

Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMK N 1 Negrikaton Kabupaten Pesawaran

Nadya Dwita Fatma Sari^{1*}, Fatmah Indriana Fuaida², Elsy Juni Andri Kariny³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 21 April 2026

Direvisi: 29 April 2026

Diterima: 30 April 2026

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

nadyadwita12@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia masih menjadi masalah kesehatan pada remaja putri yang disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dan kehilangan darah saat menstruasi. Salah satu cara pencegahan adalah konsumsi tablet tambah darah (TTD), namun kepatuhan remaja masih rendah. Pengetahuan merupakan faktor penting yang mempengaruhi perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan konsumsi TTD. **Tujuan:** Menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMK N 1 Negrikaton Kabupaten Pesawaran. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel yaitu 84 responden (total sampling). Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. **Hasil:** Sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang (59,5%) dan kepatuhan rendah (67,9%). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi TTD ($p = 0,002$). **Simpulan:** Pengetahuan berhubungan secara signifikan dengan kepatuhan konsumsi TTD, namun hubungan tersebut tidak sepenuhnya linear. Oleh karena itu, peningkatan kepatuhan memerlukan pendekatan komprehensif melalui edukasi, motivasi, dan dukungan sosial.

Kata kunci: anemia, pengetahuan, kepatuhan, tablet tambah darah, remaja

ABSTRACT

Introduction: Anemia remains a common health problem among adolescents, especially girls, due to inadequate iron intake and menstrual blood loss. Iron supplementation is a key preventive strategy; however, adherence remains low. Knowledge is an important factor influencing health behavior, including adherence. **Objective:** To analyze the relationship between knowledge about anemia and adherence to iron supplementation among adolescent girls at SMK N 1 Negrikaton, Pesawaran Regency. **Methods:** This study used a quantitative analytical survey with a cross-sectional design. A total of 84 respondents were selected using total sampling. Data were collected through validated questionnaires and analyzed using chi-square test with a significance level of $p < 0.05$. **Results:** Most respondents had low knowledge (59.5%) and low adherence (67.9%). Bivariate analysis showed a significant relationship between knowledge and adherence ($p = 0.002$). **Conclusion:** Knowledge is significantly associated with adherence to iron supplementation. However, the relationship is not fully linear, as some adolescents with good knowledge still showed low adherence. Therefore, improving adherence requires not only increasing knowledge but also strengthening motivation and social support.

Keywords: anemia, knowledge, adherence, iron supplementation, adolescents

PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh

perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang cukup signifikan. Pada tahap ini, kebutuhan zat gizi meningkat, terutama zat besi yang berperan

penting dalam pembentukan hemoglobin serta proses metabolisme tubuh. Kekurangan zat besi pada masa remaja dapat memicu anemia yang berdampak pada kesehatan dan perkembangan individu. Anemia didefinisikan sebagai keadaan kadar hemoglobin yang rendah sehingga mengakibatkan berkurangnya suplai oksigen ke jaringan tubuh, yang dapat menimbulkan gejala seperti kelelahan, pusing, dan penurunan konsentrasi (WHO, 2021; Kemenkes RI, 2018).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 30% perempuan usia 15–49 tahun di dunia mengalami anemia, yang menunjukkan bahwa kondisi ini masih menjadi masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian serius. Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja masih tergolong tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, angka kejadian anemia pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai sekitar 15,5%, sedangkan pada remaja secara umum sekitar 22,6% (WHO, 2023; Kemenkes RI, 2020). Meskipun terdapat penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, angka tersebut masih belum memenuhi target nasional dan menunjukkan bahwa anemia pada remaja tetap menjadi masalah kesehatan yang perlu ditangani secara optimal. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti rendahnya asupan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, serta kurangnya pengetahuan remaja mengenai anemia dan upaya pencegahannya.

Remaja putri merupakan kelompok yang lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki, terutama karena kehilangan darah secara rutin saat menstruasi. Selain itu, peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan juga menjadi faktor yang memperbesar risiko terjadinya anemia pada kelompok ini. Dampak anemia pada remaja tidak hanya terbatas pada gangguan kesehatan saat ini, tetapi juga dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan. Anemia dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, gangguan konsentrasi belajar, serta berpotensi menimbulkan komplikasi di kemudian hari, seperti risiko bayi dengan berat badan lahir rendah dan stunting. Sebagai upaya pencegahan anemia, pemerintah telah melaksanakan program pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri. Tablet tambah darah mengandung zat besi yang berfungsi untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah serta mencegah terjadinya anemia. Namun demikian, tingkat kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD masih

menjadi tantangan dalam pelaksanaannya. (Muhida & Adista, 2024)

Salah satu faktor yang berperan dalam menentukan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah adalah tingkat pengetahuan. Pengetahuan memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku kesehatan individu. Remaja dengan pemahaman yang baik mengenai anemia serta manfaat konsumsi tablet tambah darah cenderung menunjukkan tingkat kepatuhan yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan terbatas (Green, 1980). Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang anemia masih relatif rendah, yang berdampak pada rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi yang efektif dalam upaya pencegahan anemia pada remaja (Sri Wulandari Rahman et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain observasional analitik dan metode cross-sectional. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel independen, yaitu pengetahuan tentang anemia, dengan variabel dependen berupa kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Populasi penelitian mencakup seluruh remaja yang menjadi subjek penelitian, dengan jumlah sampel sebanyak 84 responden yang diambil menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang anemia serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Penilaian pengetahuan dikategorikan menjadi dua, yaitu pengetahuan baik dan kurang, berdasarkan skor jawaban responden. Pengetahuan dikategorikan baik apabila skor $\geq 50\%$ dari total skor, dan kurang apabila $< 50\%$. Analisis kepatuhan menggunakan metode MMAS-8 (*Morisky Medication Adherence Scale 8 Item*) dikategorikan menjadi 3 (tiga) yaitu kepatuhan rendah (jumlah skor < 6), kepatuhan sedang (jumlah skor 6-7), kepatuhan tinggi (jumlah skor > 7 -8). Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi-square untuk menguji hubungan antarvariabel,

dengan tingkat signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$.

HASIL

Analisis Univariat

Tingkat Pengetahuan tentang Anemia

Tabel 1
Pengetahuan remaja tentang anemia

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	34	40,5
Kurang	50	59,5
Total	84	100

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 84 responden, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 50 responden (59,5%), sedangkan responden dengan pengetahuan baik sebanyak 34 responden (40,5%). Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja masih memiliki pemahaman yang rendah terkait anemia, baik dari segi pengertian, penyebab, gejala, maupun pencegahannya.

Tabel 3

Hubungan Pengetahuan tentang Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi TTD

Pengetahuan	Rendah		Sedang		Total		P Value
	N	%	N	%	N	%	
Baik	16	47	18	53	34	100	0,002
Kurang	41	82	9	18	50	100	
Jumlah	57	67,9	27	32,1	84	100	

Berdasarkan Tabel 3, responden dengan pengetahuan kurang sebagian besar memiliki kepatuhan rendah, yaitu sebanyak 41 responden (82%). Sedangkan responden dengan pengetahuan yang baik menunjukkan variasi tingkat kepatuhan. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,002 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Anemia

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian menunjukkan masih banyak responden dengan tingkat pengetahuan yang kurang tentang anemia, yaitu sebanyak 50 responden (59,5%), sedangkan 34 responden (40,5%) memiliki pengetahuan baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa permasalahan anemia pada remaja tidak hanya berkaitan dengan aspek biologis, tetapi juga berhubungan dengan kapasitas kognitif dalam memahami risiko, gejala, pencegahan, serta konsekuensi jangka panjang

Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Tabel 2
Kepatuhan Konsumsi TTD

Tingkat Kepatuhan	Frekuensi	%
Tinggi	0	0
Sedang	27	32,1
Rendah	57	67,9
Total	84	100

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan rendah dalam mengonsumsi tablet tambah darah, yaitu sebanyak 57 responden (67,9%), kepatuhan sedang sebanyak 27 responden (32,1%), dan tidak terdapat responden dengan kepatuhan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran remaja dalam mengonsumsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia masih rendah.

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi TTD

anemia. Hal ini relevan mengingat WHO mengategorikan remaja putri yang telah mengalami menstruasi sebagai kelompok yang rentan terhadap anemia, sehingga literasi kesehatan menjadi komponen penting dalam upaya pencegahan (WHO, 2021).

Hasil ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan di Jakarta Selatan Tahun 2024, bahwa melaporkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang anemia. Namun, setelah dilakukan intervensi edukasi partisipatif, terjadi peningkatan yang signifikan pada aspek pengetahuan, sikap, dan motivasi. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan variabel yang dinamis dan dapat ditingkatkan melalui pendekatan edukasi yang tepat (Suges & Pangestu, 2024)

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak hanya menunjukkan dominasi pengetahuan yang rendah, tetapi juga mengungkap fenomena penting yang memerlukan perhatian khusus, yaitu adanya responden dengan tingkat pengetahuan yang baik namun tetap memiliki tingkat kepatuhan yang rendah dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tidak secara otomatis terinternalisasi menjadi perilaku kesehatan yang konsisten. Secara lebih mendalam, fenomena ini mengindikasikan adanya ketidaksesuaian antara kapasitas kognitif dan implementasi perilaku. Remaja dalam kategori ini secara konseptual telah memahami informasi tentang anemia dan pencegahannya, namun pemahaman tersebut belum cukup kuat untuk mendorong tindakan nyata. Hal ini menunjukkan bahwa proses transformasi dari pengetahuan menjadi perilaku bukanlah proses yang linier, melainkan melibatkan tahapan internalisasi yang kompleks.

Dalam perspektif teori perilaku kesehatan, kondisi ini dapat dijelaskan melalui model Lawrence Green yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi, namun tidak cukup untuk membentuk perilaku tanpa didukung oleh faktor pendukung dan pendorong. Dengan demikian, remaja yang memiliki pengetahuan baik tetap berpotensi tidak patuh apabila tidak terdapat dukungan lingkungan, penguatan sosial, maupun fasilitas yang memadai. Perilaku kesehatan individu dipengaruhi juga oleh pemahaman individu tersebut tentang tingkat kerentanan dan tingkat keparahan suatu penyakit, serta persepsi terhadap manfaat dan hambatan dalam melakukan Tindakan. Remaja dengan pengetahuan baik tetapi tidak patuh kemungkinan belum memiliki persepsi risiko yang kuat terhadap anemia, atau justru memiliki persepsi hambatan yang lebih dominan, seperti rasa tidak nyaman atau efek samping dari tablet tambah darah (Green, 1980).

Fenomena ini juga dapat mencerminkan keterbatasan dalam pendekatan edukasi kesehatan yang selama ini lebih menitikberatkan pada aspek kognitif dibandingkan aspek afektif dan perilaku. Edukasi yang hanya berfokus pada penyampaian informasi cenderung menghasilkan peningkatan pengetahuan, tetapi belum tentu mampu mengubah sikap dan kebiasaan. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan intervensi kesehatan tidak hanya ditentukan oleh seberapa banyak informasi yang diberikan, tetapi juga oleh bagaimana informasi tersebut mampu mempengaruhi motivasi dan persepsi individu.

Dengan demikian, keberadaan kelompok remaja dengan pengetahuan baik namun kepatuhan rendah dalam penelitian ini menjadi indikator bahwa pentingnya dilakukan peningkatan tidak hanya dalam hal pengetahuan, melainkan dengan pendekatan komprehensif. memperkuat motivasi,

persepsi risiko, serta dukungan sosial dalam membentuk perilaku kesehatan remaja.

Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Berdasarkan tabel 2, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan yang rendah dalam mengonsumsi tablet tambah darah, yaitu sebanyak 57 responden (67,9%), 27 responden (32,1%) memiliki kepatuhan sedang, dan tidak terdapat responden dengan kategori kepatuhan tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa tantangan utama dalam program pencegahan anemia pada remaja tidak hanya terletak pada ketersediaan intervensi, tetapi juga pada efektivitas implementasi dalam membentuk perilaku konsumsi yang konsisten. Hal ini sejalan dengan laporan WHO yang menyatakan adanya kesenjangan antara cakupan distribusi tablet tambah darah dengan tingkat kepatuhan konsumsi aktual (WHO, 2023).

Hasil ini konsisten dengan penelitian yang dilaksanakan di di SMAN 1 Sragen, yang melaporkan bahwa masih terdapat tingkat kepatuhan yang rendah dalam konsumsi tablet tambah darah. Sehingga perlu diberikan edukasi berupa pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia dengan cara konsumsi tablet tambah darah dan dapat mengurangi kejadian anemia pada remaja putri (Utami, 2025).

Secara analitis, kepatuhan tidak dapat dipahami sebagai perilaku individual semata, melainkan sebagai hasil interaksi berbagai faktor. *Scoping review* menunjukkan bahwa kepatuhan dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, dukungan sosial, pengalaman efek samping, persepsi manfaat, serta kualitas pemantauan program. Selain itu, kepatuhan cenderung meningkat apabila terdapat pengawasan yang terstruktur, terutama di lingkungan sekolah. Selain faktor struktural, aspek pengalaman individu juga berperan penting. Penelitian menunjukkan bahwa beberapa remaja tidak mengonsumsi tablet tambah darah karena faktor rasa, bau, serta efek samping yang tidak nyaman, selain faktor lupa. Temuan ini menunjukkan bahwa kepatuhan merupakan perilaku yang dipengaruhi oleh pengalaman subjektif individu, bukan hanya oleh pengetahuan rasional (Khasanah *et al.*, 2025).

Penelitian lain menunjukkan bahwa dukungan dari keluarga, guru, serta tenaga kesehatan memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini mengindikasikan bahwa

keberhasilan suatu program tidak hanya bergantung pada distribusi intervensi, tetapi juga pada adanya dukungan sosial yang mampu memperkuat perubahan perilaku individu (Damayanti *et al.*, 2025).

Dengan demikian, rendahnya tingkat kepatuhan yang ditemukan dalam penelitian ini dapat menjadi indikator bahwa pendekatan program yang diterapkan belum sepenuhnya efektif dalam mengatasi aspek perilaku. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang lebih menyeluruh, tidak hanya berfokus pada penyediaan tablet, tetapi juga mencakup edukasi, pendampingan, serta penguatan dukungan sosial di lingkungan remaja.

Hubungan antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi TTD

Hasil analisis statistik berdasarkan tabel 3 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, dengan nilai p -value sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa pengetahuan tidak hanya berfungsi sebagai variabel deskriptif, tetapi juga sebagai faktor penting yang berperan dalam membentuk perilaku kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Dalam konteks program pencegahan anemia, hasil ini menegaskan bahwa remaja yang memiliki tingkat pemahaman yang lebih baik mengenai anemia, manfaat tablet tambah darah, serta aturan konsumsinya cenderung memiliki peluang yang lebih besar untuk patuh terhadap intervensi yang diberikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian di Semarang yang menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah merupakan salah satu faktor dominan yang berhubungan dengan kepatuhan, dengan nilai p -value 0,000 dan OR 5,982. Selain itu, penelitian di Ambon juga menemukan adanya hubungan antara pengetahuan mengenai aturan konsumsi dan manfaat tablet tambah darah dengan kepatuhan konsumsi mingguan (Damayanti *et al.*, 2025).

Secara teoritis, hasil ini dapat dijelaskan melalui model Lawrence Green yang mengungkapkan bahwa pengetahuan sebagai faktor predisposisi bagi terbentuknya perilaku kesehatan. Dalam kerangka ini, pengetahuan berfungsi sebagai dasar kognitif yang memungkinkan individu memahami alasan suatu tindakan kesehatan perlu dilakukan. Akan tetapi, kekuatan pengetahuan tidak terletak semata-mata pada banyaknya informasi yang dimiliki, melainkan pada kemampuannya membentuk

orientasi perilaku. Dengan kata lain, pengetahuan yang baik dapat membuka jalan menuju kepatuhan, tetapi tidak otomatis menjamin bahwa perilaku patuh akan muncul tanpa dukungan faktor lain. Hal ini diperkuat oleh penelitian tahun 2025 berbasis *Health Belief Model* pada mahasiswi Universitas Diponegoro yang menunjukkan bahwa kepatuhan berhubungan signifikan bukan hanya dengan pengetahuan anemia dan pengetahuan konsumsi tablet besi, tetapi juga dengan *perceived susceptibility*, *perceived severity*, *perceived benefits*, *perceived barriers*, *self-efficacy*, dan *cues to action*; seluruhnya bermakna dengan $p = 0,001$ (Alif *et al.*, 2025).

Pada titik ini, pembahasan menjadi penting untuk tidak berhenti pada simpulan sederhana bahwa “semakin tinggi pengetahuan, semakin tinggi kepatuhan.” Data penelitian justru perlu dibaca secara lebih kritis. Hubungan yang signifikan memang menunjukkan adanya keterkaitan, tetapi keterkaitan itu tidak sepenuhnya linear. Dalam praktiknya, terdapat remaja yang pengetahuannya baik namun tetap tidak patuh. Fenomena ini menandakan bahwa pengetahuan bekerja sebagai prasyarat penting, tetapi bukan satu-satunya penggerak perilaku. Karena itu, hasil penelitian ini lebih tepat dimaknai sebagai bukti bahwa pengetahuan meningkatkan peluang kepatuhan, bukan sebagai jaminan bahwa kepatuhan pasti terjadi. Argumen ini sejalan dengan studi tahun 2024 di Jawa Tengah yang melaporkan bahwa kepatuhan remaja putri terhadap tablet Fe masih sangat rendah, hanya 14,7%, meskipun pengetahuan terkait tablet tambah darah terbukti berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumsi (Tando *et al.*, 2024).

Fenomena remaja dengan pengetahuan yang baik tetapi kepatuhan yang rendah justru menjadi titik analisis yang paling penting. Kondisi tersebut menunjukkan adanya jarak antara pemahaman kognitif dan praktik perilaku, atau kesenjangan antara *knowing* dan *doing*. Seorang remaja mungkin telah mengetahui bahwa tablet tambah darah bermanfaat untuk mencegah anemia, tetapi pengetahuan itu belum tentu cukup kuat untuk mengalahkan hambatan yang ia rasakan secara langsung, seperti mual, rasa tidak nyaman, bau tablet, kebosanan, atau sekadar lupa. Dari sudut pandang *Health Belief Model*, situasi ini dapat dijelaskan sebagai ketidakseimbangan antara persepsi manfaat dan persepsi hambatan: seseorang bisa saja paham manfaatnya, tetapi tetap tidak patuh ketika hambatan dirasakan lebih nyata daripada manfaat yang dibayangkan. Temuan ini didukung oleh studi 2025 di Universitas

Diponegoro yang menunjukkan bahwa *perceived barriers* dan *self-efficacy* berhubungan signifikan dengan kepatuhan, serta oleh intervensi digital “Jaga Diri” di Maluku yang memperlihatkan bahwa penguatan pengetahuan yang disertai *reminder* mingguan dan pesan singkat edukatif mampu meningkatkan kepatuhan secara bermakna (Alif *et al.*, 2025).

Selain itu, data terbaru juga memperlihatkan bahwa hubungan pengetahuan–kepatuhan bersifat termediasi oleh konteks sosial. Pengetahuan yang baik akan lebih mungkin berubah menjadi perilaku patuh bila remaja berada dalam lingkungan yang mendukung. Studi tahun 2025 di Jakarta menunjukkan bahwa dukungan keluarga, guru, dan teman sebaya seluruhnya berhubungan positif dan signifikan dengan kepatuhan konsumsi IFA, dengan korelasi terkuat berasal dari dukungan keluarga ($r = 0,724$), diikuti teman sebaya ($r = 0,677$) dan guru ($r = 0,555$). Temuan ini memperjelas bahwa kepatuhan bukan hanya hasil dari keputusan personal, tetapi juga hasil dari penguatan sosial yang terus-menerus. Dalam konteks ini, remaja yang memiliki pengetahuan baik tetapi hidup dalam lingkungan yang tidak mendukung sangat mungkin tetap menunjukkan kepatuhan yang rendah (Jayanti & Anggraeni, 2025).

Pembahasan ini juga memperlihatkan bahwa intervensi yang hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan berisiko menghasilkan efek yang terbatas. Systematic review tahun 2024 mengenai edukasi berbasis teknologi menunjukkan bahwa pendekatan digital, web, dan sistem pemantauan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga lebih efektif ketika sekaligus menasarak sikap dan kepatuhan. Demikian pula, studi kuasi-eksperimental tahun 2025 di Maluku menunjukkan bahwa aplikasi edukatif dengan pengingat mingguan bukan hanya meningkatkan pengetahuan tentang anemia ($p = 0,011$), tetapi juga meningkatkan kepatuhan ($p < 0,001$) dan menurunkan prevalensi anemia di kelompok intervensi. Artinya, hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan menjadi lebih kuat ketika pengetahuan didukung oleh mekanisme pengingat, motivasi, dan pemantauan perilaku (Hafidz *et al.*, 2019).

Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat diposisikan dalam dua lapis pemaknaan. Pada lapis pertama, hasil ini menegaskan bahwa pengetahuan memang berhubungan signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Pada lapis kedua, hasil ini sekaligus menunjukkan bahwa hubungan tersebut bersifat kompleks dan

tidak dapat dipahami secara mekanistik. Pengetahuan adalah fondasi penting, tetapi efektivitasnya sangat bergantung pada persepsi risiko, persepsi manfaat-hambatan, efikasi diri, dukungan sosial, serta kualitas desain program intervensi. Oleh karena itu, upaya peningkatan kepatuhan pada remaja tidak cukup hanya dengan memperluas informasi tentang anemia, tetapi perlu diarahkan pada strategi yang lebih komprehensif: memperkuat persepsi kerentanan terhadap anemia, mengurangi hambatan konsumsi, membangun efikasi diri, serta melibatkan keluarga, sekolah, dan media digital sebagai penguat perilaku.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia dalam kategori kurang serta tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang rendah. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Hal ini mengindikasikan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kepatuhan, meskipun hubungan tersebut tidak sepenuhnya bersifat linier. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan kepatuhan melalui pendekatan yang lebih komprehensif, tidak hanya melalui peningkatan pengetahuan, tetapi juga melalui penguatan motivasi dan dukungan sosial.

REFERENSI

- Alif, D. A. N., Prabamurti, P. N., & Handayani, N. (2025). Application of the Health Belief Model in Adherence to Iron Supplement Consumption Among Female Students at Universitas Diponegoro. *Journal of Public Health for Tropical and Coastal Region*, 8(3), 241–258.
<https://doi.org/10.14710/jphtcr.v8i3.26914>
- Anisa Putri Utami. (2025). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 7(2), 396–400.
<https://doi.org/10.61878/bnj.v7i2.180>
- Damayanti, F., Kusharisupeni, K., Adawiyah, A. R., & Hymawati, H. (2025). Determinan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri di SMAN 02 Gunung Putri Kabupaten Bogor. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 9(1).
<https://doi.org/10.52643/jukmas.v9i1.4891>
- Green, L. W. (1980). *Health Education Planning*:

- A Diagnostic Approach. <https://scholar.google.com/scholar?q=Green+1980+health+education+planning>
- Hafidz et al. (2019). Indonesian Journal of Global Health Research. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 2(4), 625–636. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i4.250>
- Jayanti, C., & Anggraeni, O. A. (2025). The Role of Social Support in Iron Folic Acid Supplement Adherence Among Adolescent Girls in a Public Junior High School in Jakarta. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 7(1), 186. <https://doi.org/10.30829/contagion.v7i1.24085>
- Kemkes RI. (2018). *Buku Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. <https://promkes.kemkes.go.id/buku-pedoman-pencegahan-dan-penanggulangan-anemia-pada-remaja-putri-dan-wanita-usia-subur>
- Kemkes RI. (2020). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri*.
- Khasanah, M., Priharwati, A., & Wahyuningsih. (2025). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Santri Putri di Pondok Pesantren Terpadu Al-Fusha. *Jurnal Forum Ilmiah*, 10(3).
- Muhida, V., & Adista, N. F. (2024). Upaya Pencegahan Anemia Remaja Putri Melalui Edukasi Leaflet Dan Tes Hb Di Pondok Pesantren Ma'had Darul Arqom Serang 2024. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Kesehatan Untuk Masyarakat*, 2(1). <https://doi.org/10.52643/jppkm.v2i1.4364>
- Sri Wulandari Rahman, Usman, U., Umar, F., & Kengky, H. K. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 109–118. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.177>
- Suges, R., & Pangestu, G. K. (2024). Efektifitas Pemberian Explanation Video Dan Booklet Regatama (Remaja Gaul Tanpa Anemia) Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Besi Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 23(03). <https://doi.org/10.33221/jikes.v23i03.3639>
- Tando, Y. D., Titaley, C. R., Tahitu, R., Asmin, E., & Sara, L. S. (2024). Anemia and Adherence to Weekly Iron-folic Acid Supplementation Among Adolescent Girls in a Stunting Locus of Ambon City, Indonesia. *Journal of Health Research*, 38(6), 467–479. <https://doi.org/10.56808/2586-940X.1103>
- WHO. (2023). *Nutritional Anemias: Tools For Effective Prevention And Control*.
- World Health Organization. (2021). *Family planning/Contraception*. <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/family-planning-contraception>