



GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG TABLET TAMBAH DARAH (Fe) DALAM MENCEGAH ANEMIA

Lilik Setiawan

Prodi D3 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri

Email Korespondensi: liliks1975@gmail.com

ABSTRAK

Anemia adalah kurangnya sel darah merah karena kekurangan zat besi. Tablet Tambah Darah (TTD) untuk mencegah anemia. Pengetahuan tentang TTD mempengaruhi remaja putri dalam mengonsumsinya. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia. Desain penelitian deskriptif, populasi 96, sampel 49 responden, teknik sampling *random sampling*. Variabel penelitian pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia. Instrumen menggunakan kuesioner dan analisa menggunakan presentase dan diinterpretasikan secara kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian dari 49 responden sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 25 responden (51%), hampir setengah dari responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 18 responden (37%), dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 6 responden (12%). Faktor pengetahuan cukup dipengaruhi oleh faktor usia, pernah atau tidak pernah mendapatkan informasi, mulai kelas berapa diberikan TTD. Pengetahuan baik dipengaruhi oleh faktor pernah atau tidak pernah mendapatkan informasi, mendapatkan informasi dari mana. Pengetahuan kurang dipengaruhi oleh faktor menstruasi pertama usia, pernah atau tidak pernah mendapatkan informasi. Diharapkan responden lebih meningkatkan pengetahuan tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia dan aktif mencari informasi melalui media sosial.

Kata Kunci: Pengetahuan, Remaja Putri, Pencegahan, Anemia

ABSTRACT

Anemia is the lack of red blood cells due to iron deficiency. Tablet (TTD) to prevent anemia. Knowledge about TTD affects adolescent girls in consuming it. The purpose of the study was to determine the knowledge of adolescent girls about blood supplement tablets (Fe) in preventing anemia. Descriptive research design, research population 96, sample of 49 respondents with sampling technique random sampling. The research variable is the knowledge of adolescent girls about blood supplement tablets (Fe) in preventing anemia. Data were collected using a questionnaire, the data were then analyzed using percentages. Based on the results of the study of 49 respondents, most of the

respondents had sufficient knowledge as many as 25 respondents (51%), almost half of the respondents had good knowledge as many as 18 respondents (37%), and a small proportion of respondents had poor knowledge as many as 6 respondents (12%). The factor of sufficient knowledge is influenced by the age factor, whether or not they have ever received information, starting from what grade TTD is given. Good knowledge is influenced by the factor of ever or never getting information, getting information from where. Poor knowledge is influenced by the factors of first menstruation, age, whether or not they have ever received information. It is expected that respondents always further increase the knowledge of adolescent girls about blood supplement tablets (Fe) in preventing anemia and actively seek information through social media.

Keywords: Knowledge, Adolescent Girls, Prevention, Anemia

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah pada tubuh tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh dikarenakan berbagai faktor penyebab yang secara umum disebabkan oleh kekurangan gizi (zat besi). Tablet Tambah Darah (TTD) adalah suplemen makanan yang mengandung zat besi dan folat (Riawati & others, 2021). Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Ratnawati, 2022).

Remaja mengalami menstruasi setiap bulani, sehingga dianjurkan untuk mengonsumsi tablet tambah darah untuk memenuhi zat besi yang hilang selama menstruasi atau untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan yang dikonsumsi (Lestari & Puspitasari, 2024). Pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah sangat berpengaruh terhadap sikap dalam mengonsumsi tablet tambah darah sejak dini. Pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah membawa remaja putri untuk berfikir dan berusaha supaya dapat menghindari terjadinya anemia defisiensi besi pada remaja putri (Samputri & Herdiani, 2022). Sesuai dengan program suplementasi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) pada setiap sekolah di Indonesia bertanggung jawab untuk memberikan suplemen zat besi kepada remaja putri berusia antara 12 dan 18 tahun dengan dosis anjuran pemberian TTD untuk remaja putri, ibu hamil dan wanita usia subur adalah 1 (satu) kali seminggu dan setiap hari selama haid bagi remaja putri dan WUS (Kemenkes RI, 2014) dalam (Salamah & Zaitun, 2024).

Remaja putri saat ini masih banyak yang mengabaikan terhadap konsumsi Fe disebabkan banyak faktor, seperti malas dan efek samping yang sering dirasakan setelah minum Fe (Putra et al., 2020). Pengetahuan perlu diberikan pada remaja putri supaya tidak mengabaikan hal tersebut, karena mereka tidak menyadari pentingnya tablet zat besi (Fe) bagi remaja. Pengetahuan adalah bagian esensial dari eksistensi manusia, karena pengetahuan merupakan buah dan aktivitas berfikir yang dilakukan oleh manusia. Ilmu pengetahuan secara umum adalah suatu pengetahuan tentang objek tertentu yang disusun secara sistematis objektif rasional dan empiris sebagai hasil.

Secara global prevalensi anemia tahun 2021 pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun menurut WHO sebesar 29.9% (WHO, 2021) dalam (Suharmanto et al., 2023). Angka kejadian anemia pada remaja di seluruh dunia masih cukup tinggi mencapai 25.4% remaja di seluruh dunia mengalami anemia. Di Indonesia angka kejadian anemia sebesar 21,7%. Pada laki laki 18,4%, sedangkan pada perempuan sebesar 23,9%. Berdasarkan kriteria usia 5-14 tahun mencapai 26,4% dan pada usia 15-25 tahun mencapai 18,4%. Berdasarkan data

semua kelompok umur tersebut, wanita memiliki prevalensi tertinggi mengalami anemia, termasuk diantaranya adalah remaja putri (Yuniarti & Zakiah, 2021). Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menunjukkan bahwa angka kejadian anemia sebesar 32% sedangkan proporsi anemia pada remaja putri (27,2%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3%) (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019) dalam (Windari & Prajayanti, 2024).

Pada tahun 2021, persentase cakupan pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja di Indonesia adalah sebesar 31,3%. Sedangkan persentase cakupan pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja di Jawa Timur sebesar 23,5%. Dapat disimpulkan bahwa persentase pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja di Jawa Timur masih berada dibawah rata-rata persentase pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja di Indonesia. (Mardlotillah & Sumarmi, 2024). Indonesia terdapat 20 provinsi yang mempunyai prevelensi anemia gizi besi lebih besar dari prevelensi nasional, salah satunya Jawa Timur menempati peringkat 11 yang mempunyai prevelensi anemia pada remaja (Windari & Prajayanti, 2024). Berdasarkan data Dinkes Provinsi Jawa Timur (2020) prevalensi angka kejadian anemia pada remaja putri di Jawa Timur sebesar 42% (Iftitah et al., 2022). Di Jawa Timur berdasarkan data (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2020) dalam (Mafaza et al., 2023), sebanyak 42% siswi di Jawa Timur mengalami anemia.

Menurut (PUTRI et al., 2023) hasil penelitian terhadap 127 orang di Desa Prambontergayang, hampir setengahnya (36,2%) remaja putri memiliki pengetahuan kurang tentang Konsumsi Tablet Tambah Darah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Leni dkk (2019) dalam (Muthia et al., 2024), yang berjudul Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Fe sebagian besar pengetahuan yang didapatkan bahwa dari 67 responden, 25 responden (37,3,3%) memiliki pengetahuan baik, 42 responden (62,7%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang manfaat tablet Fe.

Remaja putri berisiko tinggi mengalami defisiensi zat besi yang mengakibatkan anemia. Oleh karena itu, prevalensi anemia di kalangan remaja putri masih tergolong dalam kategori tinggi. Hal ini disebabkan karena menstruasi yang dialami oleh remaja putri setiap bulan. Menstruasi adalah proses pendarahan yang terjadi secara teratur setiap bulan pada perempuan selama masa subur kecuali terjadi kehamilan. Siklus menstruasi berlangsung sekitar 28 hari, dengan kisaran normal antara 21-35 hari. Durasi haid pada umumnya berlangsung selama 3-6 hari (Dineti dkk., 2022) dalam. Jumlah darah yang biasa dikeluarkan selama menstruasi berada dalam kisaran 25-60 ml dalam kondisi normal. Jika kehilangan darah menstruasi melebihi 60 ml pada wanita, dapat mengakibatkan penurunan cadangan zat besi yang berpotensi mengurangi kadar hemoglobin (Rosdarni dkk., 2023).

Pendarahan selama menstruasi menunjukkan berkurangnya zat besi dalam tubuh sesuai dengan banyaknya darah yang keluar. Semakin lama masa haid seseorang, semakin banyak pula darah yang hilang, yang berdampak pada penurunan zat besi yang signifikan. Sebagai hasilnya, wanita yang sedang menstruasi memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kekurangan zat besi (Hasnawati dan Hafid, 2019). Proses menstruasi mengakibatkan kekurangan zat besi dalam darah, sehingga asupan gizi yang adekuat sangat dibutuhkan pada remaja putri (Handayani & Sugiarsih, 2022). Pemberian tablet Fe atau tablet tambah darah dimana tujuannya adalah untuk mencegah serta mengendalikan anemia dan untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Sasarannya adalah semua kelompok umur yang rentan berisiko mengalami anemia khususnya pada kelompok remaja putri dan ibu hamil. Aturan minum dari tablet Fe yang diberikan kepada remaja putri yaitu 1 tablet setiap 1 minggu dan 1 tablet setiap harinya selama 10 hari saat menstruasi (Kemenkes, 2016) dalam (Nurhasanah, 2022).

Pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah masih kurang. Banyak remaja putri yang tidak mengetahuinya, hal ini menunjukkan masih rendahnya kesadaran remaja putri

mengenai pentingnya konsumsi TTD (Tablet Tambah Darah) secara rutin sebagai upaya preventif anemia (Ainaya et al., 2022). Semakin tinggi pengetahuan remaja putri terhadap tablet tambah darah maka akan tinggi pengetahuan mengenai pentingnya minum tablet tambah darah yang untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri.

Dampak kurangnya pengetahuan tentang Tablet Tambah Darah (TTD) adalah peningkatan kejadian anemia, tidak mengerti manfaat tablet tambah darah, kekurangan zat besi, tidak mengerti pentingnya zat besi bagi tubuh, kurangnya minat mengonsumsi tablet tambah darah, dan tidak mengerti aturan minum tablet tambah darah.

Dampak positif mengerti tentang Tablet Tambah Darah (TTD) adalah mencegah anemia atau kekurangan sel darah merah, mengerti pentingnya tablet tambah darah, memahami aturan mengonsumsi tablet tambah darah, mengetahui manfaat tablet tambah darah, dan meningkatnya minat mengonsumsi zat besi. Oleh karena itu, mengonsumsi tablet tambah darah setiap bulan membantu mengganti hilangnya zat besi efek datang bulan serta memenuhi zat besi yang dibutuhkan (Runiari & Hartati, 2020).

Solusi untuk meningkatkan pengetahuan yaitu edukasi pemberian tablet tambah darah efektif untuk meningkatkan kadar Hb siswi dengan ketentuan remaja putri patuh mengonsumsi 1 tablet Fe setiap minggunya atau 4 tablet dalam 1 bulan, maka dari itu remaja putri memerlukan pengetahuan yang cukup luas mengenai tablet tambah darah Fe (Widiastuti dan Rusmini, 2020) dalam (Nurhayati et al., 2024) dan pemberian edukasi mengenai anemia penting dilakukan untuk memberikan informasi yang benar kepada remaja putri (Amin, 2021). Beberapa upaya pencegahan anemia dengan mengonsumsi makanan yang mengandung banyak zat besi, mengandung banyak asam folat, mengandung banyak vitamin A, mengandung banyak vitamin C, mengandung banyak vitamin E dan mengandung banyak zinc, serta dengan pemberian tablet tambah darah (TTD) (Aliyah & Krianto, 2023).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ” Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah (Fe) Dalam Mencegah Anemia di SMP Negeri 1 Sawahan Kecamatan Sawahan Kabupaten Nganjuk.

METODE PELAKSANAAN

Desain penelitian deskriptif, populasi 96, sampel 49 responden, teknik sampling *random sampling*. Variabel penelitian pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia. instrumen menggunakan kuesioner dan analisa menggunakan presentase dan diinterpretasikan secara kuantitatif.

HASIL PEMBAHASAN

Deskripsi data khusus menyajikan data tentang Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah (Fe) Dalam Mencegah Anemia Di SMP Negeri 1 Sawahan Kecamatan Sawahan Kabupaten Nganjuk.

Tabel 1 Data khusus Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah (Fe) Dalam Mencegah Anemia Di SMP Negeri 1 Sawahan Kecamatan Sawahan Kabupaten Nganjuk pada tanggal 21 Maret 2025 – 30 April 2025

No	Kriteria	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1.	Baik	18	37
2.	Cukup	25	51
3.	Kurang	6	12

Sumber data : Lembar Kuesioner, Lilik setiawan, Data Khusus 2025

Berdasarkan data tabel di atas didapatkan dari 49 responden menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden mempunyai pengetahuan yang cukup sebanyak 25 responden (51%) dan hampir setengah dari responden mempunyai pengetahuan yang baik sebanyak 18 responden (37%), dan sebagian kecil dari responden mempunyai pengetahuan yang kurang sebanyak 6 responden (12%).

Berdasarkan data hasil penelitian Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah (Fe) Dalam Mencegah Anemia didapatkan dari 49 responden menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden mempunyai pengetahuan yang cukup sebanyak 25 responden (51%), hampir setengah dari responden mempunyai pengetahuan yang baik sebanyak 18 responden (37%), dan sebagian kecil dari responden mempunyai pengetahuan yang kurang sebanyak 6 responden (12%).

Pengetahuan merupakan hasil "tahu" ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Ada 5 panca indera yang dapat mempengaruhi suatu pengetahuan yaitu indera pendengaran, penglihatan, penciuman, perabaan dan perasa. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun orang lain (khalid, 2012) dalam (Fadelina et al., 2021).

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Ratnawati, 2022).

Tablet Tambah Darah (TTD) adalah suplemen makanan yang mengandung zat besi dan folat. Zat besi adalah mineral yang banyak terkandung di dalam makanan secara alami, atau ditambahkan ke dalam beberapa produk makanan. Zat besi berperan penting dalam pembuatan sel darah merah yang mengangkut oksigen dari paru-paru ke jaringan. Selain itu, juga diperlukan untuk pertumbuhan, perkembangan, dan fungsi normal sel (Sab'ngatun & Riawati, 2021) dalam (Muthia et al., 2024).

Pada remaja putri, dibutuhkan ekstra zat besi untuk mengganti zat besi yang hilang ketika menstruasi setiap bulan. (Lestari & Puspitasari, 2024). Remaja putri saat ini masih banyak yang mengabaikan terhadap konsumsi Fe disebabkan banyak faktor, seperti malas dan efek samping yang sering dirasakan setelah minum Fe (Putra et al., 2020).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan menurut Notoatmadjo (2020), antara lain faktor internal meliputi umur, pendidikan, pekerjaan dan faktor eksternal seperti sumber informasi, sosial dan ekonomi, lingkungan. Pendidikan adalah usaha untuk mengembangkan Pendidikan dan kemampuan didalam maupun diluar sekolah. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin mudah menyelesaikan berbagai persoalan yang dihadapi. Semakin tambah usia semakin banyak pengetahuan dan pengalaman yang didapat seseorang. Usia seseorang yang lebih dewasa mempengaruhi tingkat kemampuan dalam berpikir dan menerima informasi yang lebih baik dibandingkan usia yang lebih muda (Khusnul Dwihestie, 2022).

Sumber informasi juga mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang sebagai sarana komunikasi yang didapat dari media massa seperti televisi. radio, surat kabar, majalah, internet, dan lain-lain yang berpengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan seseorang (Notoatmojo, 2018). Pengalaman yaitu suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh untuk memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalunya. Pengalaman erat kaitannya dengan usia dan pendidikan

seseorang, pendidikan yang tinggi dan usia yang semakin tua maka semakin banyak pengalaman yang didapat. Sosial budaya mempengaruhi pengetahuan melalui kebiasaan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik/buruk (Notoatmojo, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian tentang Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah (Fe) Dalam Mencegah Anemia Di SMP Negeri 1 Sawahan Kecamatan Sawahan Kabupaten Nganjuk menunjukan bahwa dari 49 responden bahwa sebagian besar dari responden mempunyai pengetahuan yang cukup sebanyak 25 responden (51%). Pengetahuan cukup dipengaruhi oleh faktor yaitu usia dan mulai kelas berapa diberikan tablet tambah darah, pernah atau tidak pernah mendapat informasi.

Pengetahuan cukup dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut (Elizawarda & Desfauza, 2023) umur adalah usia individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai saat beberapa tahun. Semakin cukup usia, tingkat kematangan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Usia memengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang, Dimana semakin bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin banyak (Priantara, T. (2019) dalam (Elizawarda & Desfauza, 2023). Usia remaja putri saat ini masih memasuki remaja tahap awal yaitu pada usia 13 –15 tahun dengan bercirikan perilakunya yang kurang menentu, cenderung emosional, belum stabil, banyak permasalahan, dan tentu saja merupakan masa kritis pada usia remaja (Adnyana et al., 2021). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukan bahwa dari 25 responden yang cukup didapatkan sebagian besar dari responden memiliki usia 15 tahun sebanyak 17 responden (68%), sebagian kecil dari responden memiliki usia 16 tahun sebanyak 5 responden (20%) dan sebagian kecil responden memiliki usia 14 tahun sebanyak 3 responden (12%).

Dari hasil penelitian penulis berasumsi bahwa diusia remaja 15 tahun masih perlu dibekali pengetahuan tentang tablet dalam darah (Fe) dalam mencegah anemia karena pada remaja usia tersebut pengetahuan yang didapat masih dasar, belum begitu memikirkan tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia dan lebih fokus diri sendiri atau teman serta lebih suka yang berupa hiburan.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi pengetahuan cukup yaitu mulai kelas berapa diberikan tablet tambah darah. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut teori (Norlita et al., 2023) Pemberian TTD dilakukan pada remaja putri mulai dari usia 12-18 tahun kecuali remaja putri yang mengalami penyakit seperti thalasemia, hemosiderosis, atau atas indikasi dokter lainnya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemberian TTD pada remaja putri efektif meningkatkan kadar haemoglobin (Hb) dalam darah dan menurunkan prevalensi kejadian anemia pada remaja putri (Gosdin et al., 2021; Haryanti, Kamesworo and Maksuk, 2021) dalam (Pamangin, 2023). Pemerintah mempunyai program untuk remaja putri di sekolah, yaitu memberikan satu tablet tambah darah setiap minggu selama 52 minggu dalam setahun atau 1 tablet setiap minggu secara teratur (Riskesdas, 2018). Pelaksanaan program pemberian tablet tambah darah diinstitusi pendidikan pada jenjang SMP dan SMA atau yang sederajat melalui UKS/M. Tablet tambah darah ini diberikan dari pihak sekolah, yaitu guru UKS setiap satu minggu sekali pada hari jumat dan pada hari tersebut seluruh remaja putri diwajibkan untuk meminum tablet tambah darah secara bersama-sama (Norlita et al., 2023). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukan bahwa dari 25 responden yang cukup didapatkan bahwa hamper seluruh responden mulai diberikan tablet tambah darah dari kelas 7 sebanyak 19 responden (76%), sebagian kecil dari responden mulai diberikan tablet tambah darah dari kelas 8 sebanyak 6 responden (24%).

Dari hasil penelitian dengan berasumsi bahwa mulai kelas berapa diberikan tablet tambah darah pada jenjang SMP lebih banyak didominasi dari kelas 7 yang seharusnya pada

usia mereka sudah pernah mendapatkan edukasi tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah karena program pengenalan dan pemberian tablet tambah darah merupakan program pemerintah yang diberikan kepada pada remaja sejak duduk di bangku SMP. Namun, terkadang pemberian tablet tambah darah oleh pihak sekolah dapat dinilai kurang tepat waktu karena pemberian dilakukan melebihi hari yang telah ditentukan sehingga mempengaruhi ketidaktepatan waktu pemberian atau konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Apabila terdapat remaja putri yang tidak hadir pada saat pemberian tablet tambah darah, maka akan diberikan di hari berikutnya saat remaja putri tersebut telah hadir di sekolah.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi pengetahuan cukup yaitu pernah atau tidak pernah mendapat informasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut (Manao, 2019) dalam (Yusri, 2020), informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sehingga jika responden kurang mendapatkan informasi akan menghambat wawasan pengetahuannya. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 25 responden yang cukup didapatkan bahwa seluruh responden mendapatkan informasi sebanyak 25 responden (100%) pernah mendapatkan informasi tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia.

Dari hasil penelitian penulis berasumsi bahwa pengetahuan cukup didapatkan ketika remaja tertarik dengan informasi yang diberikan namun kurang berkonsentrasi saat informasi disampaikan sehingga ada informasi yang tidak didapatkan.

Hasil penelitian tentang Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah (Fe) Dalam Mencegah Anemia Di SMP Negeri 1 Sawahan Kecamatan Sawahan Kabupaten Nganjuk menunjukkan bahwa dari 49 responden bahwa sebagian kecil dari responden mempunyai pengetahuan yang baik sebanyak 18 responden (37%). Pengetahuan baik dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pernah atau tidak pernah mendapat informasi dan mendapatkan sumber informasi dari mana

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi pengetahuan baik yaitu pernah atau tidak pernah mendapat informasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut (Manao, 2019) dalam (Yusri, 2020), informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sehingga jika responden kurang mendapatkan informasi akan menghambat wawasan pengetahuannya. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 18 responden yang baik didapatkan bahwa seluruh responden mendapatkan informasi sebanyak 18 responden (100%) pernah mendapatkan informasi tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia.

Dari hasil penelitian penulis berasumsi bahwa pernah mendapat informasi membuat remaja lebih tau dan jelas tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia karena kemudahan dalam mencari informasi yang relevan sehingga tingkat pengetahuan remaja bertambah.

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan baik yaitu sumber informasi dari mana. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut (Sukmadinata, 2003) dalam (Masrudin et al., 2020) bahwa melalui berbagai media masa baik cetak maupun elektronik, berbagai informasi yang dapat diterima oleh masyarakat sehingga seseorang yang lebih sering terpapar media massa akan memperoleh informasi lebih banyak jika dibandingkan dengan orang yang tidak pernah terpapar informasi media. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam – macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan remaja tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan dan lainnya yang mempunyai pengaruh

besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang (Klau, 2019). Perkembangan teknologi informasi komunikasi yang pesat merupakan upaya untuk memenuhi kebutuhan dari masyarakat informasi. Salah satu perkembangan teknologi komunikasi adalah kehadiran internet bagi bangsa di dunia, informasi baik positif dan negatif tidak mampu terbendungkan dan dapat dengan mudah di akses oleh semua orang. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 18 responden yang baik didapatkan bahwa sebagian besar dari responden mendapat informasi dari petugas kesehatan sebanyak 10 responden (56%), hampir setengah dari responden mendapatkan informasi dari media elektronik (internet, media sosial) sebanyak 5 responden (28%), dan sebagian kecil dari responden mendapatkan informasi dari lain-lain sebanyak 3 responden (17%).

Dari hasil penelitian penulis berasumsi bahwa dengan mendapatkan informasi dari petugas kesehatan membuat informasi dan pengetahuan tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia dapat diperoleh lebih mudah dan akurat karena melalui penyuluhan atau informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan, para remaja bisa aktif bertanya sehingga semakin banyak informasi yang diterima, semakin luas pengetahuan yang diperoleh tentang kesehatan.

Hasil penelitian tentang Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah (Fe) Dalam Mencegah Anemia Di SMP Negeri 1 Sawahan Kecamatan Sawahan Kabupaten Nganjuk menunjukkan bahwa dari 49 responden bahwa sebagian kecil dari responden mempunyai pengetahuan yang kurang sebanyak 6 responden (12%). Pengetahuan kurang dipengaruhi oleh faktor menstruasi pertama usia, pernah atau tidak pernah mendapat informasi

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan kurang yaitu menstruasi pertama usia. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut (Nurlaeli et al., 2021) dalam (Meinarisa et al., 2021) menstruasi adalah tahap perkembangan fisik ketika alat reproduksi manusia mencapai kematangan. Umumnya usia menstruasi adalah usia 12-14 tahun, namun saat ini terdapat kecenderungan perubahan usia menstruasi ke usia yang lebih muda sehingga banyak anak SD, SMP yang mengalami menstruasi. Hal ini bergantung pada beberapa faktor seperti kesehatan, berat badan, dan status nutrisi. Semakin tinggi pengetahuan remaja putri terhadap tablet tambah darah maka akan tinggi pengetahuan mengenai pentingnya minum tablet tambah darah yang untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri. Periode menstruasi penting dalam reproduksi, periode ini biasanya terjadi setiap bulan antara usia pu bertas dan menopause. Wanita mengalami siklus menstruasi rata rata terjadi sekitar 28 hari (Tina, 2009). Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi (Hestiantoro, 2007) dalam (Saliano et al., 2022). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menyebutkan dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 6 responden yang kurang didapatkan bahwa sebagian besar dari responden menstruasi pertama usia dari usia 12 tahun sebanyak 4 responden (67%), sebagian kecil dari responden menstruasi pertama usia dari usia 13 tahun sebanyak 1 responden (17%), dan sebagian kecil dari responden menstruasi pertama usia dari usia 14 tahun sebanyak 1 responden (17%).

Dari hasil penelitian penulis berasumsi bahwa menstruasi pertama usia SMP lebih banyak didominasi pada usia 12 tahun karena dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, kesehatan tubuh, berat badan, status nutrisi dan stress sehingga kurangnya pengetahuan membuat remaja putri kurang mempunyai kesiapan dalam menghadapi menstruasi.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi pengetahuan kurang yaitu pernah atau tidak pernah mendapat informasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori menurut (Manao, 2019) dalam (Yusri, 2020), informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah

pengetahuan dan wawasannya, sehingga jika responden kurang mendapatkan informasi akan menghambat wawasan pengetahuannya. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 6 responden yang kurang didapatkan bahwa seluruh responden mendapatkan informasi sebanyak 6 responden (100%) pernah mendapatkan informasi tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia.

Dari hasil penelitian penulis berasumsi bahwa saat mendapatkan informasi tetapi remaja putri tidak tertarik dengan informasi tersebut maka remaja putri tidak konsentrasi untuk mendengarkan dan hanya mengabaikan informasi yang didapat sehingga pengetahuan remaja putri menjadi kurang.

KESIMPULAN

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup tentang gambaran pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah (Fe) dalam mencegah anemia

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, G. A. N. W. S., Armini, N. W., & Suarniti, N. W. (2021). Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia Dan Kepatuhan Remaja Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 9(1), 103–109.
- Agustin, H. (2023). Metode Penelitian Ekonomi Dan Bisnis (Konsep Dan Contoh Penelitian). CV. Mega Press Nusantara.
- Ahmad, E. H. (2023). Metodologi Penelitian Kesehatan (P. 78). https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=Y8q_EAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA73&dq=Kerangka+Operasional+adalah+Langkah-Langkah+Dalam+Aktivitas+Ilmiah+Mulai+Dari+Awal+Penelitian+&ots=Vaqeng5azk&sig=Xudt0gnfitqvkeutm48m9ta1nwo&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Ainaya, N. A., Apriningsih, A., Wahyuningtyas, W., & Makkiyah, F. A. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Niat Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Di Desa Sirnagalih, Kabupaten Bogor. *Jurnal Penelitian Kesehatan" Suara Forikes"(Journal Of Health Research" Forikes Voice)*, 13(2), 365–371.
- Aliyah, N., & Krianto, T. R. I. (2023). Pengetahuan Dalam Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kecamatan Cimanggis Kota Depok Tahun 2023. *Journal Of Nursing And Public Health*, 11(2), 426–435.
- Amin, N. A. (2021). Hubungan Antara Kebiasaan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kadar Hb Dan Prestasi Belajar Pada Siswi Di Sma Idhata Kendari. *Indonesian Journal Of Health And Medical*, 1(2), 325–331.
- Andanawarih, P., & Others. (2023). Pengaruh Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Pencegahan Anemia. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal Of Midwifery Science And Health)*, 14(2), 53–58.
- Damayanthy, L. P. A. (2021). Pengetahuan Anemia, Konsumsi Tablet Tambah Darah Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Gizi 2021.
- Dianita, E. M., Sari, P. N., Imam, N., & Praningsih, S. (2024). Kenali Lebih Jauh Anemia Pada Remaja. *Penerbit Tahta Media*.
- Dwi Hutami Putri, P. (2024). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Tambah Darah Di SMAN 3 Siak Hulu. Poltekkes Kemenkes Riau.
- Elizawarda, E., & Desfaufa, E. (2023). Pengetahuan Dan Sumber Informasi Tentang Tablet Tambah Darah Berhubungan Dengan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada

- Saat Menstruasi Di Lingkungan 3. *Jurnal Sosial Teknologi*, 3(9), 736–742.
- Fadelina, A. N., Tivani, I., & Prastiwi, R. S. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Saat Menstruasi Di Desa Lawatan RW 04. DIII Farmasi Politeknik Harapan Bersama.
- Faridi, A., Susilawaty, A., Rahmiati, B. F., Sianturi, E., Adiputra, I. M. S., Budiastutik, I., Oktaviani, N. P. W., Trisnadewi, N. W., Tania, P. O. A., Ramdany, R., & Others. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Febriana, E., Asmawati, A., Efendi, P., Mardiani, M., & Khelifitria, K. (2021). Pengaruh Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dengan Air Jeruk Lemon Plus Madu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia Di Pondok Pesantren Harsallakum Dan Darussalam Kota Bengkulu Tahun 2021.
- Handayani, I. F., & Sugiarsih, U. (2022). Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 2(2), 76–89.
- Iftitah, O., Hanum, S. M. F., ST, S., & Others. (2022). Incidence Of Anemia Reviewed From Daily Diet In Adolescents In Waru Village. *Academia Open*, 6, 10–21070.
- Klau, M. S. (2019). Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Kepatuhan Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 4 Kota Kupang. Jurusan Gizi.
- Laily, N., Cahyani, L. I., Abdullah, L. K., Mauliana, M., & Patria, S. (2022). Kegiatan Pemberdayaan Remaja Melalui Penyuluhan Dan Pembentukan Komunitas Remaja Sadar Anemia Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(3), 1055–1060.
- Lestari, N. A., & Puspitasari, C. E. (2024). Gambaran Pengetahuan Santriwati Terkait Anemia Dan Penggunaan Tablet Tambah Darah Di Pondok Pesantren Khusus Putri Al-Halimy, Lombok Barat. *Unram Medical Journal*, 13(2), 91–94.
- Mafaza, A., Rahma, A., & Supriatiningrum, D. N. (2023). Hubungan Asupan Zink, Tembaga, Dan Vitamin B6 Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Sma Muhammadiyah 10 GKB. *Ghidza Media Jurnal*, 5(1), 71–80.
- Mardlotillah, I. A., & Sumarmi, S. (2024). Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi, Inhibitor Zat Besi, Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Mtsn Bangkalan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 434–442.
- Masrudin, R., Utami, I., ST, S., Keb, M., Utami, F. S., & Others. (2020). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Berdasarkan Literatur Review. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Maulani, A. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp N 1 Kalibawang Kabupaten Kulon Progo Tahun 2020. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Meinarisa, M., Sari, L. A., & Mardiantika, B. (2021). Hubungan Pengetahuan, Kedekatan Ibu Dan Pola Asuh Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Di SMP Negeri 04, 06, Dan 17 Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2(2), 99–107.
- Muthia, G., Syofiah, P. N., Maidelwita, Y., Afrizal, A., & Hayati, I. I. (2024). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Di Sman 2 Padang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5056–5063.
- Nomiaji, D., Marsofely, R. L., Sumiati, S., Andeka, W., & Patroni, R. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Instagram Sebagai Media Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 4 Kota Bengkulu. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Norlita, W., Hardiyanti, R., & Others. (2023). Tingkat Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di SMK Abdurrah Pekanbaru. *As-Shiha: Jurnal*

Kesehatan, 3(2), 45–61.

- Novitasari, A. D. W. I., Sumaryono, D., Andeka, W., Patroni, R., & Darwis, D. (2022). Pengaruh Media Permainan Teka-Teki Silang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Mengenai Anemia Di Sman 10 Kota Bengkulu. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
- Nurhasanah, I. (2022). Edukasi Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah (Fe) Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 2(2), 204–210.
- Nurhayati, L., Marhamah, E., Olivia, N. B. P., & Others. (2024). Pengetahuan Anemia Dan Tablet Fe Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Fe. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 10(1), 45–53.
- Nurlaeli, H., Herman, M., & Indarto, H. (2021). Pengetahuan Dan Psikologi Anak SD Kelas Atas Saat Menghadapi Menstruasi Pertama Kali. *Inspiratif Pendidikan*, 10(1), 54–66.
- Pamangin, L. O. M. (2023). Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(2), 311–317.
- Pujianto, T., Kharismawati, E., Anggraini, E., & Others. (2023). Deskripsi Pengetahuan Dan Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (Penelitian Crossectional Di Posyandu Remaja Kecamatan Ngadiluwih). *Proceedings Of The National Health Scientific Publication Seminar*, 2(2), 569–574.
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia (Hb) Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 49–61.
- Putri, E. Y. (2022). Pengaruh Kemudahan, Keamanan, Dan Resiko Terhadap Minat Menggunakan Ceria Digital Pada Anggota Kspps Bmt Assyafi'iyah Kc Metro. Universitas Muhammadiyah Metro.
- Putri, K. A., Ningsih, W. T. R. I., & Nugraheni, W. T. (2023). Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Prambontergayang. *Jurnal Keperawatan*, 17(3), 125–132.
- Ratnawati, A. E. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 1–6.
- Riawati, D., & Others. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna: Journal Of Health Research*, 4(2).
- Riyanto, A., & Arini, D. P. (2021). Analisis Deskriptif Quarter-Life Crisis Pada Lulusan Perguruan Tinggi Universitas Katolik Musi Charitas. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 12–19.
- Romanti, Y., Wahyuni, E., Efriana, R., Mariati, M., & Hartini, L. (2022). Efektivitas Penyuluhan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di SMAN 10 Kota Bengkulu. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
- Salamah, S., & Zaitun, Z. (2024). Hubungan Dukungan Sekolah Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi SMP N 1 Glumpang Tiga Kabupaten Pidie Tahun 2024. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 10(1), 555–562.
- Saliano, S., Zebua, C. F. P., Suherry, K., & Halijah, S. (2022). Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Studi Literature. *Contagion: Scientific Periodical Journal Of Public Health And Coastal Health*, 4(1), 67–81.
- Salsabila, A., Amsah, D. G., Nadia, N., Simanjuntak, N. R., Nasution, S. A., Qauli, S., & Lubis, R. (2024). Periodisasi Masa Remaja Dan Ciri Khasnya: Pubertas, Remaja Awal Dan Remaja Akhir. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 7(5).
- Samputri, F. R., & Herdiani, N. (2022). Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 69–73.

-
- Suharmanto, S., Mutmainnah, S., & Zuraidda, R. (2023). Pengetahuan Dan Sikap Berhubungan Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1321–1328.
- Windari, S., & Prajayanti, E. D. (2024). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Di Sma Negeri 1 Ngraho Bojonegoro. *Indonesian Journal of Public Health*, 2(1), 148–162.
- Yuniarti, Y., & Zakiah, Z. (2021). Anemia pada Remaja Putri di Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(7), 2253–2262.
- Yusmadinda, O. S. (2022). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Di Smp N 1 Godean. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.