

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI Mts. NURUL IMAN SEKINCAU KABUPATEN LAMPUNG BARAT TAHUN 2024

*Relationship of Youth Knowledge and Adherence to Fe Tablet Consumption with The Event
of Anemia at Mts. Nurul Iman Sekincau West Lampung District In 2024*

Nurul Zakiiyah^{1*}, Sri Rahayu¹, Ririn Wulandari¹, Iis Tri Utami¹

¹Program studi Sarjana Kebidanan, Universitas Aisyah pringsewu

*Korespondensi: nurulzakiiyah060695@gmail.com

Diterima: 14 Januari 2025

Dipublikasikan: 28 Februari 2025

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia disebabkan oleh kurangnya sel darah merah, dan remaja putri termasuk salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Selain karena mereka rentan mengalami malnutrisi hal ini juga disebabkan karena mereka mengalami menstruasi sehingga membutuhkan asupan Fe. Penyebab anemia pada umumnya adalah kekurangan gizi khususnya kekurangan zat besi. Perubahan gaya hidup dan kebiasaan pangan menuntut penyesuaian asupan energi dan zat gizi. Menurut survei yang dilakukan di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat pada tahun 2024 dari 10 siswi SMP diketahui sebanyak 4 (40%) siswi mengalami anemia.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah diketahui hubungan pengetahuan remaja dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat tahun 2024.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi remaja putri kelas IX dengan sampel yang digunakan sebanyak 51 responden (total sampling). Penelitian telah dilaksanakan di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat pada bulan Agustus tahun 2024. Pengumpulan data menggunakan cek Hb dan lembar kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat (uji chi square).

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 26 (51,0%) responden tidak mengalami kejadian anemia, sebanyak 27 (52,9%) responden memiliki pengetahuan baik, sebanyak 30 (58,8%) responden tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe. Ada hubungan pengetahuan (p -value = 0,017), kepatuhan konsumsi tablet Fe (0,000) dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat tahun 2024.

Simpulan: Saran bagi tenaga kesehatan agar dapat memberikan penyuluhan tentang anemia dan pentingnya konsumsi tablet Fe. Kolaborasi dengan guru terkait pemberian konsumsi tablet Fe juga diperlukan secara teratur.

Kata kunci: Anemia, konsumsi tablet Fe, pengetahuan, remaja putri

ABSTRACT

Introduction: Anemia is a condition characterized by a deficiency of red blood cells, and adolescent girls are particularly susceptible due to both malnutrition and menstruation, which increases their need for adequate nutritional intake, especially iron, to meet the body's Fe (iron) requirements. The primary cause of anemia is malnutrition, particularly iron deficiency. Changes in lifestyle and dietary habits necessitate adjustments in energy and nutrient intake, coupled with a lack of nutritional knowledge. According to a survey conducted at MTs. Nurul Iman Sekincau, West Lampung Regency, in 2024, of 10 junior high school students examined for hemoglobin (Hb) levels, 4 (40%) were found to have anemia

Objectives: This study aims to determine the relationship between adolescents' knowledge and compliance with Fe tablet consumption and the incidence of anemia at MTs. Nurul Iman Sekincau, West Lampung Regency, in 2024.

Methods: This research employs a quantitative methodology with a cross-sectional approach. The population consists of all female students in grade IX, with a total sample of 51 respondents selected through total sampling. The study was conducted at MTs. Nurul Iman Sekincau, West Lampung Regency, in August 2024. Data were collected using

questionnaires, and the data were analyzed using univariate and bivariate methods, specifically the chi-square test.

Results: The findings revealed that 26 (51.0%) respondents did not experience anemia, 27 (52.9%) respondents had good knowledge, and 30 (58.8%) respondents were non-compliant with Fe tablet consumption. There is a significant relationship between knowledge (p -value = 0.017) and compliance with Fe tablet consumption (p -value = 0.000) with the incidence of anemia at MTs. Nurul Iman Sekincau, West Lampung Regency, in 2024.

Conclusion: It is recommended that health workers provide counseling on anemia and the importance of Fe tablet consumption, as well as collaborate with teachers to support the provision of Fe tablets.

Keywords: Anemia, Fe tablet consumption, knowledge, adolescent girls

PENDAHULUAN

Anemia adalah kondisi yang ditandai dengan kurangnya jumlah sel darah merah atau hemoglobin yang berfungsi untuk mengangkut oksigen keseluruh tubuh. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia, tidak hanya mereka sering mengalami mal nutrisi, tetapi juga karena mereka mengalami menstruasi secara rutin. Menstruasi meningkatkan kebutuhan tubuh akan zat besi (FE), yang di perlukan produksi sel darah merah. Ketika asupan zat besi tidak mencukupi, resiko anemia meningkat (Muhayaroh, 2024).

Tingginya prevalensi anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi yang tidak memadai, penyerapan zat besi yang tidak optimal. Selain itu, peningkatan kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan, pubertas, dan menyusui juga berkontribusi terhadap tingginya angka (Sab'ngatun, 2021).

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia global mencapai dua miliar orang. Laporan survei mikronutrien nasional menunjukkan bahwa 18% wanita di Ethiopia berusia 15-49 tahun mengalami anemia. Prevalensi anemia di wilayah Somalia, mencapai 34,8%, dan di Afrika 26,2%, yang jauh lebih tinggi dari pada rata-rata nasional (Ahmed et al., 2022). Prevalensi anemia pada perempuan usia 15 tahun ke atas di Indonesia mencapai 23%, lebih tinggi dibandingkan dengan negara-negara tetangga seperti Malaysia (21%) dan Singapura (22%). Pada rentang usia 15-24 tahun, prevalensi anemia di Indonesia tercatat sebesar 32% (Risksedas, 2018; Marfiah, 2023). Beberapa daerah di Indonesia juga mencatat angka yang cukup tinggi, seperti Daerah Istimewa Yogyakarta (19,3%) pada tahun 2018, Kabupaten OKU Timur Sumatera Selatan (44,8%) pada tahun 2019, dan Kalimantan Barat (23,8%) pada tahun 2018 (Indrawatiningsih et al., 2021; Mone, 2019).

Prevalensi anemia pada usia 15-19 tahun di Provinsi Lampung, mencapai 7,22% (Kemenkes RI, 2018). Menurut penelitian Zuraida et al. (2020), angka ini diperkirakan mencapai 25,9%, lebih tinggi dari angka nasional. Penelitian di Kota Bandar Lampung oleh Mulyani (2021) menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri berkisar antara 21% hingga 80,9%, yang menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang serius di berbagai wilayah, termasuk di Lampung.

Anemia pada remaja memiliki dampak yang luas, termasuk penurunan kapasitas fisik, gangguan fisiologi reproduksi, dan penurunan produktivitas kerja saat dewasa (Ahmed et al., 2022). Remaja yang mengalami defisit zat besi berisiko 2 kali lebih besar memiliki prestasi akademik yang buruk, khususnya dalam mata pelajaran seperti matematika (Setiani et al., 2023). Dampak lainnya adalah keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku dan emosional, serta penurunan daya tahan tubuh. Remaja

dengan anemia lebih mudah merasa lemas, cepat lelah, kesulitan berkonsentrasi, dan produktivitas belajar serta kerja mereka menurun (Sari et al., 2020). Penurunan kadar hemoglobin juga dapat menyebabkan gejala fisik seperti lesu, takikardia, dan sesak napas (Bakta, 2019). Selain itu, kebutuhan zat besi yang tidak terpenuhi pada remaja putri dapat berdampak pada komplikasi kebidanan di masa depan, termasuk kelahiran bayi dengan berat badan rendah, kelahiran prematur, atau bahkan kematian ibu saat melahirkan (Ahmed et al., 2022).

Beberapa faktor penyebab anemia pada remaja putri termasuk menstruasi, peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pubertas, dan gaya hidup serta pola makan yang tidak mendukung asupan nutrisi yang cukup (Mone, 2019; Sab'ngatun, 2021). Faktor-faktor lain seperti pengetahuan yang kurang tentang gizi, status sosial ekonomi, aktivitas fisik, dan pola menstruasi juga berkontribusi pada tingginya angka anemia. Pendidikan orang tua, pendapatan keluarga, serta kebiasaan makan juga menjadi faktor risiko penting (Budiarti et al., 2021).

Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk mengurangi angka anemia pada remaja putri, salah satunya melalui program pemberian tablet tambah darah (TTD) di sekolah-sekolah, sesuai dengan Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/0595/2016. Program ini mengharuskan institusi pendidikan untuk menyediakan hari minum tablet tambah darah bersama bagi remaja putri, dengan dosis satu tablet per minggu untuk wanita usia subur (Kemenkes RI, 2018). Namun, meskipun program ini telah berjalan, masih banyak remaja putri yang tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Survei Kesehatan Indonesia (SDKI, 2023) mengungkapkan beberapa alasan, seperti anggapan bahwa tablet tersebut tidak diperlukan (12,8%), hanya dikonsumsi saat menstruasi (7,6%), lupa mengonsumsi (29,2%), rasa dan bau yang tidak enak (29,7%), serta adanya efek samping seperti sembelit (8,2%). Faktor lain yang turut memengaruhi adalah kurangnya dukungan dari orang tua dalam hal penyajian makanan yang bergizi dan kesadaran akan pentingnya tablet Fe (Budiarti et al., 2021).

Berdasarkan survei yang dilakukan di MTs. Nurul Iman Sekincau, Kabupaten Lampung Barat, pada bulan April 2024, dari 10 siswi yang diperiksa kadar hemoglobinya, sebanyak 4 orang (40%) mengalami anemia. Tingginya angka anemia ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi anemia di kalangan remaja putri di sekolah tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara pengetahuan remaja dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia. Dengan penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh wawasan yang lebih mendalam mengenai prevalensi dan penyebab anemia di kalangan remaja putri, serta dapat membantu mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif dalam mencegah anemia di masa mendatang. Berdasarkan latar belakang diatas penelitian mengenai **“hubungan pengetahuan remaja dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau, Kabupaten Lampung Barat tahun 2024”** sangat penting untuk dilakukan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yaitu suatu langkah penelitian dengan bertujuan untuk menguji hipotesis dengan menggunakan teori-teori yang sudah ada sehingga akan diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel, dan objektif.

Hal ini dilakukan untuk menemukan permasalahan di lapangan yang akan memberikan pemahaman terkait dengan kejadian anemia pada remaja yang dilihat dari kepatuhan konsumsi TTD dan pengetahuan remaja tentang anemia.(Sugiyono, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Analisis Univariat

a. Distribusi frekuensi kejadian anemia pada remaja di MTs. Nurul Iman Sekincau

Tabel 1. Distribusi frekuensi kejadian anemia pada remaja di MTs. Nurul Iman Sekincau

Kejadian anemia	Frekuensi	%
Anemia	26	51.0
Tidak anemia	25	49.0
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa sebanyak 26 (51,0%) responden mengalami kejadian anemia dan sebanyak 25 (49,0%) responden tidak mengalami kejadian anemia.

b. Distribusi frekuensi pengetahuan remaja di MTs. Nurul Iman Sekincau

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan remaja di MTs. Nurul Iman Sekincau

Pengetahuan	Frekuensi	%
Kurang baik	24	47.1
Baik	27	52.9
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa sebanyak 24 (47,1%) responden dengan pengetahuan kurang baik dan sebanyak 27 (52,9%) responden dengan pengetahuan baik.

c. Distribusi frekuensi kepatuhan konsumsi tablet Fe di MTs. Nurul Iman Sekincau

Tabel 3. Distribusi frekuensi kepatuhan konsumsi tablet Fe di MTs. Nurul Iman Sekincau

Kepatuhan konsumsi tablet Fe	Frekuensi	%
Tidak patuh	30	58.8
Patuh	21	41.2
Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa sebanyak 30 (58,8%) responden dengan tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe dan sebanyak 21 (41,2%) responden dengan patuh mengkonsumsi tablet Fe.

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan pengetahuan remaja dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau

Tabel 4. Hubungan pengetahuan remaja dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau

Pengetahuan	Kejadian anemia				Jumlah		P-value	OR 95% CI
	Anemia		Tidak anemia		N	%		
	n	%	n	%				
Kurang baik	17	70,8	7	29,2	24	100.0	0,017	4,857 (1,478-15,958)
Baik	9	33,3	18	66,7	27	100.0		

Pengetahuan	Kejadian anemia				Jumlah		P-value	OR 95% CI
	Anemia		Tidak anemia		N	%		
	n	%	n	%				
Total	26	51,0	5	49,0	51	100,0		

Berdasarkan tabel 4.4, diketahui dari 24 responden dengan pengetahuan kurang baik sebanyak 17 (70,8%) responden mengalami kejadian anemia dan sebanyak 7 (29,2%) responden tidak mengalami kejadian anemia. Dari 27 responden dengan pengetahuan baik sebanyak 9 (33,3%) responden mengalami kejadian anemia dan sebanyak 18 (66,7%) responden tidak mengalami kejadian anemia.

Hasil uji statistik diperoleh $p\text{-value} = 0,017$ yang berarti $p < \alpha = 0,05$ (H_0 diterima dan H_a ditolak), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan remaja dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat tahun 2024, dengan nilai OR 4,8 artinya responden dengan pengetahuan kurang baik berpeluang 4,8 kali mengalami kejadian anemia jika dibandingkan responden dengan pengetahuan baik

b. Hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau

Tabel 5. Hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau

Kepatuhan konsumsi tablet Fe	Kejadian anemia				Jumlah		P-value	OR 95% CI
	Anemia		Tidak anemia		N	%		
	n	%	n	%				
Tidak patuh	22	73,3	8	26,7	30	100,0	11,688	
Patuh	4	19,0	17	81,0	21	100,0	(3,009-	
Total	26	51,0	25	49,0	51	100,0	45,395)	

Berdasarkan tabel 4.5, diketahui dari 30 responden dengan tidak patuh konsumsi tablet Fe sebanyak 22 (73,3%) responden mengalami kejadian anemia dan sebanyak 8 (26,7%) responden tidak mengalami kejadian anemia. Dari 21 responden dengan patuh konsumsi tablet Fe sebanyak 4 (19,0%) responden mengalami kejadian anemia dan sebanyak 17 (81,0%) responden tidak mengalami kejadian anemia.

Hasil uji statistik diperoleh $p\text{-value} = 0,000$ yang berarti $p < \alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat tahun 2024. Nilai OR 11,6 artinya responden dengan tidak patuh konsumsi tablet Fe memiliki peluang 11,6 kali mengalami kejadian anemia jika dibandingkan dengan patuh konsumsi tablet Fe.

Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Kejadian Anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau, sebanyak 26 remaja (51,0%) mengalami anemia, sementara 25 remaja (49,0%) tidak mengalami anemia. Hal ini mengindikasikan bahwa

prevalensi anemia di kalangan remaja putri di sekolah tersebut masih cukup tinggi, dengan lebih dari separuh responden menderita anemia.

Anemia merupakan kondisi medis yang terjadi ketika tubuh kekurangan sel darah merah sehat atau hemoglobin yang cukup untuk mengangkut oksigen ke jaringan tubuh. Pada remaja putri, anemia sering disebabkan oleh kekurangan zat besi, yang penting untuk produksi hemoglobin. Menurut Notoatmodjo (2018), anemia pada remaja putri sering kali berkaitan dengan menstruasi yang menyebabkan kehilangan darah, meningkatkan kebutuhan tubuh terhadap zat besi. Selain itu, pola makan yang tidak cukup mengandung zat besi atau vitamin C, yang meningkatkan penyerapan zat besi, juga dapat menyebabkan defisiensi. Teori lain yang relevan adalah teori tentang kekurangan gizi. Remaja putri sering kali mengadopsi pola makan yang buruk atau tidak seimbang, seperti diet rendah kalori atau pembatasan makanan tertentu, yang dapat menyebabkan kekurangan zat gizi penting. Salah satu faktor utama adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi, yang menyebabkan kurangnya perhatian terhadap makanan yang mengandung zat besi, folat, dan vitamin B12. Selain itu, menurut World Health Organization (WHO), anemia pada remaja putri juga dapat disebabkan oleh faktor sosial ekonomi yang memengaruhi akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan. Penelitian oleh Black et al. (2013) menunjukkan bahwa anak-anak dan remaja yang berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia karena terbatasnya akses mereka terhadap makanan bergizi.

Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan prevalensi anemia yang tinggi di kalangan remaja putri. Penelitian oleh Nurjannah (2021) di SMP Negeri 2 Garawangi menemukan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 82%, angka yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan hasil penelitian ini. Hal tersebut menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan remaja putri di berbagai wilayah bisa sangat bervariasi, meskipun faktor-faktor penyebabnya tetap serupa, seperti menstruasi, diet tidak seimbang, dan kurangnya pengetahuan gizi. Selain itu, penelitian oleh Salim et al. (2020) di Jakarta juga mengungkapkan bahwa 31,6% dari remaja putri yang disurvei mengalami anemia. Penelitian ini menunjukkan pentingnya intervensi untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi yang cukup, serta memberikan pendidikan tentang penggunaan suplemen zat besi untuk mencegah anemia pada remaja putri.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa tingginya angka anemia di kalangan remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau kemungkinan besar disebabkan oleh beberapa faktor utama. Pertama, kurangnya asupan zat besi dalam diet harian remaja, yang mungkin diperburuk oleh kebiasaan remaja putri yang membatasi konsumsi makanan untuk menjaga berat badan. Faktor kedua adalah ketidakpatuhan dalam mengonsumsi suplemen zat besi (tablet Fe) yang direkomendasikan untuk mencegah anemia. Banyak remaja yang tidak rutin mengonsumsi tablet Fe, meskipun mereka sudah diberikan oleh pihak sekolah atau puskesmas. Ketiga, kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi, terutama yang mengandung zat

besi, vitamin C, dan folat, yang dapat mencegah anemia. Peneliti juga berpendapat bahwa kondisi sosial-ekonomi yang memengaruhi akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan di daerah tersebut berperan besar dalam tingginya angka anemia. Masyarakat dengan status sosial ekonomi rendah mungkin mengalami kesulitan dalam mengakses makanan yang bergizi, serta mendapatkan suplemen atau perawatan medis yang diperlukan. Penelitian ini juga menunjukkan pentingnya pendidikan gizi yang lebih intensif, baik di sekolah maupun di masyarakat, untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pola makan sehat dan penggunaan suplemen zat besi secara rutin. Namun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti tidak dianalisisnya status gizi secara lebih mendalam, yang bisa mempengaruhi kejadian anemia. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut yang mencakup populasi yang lebih luas, serta faktor-faktor tambahan seperti status gizi, pola makan harian, dan faktor sosial-ekonomi, sangat disarankan untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai prevalensi dan pencegahan anemia pada remaja putri

b. Pengetahuan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau sebanyak 24 remaja (47,1%) dengan pengetahuan kurang baik sementara 27 remaja (52,9%) dengan pengetahuan baik. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan di kalangan remaja putri di sekolah tersebut masih cukup baik, dengan lebih dari separuh responden memiliki pengetahuan yang baik. Meskipun sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik, namun masih terdapat sepertiga responden yang memiliki pengetahuan yang kurang baik, yang menunjukkan perlunya peningkatan lebih lanjut dalam edukasi dan penyuluhan mengenai topik-topik terkait kesehatan dan gizi khususnya tentang anemia pada remaja.

Pengetahuan kesehatan adalah faktor penting dalam pencegahan berbagai penyakit dan masalah kesehatan, termasuk anemia. Teori perilaku kesehatan (Health Belief Model) menjelaskan bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga kesehatannya. Menurut model ini, individu akan lebih cenderung untuk mengambil tindakan pencegahan, seperti mengonsumsi makanan bergizi atau mengonsumsi suplemen zat besi, jika mereka memiliki pengetahuan yang baik tentang konsekuensi dari kekurangan gizi atau kondisi medis tertentu (Rosenstock, dalam Priyoto, 2021). Pengetahuan yang baik memungkinkan individu untuk lebih memahami risiko dan cara-cara untuk mencegah masalah kesehatan, seperti anemia. Teori perubahan perilaku juga relevan dalam konteks ini. Teori ini menyatakan bahwa pendidikan dan penyuluhan yang efektif dapat mengubah perilaku individu, khususnya dalam hal pola makan dan konsumsi suplemen yang penting untuk pencegahan anemia. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya zat besi dan gizi seimbang lebih cenderung untuk mengambil langkah-langkah yang mendukung kesehatannya (Bandura, dalam Priyoto, 2021). Pendidikan kesehatan yang efektif, terutama di kalangan remaja, dapat mendorong mereka

untuk mengubah kebiasaan makan dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya gizi yang baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Dieniyah (2019) juga mendukung hasil ini dimana ditemukan bahwa prevalensi pengetahuan pada remaja putri di SMK Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor mencapai 59,0%. Penelitian lain oleh Utami (2019) juga menunjukkan angka pengetahuan remaja yaitu sebesar 62,7%. Penelitian ini relevan dengan beberapa penelitian terkait yang mengungkapkan pentingnya pengetahuan kesehatan dalam pencegahan anemia. Penelitian oleh Nurjannah (2021) yang dilakukan di SMP Negeri 2 Garawangi menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang gizi mempengaruhi konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Remaja dengan pengetahuan yang baik lebih cenderung mengonsumsi makanan yang dapat mencegah anemia. Penelitian lainnya oleh Salim et al. (2020) di Jakarta juga menemukan bahwa tingkat pengetahuan yang lebih tinggi tentang gizi berhubungan dengan kepatuhan lebih baik dalam mengonsumsi suplemen zat besi, yang secara signifikan mengurangi risiko anemia di kalangan remaja putri. Penelitian oleh Sari (2019) di Jawa Tengah juga menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang gizi dan anemia di kalangan remaja putri berkontribusi pada tingginya prevalensi anemia di daerah tersebut. Penelitian ini memperkuat temuan bahwa edukasi kesehatan yang lebih baik sangat diperlukan untuk menurunkan angka kejadian anemia di kalangan remaja.

Menurut peneliti dapat disimpulkan bahwa pengetahuan remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau tentang anemia dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor kurang baik maupun faktor baik. Pengetahuan yang kurang baik kemungkinan besar disebabkan oleh kurangnya akses atau pengalaman mendapatkan informasi terkait anemia, rendahnya kesadaran remaja terhadap pentingnya kondisi kesehatan, terutama dalam mengenali tanda dan gejala anemia dan pemahaman yang minim mengenai aspek kognitif yang berkaitan dengan anemia, seperti definisi, tanda, gejala, dan faktor penyebabnya. Pengetahuan remaja yang baik kemungkinan besar disebabkan oleh paparan informasi sebelumnya melalui media, seperti internet atau interaksi sosial dengan teman sebaya, adanya kesempatan untuk memahami informasi yang relevan, sehingga mereka dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Secara umum, peningkatan pengetahuan tentang anemia memerlukan edukasi yang terarah, penyediaan informasi yang mudah diakses, serta pendekatan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan yang baik di kalangan lebih dari separuh responden dapat membantu mencegah beberapa masalah kesehatan terkait gizi, seperti anemia. Namun, pengetahuan yang kurang baik pada sebagian responden dapat disebabkan oleh kurangnya akses terhadap pendidikan gizi yang tepat atau ketidakcukupan informasi yang diberikan. Hal ini mungkin terjadi karena keterbatasan dalam program penyuluhan kesehatan atau kurangnya perhatian terhadap pentingnya pendidikan gizi di sekolah. Peneliti juga berpendapat bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik,

pengetahuan saja tidak cukup untuk mendorong perilaku yang sehat. Diperlukan upaya lebih lanjut untuk mengubah pengetahuan menjadi tindakan nyata, seperti mengonsumsi makanan yang kaya zat besi dan mengonsumsi suplemen zat besi secara rutin. Selain itu, faktor lain seperti dukungan keluarga dan lingkungan sosial juga berperan dalam membentuk pola makan yang sehat di kalangan remaja. Peningkatan pendidikan kesehatan dan penyuluhan tentang gizi serta anemia perlu diintegrasikan lebih mendalam dalam kurikulum sekolah dan program kesehatan masyarakat. Penelitian lebih lanjut yang melibatkan intervensi pendidikan dan pengukuran perubahan perilaku juga dapat memberikan gambaran lebih jelas tentang hubungan antara pengetahuan dan tindakan pencegahan anemia di kalangan remaja.

c. Kepatuhan Konsumsi tablet Fe

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau, sebanyak 30 remaja (58,8%) memilih tidak patuh mengonsumsi tablet Fe, sementara 21 remaja (41,2%) memilih patuh mengonsumsi tablet Fe. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja putri di sekolah tersebut tidak mematuhi anjuran untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin, meskipun tablet Fe merupakan salah satu langkah penting untuk mencegah dan mengatasi anemia. Ketidapatuhan ini dapat mempengaruhi upaya pencegahan anemia di kalangan remaja putri.

Patuh atau tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe berkaitan erat dengan teori perilaku kesehatan. Menurut teori Health Belief Model (Rosenstock, dalam Priyoto, 2021), seseorang akan lebih cenderung mengikuti rekomendasi kesehatan jika mereka memahami risiko dan manfaat dari tindakan tersebut, serta jika mereka merasa bahwa tindakan tersebut dapat mencegah masalah kesehatan yang serius. Dalam konteks ini, remaja yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe mungkin belum sepenuhnya menyadari pentingnya suplemen tersebut dalam mencegah anemia atau mungkin mereka tidak merasa risiko anemia cukup mendesak untuk memotivasi mereka. Selain itu, teori Self-Efficacy dari Bandura (Priyoto, 2021) dapat menjelaskan bahwa tingkat kepercayaan diri seseorang dalam mengelola kesehatan mereka mempengaruhi kepatuhan terhadap pengobatan atau pencegahan. Remaja yang merasa kurang percaya diri dalam mengikuti aturan atau yang tidak yakin bahwa mengonsumsi tablet Fe dapat membantu mereka mungkin lebih cenderung untuk tidak patuh.

Penelitian terkait menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe di kalangan remaja sering kali rendah. Penelitian oleh Salim et al. (2020) di Jakarta menunjukkan bahwa 60% remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi suplemen zat besi, meskipun suplemen tersebut diberikan oleh pihak sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada intervensi yang memadai, faktor-faktor seperti pengetahuan yang terbatas tentang pentingnya zat besi atau ketidaknyamanan dalam mengonsumsi tablet Fe dapat menjadi hambatan dalam mencapai kepatuhan. Penelitian oleh Yuliana dan Wulandari (2021) juga mengungkapkan bahwa banyak remaja putri yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, yang sebagian besar disebabkan oleh kurangnya

pemahaman tentang dampak anemia dan ketidaknyamanan dalam mengonsumsi tablet tersebut.

Peneliti berasumsi bahwa rendahnya tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe di kalangan remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, ketidaknyamanan atau efek samping yang dirasakan oleh beberapa remaja dalam mengonsumsi tablet Fe mungkin menyebabkan mereka tidak ingin melanjutkan konsumsi suplemen tersebut. Kedua, kurangnya pemahaman yang cukup mengenai pentingnya zat besi dalam mencegah anemia bisa membuat remaja kurang termotivasi untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Ketiga, faktor sosial-ekonomi, seperti kesulitan dalam memperoleh suplemen atau ketidakteraturan dalam pemberian tablet Fe dari pihak sekolah atau puskesmas, juga dapat mempengaruhi kepatuhan. Peneliti juga berpendapat bahwa untuk meningkatkan kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe, perlu adanya pendekatan yang lebih menyeluruh, termasuk penyuluhan lebih intensif tentang manfaat dan pentingnya tablet Fe, serta pengurangan hambatan-hambatan seperti ketidaknyamanan yang dirasakan selama konsumsi. Selain itu, dukungan dari keluarga dan sekolah juga sangat penting untuk memastikan remaja mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Peningkatan pendidikan kesehatan yang lebih efektif serta penggunaan metode alternatif untuk mengonsumsi suplemen yang lebih nyaman dan mudah dapat membantu meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe. Penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan dan efektivitas intervensi yang ada sangat penting untuk mendapatkan solusi yang lebih tepat guna.

Menurut peneliti tingginya ketidakpatuhan di kalangan remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau kemungkinan besar disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya pengetahuan remaja terkait dengan dampak dari kejadian anemia pada dirinya, merasa dirinya baik – baik saja sehingga tidak menganggap penting untuk konsumsi tablet fe, selain itu adanya efek samping yang dirasakan di saat konsumsi tablet fe seperti mual, pil yang berbau besi sehingga remaja abai untuk konsumsi tablet fe sesuai dengan anjuran. Namun dari penelitian ini juga diketahui bahwa di kalangan remaja putri di MTs. Nurul Iman Sekincau terdapat remaja yang patuh untuk konsumsi tablet fe hal ini kemungkinan besar disebabkan oleh beberapa faktor seperti remaja memiliki pengalaman terkait dengan anemia, dimana disaat remaja tersebut merasa letih, lesu dan setelah konsumsi tablet fe keluhan tersebut berkurang sehingga membuat remaja patuh untuk konsumsi, selain itu remaja sudah pernah mendapatkan informasi terkait dengan manfaat konsumsi tablet fe sehingga dengan bekal informasi tersebut meningkatkan kepatuhan remaja untuk konsumsi tablet fe.

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia

Sebanyak 24 responden yang memiliki pengetahuan kurang baik, sebanyak 17 responden (70,8%) mengalami anemia, sedangkan 7 responden (29,2%) tidak mengalami anemia. Sebaliknya, dari 27 responden yang memiliki pengetahuan baik, hanya 9 responden (33,3%) yang mengalami anemia, sedangkan 18 responden (66,7%) tidak mengalami anemia. Hasil uji statistik

menunjukkan $p\text{-value} = 0,017$ dan $OR = 4,857$, yang berarti bahwa remaja dengan pengetahuan kurang baik memiliki risiko 4,857 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor penting dalam mengubah perilaku kesehatan, termasuk perilaku terkait pencegahan anemia. Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan individu tentang suatu penyakit dapat mempengaruhi perilaku kesehatan mereka dalam mencegah atau mengatasi penyakit tersebut. Teori Health Belief Model (HBM) yang dikembangkan oleh Rosenstock pada tahun 1974 dalam Priyoto (2021), menyatakan bahwa pengetahuan individu mempengaruhi persepsi mereka tentang kesehatan dan, pada gilirannya, perilaku mereka dalam menjaga kesehatan. HBM menyatakan bahwa persepsi individu mengenai kerentanannya terhadap masalah kesehatan, serta nilai dan konsekuensi dari masalah tersebut, akan mempengaruhi keputusan mereka untuk mengambil tindakan preventif. Dalam konteks anemia, remaja dengan pengetahuan yang baik mengenai anemia dan dampaknya pada kesehatan mereka cenderung lebih sadar akan pentingnya pencegahan melalui pola makan yang sehat dan konsumsi zat besi yang cukup. Sebaliknya, remaja dengan pengetahuan yang terbatas mungkin tidak merasa bahwa mereka berisiko atau tidak mengetahui cara pencegahannya, yang dapat meningkatkan kemungkinan mereka mengalami anemia.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuliarti (2019) juga mendukung hasil ini, di mana pengetahuan yang baik tentang anemia terbukti mampu menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri. Namun, ada beberapa penelitian yang tidak sejalan dengan hasil ini, seperti penelitian oleh Rahmawati (2017), yang menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tidak selalu berbanding lurus dengan rendahnya kejadian anemia. Dalam penelitian tersebut, faktor lain seperti asupan gizi dan pola makan berperan lebih dominan daripada pengetahuan saja. Penelitian oleh Rujito et al. (2022) menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan yang lebih baik tentang kesehatan, termasuk tentang anemia dan gizi, memiliki prevalensi anemia yang lebih rendah. Hasil ini mendukung teori bahwa pengetahuan yang baik dapat meningkatkan perilaku pencegahan, seperti konsumsi makanan bergizi. Studi oleh Fadli et al. (2019) mengungkapkan bahwa pendidikan kesehatan yang meningkatkan pemahaman tentang pentingnya asupan zat besi pada remaja dapat secara signifikan mengurangi prevalensi anemia di kalangan mereka. Penelitian oleh Banti et al. (2021) menunjukkan bahwa pengetahuan tentang gizi yang kurang pada remaja dapat meningkatkan risiko anemia. Remaja yang tidak mengetahui pentingnya zat besi dalam diet mereka lebih rentan mengalami defisiensi gizi yang berujung pada anemia. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan kurang baik memiliki risiko lebih besar untuk mengalami anemia. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Supriyati et al. (2020) menemukan bahwa peningkatan pengetahuan tentang gizi dan anemia di kalangan remaja dapat menurunkan prevalensi anemia. Pengetahuan yang baik terkait dengan tindakan preventif yang lebih baik, seperti konsumsi makanan

kaya zat besi dan suplemen bila diperlukan, yang dapat menurunkan prevalensi anemia.

Menurut peneliti hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat pengetahuan remaja tentang anemia dengan kejadian anemia, dari responden dengan pengetahuan kurang baik, sebagian besar (70,8%) mengalami anemia. Sebaliknya, pada responden dengan pengetahuan baik, sebagian besar (66,7%) *tidak mengalami anemia*. Ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang lebih baik dapat menjadi faktor protektif terhadap anemia. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang anemia berperan penting dalam pencegahan kejadian anemia. Pengetahuan yang baik mungkin mendorong perilaku sehat, seperti pola makan yang cukup zat besi, konsumsi suplemen jika diperlukan, atau menghindari faktor risiko anemia lainnya. menurut peneliti sebaiknya memberikan edukasi kepada remaja mengenai anemia, termasuk gejala, penyebab, dan pencegahannya. meningkatkan akses ke makanan kaya zat besi dan layanan kesehatan untuk remaja dan meneliti lebih lanjut faktor lain yang memengaruhi hubungan antara pengetahuan dan anemia, seperti ekonomi, kebiasaan makan, atau akses layanan kesehatan. Hasil ini juga mendukung pentingnya upaya promotif dan preventif di kalangan remaja untuk mengurangi risiko anemia melalui peningkatan pengetahuan remaja.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa pengetahuan yang baik dapat memberikan pengaruh positif terhadap pencegahan anemia pada remaja. Remaja yang memiliki pengetahuan baik lebih mungkin untuk mengidentifikasi faktor risiko anemia dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan, seperti mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, serta mengikuti anjuran medis jika diperlukan. Peneliti juga berasumsi bahwa kurangnya pengetahuan terkait anemia dapat menyebabkan remaja mengabaikan pentingnya konsumsi zat besi, yang berisiko menyebabkan anemia.

b. Hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh $p\text{-value} = 0,000$ yang berarti $p < \alpha = 0,05$ (H_a diterima dan H_0 ditolak), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat tahun 2024, dengan nilai OR 11,6 artinya responden dengan tidak patuh konsumsi tablet Fe memiliki peluang 11,6 kali mengalami kejadian anemia jika dibandingkan dengan patuh konsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa konsumsi tablet Fe secara teratur sangat penting untuk mencegah anemia, terutama bagi remaja putri yang mengalami kehilangan darah selama menstruasi. Notoatmodjo (2018) menyebutkan bahwa perilaku kesehatan yang baik, termasuk kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen seperti tablet Fe, berperan penting dalam mencegah penyakit akibat kekurangan zat gizi. Teori yang relevan untuk menjelaskan hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dan kejadian anemia adalah Health Belief Model (HBM) dan Teori Perilaku Kesehatan. Model ini mengemukakan bahwa perilaku kesehatan seseorang

dipengaruhi oleh persepsi mereka tentang kerentanannya terhadap penyakit, keparahan penyakit tersebut, serta persepsi mereka tentang manfaat dan hambatan dalam mengadopsi perilaku pencegahan. Remaja yang memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai anemia cenderung memiliki persepsi yang lebih tinggi terhadap kerentanannya dan keparahan anemia, yang pada gilirannya meningkatkan motivasi untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Teori Perilaku Kesehatan juga menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti pengetahuan, sikap, serta faktor sosial dan lingkungan sangat memengaruhi kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe. Pengetahuan yang memadai mengenai pentingnya zat besi dan dampak kekurangan zat besi pada tubuh dapat meningkatkan kepatuhan remaja untuk mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran (Priyoto, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Fauziah et al. (2020) juga mendukung hasil ini, di mana kepatuhan konsumsi tablet Fe terbukti mampu menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri. Namun, beberapa penelitian lain menunjukkan bahwa kepatuhan mengonsumsi tablet Fe tidak selalu menjamin rendahnya angka anemia. Penelitian oleh Rahman (2017) mengemukakan bahwa faktor lain, seperti kualitas gizi makanan harian dan pola hidup, juga sangat memengaruhi risiko anemia. Meskipun patuh mengonsumsi tablet Fe, jika asupan gizi secara keseluruhan tidak mencukupi, anemia masih bisa terjadi. Beberapa penelitian terbaru mendukung temuan ini seperti penelitian Handayani & Budiman (2022) dalam penelitiannya yang diterbitkan di *Jurnal Ilmiah Kebidanan* menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan penurunan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian ini juga menekankan bahwa kepatuhan terhadap konsumsi tablet Fe dapat membantu mencegah anemia defisiensi besi yang sangat umum pada remaja. Penelitian Simbolon et al. (2023) dalam meta-analisisnya yang diterbitkan di *Nutri-Sains Jurnal Gizi Pangan dan Aplikasinya* menemukan bahwa tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe secara signifikan mengurangi prevalensi anemia pada remaja, terutama yang berada di wilayah dengan pola makan kurang bergizi dan penelitian Savitri et al. (2021) juga menyatakan bahwa kepatuhan konsumsi tablet Fe berhubungan langsung dengan kadar hemoglobin dalam tubuh. Remaja yang lebih patuh mengonsumsi tablet Fe cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih baik dan lebih jarang mengalami anemia.

Tingginya prevalensi anemia pada remaja yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe kemungkinan besar disebabkan oleh kurangnya motivasi atau kesadaran akan pentingnya suplemen tersebut. Banyak remaja mungkin menganggap tablet Fe sebagai sesuatu yang tidak mendesak, terutama jika mereka tidak merasakan gejala anemia yang signifikan. Kurangnya edukasi berkelanjutan dari tenaga kesehatan atau sekolah tentang pentingnya konsumsi tablet Fe juga bisa menjadi penyebab rendahnya kepatuhan. Faktor lain yang mungkin berperan adalah ketidaknyamanan atau efek samping yang dirasakan setelah mengonsumsi tablet Fe, seperti mual atau sembelit, yang dapat menurunkan kepatuhan.

Berdasarkan temuan ini, asumsi yang dapat dibuat adalah bahwa ketidakpatuhan dalam konsumsi tablet Fe merupakan faktor risiko utama untuk terjadinya anemia di kalangan remaja. Peneliti berasumsi bahwa remaja yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe tidak mendapatkan asupan zat besi yang cukup, yang menyebabkan terjadinya defisiensi zat besi dalam tubuh dan berisiko tinggi mengalami anemia. Faktor-faktor seperti kurangnya pengetahuan tentang pentingnya tablet Fe, ketidaktahuan mengenai efek samping, serta kurangnya dukungan dari keluarga dan sekolah mungkin menjadi hambatan utama yang memengaruhi tingkat kepatuhan ini. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pendidikan dan kesadaran remaja tentang pentingnya konsumsi tablet Fe secara teratur untuk mencegah anemia.

Keterbatasan penelitian ini adalah hanya dilakukan di satu sekolah, sehingga hasilnya mungkin tidak dapat digeneralisasi untuk populasi yang lebih luas. Selain itu, faktor lain yang dapat mempengaruhi anemia, seperti asupan makanan harian dan pola hidup, tidak dianalisis dalam penelitian ini. Penelitian lebih lanjut dengan populasi yang lebih besar dan analisis yang lebih komprehensif diperlukan untuk mendapatkan gambaran yang lebih utuh tentang faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia

SIMPULAN

Hasil evaluasi Ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di MTs. Nurul Iman Sekincau Kabupaten Lampung Barat tahun 2024(p -value = 0,000).

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan sehingga karya ilmiah ini bisa dapat diselesaikan. Dan terimakasih juga kepada pihak Sekolah MTs Nurul Iman Sekincau yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan pengkajian dan kegiatan Penelitian ini

REFERENSI

- Ahmed, T., Chisti, M. J., & Kawser, C. A. (2022). Prevalence and outcome of anemia among children hospitalized for pneumonia and their risk of mortality in a developing country. *Scientific Reports*, *0123456789*, 1–7. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-14818-2>
- Bakta. (2019). *Anemia Hemolitik. Dalam: Bakta IM, penyunting. Hematologi Klinik Ringkas* (EGC (ed.); 2nd ed.). EGC.
- Banti, M. R., Shankar, A., & Kumar, A. (2021). Impact of nutrition knowledge on the prevalence of anemia among adolescents in rural India. *International Journal of Public Health*, *66*(7), 800-808.
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). *Studi fenomenologi penyebab anemia pada remaja di surabaya*.
- Budiman. (2019). *Kapita selekta Pengetahuan dan sikap untuk penelitian kesehatan* (Salemba Medika (ed.)). Salemba Medika.
- Dieniyah, P., Sari, M. M., & Avianti, I. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor Tahun 2018. *Promotor*, *2*(2), 151-158

- Fadli, A., Sulaiman, A., & Martono, M. (2019). Pendidikan gizi dan pengetahuan tentang anemia pada remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(2), 112-120.
- Handayani, Y., & Budiman, I. A. (2022). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(2), 121-130. [https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/oksitosin/article/view/1560​::contentReference\[oaicite:0\]{index=0}](https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/oksitosin/article/view/1560​::contentReference[oaicite:0]{index=0}).
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri*. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331-337. 21(1), 331-337. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Kemkes RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. Kementerian Kesehatan. 7823-7830.
- Kemkes RI. (2023). *Kementerian kesehatan republik indonesia*. 5201590(021).
- Muhayaroh. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi Pola Makan dan Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Prakonsepsi. 30, 430-437.
- Notoatmodjo. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan* (Rineka Cipta (ed.)). Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan (Cetakan VI)*. (PT. Rineka Cipta (ed.)). PT. Rineka cipta.
- Nurjannah, S. N. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan. *Journal of Midwifery Care*, 1(02), 125-131. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i02.266>
- Priyoto. (2021) *Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Vol. 53, Issue 9, pp. 154-165). [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK_No_57_Tahun_2013_tentang_PTRM.pdf)
- Rujito, R., Kurniawati, D., & Hidayah, N. (2022). Pengaruh pengetahuan gizi terhadap prevalensi anemia pada remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 18(3), 45-56
- Sab'ngatun. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(2), 83-90. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i2.533>
- Salim, A., et al. (2020). *The Influence of Knowledge on Iron Supplementation in Adolescents: A Study in Jakarta*. *Journal of Nutrition and Health Sciences*, 8(2), 114-121.
- Sari, A. (2019). *Knowledge and Dietary Practices of Adolescents in Preventing Anemia: A Study in Central Java*. *Indonesian Journal of Health Education*, 13(1), 45-51.
- Savitri, M. K., Tupitu, N. D., Iswah, S. A., & Safitri, A. (2021). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 43-49. [https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/1784​::contentReference\[oaicite:2\]{index=2}](https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/1784​::contentReference[oaicite:2]{index=2})
- Simbolon, D., Anggraini, H., & Sari, A. P. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Indonesia: Meta-Analisis. *Nutri-Sains Jurnal Gizi Pangan Dan Aplikasinya*, 7(2), 85-98. [https://doi.org/10.21580/ns.2023.7.2.11325​::contentReference\[oaicite:1\]{index=1}](https://doi.org/10.21580/ns.2023.7.2.11325​::contentReference[oaicite:1]{index=1}).
- Supriyati, S., Widodo, H., & Yulia, D. (2020). Peningkatan pengetahuan gizi dan anemia pada remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 123-130.

- Setiani, D. Y., Kristanto, B., & Warsini. (2023). *Penyuluhan Tentang Dampak Anemia Pada Remaja*. 2(1), 9–14.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. CV. Alfabeta.
- Utami, A. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Nu Ungaran.
- WHO. (2020). *Global anemia reduction efforts among women of reproductive age: impact, achievement of targets and the way forward for optimizing efforts*. WHO.
- Yuliana, R., & Wulandari, N. (2021). *Factors Influencing Adherence to Iron Supplementation Among Adolescent Girls in Surabaya*. Indonesian Journal of Health Education, 15(1), 22-29.
- Zuraida, R., Lipoeto, N. I., Masrul, M., & Februhartanty, J. (2020). *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*. 8, 36–40.



This is an open access article under the [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.