

Hubungan pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kadar hemoglobin remaja putri

Juwi Lestari Oktalia, Khoirun Nisa Alfitri*, Dittasari Putriana

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta

*Email: khoirunnisaa@unisayogya.ac.id

Abstrak

Prevalensi anemia remaja putri di Indonesia mencapai 32%. Salah satu faktor yang menjadi penyebab terjadinya anemia adalah tingkat pengetahuan anemia yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Ma'arif Borobudur. Jenis penelitian adalah *observational analytic* dengan desain cross sectional. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi adalah siswi kelas VIII, bersedia menjadi responden, mendapatkan TTD, sudah mengalami menstruasi, mampu berkomunikasi dengan baik, sedangkan kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap. Data yang diambil adalah tingkat pengetahuan anemia, kepatuhan konsumsi TTD, dan kadar hemoglobin. Analisis data yang digunakan adalah uji *pearson product moment* dan uji *fisher exact*. Rata-rata skor pengetahuan anemia dari 33 responden adalah 76,8, rata-rata kadar hemoglobin adalah 12,15 g/dl, sebagian besar responden patuh mengkonsumsi TTD (72,7%). Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD anemia dengan kadar hemoglobin ($p > 0,05$). Bagi pihak puskesmas dan sekolah diperlukan adanya kebijakan untuk memberikan kartu suplementasi TTD agar dapat memantau jumlah TTD yang dikonsumsi dan meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD.

Kata kunci: Anemia, Pengetahuan, Kepatuhan, Remaja

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang pesat, kebutuhan nutrisi akan meningkat pada masa ini (Lestarina dkk., 2017). Masa remaja merupakan proses perkembangan yang melibatkan perubahan yang berkaitan dengan perkembangan psikoseksual, dan perubahan juga terjadi dalam hubungan dengan orang tua dan cita-citanya (Saputro, 2018). Masalah gizi yang umum dialami remaja adalah gizi kurang, gizi lebih, dan kejadian anemia. Remaja, khususnya remaja putri lebih rentan mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra, karena setiap bulannya remaja putri akan mengalami menstruasi (Nofianti., 2021). Anemia juga merupakan salah satu dari faktor penyebab tingginya angka kematian ibu di Indonesia hingga saat ini (Muhayati dan Ratnawati, 2019).

Anemia adalah suatu kondisi yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin dalam tubuh. Hemoglobin adalah *metalloprotein*, protein yang mengandung zat besi yang ditemukan dalam sel darah merah yang membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh (Fitriany dan Saputri, 2018). Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021, prevalensi anemia pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun secara global mencapai 29,9% (WHO, 2021). Berdasarkan data RISKESDAS 2018, prevalensi nasional anemia pada remaja usia 15-24 tahun mencapai 32%. Sedangkan, prevalensi anemia pada remaja putri di Jawa Tengah mencapai 43,2% pada tahun 2010, meningkat menjadi 57,1% di tahun 2013, dan mengalami penurunan pada tahun 2016 menjadi 50% (Panyuluh, Prabamukti, dan Riyanti, 2018). Adapun berdasarkan studi pendahuluan yang pernah dilakukan di Puskesmas Borobudur pada tahun 2022 didapatkan hasil bahwa prevalensi anemia di SMP dan SMA wilayah kerja Puskesmas Borobudur mencapai 25% (Laporan Tahunan Puskesmas Borobudur, 2022).

Terjadinya anemia tidak lepas dari masalah kesehatan lainnya dan dampaknya dianggap sangat serius bagi kesehatan banyak orang. Masalah kesehatan masyarakat yang berhubungan dengan kasus anemia pada remaja meliputi penurunan kemampuan belajar dan konsentrasi, gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan intelektual otak, dan peningkatan risiko infeksi akibat penurunan daya tahan tubuh (Astuti dan Kulsum, 2020). Efek kekurangan zat besi (Fe) dapat menimbulkan gejala seperti 5L, Lemah, Lelah, Letih, Lesu, Lunglai, nafsu makan menurun, dan gagal tumbuh (Putri, Simanjuntak dan Kusdalinah, 2017).

Beberapa faktor yang dapat berhubungan dengan perkembangan anemia pada remaja putri adalah asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, kebiasaan konsumsi teh, kecacingan, pendidikan, jenis pekerjaan, orang tua, pendapatan keluarga, pola menstruasi (Budiarti, Anik dan Wirani, 2021). Faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri adalah pengetahuan gizi, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) (Putri, Simanjuntak dan Kusdalinah, 2017). Salah satu upaya pemerintah untuk mengatasi anemia pada remaja putri adalah dengan memberikan TTD kepada remaja putri melalui puskesmas yang terdiri dari empat butir pil yang diminum setiap minggu selama satu bulan (Septiasari, 2020).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat menginspirasi terwujudnya perilaku kesehatan. Mengetahui tentang anemia sangat penting bagi remaja putri karena dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam menjaga pola makan sehari-hari untuk mencegah anemia (Chandra, Junita dan Fatmawati, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Hasyim, Mutalazimah, dan Muwakhidah (2018) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan risiko anemia dengan kadar hemoglobin pada remaja putri. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Muwakhidah, dkk (2020) menyatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara pengetahuan tentang anemia dengan status anemia remaja putri.

Selain pengetahuan, masalah terkait kepatuhan telah menjadi hambatan utama untuk asupan zat besi harian. Memberikan suplementasi sekali seminggu menjadi salah satu solusi untuk mengatasi kepatuhan (Putri, Simanjuntak dan Kusdalinah, 2017). Apabila remaja putri patuh dalam mengkonsumsi TTD maka, kejadian anemia dapat dicegah (Savitri dkk., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Risanti, dkk (2019) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kadar hemoglobin. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Syah, dkk (2022) menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat kepatuhan konsumsi TTD dengan status anemia.

Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP Ma'arif Borobudur.

2. Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah *observational analitic* dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2022 di SMP Ma'arif Borobudur. Kriteria inklusi adalah siswi kelas VIII, bersedia berpartisipasi dalam penelitian, mendapatkan tablet tambah darah, sudah mengalami menstruasi, mampu berkomunikasi dengan baik. Sedangkan kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap. Sehingga didapatkan sampel sebanyak 33 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dengan teknik *purposive sampling*.

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan anemia, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, dan kadar hemoglobin remaja putri. Teknik pengumpulan data menggunakan data sekunder. Data sekunder berupa kadar hemoglobin, tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Tingkat pengetahuan anemia meliputi pengetahuan tentang anemia, kadar hemoglobin, asupan zat besi dan konsumsi tablet tambah darah yang dinyatakan dalam skor pengetahuan anemia. Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah disajikan dalam kategori patuh untuk konsumsi TTD ≥ 4 tablet dan tidak patuh untuk konsumsi TTD <4 tablet setiap minggu selama 1 bulan. Data tingkat pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi TTD diperoleh menggunakan kuesioner yang sudah tervalidasi dari penelitian sebelumnya (Agustin, Leksono dan Kusumawati, 2019). Data kadar hemoglobin diperoleh dari laporan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang dilakukan oleh analis kesehatan Puskesmas Borobudur. Pengambilan data hemoglobin remaja ini merupakan kegiatan yang sudah rutin dilakukan oleh pihak Puskesmas dan sudah ada perjanjian kerjasama antara Puskesmas Borobudur dengan pihak sekolah SMP Ma'arif Borobudur. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat, analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji *pearson product moment* dan uji *fisher exact*.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1 diketahui, data usia responden tidak terdistribusi normal sehingga dijabarkan dengan nilai median yaitu 14 tahun, kemudian didapatkan rata-rata usia responden adalah $13,7 \pm 0,9$. Dari pemeriksaan status gizi diketahui sebagian besar responden memiliki status gizi baik (84%) dengan rata-rata z-score $-0,35 \pm 1,02$. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner pengetahuan anemia didapatkan rata-rata skor pengetahuan anemia responden adalah 76,8 yang mengindikasikan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik (91%). Dari hasil pemeriksaan hemoglobin, didapatkan rata-rata kadar hemoglobin responden adalah 12,15 g/dl dengan sebagian besar remaja putri tidak mengalami anemia (60,6%). Berdasarkan hasil pengisian kuesioner kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, sebanyak 72,7% responden patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	n	%	Median (Min- Max)	Mean±SD
Usia (th)			14 13-16)	
13 tahun	15	45		
14 tahun	13	39		
15 tahun	2	6		
16 tahun	3	9		
Status gizi (Z-Score)				$-0,35 \pm 1,02$
Underweight	1	3		
Gizi baik/normal	28	84		
Overweight	4	12		
Pengetahuan anemia (skor)				$76,8 \pm 10,6$
Baik	30	91		
Kurang	3	9		
Kadar hemoglobin (g/dl)				$12,15 \pm 1,51$
Anemia	13	39,4		
Tidak anemia	20	60,6		
Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah				
Patuh	24	72,7		
Tidak patuh	9	27,2		

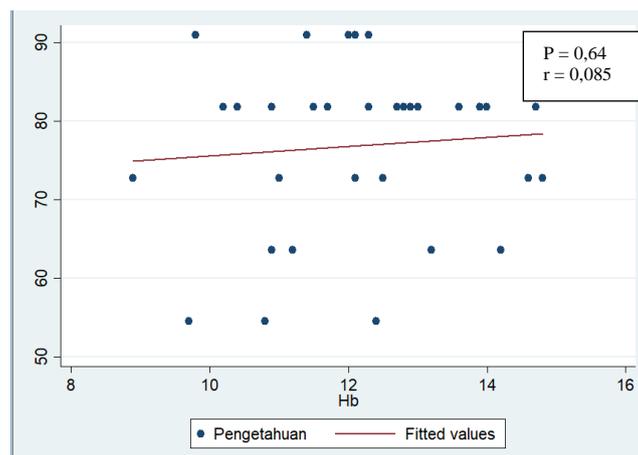
Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja berusia 13 tahun. Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak sampai dewasa. Pada masa ini remaja akan mengalami pertumbuhan yang begitu pesat dan perkembangan baik secara fisik maupun mental. Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu masa remaja awal (usia 10-14), remaja menengah (usia 15-17 tahun) dan remaja akhir (usia 18-20 tahun) (Diananda, 2018). Seiring bertambahnya usia, kebutuhan zat gizi tentu juga akan meningkat. Adapun faktor risiko anemia pada remaja putri diakibatkan oleh peningkatan kebutuhan zat besi pada remaja putri saat mereka tumbuh dan mulai menstruasi, hal ini yang menyebabkan beban mereka juga ganda (Dieniyah, Sari dan Avianti, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi baik/normal (84,85%). Status gizi merupakan gambaran kecukupan seseorang dalam konsumsi zat gizi yang diinterpretasikan dari hasil akumulasi konsumsi makanan sebelumnya. Sebagian besar remaja memiliki status gizi normal yang mungkin disebabkan karena masih tinggal bersama orang tuanya, sehingga pola dan jenis makanan masih terjamin (Kusudaryati dan Pramaningrum, 2018). Status gizi kurang merupakan salah satu faktor resiko terjadinya anemia, akan tetapi remaja putri yang memiliki status gizi normal juga memiliki resiko mengalami anemia jika kebiasaan makannya kurang baik. Makanan yang dikonsumsi dengan kandungan gizi yang cukup baik menghasilkan status gizi juga baik. Akan tetapi, jika makanan yang dikonsumsi memiliki kandungan gizi yang kurang akan menyebabkan malnutrisi sehingga dapat mengalami anemia (Muhayati dan Ratnawati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebanyak 39,4% responden mengalami anemia. Sedangkan, berdasarkan hasil Riskesdas 2018 prevalensi anemia remaja putri di Indonesia mencapai 32%. Dari data ini diketahui bahwa responden yang mengalami anemia di SMP Ma'arif Borobudur lebih tinggi daripada prevalensi nasional dari hasil Riskesdas 2018. Penelitian yang dilakukan oleh Sirait (2019) menunjukkan hasil bahwa sebanyak 39,7% remaja putri di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam mengalami anemia. Prevalensi anemia yang tinggi pada remaja putri menunjukkan perlunya pencegahan melalui pengetahuan dan konsumsi suplemen zat besi dan asam folat. Anemia pada remaja putri harus ditangani agar tubuh remaja putri memiliki simpanan zat besi sebagai persiapan sebelum pernikahan dan kehamilan (Simanungkalit dan Simamarta, 2019)

3.2. Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri

Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui bahwa hasil analisa statistik menggunakan uji *pearson product moment* didapatkan nilai *p-value* 0,64 artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan anemia dengan kadar hemoglobin remaja putri.



Gambar 1. Scatter plot Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang baik (91%). Hal ini menunjukkan bahwa remaja putri terlibat aktif dalam memperoleh pengetahuan tentang anemia. Dalam situasi saat ini, remaja terkenal mudah mengakses informasi, baik informasi umum maupun kesehatan (Arifarahmi, 2021). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hasyim (2018) yaitu sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan baik (88%), selain itu penelitian oleh Sirait (2019) juga menunjukkan hasil sebanyak 51,7% remaja putri memiliki pengetahuan baik. Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan muncul setelah orang mempersepsikan objek tertentu. Pengetahuan atau kognisi adalah ranah yang sangat penting untuk pembentukan tindakan seseorang (Simanungkalit dan Simarmata, 2019). Pengetahuan berperan penting dalam kejadian anemia karena pengetahuan yang kurang mengenai risiko anemia dapat meningkatkan kejadian anemia pada remaja putri. Pengetahuan gizi yang kurang menyebabkan kurangnya asupan makanan kaya zat besi, yang menyebabkan kadar hemoglobin rendah (Yunita dkk., 2020). Akan tetapi dalam penelitian ini menunjukkan hal yang sebaliknya yaitu tingkat pengetahuan anemia tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar hemoglobin remaja.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pengetahuan tidak berhubungan dengan kadar hemoglobin, dengan nilai *p-value* nya adalah 0,64, meskipun tidak terdapat hubungan yang signifikan, hasil penelitian ini menunjukkan arah positif, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan anemia, maka kadar hemoglobin semakin meningkat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hasyim (2018) yang menyatakan bahwa pengetahuan tidak berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 2 Pringsewu dengan *p-value* = 0,64. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada remaja putri kelas 8 di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam,

hasil penelitian menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Pada penelitian ini kemungkinan terjadi bias saat penelitian yaitu, kegiatan penelitian bertepatan dengan program rutin Puskesmas Borobudur Program Untuk Remaja Putri Jangan Engkau Lupa Tablet Tambah Darah Cegah Anemia (PUTRI JELITA), sehingga kemungkinan hal itu yang menjadi faktor tidak terdapat hubungan antara pengetahuan anemia dengan kadar hemoglobin, karena sebelum penelitian berlangsung, responden telah mendapatkan penyuluhan terkait anemia dan tablet tambah darah. Selain itu terdapat faktor lain yang menyebabkan anemia akan tetapi tidak diteliti oleh peneliti dalam penelitian ini seperti status ekonomi, pola makan, pola haid remaja putri, dan tindakan pemilihan makanan. Tindakan pemilihan makanan yang kurang baik terutama pada sumber protein seperti daging, telur, susu, ikan, yang berpengaruh terhadap pembentukan hemoglobin. Hal ini dapat disebabkan oleh pengaruh teman dan lingkungan yang suka makan sembarangan (Hasyim, 2018; Sirait 2019).

3.3. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa hasil analisa statistik menggunakan uji *fisher exact* didapatkan nilai *p-value* 0,42, artinya tidak ada hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin remaja putri. Selain itu, dalam tabel 3 dapat diketahui bahwa hasil analisa statistik menggunakan uji *independent t-test* didapatkan nilai *p-value* 0,18 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan kadar hemoglobin antara remaja putri yang patuh dan tidak patuh konsumsi tablet tambah darah.

Tabel 2. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kadar Hemoglobin

Kepatuhan konsumsi TTD	Status Anemia				Total	<i>p-value</i> *
	Anemia		Tidak anemia			
	n	%	n	%	n	%
Patuh	8	24,24	16	48,48	24	72,73
Tidak patuh	5	15,15	4	12,12	9	27,27
Total	13	39,39	20	60,61	33	100

*Uji *fisher exact*

Tabel 3. Perbedaan Kadar Hemoglobin Remaja Patuh dan Tidak Patuh Konsumsi TTD

Variabel	Patuh (24)	Tidak patuh (9)	<i>p-value</i> *
Kadar Hb	12,3±1,64	11,5±0,92	0,18

*Uji *independent t-test*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri patuh dalam konsumsi TTD (91%). Akan tetapi penelitian ini menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat kepatuhan konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin, dengan nilai *p-value* = 0,42. Selain itu, dapat diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan kadar hemoglobin antara remaja yang patuh dan tidak patuh konsumsi TTD (*p-value* = 0,18), namun kadar hemoglobin lebih tinggi pada responden yang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah.

Penelitian ini sejalan dengan Syah, dkk (2022) bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia, akan tetapi kejadian anemia ditemukan lebih tinggi pada responden yang tidak patuh konsumsi TTD. Terdapat hal lain yang membedakan penelitian ini dengan penelitian oleh Syah, dkk (2022) yaitu sebagian besar respondennya tidak patuh konsumsi TTD. Penelitian lain yang dilakukan pada siswa SMA yang ada di wilayah Puskesmas Ambarawa menyatakan bahwa tidak ada perbedaan kadar hemoglobin pada remaja yang mendapatkan tablet tambah darah dengan remaja yang tidak mendapatkan tablet tambah darah. (Septiasari, 2020).

Beberapa penelitian memang menyatakan bahwa kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah dapat membantu mencegah terjadinya anemia, akan tetapi konsumsi tablet tambah darah juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama dukungan dari guru dan sikap dari remaja itu sendiri (Amir

dan Djokosujono, 2019). Upaya yang dilakukan pemerintah untuk menanggulangi masalah anemia memang tidak selalu berjalan dengan baik dan efektif, selain dari ketersediaan tablet tambah darah beserta efek samping yang dapat memengaruhi keefektifan program suplementasi besi, terdapat faktor lain yang juga mempengaruhi kepatuhan konsumsi TTD yaitu pemantauan tablet tambah darah. Pemantauan TTD selama ini hanya berupa pelaporan data dari petugas Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) saja, sehingga data yang dilaporkan hanya berupa tablet yang telah didistribusikan bukan tablet yang sudah dikonsumsi oleh siswa. Oleh karena itu, pemberian kartu suplementasi TTD sangat diperlukan sebagai alat untuk menumbuhkan kesadaran dan meningkatkan kedisiplinan bagi remaja putri karena dianggap sebagai pekerjaan rumah (PR) oleh guru UKS (Fitriana dan Pramardika, 2019).

Sama halnya dengan pengetahuan anemia, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah bukan menjadi faktor utama penyebab anemia, terdapat beberapa faktor yang juga menjadi penyebab anemia tetapi tidak dilakukan dalam penelitian ini yaitu, kurangnya konsumsi makanan sumber zat besi terutama yang berasal dari hewani, meningkatnya kebutuhan Fe pada wanita haid serta tumbuh kembang pada masa pubertas, mengalami penyakit infeksi yang mengakibatkan zat besi yang diserap tubuh berkurang (kecacingan), atau hemolisis sel darah merah (malaria) juga merupakan beberapa faktor yang dapat menyebabkan anemia (Septiasari, 2020). Dalam penelitian ini, peneliti tidak mengambil data jumlah konsumsi TTD responden, sehingga terdapat kemungkinan responden tidak melaporkan jumlah konsumsi TTD yang sebenarnya. Selain itu, di SMP Ma'arif Borobudur belum memiliki program pemantauan konsumsi TTD, sehingga tidak diketahui jumlah TTD yang dikonsumsi.

4. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kadar hemoglobin remaja putri SMP Ma'arif Borobudur

5. Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada semua pihak yang terkait baik dari Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, pembimbing dan penguji, SMP Ma'arif Borobudur, Pihak Puskesmas Borobudur, enumerator yang telah membantu penulis sehingga penelitian ini dapat selesai dengan baik serta keluarga besar dan teman-teman yang sudah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.

Daftar Pustaka

- Agustin, P., Leksono, P., dan Kusumawati, E. (2019). Gambaran Pengetahuan, Dukungan Guru Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri Di SMPN 3 Wonggodeku Kabupaten Konawe (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari).
- Amir, N., dan Djokosujono, K. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur review. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 119-129.
- Arifarahmi, A. (2021). Pengetahuan tentang Anemia dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 463-468.
- Astuti, D., dan Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi dengan Terjadinya Anemia pada Remaja Outri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314-327.
- Budiarti, A., Anik, S., dan Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2).
- Chandra, F., Junita, D. D., dan Fatmawati, T. Y. (2019). Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Status Anemia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(04), 653-659.
- Dewi, I. M., Basuki, P. P., Chasanah, S. U., dan Purwandari, A. (2021). Analisis *Positive Deviance*: Pola Makan yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kota Yogyakarta. *Jurnal Delima Harapan*, 8(1), 33-41.
- Diananda, A. (2018). Psikologi remaja dan permasalahannya. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116-133.
- Dieniyah, P., Sari, M. M., dan 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.

- Fitriana, dan Pramardika, D. D. (2019). Evaluasi program tablet tambah darah pada remaja putri. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 200-207.
- Hasyim, A. N., Mutalazimah, M., dan Muwakhidah, M. (2018). Pengetahuan risiko, perilaku pencegahan anemia dan kadar hemoglobin pada remaja putri. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 33.
- Hasyim, D. I. (2018). Pengetahuan, sosial ekonomi, pola makan, pola haid, status gizi dan aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 06-14.
- Kusudaryati, D. P. D., dan Prananingrum, R. (2018). Hubungan Asupan Protein Dan Status Gizi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 16(1), 47-52.
- Lestarina, E., Karimah, H., Febrianti, N., Ranny, R., dan Herlina, D. (2017). Perilaku konsumtif di kalangan remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2).
- Muhayati, A., dan Ratnawati, D. (2019). Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01), 563-570.
- Muwakhidah, M., Sari, A. A., Fauziyah, I. N., dan Volum, N. (2020, May). Korelasi Pengetahuan, Kebiasaan Sarapan, Asupan Protein, Zat Besi, Dan Status Gizi Dengan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 1 Weru Sukoharjo. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 98-105).
- Nofianti, I. G. A. T. P., Juliasih, N. K., dan Wahyudi, I. W. G. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Widya Biologi*, 12(01), 58-66.
- Panyuluh, D. C., Prabamukti, P. N., dan Riyanti, E. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku penyebab anemia pada santriwati Pondok Pesantren Darul Ulum Kabupaten Kendal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 6(2), 156-162.
- Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y., dan Kusdalinah, K. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404-409.
- Rini, P., Erni (2022). Menu Seimbang dan Manfaat Tablet Zat Besi Sebagai Upaya Mencegah Kejadian pada Remaja Putri di SMA: Di Wilayah Kerja Puskesmas Sapaya Kecamatan Bungaya. *J-MAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 175-180.
- Risanti, E. D., Putra, P. I. M., Dasuki, M. S., dan Khoirunnabila, A. M. (2020). Gizi, Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan Sarapan dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. In Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- Savitri, M. K., Tupitu, N. D., Iswah, S. A., dan 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.
- Septiasari, Y. (2020). Perbedaan Hemoglobin Remaja Putri yang Mendapatkan dengan yang Tidak Mendapatkan Tablet Tambah Darah Pemerintah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 88-93.
- Simanungkalit, S. F., dan Simarmata, O. S. (2019). Pengetahuan dan perilaku konsumsi remaja putri yang berhubungan dengan status anemia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(3), 175-182.
- Sirait, A. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam. <http://repo.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/handle/123456789/1669>
- Syah, M. N. H., Novianti, H., Asna, A. F., dan Silvia, M. P. (2022). Studi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan Asupan Zat Gizi Terkait Anemia Pada Siswa Perempuan di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Kota Bekasi, Indonesia. *MGMI*, 13(2), 105-116.
- WHO (2021) 'Prevalence of Anaemia in Women of Reproductive Age (Aged 15-49) (%)', The Global Health Observatory, 23, p. 2021. Available at:

[https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-ofanaemia-in-women-of-reproductive-age-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-ofanaemia-in-women-of-reproductive-age-(-))

Yunita, F. A., Parwatiningsih, S. A., Hardiningsih, M., Yuneta, A. E. N., Kartikasari, M. N. D., dan Ropitasari, M. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di Smp 18 Surakarta. PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, 8(1), 36-47.