

## DETERMINAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 KOTA TANGERANG SELATAN

### *Determinants of Iron Tablet Supplement Consumption in Young Women at SMAN 1 South Tangerang City*

Denisa Raudhotul Fadilah<sup>1</sup>, Rahmah Hida Nurriszka<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

\*Penulis Korespondensi: [rh.nurriszka@uinjkt.ac.id](mailto:rh.nurriszka@uinjkt.ac.id) / 085210439803

|                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Kata Kunci:</b><br/>Tablet Tambah Darah (TTD);<br/>kekurangan zat besi;<br/>anemia;<br/>remaja putri;</p> <p><b>Keywords:</b><br/><i>Iron supplement tablets;</i><br/><i>iron deficiency;</i><br/><i>anemia;</i><br/><i>adolescent girls;</i></p> | <p><b>ABSTRAK</b></p> <p><b>Latar Belakang:</b> Tablet Tambah Darah (TTD) diberikan kepada remaja putri di sekolah setiap bulan sebanyak 10 tablet untuk dikonsumsi setiap satu kali per minggu dan satu kali setiap hari selama masa menstruasi dengan tujuan untuk mengurangi anemia pada remaja. Namun, studi awal menemukan hanya 13,3% remaja putri mengonsumsi TTD sesuai rekomendasi. <b>Tujuan:</b> Mengetahui determinan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. <b>Metode:</b> Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi <i>cross-sectional</i> dan dilakukan di SMAN 1 Kota Tangerang Selatan dengan sampel sebanyak 134 siswi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah <i>simple random sampling</i>. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. <b>Hasil:</b> Sebanyak 45,5% remaja putri mengonsumsi TTD secara rutin, sedangkan 46,3% menyimpan/mengonsumsi TTD di luar lingkungan sekolah, yaitu di rumah. Pengetahuan, sikap, motivasi dan paparan informasi berhubungan secara signifikan dengan konsumsi TTD pada remaja putri dengan nilai <i>p-value</i> berturut-turut <math>p &lt; 0,000</math>; <math>p = 0,046</math>; <math>p &lt; 0,000</math> dan <math>p = 0,010</math>. Sementara itu, dukungan teman sebaya tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan perilaku konsumsi TTD (<math>p = 0,602</math>). <b>Kesimpulan:</b> Penelitian ini menemukan bahwa pengetahuan, sikap, motivasi dan paparan informasi berkaitan dengan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri. Temuan ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan strategi edukasi untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD.</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>ABSTRACT</b></p> <p><b>Background:</b> Iron and Folic Acid Supplementation (IFAS) tablets is provided to adolescent girls monthly in the form of 10 tablets, which are recommended to be consumed once weekly and once daily during menstruation to reduce the prevalence of anemia among adolescents. However, a preliminary study found that only 13.3% of adolescent girls consumed IFAS tablets in accordance with the recommended guidelines. <b>Purpose:</b> To identify the determinants of Iron and Folic Acid Supplementation (IFAS) consumption in adolescent girls. <b>Methods:</b> This study is a quantitative study with a Cross-Sectional study design, and was conducted at SMAN 1 South Tangerang City with a sample of 134 female students. The sampling technique was simple random sampling. The data were analyzed through univariate and bivariate analyses. <b>Results:</b> The results of the study on the behavior of consuming IFAS tablets showed that 45.5% consumed them routinely, 46.3% of female adolescents stored/consumed IFAS tablet outside of school/at home. A significant relationship was obtained between knowledge (<math>p</math>-value <math>&lt;0.000</math>), attitude (<math>p</math>-value <math>&lt;0.046</math>), motivation (<math>p</math>-value <math>&lt;0.000</math>) and exposure to information sources (<math>p</math>-value <math>&lt;0.010</math>) with IFAS tablet consumption behavior. Meanwhile, there was no significant relationship between peer support (<math>p</math>-value <math>&gt; 0.602</math>) with IFAS tablet consumption behavior. <b>Conclusion:</b> This study found that knowledge, attitudes, motivation, and information exposure were associated with IFAS tablet consumption behavior among adolescent girls. These findings may serve as a basis for developing educational strategies to improve adherence to IFAS tablet consumption.</p> <p style="text-align: right;">©2026 by author.<br/>Published by Faculty of Public Health, Hasanuddin University.<br/>This is an open access article under CC-BY-SA license<br/>(<a href="https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/">https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/</a>)</p> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode kehidupan yang sangat penting dalam siklus perkembangan individu, yang mencakup perkembangan fisik, kemampuan berpikir, moral, dan kreativitas. Penelitian yang dilakukan Aliyah & Krianto (2023) pada tahap ini, remaja memiliki kebutuhan gizi yang lebih tinggi, dikarenakan pematangan seksual memengaruhi kebutuhan gizi terutama pada remaja putri.<sup>1</sup> Zat penting bagi tubuh, khususnya untuk tumbuh kembang pada masa pubertas. Pada masa remaja, zat besi berperan penting dalam proses hematopoiesis, terutama dalam pembentukan hemoglobin (Hb). Pada kondisi fisiologis normal, tubuh memerlukan sekitar 20-25mg zat besi setiap hari untuk mendukung produksi sel darah merah.<sup>2</sup> Kebutuhan zat besi pada remaja putri usia 13-29 tahun meningkat hingga 26mg per hari, lebih tinggi dibandingkan kebutuhan zat besi pada remaja laki-laki pada kelompok yang sama.<sup>3</sup>

Kekurangan zat besi dapat menyebabkan anemia, yaitu kondisi ketika kadar Hb dalam darah berada di bawah batas normal. Rendahnya asupan zat besi dapat disebabkan oleh konsumsi makanan yang tidak mengandung zat besi dalam jumlah yang memadai.<sup>4</sup> Anemia pada remaja dapat menyebabkan penurunan kebugaran, daya tahan tubuh, daya ingat dan konsentrasi. Kondisi ini berdampak pada menurunnya kemampuan belajar dan prestasi akademik. Selain itu, anemia juga dapat meningkatkan kerentanan terhadap infeksi akibat menurunnya system kekebalan tubuh.<sup>5</sup> Jenis anemia yang paling sering ditemukan adalah anemia defisiensi besi, dengan sekitar 89% kasus terjadi di negara berkembang. Indonesia termasuk salah satu negara dengan tingkat kekurangan zat besi yang cukup tinggi, yaitu sekitar 50%.<sup>6</sup> Penelitian Setiyawaty & Kusumawati (2023) menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Tangerang Selatan mencapai 32,20%, lebih tinggi dibandingkan target nasional sebesar 30%.<sup>7</sup>

Kejadian anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh rendahnya tingkat pengetahuan, sikap, dan keterampilan terkait kesehatan yang disebabkan oleh kurang optimalnya penyampaian informasi. Selain itu, kurangnya perhatian dan dukungan dari orang tua, masyarakat, serta pemerintah terhadap kesehatan remaja turut berkontribusi terhadap masalah tersebut. Kondisi ini juga diperparah oleh belum optimalnya pelayanan kesehatan yang ditujukan bagi remaja putri. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2003 menunjukkan bahwa akses pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri masih banyak dilakukan melalui sekolah, dengan proporsi mencapai sekitar 88,9-90,3%. Namun, masih terdapat 54,8% remaja putri yang belum pernah mendapatkan TTD, serta 51,4% remaja putri tidak mengonsumsi TTD karena kurang tahu manfaatnya.<sup>8</sup>

Lebih dari 75% remaja putri sudah mendapatkan TTD, dan sebagian besar memperoleh TTD dari sekolah (80,9%). Namun, hanya 1,4% yang mengonsumsi TTD sesuai jumlah yang dianjurkan.<sup>9</sup> Temuan ini menunjukkan bahwa tingginya cakupan distribusi TTD belum tentu diikuti oleh kepatuhan konsumsi. Meskipun target cakupan konsumsi TTD pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2023 ditetapkan sebesar 75% dan capaian di Provinsi Banten mencapai 83,98%,<sup>10</sup> masih terdapat remaja putri yang tidak mengonsumsi TTD karena berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan mengenai manfaat TTD, lupa mengonsumsinya, tidak menyukai rasa dan aroma tablet, serta kekhawatiran terhadap efek samping yang timbul. Selain itu, sebagian remaja putri juga beranggapan bahwa konsumsi TTD secara rutin bukan merupakan suatu kebutuhan.<sup>11</sup>

Hasil studi pendahuluan di SMAN 1 Kota Tangerang Selatan menunjukkan hanya 4 dari 30 remaja putri (13,3%) yang mengonsumsi TTD. Kondisi tersebut mengindikasikan perlunya evaluasi terhadap perilaku konsumsi TTD pada remaja putri sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia akibat kurangnya asupan zat besi. Berdasarkan informasi melalui wawancara dengan petugas penanggung jawab program pemberian TTD di Puskesmas serta hasil telaah dokumen di sekolah, data mengenai pola konsumsi TTD pada remaja putri belum tersedia secara memadai. Keterbatasan informasi tersebut disebabkan oleh belum diterapkannya pencatatan konsumsi TTD secara sistematis, baik melalui kartu suplementasi gizi maupun Buku Rapor Kesehatanku.

## METODE

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan studi *cross-sectional*. Rancangan tersebut dipilih untuk menganalisis hubungan antara variabel penelitian yang diukur pada waktu yang sama. Populasi penelitian mencakup seluruh remaja putri kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Kota Tangerang Selatan berjumlah 829 remaja putri. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus uji beda proporsi dan diperoleh kebutuhan minimal sebanyak 134 responden. Pemilihan responden dilakukan melalui teknik *simple random sampling*.

Penilaian ini menempatkan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai variabel dependen. Seentara itu, variabel independen yang diteliti meliputi tingkat pengetahuan, sikap, motivasi, dukungan teman sebaya dan paparan sumber informasi. Data dikumpulkan dengan kuesioner yang telah disusun sesuai dengan indikator masing-masing variabel. Data yang telah dikumpulkan, selanjutnya melalui tahapan pemeriksaan kelengkapan data (*editing*), pemberian kode (*coding*), pemasukan data (*entry*), penyusunan data (*tabulating*), dan pembersihan data (*cleaning*). Analisis dilakukan dengan perangkat lunak yang mencakup analisis *univariat* dan *bivariat*. Hubungan antar variabel diuji dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil analisis kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi serta uraian naratif untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai temuan penelitian.

Perilaku konsumsi TTD merupakan kegiatan mengonsumsi TTD dalam 1 bulan terakhir yang diberikan oleh petugas puskesmas di sekolah. Sikap remaja putri merupakan pemahaman siswi mengenai TTD yang meliputi pengertian, manfaat, cara mengonsumsi, dan dampak apabila tidak mengonsumsi TTD. Motivasi remaja putri adalah tanggapan remaja putri menerima dan merespons terhadap pencegahan anemia dengan mengonsumsi TTD. Dukungan teman sebaya adalah upaya teman sebaya dalam memberikan dukungan berupa segala bentuk informasi verbal ataupun non verbal yang bersifat saran, bantuan yang nyata maupun tingkah laku, seperti dukungan motivasi, perhatian dan informasi kepada responden dalam mengonsumsi TTD. Paparan sumber informasi adalah responden pernah mendengar atau mendapatkan informasi terkait TTD melalui media informasi untuk komunikasi massa seperti media sosial, media cetak, orang tua, tenaga kesehatan, teman sebaya, dan tenaga pendidikan.

## HASIL

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas remaja putri berada di kelas 10 (56,7%) dan berusia 16 tahun (50%). Dari 134 remaja putri hanya 61 remaja putri (45,5%) yang mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin, 16 orang remaja putri (11,9%) yang mengonsumsi TTD segera setelah diberikan, serta lebih banyak remaja putri yang menyimpan dan mengonsumsi TTD di rumah dan di luar sekolah (46,3%).

Pada variabel pengetahuan diketahui remaja putri (34,3%) memiliki tingkat pengetahuan baik, sebanyak 47 remaja putri (35,1%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan sebanyak 41 remaja putri

(30,6%) memiliki tingkat pengetahuan kurang baik. Lebih dari separuh responden menunjukkan sikap positif (55,2%). Pada variabel motivasi, proporsi terbesar berada pada kategori baik (40,3%). Sementara itu, sebagian besar responden memiliki dukungan teman sebaya yang kurang (31,3%). Mayoritas remaja putri juga sudah terpapar informasi mengenai TTD (86,6%) (Tabel 1).

Hasil uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ( $p < 0,001$ ), sikap ( $p = 0,046$ ), motivasi ( $p < 0,001$ ) dan paparan sumber informasi ( $p = 0,010$ ) dengan konsumsi TTD. Sedangkan variabel dukungan teman sebaya tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan perilaku konsumsi TTD ( $p = 0,602$ ) (Tabel 2).

**Tabel 1**  
Data Distribusi Karakteristik Responden

| Karakteristik Responden                             | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-----------------------------------------------------|---------------|----------------|
| <b>Kelas</b>                                        |               |                |
| Kelas 10                                            | 76            | 56,7           |
| Kelas 11                                            | 58            | 43,3           |
| <b>Usia</b>                                         |               |                |
| 15 tahun                                            | 20            | 14,9           |
| 16 tahun                                            | 67            | 50,0           |
| 17 tahun                                            | 47            | 35,1           |
| <b>Perilaku konsumsi TTD</b>                        |               |                |
| Rutin                                               | 61            | 45,5           |
| Tidak Rutin                                         | 24            | 17,9           |
| Tidak Pernah                                        | 49            | 36,6           |
| <b>Waktu konsumsi TTD</b>                           |               |                |
| Segera Setelah Diberikan                            | 16            | 11,9           |
| Menyimpannya dan Mengonsumsi di Sekolah             | 7             | 5,2            |
| Menyimpannya dan Mengonsumsi dirumah/diluar sekolah | 62            | 46,3           |
| <b>Pengetahuan Tentang TTD</b>                      |               |                |
| Baik                                                | 46            | 34,3           |
| Cukup                                               | 47            | 35,1           |
| Kurang                                              | 41            | 30,6           |
| <b>Sikap Terhadap Konsumsi TTD</b>                  |               |                |
| Positif                                             | 74            | 55,2           |
| Negatif                                             | 60            | 44,8           |
| <b>Motivasi Terhadap Konsumsi TTD</b>               |               |                |
| Baik                                                | 54            | 40,3           |
| Cukup                                               | 42            | 31,3           |
| Kurang                                              | 38            | 28,4           |
| <b>Dukungan Teman Sebaya</b>                        |               |                |
| Baik                                                | 42            | 31,3           |
| Cukup                                               | 41            | 30,6           |
| Kurang                                              | 51            | 38,1           |
| <b>Paparan Sumber Informasi</b>                     |               |                |
| Terpapar                                            | 116           | 86,6           |
| Tidak Terpapar                                      | 18            | 13,4           |
| <b>Total</b>                                        | <b>134</b>    | <b>100,0</b>   |

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 2

Analisis Hubungan antara Faktor-Faktor Independen dengan Perilaku Konsumsi TTD Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kota Tangerang Selatan

| Variabel                              | Perilaku Konsumsi TTD |      |             |      |       |      | Total | %    | P-value |
|---------------------------------------|-----------------------|------|-------------|------|-------|------|-------|------|---------|
|                                       | Tidak Pernah          |      | Tidak Rutin |      | Rutin |      |       |      |         |
|                                       | n                     | %    | n           | %    | n     | %    |       |      |         |
| <b>Pengetahuan Tentang TTD</b>        |                       |      |             |      |       |      |       |      |         |
| Baik                                  | 7                     | 14,3 | 9           | 37,5 | 30    | 49,2 | 46    | 34,3 | 0,000   |
| Cukup                                 | 8                     | 16,3 | 11          | 45,8 | 28    | 45,9 | 47    | 35,1 |         |
| Kurang                                | 34                    | 69,4 | 4           | 16,7 | 3     | 4,9  | 41    | 30,6 |         |
| <b>Sikap Terhadap Konsumsi TTD</b>    |                       |      |             |      |       |      |       |      |         |
| Positif                               | 20                    | 40,8 | 17          | 70,8 | 34    | 55,7 | 71    | 53   | 0,046   |
| Negatif                               | 29                    | 59,2 | 7           | 29,2 | 27    | 44,3 | 63    | 47   |         |
| <b>Motivasi Terhadap Konsumsi TTD</b> |                       |      |             |      |       |      |       |      |         |
| Baik                                  | 8                     | 16,3 | 10          | 41,7 | 37    | 60,7 | 54    | 40,3 | 0,000   |
| Cukup                                 | 12                    | 24,5 | 12          | 50   | 17    | 27,9 | 42    | 31,3 |         |
| Kurang                                | 29                    | 59,2 | 2           | 8,3  | 7     | 11,5 | 38    | 28,4 |         |
| <b>Dukungan Teman Sebaya</b>          |                       |      |             |      |       |      |       |      |         |
| Baik                                  | 16                    | 32,7 | 6           | 25   | 20    | 32,8 | 42    | 31,3 | 0,602   |
| Cukup                                 | 16                    | 32,7 | 10          | 41,7 | 15    | 24,6 | 41    | 30,6 |         |
| Kurang                                | 17                    | 34,7 | 8           | 33,3 | 26    | 42,6 | 51    | 38,1 |         |
| <b>Paparan Sumber Informasi</b>       |                       |      |             |      |       |      |       |      |         |
| Terpapar                              | 41                    | 83,7 | 17          | 70,8 | 58    | 95,1 | 116   | 86,6 | 0,010   |
| Tidak Terpapar                        | 8                     | 16,3 | 7           | 29,2 | 3     | 4,9  | 18    | 13,4 |         |

Sumber: Data Primer, 2024

## PEMBAHASAN

Pelaksanaan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri disekolah membutuhkan sosialisasi baik dari tenaga kesehatan, guru sekolah dan siswi hingga menjangkau ke anggota *peers grup*. Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2016, Sosialisasi pemberian TTD ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya konsumsi TTD dan manfaatnya bagi kesehatan.<sup>12</sup> Pengetahuan yang baik, dapat diperoleh melalui berbagai media yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku mengonsumsi TTD dan dapat membantu mencegah anemia pada remaja putri

Pengetahuan yang baik terkait TTD membentuk perilaku positif dalam konsumsi TTD pada remaja putri. Pemahaman yang baik terkait manfaat zat besi dan TTD dapat mendorong remaja untuk menerapkan pola konsumsi yang lebih sehat sehingga mendukung pemenuhan kebutuhan gizi. Edukasi mengenai manfaat TTD sangat penting untuk menambah pengetahuan remaja.<sup>13</sup> Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan pemahaman serta mendorong perubahan perilaku dalam mengonsumsi TTD. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang menemukan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi TTD ( $p=0.000$ ). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik lebih cenderung memiliki perilaku konsumsi TTD yang lebih baik daripada remaja yang memiliki pengetahuan rendah.

Sikap merupakan kecenderungan individu dalam memberikan respons terhadap suatu objek, baik dalam bentuk penerimaan maupun penolakan. Sikap positif ditunjukkan melalui kecenderungan

untuk menyukai, menerima, dan mendukung suatu objek.<sup>14</sup> Dalam konteks konsumsi TTD, sikap remaja putri dibentuk dari pengetahuan dan sikap yang dimiliki mengenai manfaat, cara konsumsi, serta pentingnya TTD dalam mencegah anemia. Pengetahuan tersebut akan membentuk persepsi dan penilaian individu dan selanjutnya mempengaruhi sikap serta perilaku konsumsi TTD.

Remaja putri dengan sikap positif lebih cenderung patuh dalam mengonsumsi TTD, sehingga sikap positif memiliki pengaruh positif bagi perilaku kesehatan.<sup>15</sup> Selain itu, menurut penelitian Apriningsih *et al.* (2020) motivasi internal, *efikasi* diri yang baik, dan sikap positif juga berkaitan erat dengan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri.<sup>16</sup> Sebaliknya, menurut penelitian Budiarti *et al.* (2020) remaja putri yang memiliki perasaan sehat dapat menghambat konsumsi TTD pada remaja putri.<sup>17</sup> Sikap negatif remaja putri diperkuat oleh adanya efek samping TTD dan sugesti bahwa merasa tidak cocok dengan TTD.<sup>18</sup>

Sikap negatif terhadap TTD dapat timbul akibat remaja kurang memahami manfaat TTD serta adanya persepsi yang kurang baik terkait TTD. Sikap negatif tersebut dapat diubah dengan memberikan informasi yang tepat terkait TTD dan manfaatnya. Informasi yang memadai dapat mempengaruhi keyakinan serta kecenderungan perilaku individu. Sikap yang semula negatif dapat berubah secara bertahap menjadi netral dan berkembang menjadi sikap positif. Hal ini karena sikap pada dasarnya merupakan respons emosional terhadap stimulus, yang dalam kehidupan sehari-hari sering kali berupa stimulus sosial.<sup>19</sup>

Motivasi merupakan faktor pendorong yang terbentuk dari berbagai aspek, seperti pengetahuan, keyakinan, ketersediaan saran, serta kebutuhan yang dirasakan individu. Dalam konteks TTD, motivasi yang baik dapat mendorong remaja putri mengonsumsi TTD secara teratur sebagai upaya menjaga kesehatan dan mencegah kekurangan zat besi. Dua hal yang berhubungan dengan motivasi, pertama faktor internal, meliputi dorongan yang berasal dari dalam diri individu, seperti kebutuhan, harapan serta keinginan untuk mencapai kesehatan yang lebih baik. Kedua, faktor eksternal yang berasal dari lingkungan sekitar yang memberikan dukungan dan pengaruh terhadap perilaku individu.<sup>20</sup> Dukungan sosial dari lingkungan sekolah, khususnya guru, berperan dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Dukungan tersebut dapat berupa pemberian informasi, pengawasan/pengingat, dan motivasi sehingga mendorong remaja untuk mengonsumsi TTD secara rutin.<sup>21</sup>

Dukungan merupakan bentuk bantuan yang dapat diberikan melalui informasi, saran, perhatian, maupun tindakan nyata yang berasal dari individu atau kelompok yang memiliki kedekatan sosial dengan seseorang.<sup>22</sup> Dukungan tersebut dapat memberikan manfaat emosional dan psikologis yang berpengaruh terhadap pembentukan perilaku individu. Dalam kehidupan remaja, teman sebaya merupakan salah satu sumber dukungan eksternal yang berperan dalam memengaruhi sikap dan tindakan. Namun, pada pelaksanaan pendistribusian TTD dilakukan sebanyak 10 butir dalam 1 bulan. Sehingga, remaja putri mengonsumsi TTD di luar lingkungan sekolah (di rumah). Hal tersebut menyebabkan tidak adanya interaksi dengan teman sebaya dalam perilaku konsumsi TTD. Selain itu,

remaja putri pada masa ini mampu mempertimbangkan masa depan, tujuan, dan membuat rencana sendiri. Sehingga, mereka mampu memutuskan perilaku yang bermanfaat bagi diri mereka sendiri.

Salah satu yang mempengaruhi perilaku konsumsi TTD yaitu adanya sumber informasi adalah media yang penting dalam menyampaikan informasi yang dapat mempengaruhi sikap dan keyakinan seseorang terhadap suatu tindakan. Menurut Anjani & Lusitania (2019), sumber informasi ini bisa diperoleh dari berbagai pihak seperti orang tua, guru, teman sebaya, tenaga kesehatan, buku, dan internet yang memudahkan akses di era modern ini.<sup>23</sup> Green menyatakan bahwa akses informasi menjadi salah satu faktor yang memungkinkan seseorang untuk berperilaku positif terhadap perilaku konsumsi TTD. Berdasarkan penelitian Rahayuningtyas *et al.* (2021), adanya informasi yang didapatkan oleh remaja putri menjadi pendorong terhadap konsumsi TTD.<sup>24</sup>

Sumber informasi memainkan peran penting dalam membentuk sikap dan keyakinan remaja putri terhadap konsumsi TTD. Sebagian besar remaja putri telah mencari informasi secara mandiri melalui berbagai media, salah satunya media sosial. Meskipun demikian, masih terdapat beberapa informasi penting yang belum didapatkan oleh remaja putri, seperti efek samping TTD dan makanan atau minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi. Rendahnya tingkat pengetahuan mengenai TTD dapat menjadi salah satu hambatan dalam membentuk perilaku konsumsi TTD yang baik pada remaja putri.

Akses terhadap informasi kesehatan serta penyampaian edukasi yang lebih komprehensif dan berkelanjutan diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD, terutama oleh tenaga kesehatan. Informasi mengenai TTD akan lebih mudah diterima apabila disampaikan oleh tenaga kesehatan karena remaja cenderung memandang tenaga kesehatan sebagai sumber informasi yang memiliki kompetensi dan kredibilitas di bidang kesehatan.<sup>25</sup> Selain itu, penggunaan teknologi dalam menyebar luaskan informasi kesehatan terutama terkait konsumsi TTD dapat membantu remaja dalam mengakses informasi yang mudah, dekat, dan akurat. Kondisi tersebut memungkinkan remaja untuk lebih aktif dan mandiri dalam mencari pengetahuan yang dibutuhkan guna mendukung perilaku kesehatan yang lebih baik.<sup>26</sup>

## **KESIMPULAN & SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui pengetahuan ( $p=0,000$ ), sikap ( $p=0,046$ ), motivasi ( $p=0,000$ ), dan paparan informasi ( $p=0,010$ ) adalah faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Temuan ini menunjukkan bahwa faktor individu maupun faktor informasi berperan dalam membentuk kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi TTD. Sehingga diperlukan upaya peningkatan kesadaran dan keaktifan remaja putri dalam mengonsumsi TTD secara rutin melalui penguatan edukasi, optimalisasi penyebaran informasi, serta pemberian dukungan dari lingkungan sekitar sebagai bagian dari strategi pencegahan anemia.

## REFERENSI

1. Aliyah N, Krianto T. Pengetahuan dalam Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kecamatan Cimanggis Kota Depok Tahun 2023. *Journal of Nursing and Public Health*. 2023;11(2):426–435. <https://doi.org/10.37676/jnph.v11i2.5173>
2. Muchtar F, Effendy DS. Penilaian Asupan Zat Besi Remaja Putri di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2023;1(1):171–179. <https://gembirapkm.my.id/index.php/jurnal/article/view/29>
3. Kemenkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. <https://peraturan.bpk.go.id/Details/138621/permenkes-no-28-tahun-2019>
4. Nabilla FS, Muniroh L, Rifqi MA. Hubungan Pola Konsumsi Sumber Zat Besi, Inhibitor dan Enhancer Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Santriwati Pondok Pesantren Al-Mizan Muhammadiyah Lamongan. *Media Gizi Indonesia*. 2022;17(1):56–61. <https://doi.org/10.20473/mgi.v17i1.56-61>
5. Aprilianti A, Annisa N, Lion F. Asupan Zat Besi dan Prevalensi Anemia pada Remaja Usia 16–18 Tahun. *Window of Health*. 2021;4(1):48-55. <https://doi.org/10.33096/woh.vi.248>
6. Kristin N, Jutomo L, Boeky DL. Hubungan Asupan Zat Gizi Besi dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Sehat Rakyat Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2022;1(3):189–195. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i3.1077>
7. Setiyawaty AR, Kusumawati D. Anemia in Young Women in the City of South Tangerang in 2023. *Proceeding The Third Muhammadiyah Internasional-Public Health and Medicine Conference*. 2023;3(1):225-229. <https://doi.org/10.61811/miphmp.v3i1.396>
8. Kemenkes RI. Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi Remaja Putri pada Masa Pandemi COVID-19 bagi Tenaga Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021.
9. Budiarni W, Subagio HW. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Motivasi dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Folat pada Ibu Hamil. *Journal of Nutrition College*. 2012;1(1):99–106. <https://doi.org/10.14710/jnc.v1i1.364>
10. Kemenkes RI. Profil Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan Tahun 2019. Tangerang Selatan: Humas Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan. 2019. <https://dinkes.tangerangselatankota.go.id/>
11. Kemenkes RI. Anemia pada Remaja Putri: Tantangan Pencegahan melalui Konsumsi Tablet Tambah Darah. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2024.
12. Kemenkes RI. Surat Edaran Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016.
13. Azizah SK, Fatah MZ. Literature Review: Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Tablet Tambah Darah (TTD) dalam Pencegahan Anemia. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. 2023;6(12):10336–10340. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i12.3371>
14. Wawan A, Dewi M. Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika. 2010. [https://www.katalog.umkla.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=617](https://www.katalog.umkla.ac.id/index.php?p=show_detail&id=617)
15. Nurjanah A, Azinar M. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*. 2023;7(2):244–254. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i2.64227>
16. Apriningsih, Madanijah S, Dwiriani CM, Kolopaking R. Determinant of Highschool Girl Adolescent' Adherence to Consume Iron Folic Acid Supplementation in Kota Depok. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*. 2020;66:S369-S375. <https://doi.org/10.3177/jnsv.66.S369>
17. Budiarti A, Rustini SA, Wirani NP. Studi Fenomenologi Penyebab Anemia pada Remaja di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*. 2020;6(2):137–141. <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
18. Andani Y, Esmianti F, Haryani S, Yusniarita. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMP Negeri i Kepahiang. *Jurnal Kebidanan Besurek*. 2020;5(2):55–62. <https://ojs.stikessaptabakti.ac.id/jkb/article/view/174>
19. Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.

20. Ristanti YE, Fatimah J, KD M. Hubungan Peran Serta Kader, Peran Bidan dan Motivasi dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe untuk Persiapan Reproduksi Remaja Putri di Desa Ciherang Tahun 2022. *SENTRI Jurnal Riset Ilmiah*. 2023;2(5):1649–1662. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i5.858>
21. Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2018;12(3):153-160. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.153-160>
22. Lubis. Pelaksanaan Standar Nasional dalam Dunia Pendidikan. Yogyakarta: Rineka Cipta. 2013.
23. Anjani AD, Puspita SD. Sapa Orang Tua dengan Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 2019;5(4):389–395. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i4.2018>
24. Rahayuningtyas D, Indraswari R, Musthofa SB. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2021;9(3):310–318. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i3.29231>
25. Elizawarda E, Desfauza E. Pengetahuan dan Sumber Informasi Tentang Tablet Tambah Darah Berhubungan dengan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Saat Menstruasi di Lingkungan 3. *Jurnal Sosial dan Teknologi*. 2023;3(9):736–742. <https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v3i9.934>
26. Arifarahmi A. Pengetahuan tentang Anemia dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*. 2021;10(2):463-468. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.417>