darah yang berlebihan (Soedijanto, Kapantow, & Basuki, 2015; Dalema, Manoppo, Wariki, & Bolang, 2025).

Tablet tambah darah adalah tablet besi folat yang setiap tablet mengandung 200 mg fatro sulfat atau 60 mg besi elimental dan 0.400 mg asam folat. Zat besi merupakan unsur yang sangat penting untuk membentuk hemoglobin (Hb). Dalam tubuh, zat besi mempunyai fungsi yang berhubungan dengan pengangkutan, penyimpanan dan pemanfaatan oksigen dan berada dalam bentuk hemoglobin, mioglobin atau *cytochrome* (Taufiqa, Ekawidyani, & Sari, 2020; Rizawati, 2023).

Tablet tambah darah fe mempunyai manfaat kepada remaja putri ketika sedang mentruasi hal ini dikarenakan kurangnya kadar zat besi. Saat menstruasi perempuan membutuhkan setidaknya tablet tambah darah satu miligram per hari demi menjaga keseimbangan dikarenakan saat menstruasi rata-rata darah yang keluar sebanyak 60 ml per bulan yang sama dengan 30 mg besi. Dengan konsumsi tablet Fe remaja putri dapat terhindar dari anemia atau pun mengobati anemia (Chasanah, Basuki, & Dewi, 2019; Suaib, Rowa, & Adwiah, 2024).

Kebutuhan atau dosis zat besi untuk setiap tingkat usia dan jenis kelamin berbeda-beda. Wanita membutuhkan zat besi lebih tinggi daripada pria, karena menstruasi terjadi dengan perdarahan sebanyak 50-80 cc setiap bulannya dan kehilangan zat besi sebanyak 30-40 mg. Dosis yang dianjurkan untuk diminum adalah 1x1 tablet per minggu sesuai dengan dosis yang dianjurkan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025).

Perilaku konsumsi TTD sering dikaitkan dengan tingkat pengetahuan dan sikap individu. Teori perilaku kesehatan menyebutkan bahwa pengetahuan dan sikap merupakan faktor predisposisi yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik dan sikap positif diharapkan lebih patuh dalam mengonsumsi TTD. Akan tetapi, beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap yang baik belum tentu diikuti dengan perilaku konsumsi yang sesuai (Warner & Weyand, 2022; Fatimah & Wulandari, 2022).

TTD yang digunakan untuk penanggulangan anemia gizi adalah TTD program. TTD program disediakan oleh pemerintah secara gratis, diberikan terutama untuk ibu hamil, remaja putri ataupun wanita usia subur (WUS) melalui sarana pelayanan kesehatan pemerintah namun jumlahnya terbatas. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 88 Tahun 2014, distribusi TTD yang harus diberikan saat ini adalah tablet dengan kandungan zat besi setara dengan 60 mg besi elemental (dalam bentuk Ferro sulfat, atau Ferro glukonat) dan asam folat 0.400 mg (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Suplementasi TTD adalah salah satu strategi efektif dalam pencegahan dan penanggulangan anemia juga untuk meningkatkan asupan zat besi karena kandungan besinya yang padat dan dilengkapi dengan asam folat Strategi ini hanya akan berhasil jika rematik dan WUS

Cindy Patricya Ansju*, Irny Evita Maino, Asep Rahman

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Cindy Patricya Ansju. *Email: cindypatricya11@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i3.2655

mematuhi aturan konsumsinya (Quraini, Ningtyias, & Rohmawati, 2020; Apriningsih, 2023).

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di SMA N 1 Siau Timur di Kabupaten Siau Tagulandang Biaro (SITARO) pada bulan April-Oktober 2025. Data populasi peserta didik putri kelas XI sebanyak 91 responden dan kelas XII sebanyak 100 responden. Sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *total sampling*.

Kriteria inklusi sampel adalah peserta didik putri aktif di sekolah terkait, kelas XI dan XII pada tahun ajaran berjalan, pernah menerima TTD dari sekolah, puskesmas, atau tenaga kesehatan dalam 6 bulan terakhir, dan peserta didik putri yang bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar *informed consent.* Variabel independen penelitian ini yaitu pengetahuan dan sikap, sedangkan variabel dependen yaitu konsumsi tablet tambah darah.

Instrument penelitian yang gunakan adalah lembar kuesioner yang berisi 15 pertanyaan tentang TTD dengan interpretasi buruk jika X ≤ median dan baik jika X > median (data tidak terdistribusi normal). Instrumen sikap terhadap TTD diukur menggunakan kuesioner yang berisi 15 pertanyaan yang dikategorikan, sikap buruk jika X ≤ median dan baik jika X > median. Perilaku konsumsi tablet tambah darah diukur menggunakan kuesioner lembar ceklist yang berisi 12 pertanyaan tentang konsumsi tablet tambah darah, dengan interpretasi sesuai anjura bila skor responden > mean dan tidak sesuai anjuran bila skor responden ≤ mean.

Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan analisis bivariat menggunakan uji statistik *chi-square* dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 27 *for Windows.* Jika nilai ρ<α (0.05) maka ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap responden tentang TTD dengan mengonsumsi TTD.

Cindy Patricya Ansju*, Irny Evita Maino, Asep Rahman

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Cindy Patricya Ansju. *Email: cindypatricya11@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i3.2655

HASIL

Tabel Distribusi Karakteristik Responden (N=155)

Variabel	Hasil	*P-Value*
Umur (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(16.10.±0.438)(15-17)	
15	29/18.7	
16	79/51.0	
17	47/30.3	
Kelas (n/%)		
XI	67/43.2	
XII	88/56.8	
Pengetahuan (n/%)		0.054
Baik	86/55.5	
Buruk	69/44.5	
Sikap (n/%)		0.348
Baik	79/51.0	
Buruk	76/49.0	
Kepatuhan Konsumsi (n/%)		
Sesuai Anjuran	113/72.9	
Tidak Sesuai Anjuran	42/27.1	

Berdasarkan hasil tabel di atas, mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 79 responden (51.0%) dan didominasi oleh siswi kelas XII sebanyak 88 responden (56.8%). Variabel pengetahuan mayoritas sudah baik sebanyak 86 responden (55.5%). Variabel sikap terhadap TTD tidak jauh berbeda, kategori baik sebanyak 79 responden (51.0%) dan buruk sebanyak 76 responden (49.0%). Kepatuhan konsumsi TTD mayoritas sudah sesuai anjuran sebanyak 113 responden (72.9%).

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah (*p value* = 0.054). Selain itu, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan konsumsi tablet tambah darah (*p-value* = 0.348).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis univariat diperoleh hasil distribusi frekuensi dari 155 responden mayoritas memiliki pengetahuan tentang TTD dengan baik sebanyak 86 responden (55.5%). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat variasi tingkat pemahaman pada beberapa aspek tertentu, secara umum responden memiliki pengetahuan yang memadai, terutama pada aspek yang ditanyakan melalui pertanyaan dengan distribusi tertinggi tersebut. Hal ini konsisten dengan penelitian remaja putri lainnya di Indonesia yang menunjukkan sebagian besar memiliki pengetahuan baik terkait anemia dan TTD (Cahyani, Erawati, & Sriasih, 2025). Temuan ini menandakan bahwa upaya penyuluhan atau informasi mengenai pentingnya TTD relatif tersampaikan di kalangan siswi, meskipun terdapat variasi ditingkat pengetahuan antar individu. Namun, masih terdapat kelompok yang memiliki pengetahuan rendah terkait tujuan suplementasi zat besi serta konsekuensi kesehatan dari anemia (Murnariswari, Nuzrina, Dewanti, & Nadiyah, 2021).

Berdasarkan data di atas, menunjukkan bahwa responden yaitu sebanyak 79 responden (51.0%) memiliki sikap yang baik. Responden dalam penelitian ini umumnya memiliki sikap yang baik terhadap konsumsi TTD. Meskipun masih terdapat sekelompok responden yang memperlihatkan sikap ragu maupun negatif, terutama terkait kekhawatiran terhadap efek samping seperti mual atau ketidaknyamanan setelah mengonsumsi tablet. Hasil

Cindy Patricya Ansju*, Irny Evita Maino, Asep Rahman

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Cindy Patricya Ansju. *Email: cindypatricya11@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i3.2655

ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa sikap remaja terhadap suplementasi zat besi sangat dipengaruhi oleh pengalaman personal, persepsi risiko, serta dukungan dari lingkungan sekolah (Pinilih, Wijayanti, & Widyastutik, 2025). Sikap baik mencerminkan kesiapan individu untuk menerima dan melaksanakan suatu intervensi kesehatan, namun tidak selalu langsung terwujud dalam perilaku konsumsi yang teratur tanpa adanya faktor pendukung seperti pengawasan dan keterlibatan guru (Widiastuti & Rusmini, 2019; Januarti & Yulianto, 2024).

Variabel konsumsi TTD menunjukkan bahwa responden memiliki tindakan sesuai anjuran yaitu sebanyak 113 (72.9%) responden. Temuan ini menggambarkan bahwa pada indikator tersebut, tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah berada pada kategori paling optimal dibandingkan indikator lainnya. Penelitian sistematis juga menegaskan bahwa kepatuhan konsumsi TTD berkaitan erat dengan kejadian anemia pada remaja putri, serta semakin tinggi kepatuhan, semakin rendah risiko anemia defisiensi besi (Lindawati, 2023).

Program suplementasi zat besi dikalangan remaja putri di Indonesia menunjukkan bahwa meski distribusi TTD dilakukan, tingkat penerimaan (*acceptance*) dan kepatuhan tetap rendah dibanyak wilayah, dikarenakan faktor-faktor sosial dan psikologis seperti motivasi, efikasi diri, sikap, dan dukungan dari lingkungan sekolah atau teman sebaya (Helmyati, Syarifa, Rizana, Sitorus, & Pratiwi, 2023).

Meskipun faktor predisposisi (pengetahuan dan sikap) tergolong baik, perilaku konsumsi tidak sepenuhnya ditentukan oleh kedua hal tersebut. Mengacu pada teori *Green*, rendahnya signifikansi ini mungkin disebabkan oleh lemahnya faktor pendorong seperti kurangnya pengawasan guru saat minum bersama di sekolah atau faktor pendukung seperti efek samping mual yang tidak dimitigasi dengan cara konsumsi yang benar.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden tidak berhubungan secara signifikan dengan konsumsi TTD. Temuan ini melaporkan bahwa meskipun responden memiliki pengetahuan yang baik, hal tersebut belum tentu mendorong perilaku konsumsi TTD secara konsisten. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pengetahuan saja tidak cukup untuk membentuk perilaku kesehatan.

Demikian pula, sikap terhadap TTD tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan konsumsi TTD. Sikap positif yang dimiliki responden belum sepenuhnya diwujudkan dalam perilaku konsumsi yang optimal. Faktor lain seperti efek samping TTD, pengawasan konsumsi, dukungan sekolah, dan kebiasaan lingkungan kemungkinan berperan lebih besar dalam memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi peningkatan konsumsi TTD tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan dan sikap, tetapi juga perlu memperhatikan faktor pendukung lainnya seperti peran guru, petugas UKS, serta sistem pemantauan konsumsi TTD di sekolah.

SIMPULAN

Tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap dengan konsumsi TTD. Hal ini menegaskan bahwa perilaku kesehatan bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor diluar sekadar pemahaman kognitif.

SARAN

Pihak sekolah dan puskesmas perlu mengevaluasi metode distribusi, misalnya dengan menerapkan program "Minum TTD Bersama" di bawah pengawasan guru untuk meningkatkan kepatuhan nyata di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

Cahyani, K. A. V. A., Erawati, N. L. P. S., & Sriasih, N. G. K. (2025). Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Pemberian Edukasi Media Video tentang Anemia. *Jurnal Berita Kesehatan*, *18*(2), 25-32.

Chasanah, S. U., Basuki, P. P., & Dewi, I. M. (2019). Anemia penyebab, strategi pencegahan dan penanggulangannya bagi remaja. *Angewandte Chemie International Edition*, *6*(11), 951-952.

Dalema, A. S., Manoppo, J. I. C., Wariki, W. M., & Bolang, A. (2025). Determinan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Hubungannya dengan Anemia pada Ibu Hamil di Manado, Indonesia. *Jurnal Promotif Preventif*, *8*(4), 1023-1029.

Cindy Patricya Ansju*, Irny Evita Maino, Asep Rahman

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Cindy Patricya Ansju. *Email: cindypatricya11@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i3.2655

Fatimah, J., & Wulandari, R. (2022). Faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja puteri. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, *18*(2).

Helmyati, S., Syarifa, C. A., Rizana, N. A., Sitorus, N. L., & Pratiwi, D. (2023). Acceptance of Iron Supplementation Program among Adolescent Girls in Indonesia: A Literature Review. *Amerta Nutrition*, *7*.

Januarti, L., & Yulianto, S. (2024). Pemberdayaan remaja peer group terhadap perilaku remaja dalam suplementasi tablet Fe upaya pencegahan stunting. *Bali Health Published Journal*, *6*(1), 26-41.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 34 Tahun 2021 Tentang Standar Pelayanan Kefarmasian Di Klinik. Diakses dari: https://keslan.kemkes.go.id/unduhan/fileunduhan_1658481068_836996.pdf

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). Cegah Anemia Raih Masa Remaja yang Sehat Aktif dan Berprestasi. Diakses dari: https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/4224/cegah-anemia-raih-masa-remaja-yang-sehat-aktif-dan-berprestasi

Lindawati, R. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Kota Serang Provinsi Banten Tahun 2022. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, *1*(1), 239-255.

Murnariswari, K., Nuzrina, R., Dewanti, L. P., & Nadiyah, N. (2021). Hubungan sikap dan pengetahuan siswi terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. *Jurnal Riset Gizi*, *9*(1), 22-27.

Pinilih, R. D., Wijayanti, W., & Widyastutik, D. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Mengatasi Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, *3*(3), 01-12.

Quraini, D. F., Ningtyias, F. W., & Rohmawati, N. (2020). Perilaku kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja putri di Jember, Indonesia. *Jurnal Promkes*, *8*(2), 154-162.

Rizawati, S. K. M. (2023). *Kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah*. CV. Azka Pustaka.

Soedijanto, S. G., Kapantow, N. H., & Basuki, A. (2015). Hubungan antara asupan zat besi dan protein dengan kejadian anemia pada siswi SMP Negeri 10 Manado. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, *4*(4), 327-332.

Suaib, F., Rowa, S. S., & Adwiah, W. (2024). Hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja Putri. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, *19*(1), 71-76.

Taufiqa, Z., Ekawidyani, K. R., & Sari, T. P. (2020). *Aku sehat tanpa anemia: Buku saku anemia untuk remaja putri*. CV. Wonderland Family Publisher.

Warner, M. A., & Weyand, A. C. (2022). The global burden of anemia. In *Blood Substitutes and Oxygen Biotherapeutics* (pp. 53-59). Cham: Springer International Publishing.

Wiboworini, B., Shabrina, A., Dewi, Y. L. R., Sari, A. A. A., Handayani, S. S., Damayanti, K. E., & Tjung, V. (2024). Faktor determinan risiko kardiometabolik pada remaja usia 15-18 tahun. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, *21*(1), 1-8.

Widiastuti, A., & Rusmini, R. (2019). Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Jurnal Sains Kebidanan*, *1*(1), 12-18.

World Health Organization. (2025). Anaemia. Diakses dari: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia

Cindy Patricya Ansju*, Irny Evita Maino, Asep Rahman

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Korespondensi penulis: Cindy Patricya Ansju. *Email: cindypatricya11@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i3.2655