

## Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri



ISSN: 2830-7992

Dewi Fajar Wati<sup>1✉</sup>, Syarini Novita<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Bhakti Pertiwi Indonesia

### ABSTRACT

**Background:** Anemia in adolescent girls can be caused by several factors, one of which is menstruation. Therefore, adolescent girls require adequate nutritional intake, especially iron (Fe), to replace lost iron and support red blood cell production, thereby preventing anemia. Data from Sidomulyo Village showed that the target coverage for iron supplementation among adolescent girls in 2022 was 90%, but the actual coverage achieved was only 58.9%. This study aimed to determine the relationship between knowledge and attitudes and adherence to iron tablet (Fe) consumption among adolescent girls in Sidomulyo Village, South Lampung Regency, Lampung Province. **Methods:** This study employed an analytical research design with a cross-sectional approach. The population consisted of 673 adolescent girls, and 120 respondents were selected using purposive sampling. The study was conducted in Sidomulyo Village, South Lampung Regency, Lampung Province, from May to August 2025. Data were collected using a questionnaire and analyzed using univariate and bivariate analysis (Chi-square test). **Results:** The Chi-square test showed a significant relationship between knowledge and adherence to iron tablet consumption ( $p$ -value = 0.000; OR = 24.980). A significant relationship was also found between attitude and adherence to iron tablet consumption ( $p$ -value = 0.000; OR = 20.182). **Conclusion:** Adolescent girls with poor knowledge and negative attitudes were more than 20 times more likely to be non-adherent to iron tablet consumption. Aaltought encouraged to provide health education regarding anemia among adolescents to increase their understanding of the importance of consuming iron (Fe) tablets.

**Keywords:** Knowledge; attitud compliance; iron tablets, adolescent girls

**Submitted:** 30 Mei 2026  
**Accepted:** 29 Juni 2026  
**Published:** 30 Juni 2026

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Penyebab remaja putri mengalami anemia, dikarenakan adanya beberapa faktor seperti mengalami menstruasi. Oleh karena itu, remaja putri membutuhkan asupan zat gizi yang cukup, terutama zat besi (Fe), untuk menggantikan zat besi yang hilang dan membantu pembentukan sel darah merah sehingga terhindar dari anemia. Berdasarkan data dari Desa Sidomulyo diketahui bahwa capaian pemberian tablet TTD pada remaja putri di tahun 2022 sebesar 90% namun hanya mencapai 58,9%. Tujuan penelitian diketahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja di Desa Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri sebanyak 673 remaja dengan sampel yang digunakan sebanyak 120 responden menggunakan Teknik purposive sampling. Penelitian telah dilakukan di Desa Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung pada bulan Mei – Agustus 2025. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner, analisis data secara univariat dan bivariat (uji chi square). **Hasil:** Hasil uji chi square terdapat hubungan pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe  $p$ -value = 0,000; OR = 24.980, dan adanya hubungan sikap dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe  $p$ -value = 0,000; OR = 20.182. **Kesimpulan:** Remaja yang memiliki pengetahuan kurang dan sikap negatif lebih berisiko >20x tidak patuh mengonsumsi tablet Fe, Untuk itu, memberikan penyuluhan tentang anemia pada remaja perlu dilakukan secara berkelanjutan agar remaja menyadari pentingnya mengonsumsi tablet besi (Fe) dengan patuh.

**Kata Kunci:** Pengetahuan; sikap; kepatuhan; tablet Fe; remaja putri

✉**Corresponding author:**  
Dewi Fajar Wati;  
Program Studi Sarjana  
Kebidanan, Fakultas Ilmu  
Kesehatan dan Sains,  
Universitas Bhakti Pertiwi  
Indonesia; E-mail:  
[dewifajar1824@gmail.com](mailto:dewifajar1824@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kehilangan darah yang terjadi terus-menerus (misalnya saat menstruasi), kurangnya asupan makanan yang mengandung zat besi, penyerapan zat besi yang kurang baik oleh tubuh, serta meningkatnya kebutuhan zat besi untuk pembentukan sel darah merah. Kebutuhan zat besi yang lebih tinggi biasanya terjadi pada masa pertumbuhan, pubertas, kehamilan, dan menyusui <sup>(1)</sup>. Prevalensinya anemia pada remaja putri masih tinggi, World Health Organization (WHO) memperkirakan jumlah orang anemia di seluruh dunia adalah dua miliar <sup>(2)</sup>. Menurut laporan survei mikronutrien nasional, 18% wanita Etiopia berusia 15–49 tahun menderita anemia dan dianggap sebagai masalah kesehatan masyarakat yang ringan. Namun, perempuan di wilayah Somalia 34,8%, Gambella 26,7%, dan Afrika 26,2% memiliki prevalensi anemia yang relatif tinggi dibandingkan rata-rata nasional <sup>(3)</sup>.

Hasil riset Survei Kesehatan Indonesia mencatat prevalensi anemia di Indonesia usia 5-14 tahun sebesar 16,3% dan usia 15-24 tahun sebesar 15,5% <sup>(4)</sup>. Prevalensi anemia di Provinsi Lampung diperkirakan mencapai 25,9%, lebih tinggi dibandingkan prevalensi anemia secara nasional <sup>(5)</sup>. Selain itu, cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri mengalami penurunan, dari 90,30% pada tahun 2019 menjadi 48,21% pada tahun 2022. Hal ini menunjukkan bahwa semakin sedikit remaja putri yang mendapatkan TTD untuk mencegah anemia <sup>(6)</sup>.

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa masih banyak remaja putri yang belum mendapatkan Tablet Tambah Darah (TTD) untuk mencegah anemia. Sebanyak 54,8% remaja putri belum pernah menerima TTD. Selain itu, sebagian besar TTD diperoleh melalui sekolah, yaitu sekitar 88,9–90,3%, sehingga remaja yang tidak mendapatkannya di sekolah berisiko tidak menerima TTD. Survei tersebut juga menunjukkan bahwa 51,4% remaja putri tidak

mengonsumsi TTD karena tidak mengetahui manfaatnya. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan masih menjadi salah satu penyebab rendahnya konsumsi TTD pada remaja putri. Temuan ini menunjukkan bahwa pencegahan anemia pada remaja putri tidak hanya bergantung pada ketersediaan TTD, tetapi juga pada pemberian edukasi yang baik agar remaja memahami manfaat TTD dan terdorong untuk mengonsumsinya secara rutin <sup>(7)</sup>.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi kepatuhan seseorang dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Kepatuhan didefinisikan sebagai tingkat kesesuaian perilaku individu dengan anjuran tenaga kesehatan, termasuk mengonsumsi TTD secara teratur, tepat waktu, dan sesuai dosis yang dianjurkan. Meskipun demikian, kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD masih rendah. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya kepatuhan tersebut antara lain kurangnya motivasi, timbulnya efek samping seperti mual dan sembelit, serta bau atau rasa TTD yang kurang disukai sehingga mengurangi keinginan remaja untuk mengonsumsinya secara rutin. Berdasarkan penelitian sebelumnya <sup>(8)</sup>, sebanyak 7,9% remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik tentang anemia, dan 57,9% di antaranya tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan dalam mengonsumsi TTD.

Anemia dapat memberikan berbagai dampak negatif pada remaja. Kondisi ini dapat menurunkan kemampuan fisik sehingga remaja lebih mudah lelah dan kurang produktif dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Anemia juga dapat memengaruhi kesehatan reproduksi serta produktivitas kerja saat memasuki usia dewasa <sup>(3)</sup>. Selain itu, kekurangan zat besi dapat mengganggu perkembangan kognitif atau kemampuan berpikir dan belajar. Akibatnya, konsentrasi belajar menurun dan prestasi akademik

menjadi lebih rendah. Anak atau remaja yang mengalami kekurangan zat besi memiliki risiko 2,3–2,4 kali lebih besar memperoleh nilai matematika di bawah rata-rata dibandingkan dengan anak yang memiliki kadar zat besi normal <sup>(9)</sup>. Anemia juga dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku, dan masalah emosional, daya tahan tubuh menurun, mudah lemas, mudah merasa lapar, konsentrasi belajar terganggu serta produktivitas kerja yang rendah jika tidak ditangani dengan baik, anemia dapat menghambat tumbuh kembang remaja secara optimal serta menurunkan kualitas hidup dan kesehatan mereka di masa depan <sup>(10)</sup>. Penurunan kadar hemoglobin (Hb) dapat menyebabkan tubuh menjadi lemas, mudah lelah, jantung berdebar lebih cepat, napas terasa sesak, dan pada kondisi tertentu dapat menimbulkan nyeri dada. Kondisi ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kemampuan belajar maupun bekerja <sup>(11)</sup>. Selain itu, remaja putri membutuhkan zat besi yang cukup karena kelak akan menjadi calon ibu. Jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi sejak remaja, maka dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan saat kehamilan, seperti melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, bahkan meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan zat besi sejak masa remaja sangat penting untuk menjaga kesehatan saat ini dan di masa mendatang <sup>(12)</sup>.

Anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satunya adalah menstruasi yang menyebabkan tubuh kehilangan darah setiap bulan, sehingga membutuhkan asupan zat gizi, terutama zat besi, untuk menggantikan zat besi yang hilang dan menjaga pembentukan sel darah merah <sup>(13)</sup>. Peningkatan kebutuhan akan zat besi untuk pembentukan sel darah merah pada masa pubertas <sup>(1)</sup>. Selain itu, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan juga dapat memengaruhi terjadinya anemia. Remaja yang sering mengonsumsi makanan kurang bergizi atau tidak memenuhi kebutuhan zat besi berisiko mengalami

anemia. Aktivitas fisik yang meningkat, seperti mengikuti olahraga secara rutin, juga membuat kebutuhan energi dan zat gizi, termasuk zat besi, menjadi lebih tinggi. Jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, risiko anemia akan semakin meningkat <sup>(14)</sup>. Pengetahuan tentang gizi yang kurang, pola konsumsi, sosial ekonomi, status kesehatan, aktivitas fisik, pola menstruasi, selain itu faktor risiko anemia pada remaja seperti pendidikan orangtua, pendapatan orang tua, jumlah uang jajan, kebiasaan makan <sup>(15)</sup>.

Berdasarkan Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/0595/2016, pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) atau tablet zat besi kepada remaja putri dan wanita usia subur (WUS) dilakukan melalui Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M) di sekolah tingkat SMP, SMA, atau sederajat. Pemberian TTD dilakukan dengan menetapkan satu hari khusus agar para siswi dapat mengonsumsi tablet tersebut bersama-sama di sekolah. Dosis yang dianjurkan adalah satu tablet setiap minggu dan dikonsumsi secara rutin sepanjang tahun. Program ini bertujuan untuk mencegah dan mengurangi kejadian anemia pada remaja putri sehingga kesehatan, pertumbuhan, dan kemampuan belajar mereka dapat tetap optimal. Salah satu upaya pemerintah untuk mencegah anemia pada remaja putri dan wanita usia subur adalah dengan memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) yang dikonsumsi satu kali setiap minggu. Program ini bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh dan mengurangi risiko terjadinya anemia <sup>(16)</sup>. Meskipun berbagai upaya telah dilakukan, kasus anemia pada remaja putri masih banyak ditemukan di berbagai daerah. Hal ini menunjukkan bahwa pencegahan anemia tidak hanya bergantung pada ketersediaan TTD, tetapi juga dipengaruhi oleh perilaku remaja dalam menjaga kesehatan dan mengonsumsi TTD secara teratur. Berdasarkan teori PRECEDE yang dikemukakan oleh Lawrence Green, perilaku seseorang dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu faktor predisposisi (*predisposing*

*factors*), faktor pendukung (*enabling factors*), dan faktor penguat (*reinforcing factors*). Faktor predisposisi meliputi pengetahuan, sikap, dan keyakinan seseorang. Faktor pendukung meliputi ketersediaan sarana, fasilitas, dan akses terhadap pelayanan kesehatan. Sedangkan faktor penguat berasal dari dukungan orang tua, guru, teman sebaya, maupun tenaga kesehatan yang dapat mendorong seseorang untuk berperilaku sehat. Oleh karena itu, keberhasilan pencegahan anemia pada remaja putri memerlukan dukungan dari berbagai faktor tersebut<sup>(17)</sup>.

Berdasarkan data dari Desa Sidomulyo diketahui bahwa untuk capaian pemberian tablet TTD pada remaja putri di tahun 2022 sebesar 90% namun hanya mencapai 58,9%. Diketahui dari data PKPR yang ada di Desa, kejadian remaja putri yang mengalami anemia di tahun 2022 sebesar 28,9% dan di tahun 2023 sebesar 31,8%. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan di Desa Sidomulyo pada bulan April 2024 melalui program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) di sekolah, sebanyak 80 remaja putri menjalani pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb). Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 27 remaja putri (33,7%) mengalami anemia. Tingginya angka anemia tersebut diduga berkaitan dengan pola makan remaja putri. Sebagian besar remaja melakukan diet untuk menjaga berat badan, tetapi tidak memperhatikan kecukupan zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Selain itu, banyak remaja yang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan siap saji yang umumnya rendah kandungan zat gizi penting, seperti zat besi. Kebiasaan ini dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia jika berlangsung dalam waktu yang lama. Selain itu, banyak remaja yang tidak konsumsi tablet Fe dengan berbagai alasan, seperti lupa, bosan minum tablet Fe nya, tidak suka akan bau tablet Fe, merasa bahwa tablet Fe adalah obat, tidak memiliki keluhan. Kurangnya pengetahuan dan sikap yang kurang mendukung terhadap pentingnya tablet Fe dapat menyebabkan remaja putri tidak mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Oleh

karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di Desa Sidomulyo, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional. Yang bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Studi dilakukan dari bulan Mei - Agustus 2025 di Desa Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung.

Kriteria sampel inklusi dalam penelitian ini adalah remaja putri di Desa Sidomulyo yang berusia 12-15 tahun, sudah mengalami menstruasi dan pernah menerima tablet tambah darah baik di sekolah maupun di pelayanan kesehatan. Responden kriteria sampel eksklusif adalah jika memiliki riwayat penyakit kronis seperti thalasemia, alergi terhadap Tablet Tambah Darah (TTD) atau sedang sakit. Populasi remaja putri usia 10-19 tahun di Desa Sidomulyo sebanyak 673 remaja. Berdasarkan perhitungan rumus *Lemeshow*, jumlah sampel minimal yang dibutuhkan adalah 117 orang. Untuk mengurangi bias dan kesalahan penelitian, jumlah sampel ditambah menjadi 120 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih responden sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan dengan mengidentifikasi sampel remaja yang ada di Desa Sidomulyo.

Variabel penelitian ini merupakan faktor pengetahuan dan sikap remaja putri sebagai variabel independen dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai variabel dependen. Instrumen penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reabilitas lagi dikarenakan menyadur dari penelitian<sup>(18)</sup>. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner dengan mengadakan pendekatan dengan responden untuk memberikan penjelasan memohon

kesediaannya menjadi responden, responden yang memenuhi kriteria diberikan kuesioner untuk diisi, apabila ada pertanyaan dari responden peneliti dapat langsung menjelaskan. Setelah itu peneliti mengecek kelengkapan jawaban, bila jawaban belum lengkap maka responden diminta untuk melengkapi jawabannya. Kuesioner yang sudah dijawab dikumpulkan pada hari itu juga untuk selanjutnya dilakukan pengolahan dan analisis data.

Analisis data dalam penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta melihat distribusi frekuensi dari setiap variabel yang diteliti. Sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yang diteliti. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui kemaknaan hubungan dengan menggunakan uji statistik *chi square* dari variabel independen dengan variabel dependen.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri**

Variabel	Intervensi n (%)
<b>Pengetahuan</b>	
Kurang Baik	55 (45,8)
Baik	65 (54,2)
<b>Sikap</b>	
Negatif	57 (47,5)
Positif	63 (52,5)
<b>Total</b>	120 (100)

Sumber: data primer 2025

**Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri**

Pengetahuan	Kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe			
	Tidak Patuh		Patuh	
	n	%	n	%
<b>Kurang Baik</b>	48	87.3	7	12.7
<b>Baik</b>	14	21.5	51	78.5

Ket: p-value=<0,001; OR=24.980 (9.289-47.172)

Berdasarkan Tabel 2, dari 55 responden yang memiliki pengetahuan kurang baik, sebanyak 48 orang (87,3%) tidak patuh

mengonsumsi tablet Fe, sedangkan hanya 7 orang (12,7%) yang patuh mengonsumsinya. Sementara itu, dari 65 responden yang memiliki pengetahuan baik, sebanyak 51 orang (78,5%) patuh mengonsumsi tablet Fe dan 14 orang (21,5%) tidak patuh. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value = <0,001 (p < 0,05), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di Desa Sidomulyo, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Hasil penelitian juga menunjukkan nilai OR sebesar 24,9, yang berarti remaja dengan pengetahuan kurang baik memiliki risiko 24,9 kali lebih besar untuk tidak patuh.

**Tabel 3. Hubungan Sikap dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri**

Sikap	Kepatuhan mengonsumsi tablet Fe			
	Tidak Patuh		Patuh	
	n	%	n	%
Negatif	51	89.5	6	10.5
Positif	11	17.5	52	82.5

Ket: p-value=<0,001; OR=20.182 (13.823-46.804)

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa dari 57 responden yang memiliki sikap negatif, sebanyak 51 orang (89,5%) tidak mengonsumsi tablet Fe dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan baik. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan remaja tentang anemia dan manfaat tablet Fe, semakin tinggi pula kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet Fe. Dari 63 responden dengan sikap positif sebanyak 11 (17,5%) responden tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dan sebanyak 52 (82,5%) responden patuh mengonsumsi tablet Fe.

Hasil uji statistik diperoleh p-value = 0,000 yang berarti p< $\alpha$  = 0,05 (Ha diterima dan Ho ditolak), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan sikap dengan kepatuhan konsumsi Tablet Fe pada remaja di Desa Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan Provinsi Lampung. Nilai OR sebesar 20 menunjukkan bahwa responden yang memiliki sikap negatif berisiko 20 kali lebih

besar untuk tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dibandingkan dengan responden yang memiliki sikap positif. Hal ini menunjukkan bahwa sikap yang positif dapat meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe secara teratur.

## **PEMBAHASAN**

### **Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 120 responden, diketahui bahwa 55 responden (45,8%) memiliki pengetahuan yang kurang baik, sedangkan 65 responden (54,2%) memiliki pengetahuan yang baik. Pengetahuan merupakan informasi atau pemahaman yang diperoleh seseorang melalui proses belajar dan pengalaman. Pengetahuan dapat diperoleh melalui panca indera, terutama melalui penglihatan dan pendengaran<sup>(19)</sup>. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai  $p$ -value  $= < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja di Desa Sidomulyo, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Hasil penelitian juga menunjukkan nilai OR sebesar 24,9, yang berarti remaja dengan pengetahuan kurang baik memiliki risiko 24,9 kali lebih besar untuk tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan baik. Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tentang anemia dan manfaat tablet Fe dapat meningkatkan kesadaran remaja untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan remaja kurang memahami pentingnya tablet Fe sehingga cenderung tidak patuh dalam mengonsumsinya.

Sejalan hasil penelitian<sup>(20)</sup> menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan minum tablet Fe didapatkan  $p$  value 0,005 ;  $< 0,05$  dan  $r = 0,370$ . Menurutnya salah satu faktor yang memengaruhi perilaku seseorang adalah pengetahuan. Pengetahuan yang diperoleh remaja dari informasi

kesehatan dapat memengaruhi perilaku mereka dalam menjaga kesehatan, dengan memahami cara mencegah anemia, remaja akan lebih patuh untuk minum tablet Fe. Begitupun menurut penelitian<sup>(21)</sup> ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan meminum tablet tambah darah ditemukan  $p$ -value 0,003. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak remaja putri yang belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang tablet Fe karena belum mendapatkan informasi yang memadai, baik dari petugas kesehatan, sekolah, keluarga, maupun lingkungan sekitarnya. Akibatnya, mereka belum memahami manfaat dan pentingnya mengonsumsi tablet Fe secara teratur untuk mencegah anemia. Pengetahuan yang baik dapat membantu remaja putri mencegah anemia. Pengetahuan tersebut tidak hanya membuat remaja memahami apa itu anemia, tetapi juga membantu mereka menerapkan pola makan yang sehat untuk menjaga kadar hemoglobin tetap normal. Dengan memiliki pengetahuan gizi yang baik, remaja putri dapat memilih makanan yang kaya zat besi, seperti daging, ikan, hati, sayuran hijau, dan kacang-kacangan. Mereka juga dapat mengetahui jenis makanan atau minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi, sehingga kebutuhan zat besi dalam tubuh dapat terpenuhi dengan lebih baik. Dengan demikian, status anemia pada remaja putri dapat lebih terkontrol menuju kondisi normal.

Menurut peneliti, pengetahuan remaja tentang tablet Fe diperoleh dari informasi yang mereka terima, terutama dari sumber yang terpercaya seperti tenaga kesehatan. Jika informasi tersebut disampaikan dengan jelas dan mudah dipahami, remaja akan mengetahui manfaat mengonsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia. Pengetahuan tidak hanya berarti mengetahui keberadaan tablet Fe, tetapi juga memahami secara lebih mendalam tentang apa itu tablet Fe, manfaatnya bagi kesehatan, cara mengonsumsinya dengan benar, kemungkinan efek samping yang dapat muncul, cara penyimpanannya, serta jumlah tablet yang harus dikonsumsi sesuai anjuran.

Dengan pemahaman yang baik, remaja akan lebih sadar dan termotivasi untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur.

Penelitian ini menunjukkan bahwa nilai pengetahuan responden berkisar antara 40 sebagai nilai terendah hingga 100 sebagai nilai tertinggi. Perbedaan nilai ini menunjukkan adanya responden yang memiliki pengetahuan kurang baik dan ada yang memiliki pengetahuan baik tentang tablet Fe. Responden yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih patuh mengonsumsi tablet Fe dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan kurang baik. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku remaja untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Dengan pengetahuan yang baik, remaja akan lebih memahami manfaat tablet Fe, cara mengonsumsinya dengan benar, serta cara menyimpannya dengan baik. Pemahaman tersebut dapat meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe dan membantu mencegah anemia. Selain itu, konsumsi tablet Fe secara teratur merupakan salah satu upaya penting untuk memperbaiki status gizi dan menjaga kesehatan remaja. Oleh karena itu, pengetahuan remaja tentang tablet Fe perlu terus ditingkatkan melalui berbagai kegiatan promosi kesehatan, seperti penyuluhan, edukasi di sekolah, pembagian leaflet atau stiker, serta penggunaan media informasi dan komunikasi lainnya. Dengan semakin baik pengetahuan yang dimiliki, diharapkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe juga akan meningkat.

### **Hubungan Sikap dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 120 responden, diketahui bahwa 57 responden (47,5%) memiliki sikap negatif, sedangkan 63 responden (52,5%) memiliki sikap positif terhadap konsumsi tablet Fe. Sikap merupakan pandangan, penilaian, atau respons seseorang terhadap suatu hal yang dapat memengaruhi perilakunya<sup>(22)</sup>. Hasil uji statistik menunjukkan nilai  $p\text{-value} < 0,001$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan

yang signifikan antara sikap dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja di Desa Sidomulyo, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Hasil penelitian juga menunjukkan nilai OR sebesar 20, yang berarti remaja yang memiliki sikap negatif berisiko 20 kali lebih besar untuk tidak patuh mengonsumsi tablet Fe dibandingkan dengan remaja yang memiliki sikap positif. Temuan ini menunjukkan bahwa sikap yang positif terhadap tablet Fe dapat meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsinya. Sebaliknya, sikap yang negatif dapat menyebabkan remaja kurang termotivasi untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur, sehingga risiko anemia menjadi lebih tinggi. Oleh karena itu, perlu adanya upaya edukasi dan motivasi agar remaja memiliki sikap yang lebih positif terhadap konsumsi tablet Fe.

Sesuai dengan penelitian sebelumnya, hasil uji Kendall Tau menunjukkan nilai  $p\text{-value}$  sebesar 0,004 dengan  $\alpha = 0,05$ . Karena nilai  $p\text{-value}$  lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara sikap responden dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin positif sikap remaja putri terhadap tablet Fe, semakin tinggi pula kepatuhan mereka dalam mengonsumsinya<sup>(20)</sup>. Sikap merupakan tanggapan atau penilaian seseorang terhadap suatu hal yang dapat memengaruhi perilakunya. Sikap yang dimiliki seseorang juga sering kali dipengaruhi oleh pengetahuan dan pemahamannya terhadap objek tersebut. Oleh karena itu, remaja yang memiliki pemahaman yang baik tentang manfaat tablet Fe cenderung memiliki sikap yang lebih positif dan lebih patuh dalam mengonsumsinya. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah, yaitu sebesar 65%, sedangkan 35% responden memiliki sikap negatif<sup>(23)</sup>. Temuan ini menunjukkan bahwa sikap yang positif dapat mendukung kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe secara rutin untuk mencegah anemia.

Sejalan dengan penelitian <sup>(24)</sup> Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan kepatuhan mengonsumsi tablet besi folat, dengan nilai  $p < 0,001$  dan nilai korelasi  $(r) = 0,543$ . Hasil ini menunjukkan bahwa semakin positif sikap seseorang terhadap tablet besi folat, semakin tinggi pula kepatuhannya dalam mengonsumsinya. Penelitian lain juga mendukung temuan tersebut <sup>(25)</sup> Berdasarkan analisis menggunakan uji chi-square, diperoleh nilai  $p\text{-value} < 0,05$  yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan kepatuhan minum tablet Fe pada remaja putri di MA Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsudduha. Dengan demikian, sikap yang positif dapat menjadi salah satu faktor penting yang mendorong remaja putri untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur.

Menurut peneliti, sikap seseorang dapat bersifat positif maupun negatif. Sikap positif membuat seseorang cenderung menyukai, menerima, dan melakukan suatu tindakan yang dianggap bermanfaat. Sebaliknya, sikap negatif membuat seseorang cenderung menghindari, menolak, atau tidak menyukai suatu hal. Sikap yang positif biasanya terbentuk karena seseorang memiliki pengetahuan yang baik tentang suatu hal. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki, semakin besar kemungkinan terbentuknya sikap yang positif. Selain pengetahuan, sikap juga dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, dukungan dari orang-orang yang dianggap penting seperti petugas kesehatan, orang tua, dan guru, serta lingkungan sekitar. Selain itu, sikap dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti budaya, media massa, lembaga pendidikan, lembaga keagamaan, dan kondisi emosional seseorang. Faktor-faktor tersebut dapat membentuk cara seseorang berpikir, menilai, dan bertindak terhadap suatu objek atau perilaku, termasuk dalam kepatuhan mengonsumsi tablet Fe.

## SIMPULAN

Sebanyak setengah remaja dalam penelitian ini belum rutin minum tablet

timbang darah sesuai anjuran. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe di Desa Sidomulyo, Kabupaten Lampung Selatan. Remaja yang memiliki pengetahuan rendah dan sikap negatif cenderung lebih berisiko untuk tidak patuh. Pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku. Jika seseorang memahami manfaat tablet Fe, seperti mencegah anemia dan menjaga kesehatan tubuh, maka ia akan lebih sadar dan mau mengonsumsinya secara rutin. Selain itu, informasi kesehatan yang diterima remaja juga dapat mempengaruhi kebiasaan mereka. Oleh karena itu, remaja dengan pengetahuan yang baik biasanya lebih patuh dalam mengonsumsi tablet Fe.

## PERSETUJUAN ETIKA

Berdasarkan Surat Keterangan dari Komisi Etik Penelitian No: 230/SK/KEPK/UNR/IV/3025, penelitian ini telah melalui prosedur kaji etik dan dinyatakan layak untuk dilaksanakan. Penelitian ini sudah memenuhi standar etika penelitian, seperti menjaga kerahasiaan data responden, dan meminta persetujuan responden, serta memastikan bahwa penelitian tidak merugikan pihak yang terlibat.

## SUMBER PENDANAAN

Seluruh biaya penelitian ini ditanggung oleh peneliti sendiri.

## PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

**Dewi Fajar Wati:** Penyusunan konsep, desain, pencarian literature, pengambilan data, analisis data, analisis statistik, review manuskrip, dan korespondensi; **Syarini Novita:** Terlibat dalam penyusunan konsep penelitian, pencarian literatur, pengolahan data, penulisan manuskrip, dan revisi manuskrip.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Penelitian ini dilakukan secara independen dan tidak terdapat konflik

kepentingan yang dapat memengaruhi hasil penelitian.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas Bhakti Pertiwi Indonesia yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian ini. Penulis juga berterima kasih kepada semua responden yang telah membantu selama proses pengumpulan data.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Sab'ngatun. Hubungan pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Avicenna J Heal Res.* 2021;4(2):83-90.
2. WHO. Global anaemia reduction efforts among women of reproductive age: impact, achievement of targets and the way forward for optimizing efforts. 2020.
3. Zakiyyah N, Rahayu S, Wulandari R, Utami IT. HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI Mts . Makal Cendekia Mengabdi. 2025;3(August 2024):63-78.
4. Kementrian Kesehatan RI. Penilaian Status gizi. Jakarta; 2018.
5. Zuraida R, Lipoeto NI, Masrul M, Februhartanty J. The Effect of Anemia Free Club Interventions to Improve Knowledge and Attitude of Nutritional Iron Deficiency Anemia Prevention among Adolescent Schoolgirls in Bandar Lampung City , Indonesia. 2020;36-40.
6. Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. Profil Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2020 [Internet]. Lampung; 2020. Available from: <https://dinkes.lampungprov.go.id/download/profil-kesehatan-provinsi-lampung-2020-2>
7. Nabila P. Anemia Pada Remaja Putri: Tantangan Pencegahan Melalui Konsumsi Tablet Tambah Darah. Kemenkes BKPK. 2026;
8. Arianti, Atik, Putu N, Adhiestiani, Eggar, Made N, Mastiningsih P. Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di posyandu remaja Banjar Pujung Kaja Tegalalang. *J Ris Kebidanan Indones.* 2024;8(2):86-91.
9. Setiani DY, Kristanto B, Warsini. Penyuluhan Tentang Dampak Anemia Pada Remaja. 2023;2(1):9-14.
10. Sari, R., Septiasari Y, Fitriyana, Saputri N. Effect Of Egg Consumption On Improvement On The Effect Of Egg Consumption On Improvement Hemoglobin Levels In Adolescent Princesses. 2020;
11. Bakta IM. Anemia Hemolitik. Dalam: Bakta IM, penyunting. *Hematologi Klinik Ringkas.* Jakarta: EGC; 2019.
12. Warda Y, Fayasari A. Konsumsi pangan dan bioavailabilitas zat besi berhubungan dengan status anemia remaja putri di Jakarta Timur. 2021;4(2):135-146.
13. Mone R. Gambaran Asupan Zat Besi Dan Protein Pada Remaja Putri Pendek Dan Sangat Pendek Di Kota Kupang (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kupang. Dr Diss Poltekkes Kemenkes Kupang. 2019;165-175.
14. Dubik SD, Amegah KE, Alhassan A, Mornah LN, Fiagbe L. Compliance with Weekly Iron and Folic Acid Supplementation and Its Associated Factors among Adolescent Girls in Tamale Metropolis of Ghana. *J Nutr Metab.* 2019;
15. Budiarti A, Anik S, Putu N, Wirani G. Studi Fenomenologi penyebab anemia pada remaja di Surabaya. 2021;
16. RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2019.
17. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Prilaku. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
18. Faizah NN. Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan

- kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi Madrasah Aliyah Al Khoiriyah Kababupaten Malang. Tesis Univ Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. 2022;
19. Budiman. Kapita selektata Pengetahuan dan sikap untuk penelitian kesehatan. Jakarta: Salemba Medika; 2019.
  20. Sari DP, Hamranani SST, Suyami S. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Minum Tablet Fe pada Remaja Putri. *Pros Univ Res Colloq.* 2020;328-36.
  21. Ode W, Wahyuni, Putri; Zainuddin A, Ruwiyah. Hubungan Pengetahuan , Sikap dan Tindakan dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di SMAN 1 Kabangka Kabupaten Muna Pendahuluan. *KOLONI J Multidisiplin Ilmu.* 2023;2(3):153-61.
  22. Nuryanti C, Sugesti R, Santi A. Hubungan Pengetahuan , Sikap dan Kepatuhan Minum Tablet Fe pada Program Jufe ( Jum ' at Fe ) dengan Kadar Hb ( Hemoglobin ) Remaja Putri di Sekolah Binaan Puskesmas Gekbrong Kabupaten Cianjur Tahun 2024. *Protein J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.* 2024;2(3).
  23. 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):22-7.
  24. Tirthawati S, Rosidi A, Sulistyowati, E., Ayuningtyas A, Sulistiani RP. Perilaku Remaja Putri dan Dukungan Petugas Kesehatan terhadap Konsumsi Tablet Besi Folat SMKN 1 Bangsri Jepara: Sebuah Studi Cross Sectional. *J Gizi.* 2020;9(2).
  25. Elizar E, Prihatin NS, Nurmila N, Jasmiati J. Hubungan Peran Petugas Kesehatan Dan Sikap Remaja Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha. *Indones Trust Heal J.* 2022;5(2):72-7.