

## HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA TERHADAP KEPATUHAN KONSUMSI OBAT PENAMBAH DARAH KELAS X DI SMA NEGERI 1 MAJA TAHUN 2025

Lina Siti Nuryawati<sup>1</sup>, Inna Antriana<sup>2</sup>, Ade Tedi Irawan<sup>3</sup>, Rina Amalia<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Diploma 3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas YPIB Majalengka

<sup>3,4</sup> Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas YPIB Majalengka

---

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel

Diterima: 01 November 2025

Direvisi: 20 Desember 2025

Terbit: 31 Januari 2026

#### Kata kunci:

Anemia, Pengetahuan, Remaja

#### Penanggung Jawab :

Phone:

(+62)82127458672

E-mail:

[linasitinuryawati@lecturer.univypib.ac.id](mailto:linasitinuryawati@lecturer.univypib.ac.id)

### Abstrak

Kebiasaan-kebiasaan diet pada remaja menyebabkan tubuhnya kurang terpenuhi dari keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan untuk proses sintesis dalam pembentukan hemoglobin (Hb). Jika hal ini terjadi terlalu lama akan menyebabkan kadar Hb terus berkurang dan menyebabkan anemia. Untuk mengetahui apakah ada Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Terhadap Kepatuhan Konsumsi Obat Penambah Darah Kelas X di SMA Negeri 1 Maja Tahun 2025. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain deskriptif korelasional, yaitu desain yang digunakan berbentuk pendekatan *cross sectional*. Populasi pada seluruh siswi kelas X SMA Negeri 1 Maja dengan jumlah 250 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, analisis data digunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Kurang dari setengahnya (32,4%) remaja di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 dengan pengetahuan kurang tentang anemia. Lebih dari setengahnya (71,8%) remaja putri di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 tidak patuh mengkonsumsi obat penambah darah. Ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia terhadap kepatuhan konsumsi obat penambah darah Kelas X di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025,  $p_{value} 0,006 < 0,05$ . Remaja putri terus meningkatkan pengetahuannya tentang anemia baik dengan cara mengikuti edukasi kesehatan maupun dengan cara mencari informasi dari berbagai media seperti media sosial.

## PENDAHULUAN

Remaja putri merupakan suatu kelompok yang sangat rentan terkena anemia dimana prevalensi anemia tergolong cukup tinggi. Remaja putri sangat banyak membutuhkan zat besi terutama pada fase menstruasi, apabila remaja putri mengalami pola haid cukup banyak serta rentan waktu yang lama akan mengalami kehilangan zat besi diatas rata-rata. Sehingga dengan demikian adanya peningkatan kebutuhan zat besi bagi remaja putri dan tidak diimbangi asupan zat besi yang cukup remaja putri akan rentan mengalami anemia rendahnya kadar hemoglobin atau terjadinya anemia pada remaja. Adapun yang menyebabkan anemia pada remaja dikarenakan kurangnya asupan gizi yang diperoleh remaja (Tunggal yuniarti, 2022).

Data *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa prevalensi remaja terkena anemia diseluruh dunia adalah 50 – 80%, diperkirakan penderita anemia pada remaja dengan prevalensi terbesar di Afrika sebesar 44%, di Asia sebesar 25 – 33% dan di Amerika Utara dengan prevalensi rendah yaitu 7,6%. Berdasarkan Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2023, yaitu pada kelompok usia 11-14 tahun sebesar 13,5% dan usia 15-21 tahun sebesar 29,5% (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2023, di Jawa Barat persentase anemia pada remaja umumnya berusia 15-24 tahun sebesar 32%. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka tahun 2023 jumlah Anemia Remaja Putri mencapai 8.602 dari total yang di skrining Anemia yaitu 20.717 pada remaja putri kelas VII dan X di wilayah kerja UPTD Puskesmas Maja ditemukan ada 110 siswi yang mengalami anemia dan paling banyak ditemukan siswi yang mengalami anemia ada di SMA Negeri 1

Maja.

Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang signifikan, dengan prevalensi 28% di Indonesia. Remaja putri yang berusia antara 10 hingga 19 tahun rentan terhadap anemia akibat perubahan fisiologi dan kebutuhan nutrisi yang meningkat. Masalah ini salah satunya adalah masalah rendahnya pengetahuan tentang anemia, dimana hanya 1,4% remaja putri yang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan ini meliputi kurangnya akses terhadap informasi kesehatan dan edukasi yang memadai membuat remaja putri tidak menyadari pentingnya pencegahan dan pengobatan anemia. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan tentang anemia sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan dalam mengkonsumsi obat penambah darah (Nasir et al., 2024).

Program pemerintah Indonesia telah meluncurkan program pemberian tablet besi untuk mencegah anemia, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. sasaran utama program ini adalah remaja putri di sekolah-sekolah, dimana mereka dapat diakses dengan lebih mudah. Program ini diharapkan untuk memberikan edukasi yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan cara pencegahannya (Soetjningsih, 2022).

Cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri (12-18 tahun) di Indonesia tahun 2017 sebanyak 12,4% (KemenkesRI, 2024). Provinsi Jawa Barat memiliki cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri tahun 2021 sebanyak 25,2% dan kepatuhan dalam meminum tablet tambah darah masih dibawah target jawa barat yakni sebesar 52% (KemenkesRI, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak

terdapat 26,8% remaja putri yang belum patuh dalam minum tablet penambah darah di provinsi Jawa Barat sesuai dengan target. Faktor yang menyebabkan remaja putri tidak patuh minum tablet penambah darah karena kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri tersebut. Selain itu kurangnya pengetahuan tentang anemia yang dideritanya dan sikap remaja putri dalam mengonsumsi obat penambah darah masih kurang, akibatnya masalah anemia pada remaja putri terus bertambah (Lovendra Naingalis & Olla, 2023).

Pengetahuan berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan, semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin mereka akan mematuhi standar yang relevan, pengetahuan merupakan langkah awal dalam membentuk perilaku kepatuhan. Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena remaja putri berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan gizi yang lebih tinggi. Usia reproduksi remaja putri setiap harinya memerlukan zat besi tiga kali lebih banyak dibandingkan dengan remaja pria. Siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri mudah terkena anemia, selain itu remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak pantangan terhadap makanan (Nasir et al., 2024).

Beberapa penelitian terdahulu yaitu penelitian Tirthawati 2020 bahwa data pengetahuan siswi menunjukkan bahwa distribusi tingkat pengetahuan kurang 59,3%. Terdapat hubungan antara pengetahuan siswi tentang anemia dengan kepatuhan minum tablet suplemen darah. Hasil penelitian ini menguatkan penelitian sebelumnya yang menemukan adanya korelasi antara kesadaran anemia dengan frekuensi remaja putri di SMK Negeri 1 Bangsri menggunakan pil suplemen darah.

Setelah melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Maja kebanyakan siswi yang tidak mengetahui pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan konsumsi

obat penambah darah ada di kelas 10 dibandingkan dengan kelas 11 dan kelas 12. Diketahui jumlah siswi di kelas 10 ada 250 siswi. Peneliti memberikan kuesioner kepada 10 orang siswi kelas X di SMA Negeri 1 Maja didapatkan 6 orang yang tidak mengetahui pengetahuan tentang anemia dan 4 orang mengetahui pengetahuan tentang anemia sedangkan 8 orang tidak patuh dan 2 orang patuh dalam mengonsumsi obat penambah darah. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penting untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang anemia terhadap konsumsi obat penambah darah. Hal ini yang melatarbelakangi ketertarikan peneliti untuk melaksanakan penelitian tentang "Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Terhadap Kepatuhan Konsumsi Obat Penambah Darah Kelas X di SMA Negeri 1 Maja Tahun 2025".

## METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional* (Notoadmodjo, 2018). populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Negeri 1 Maja, dengan populasi berjumlah 250 siswa. Jumlah sampel ditentukan dengan menggunakan rumus *slovin* dengan jumlah sampel 71 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan menggunakan *proportionate stratified random sampling*. *proportionate stratified random sampling* adalah teknik yang digunakan bila populasi mempunyai anggota/unsur homogen dan setara secara proporsional. Setelah didapat jumlah sampel masing-masing kelas, selanjutnya dilakukan pengambilan sampel di masing-masing kelas dengan *random sampling* atau dengan acak menggunakan undian, yaitu pertama-tama membagi kertas absensi menjadi potongan kertas kecil, lalu diambil sesuai dengan jumlah sampel yang diinginkan. Nama yang terambil ditetapkan sebagai calon responden

## HASIL

- a. Pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan remaja putri tentang anemia

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Kurang	23	32,4
Cukup	28	39,4
Baik	20	28,2
<b>Jumlah</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa 23 orang (32,4%) remaja di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 dengan pengetahuan kurang, 28 orang (39,4%) dengan pengetahuan cukup, dan 20 orang (28,2%) remaja dengan pengetahuan baik tentang anemia. Dengan demikian kurang dari setengahnya (32,4%) remaja di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 dengan pengetahuan kurang tentang anemia.

- b. Kepatuhan remaja putri mengkonsumsi obat penambah darah di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025

Tabel 2. Distribusi frekuensi kepatuhan remaja putri mengkonsumsi obat penambah darah

Kepatuhan	Frekuensi	Persentase
Tidak Patuh	51	71,8
Patuh	20	28,2
<b>Jumlah</b>	<b>71</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa 51 orang (71,8%) remaja putri di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 tidak patuh mengkonsumsi obat penambah darah dan 20 orang (28,2%) patuh. Dengan demikian lebih dari setengahnya (71,8%) remaja putri di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 tidak patuh mengkonsumsi obat penambah darah

- c. Hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia terhadap kepatuhan konsumsi obat penambah darah

Tabel 3. Distribusi proporsi hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia terhadap kepatuhan konsumsi obat penambah darah

Pengetahuan	Kepatuhan				Total		P value
	Tdk Patuh		Patuh		N	%	
	n	%	n	%			
Kurang	20	87	3	13	23	100	0,006
Cukup	22	78,6	6	7,9	28	100	
Baik	9	45	11	55	20	100	

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa 20 orang (87%) remaja dengan pengetahuan kurang tidak patuh mengkonsumsi obat penambah darah, 22 orang (78,6%) remaja dengan pengetahuan cukup tidak patuh mengkonsumsi obat penambah darah, dan 9 orang (45%) remaja dengan pengetahuan baik tidak patuh minum obat penambah darah. Dengan demikian proporsi remaja dengan pengetahuan kurang dan tidak patuh minum obat penambah darah lebih tinggi dibandingkan dengan remaja dengan pengetahuan cukup dan baik.

## PEMBAHASAN

### 1. Pengetahuan remaja putri tentang anemia

Hasil analisis data diketahui bahwa kurang dari setengahnya (32,4%) remaja di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 dengan pengetahuan kurang tentang anemia. Sebagian remaja pernah mendapatkan edukasi tentang anemia 1 sampai dengan dua kali saat SMP maun setelah masuk SMA. Namun sebagian dari remaja mengakui bahwa saat mengikuti edukasi tentang anemia tidak mengikutinya dengan seksama. Sebagian remaja juga mengakui tidak pernah punya inisiatif untuk mencari informasi secara mandiri tentang anemia.

Hasil penelitian ini lebih rendah dibandingkan dengan hasil penelitian Riawati (2021) yang menjelaskan bahwa kurang dari setengahnya (47%) pengetahuan tentang tablet tambah

darah kurang baik baik. Hasil penelitian ini lebih rendah dibandingkan dengan hasil penelitian Utami (2025) yang menjelaskan bahwa lebih dari setengahnya (67%) pengetahuan tentang tablet tambah darah kurang baik baik.

Pengetahuan remaja tentang tablet tambah darah sangat penting untuk menentukan perilaku remaja dalam konsumsi tablet tambah darah. Pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat-manfaat tablet Fe. Pengetahuan tentang manfaat manfaat tablet Fe yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga mencapai status gizi yang baik. Penyuluhan tentang manfaat manfaat tablet Fe sangat penting untuk menambah pengetahuan remaja sehingga perlu diberikan penyuluhan agar dapat merubah perilakunya dalam mengkonsumsi tablet Fe (Sediaoetama, 2021).

Pengetahuan adalah pemahaman teoritis dan perilaku (*proprietary technology*) yang dimiliki manusia. Pengetahuan yang dimiliki seseorang sangat penting bagi kecerdasan orang tersebut. Pengetahuan dapat disimpan dalam buku, teknologi, praktik, dan tradisi. Pengetahuan memegang peranan penting dalam kehidupan dan perkembangan individu, masyarakat atau organisasi (Olivia, 2022).

Pengetahuan merupakan hasil dari mengenal diri sendiri, terbentuk pada seseorang yang telah mempersiapkan suatu objek. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia seperti pendengaran, penglihatan, peraba, perasa dan penciuman. Dalam melakukan segala bentuk tindakan, pengetahuan adalah hal yang sangat penting bagi setiap orang (Notoadmodjo, 2024).

Berdasarkan kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) 2016, pemahaman adalah suatu yang ditemukan yang berhubungan dengan sesuatu hal. Pendapat menurut Suhardjo (2006),

pemahaman adalah pandangan dari mengetahui sesuatu, dan terjadi dalam keadaan seseorang telah melakukan penginderaan (penglihatan, pendengaran, penciuman, perasaan, peraba) kepada objek tertentu. Maka dari itu penting memiliki pengetahuan luas tentang gizi untuk tubuh, seperti pemilihan makanan yang bergizi, pengolahan makanan yang benar serta sesuai dengan kriteria kesehatan tubuh (Suharjo, 2006). Pengetahuan adalah hasil dari proses pembelajaran dan pengalaman yang diperoleh individu melalui berbagai cara, seperti membaca, melihat, mendengar, dan mengalami langsung (Sugiyono, 2023).

Pengetahuan remaja tentang anemia adalah pemahaman remaja mengenai kondisi kekurangan sel darah merah atau hemoglobin di bawah batas normal yang dapat menyebabkan berbagai gejala fisik dan mempengaruhi kesehatan secara keseluruhan. Oleh karenanya pengetahuan memiliki peran penting dalam pencegahan anemia pada remaja.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan yaitu dengan memberikan edukasi pada remaja tentang anemia dan upaya pencegahannya. Edukasi pada remaja dapat dilakukan disekolah baik oleh tenaga kesehatan maupun oleh guru yang diintegrasikan dengan pembelajaran lainnya. Edukasi dapat diintegrasikan dengan materi pembelajaran lainnya yang sesuai sehingga tidak mengganggu pembelajaran lainnya.

## **2. Kepatuhan remaja putri mengkonsumsi obat penambah darah**

Hasil analisis data diketahui bahwa lebih dari setengahnya (71,8%) remaja putri di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 tidak patuh mengkonsumsi obat penambah darah. Berdasarkan temuan di lapangan diketahui bahwa sebagian anak mengatakan malas mengkonsumsi tablet penambah darah dengan alasan tidak nyaman, mual, muntah sehingga

sebagian remaja khawatir terhadap efek sampingnya.

Hasil penelitian ini lebih tinggi dibandingkan dengan hasil penelitian Riawati (2021) yang menjelaskan bahwa lebih dari setengahnya (55%) remaja tidak patuh minum obat penambah darah. Hasil penelitian ini lebih tinggi dibandingkan dengan hasil penelitian Utami (2025) yang menjelaskan bahwa lebih dari setengahnya (60%) remaja tidak patuh minum obat tambah darah.

Berdasarkan KBBI patuh adalah dapat diperintah, mentaati aturan maupun perintah (taat), sementara itu kepatuhan merupakan tingkah laku yang sesuai dengan aturan dan kedisiplinan. Kepatuhan berasal dari kata dasar patuh. Dalam konteks kesehatan, kepatuhan tingkat pasien melakukan pengobatan serta kepribadian yang diarahkan oleh tenaga medis maupun orang lain (Santoso, 2016).

Kepatuhan berasal dari kata "obedience" dalam bahasa Inggris. *Obedience* berasal dari bahasa Latin yaitu "*obedire*" yang berarti untuk mendengar terhadap. Makna dari *obedience* adalah memahami. Dengan demikian, kepatuhan dapat diartikan patuh dengan perintah atau aturan (Alam, 2021).

Kepatuhan adalah tingkat seseorang dalam melaksanakan suatu aturan yang disarankan. Tingkat seseorang dalam melaksanakan perawatan, pengobatan, dan perilaku yang disarankan oleh perawat, dokter, atau tenaga kesehatan lainnya. Kepatuhan menggambarkan sejauh mana seseorang berperilaku untuk melaksanakan aturan dalam berperilaku yang disarankan oleh tenaga kesehatan (Pratama, 2021).

Kepatuhan dalam pencegahan anemia, terutama pada remaja putri dan ibu hamil, sangat penting. Upaya ini mencakup konsumsi makanan bergizi seimbang, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dan penanganan penyakit penyerta yang dapat menyebabkan anemia. Kepatuhan terhadap strategi pencegahan ini dapat dipengaruhi oleh pengetahuan tentang anemia, sikap positif terhadap kesehatan, serta peran

petugas kesehatan dan lingkungan sekitar (Santoso, 2016).

Kepatuhan dalam konsumsi tablet adalah kesediaan dan kemampuan individu untuk mengonsumsi tablet atau obat-obatan lainnya sesuai dengan instruksi yang diberikan oleh dokter atau tenaga kesehatan. Kepatuhan memiliki peranan penting dalam pencegahan anemia, remaja yang memiliki kepatuhan baik dalam minum tablet tambah darah dan memiliki pola hidup yang baik akan terhindar dari anemia.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan minum obat penambah darah dengan menganjurkan remaja untuk menggali berbagai informasi dari berbagai sumber informasi seperti tenaga kesehatan, atau mencari informasi dari berbagai media seperti media sosial. Dengan menggali informasi dari berbagai media dan sumber diharapkan remaja dapat meningkatkan kepatuhannya.

### **3. Hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia terhadap kepatuhan konsumsi obat penambah darah**

Hasil analisis data ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia terhadap kepatuhan konsumsi obat penambah darah Kelas X di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025,  $p_{\text{value}} 0,006 < p0,05$ . Proporsi remaja dengan pengetahuan kurang dan tidak patuh minum obat penambah darah lebih tinggi dibandingkan dengan remaja dengan pengetahuan cukup dan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Riawati (2021) yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan minum obat penambah darah pada remaja putri. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Utami (2025) yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan minum obat penambah darah pada remaja putri.

Faktor yang menyebabkan remaja putri tidak patuh meminum tablet

penambah darah karena kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri tersebut. Selain itu kurangnya pengetahuan tentang anemia yang dideritanya dan sikap remaja putri dalam mengkonsumsi obat penambah darah masih kurang, akibatnya masalah anemia pada remaja putri terus bertambah (Lovendra Naingalis & Olla, 2023).

Pengetahuan berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan, semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin mereka akan mematuhi standar yang relevan, pengetahuan merupakan langkah awal dalam membentuk perilaku kepatuhan. Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena remaja putri berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan gizi yang lebih tinggi. Usia reproduksi remaja putri setiap harinya memerlukan zat besi tiga kali lebih banyak dibandingkan dengan remaja pria. Siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri mudah terkena anemia, selain itu remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak pantangan terhadap makanan (Nasir et al., 2024).

Beberapa dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, bibir, kulit, telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah dan lunglai dan juga berdampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak, pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya (Sandra, 2017). Beberapa penyebab terjadinya anemia pada remaja putri di Indonesia kurangnya pengetahuan, dan kurangnya mengkonsumsi makanan bersumber Fe yang tinggi, riwayat menstruasi yang tidak normal, tidak meningkat dan status gizi, pola hidup yang tidak sehat, ketidakseimbangan antara asupan gizi dengan aktifitas yang dilakukan

sedangkan kebutuhan saat menstruasi dan saat beraktifitas yang tinggi (Afiah & Syafriani, 2022).

Anemia dapat dihindari dengan konsumsi makanan tinggi zat besi, asam folat, vitamin A, vitamin C, dan pemberian tablet penambah darah (Kemenkes RI, 2018). WHO memberikan pendapat kepada pemerintah Indonesia untuk menjalankan program pencegahan anemia guna menurunkan tingginya prevalensi kejadian anemia defisiensi besi khususnya pada remaja putri. Program pemerintah Indonesia yang berfokus terhadap penanggulangannya anemia pada remaja putri yakni program pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi (PPAGB) dengan sasaran anak sekolah menengah pertama dan anak sekolah menengah atas. Program ini menyediakan tablet tambah darah untuk remaja putri usia 12-18 tahun. Dosis minimumnya yang terkandung dalam satu tablet tambah darah adalah 60 mg zat besi dan 0,4 mg asam folat, diminum satu kali seminggu dan satu kali sehari selama menstruasi (Kemenkes RI, 2024).

Pengetahuan berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan, semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin remaja akan mematuhi standar yang relevan, pengetahuan merupakan langkah awal dalam membentuk perilaku kepatuhan. Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena remaja putri berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan gizi yang lebih tinggi. Usia reproduksi remaja putri setiap harinya memerlukan zat besi tiga kali lebih banyak dibandingkan dengan remaja pria. Siklus menstruasi setiap bulan merupakan salah satu faktor penyebab remaja putri mudah terkena anemia, selain itu remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak pantangan terhadap makanan (Nasir et al., 2024).

Beberapa dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, dan juga berdampak jangka panjang karena

perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak, pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya (Sandra, 2017).

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan minum obat penambah darah tenaga kesehatan dan sekolah dapat bekerjasama dalam melakukan edukasi sehingga edukasi dapat dilakukan secara berkala. Pelaksanaan edukasi dapat diintegrasikan ke dalam pembelajaran PJOK yaitu bidang kesehatan reproduksi.

## KESIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu :

1. Kurang dari setengahnya (32,4%) remaja di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 dengan pengetahuan kurang tentang anemia.
2. Lebih dari setengahnya (71,8%) remaja putri di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025 tidak patuh mengkonsumsi obat penambah darah.
3. Ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia terhadap kepatuhan konsumsi obat penambah darah Kelas X di SMA Negeri 1 Maja tahun 2025,  $p_{\text{value}} 0,006 < p 0,05$ .

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kami haturkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah membantu . tidak lupa kepada responden , dan SMAN 1 Maja yang menjadi tempat penelitian.

## REFERENSI

Afiah, & Syafriani. (2022). Hubungan Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Fe dengan

Kejadian Anemia di MTS Dinul Hasanah Wilayah Kerja Puskesmas Balai Jaya. *Jurnal Ners*, 6(2), 144–148.

Kemendes RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018. *Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*.

Kemendes RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Subur (WUS). Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.

Kemendes RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018. Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak.

Jakarta: Kemendes RI. Lovendra Naingalis, A., & Olla, S. I. (2023). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet FE dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literature Review. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8(2), 48–54.

Nasir, Y., Masithah, S., Yusuf, K., Nurcahyani, I. D., & Syafruddin, S. (2024). Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Turikale. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 8(1), 93–100.

<https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1158>

Notoadmodjo. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Ke-3). PT. Rineka Cipta.

Riskedes, 2018 (2018) „Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja “Riset Kesehatan Dasar”.

Santoso, S. 2016. *Kesehatan dan Gizi*. PT. Rineka Cipta.

Sugiyono, 2019. Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D (Sutopo (ed); Edisi ke-2). Alfabeta.  
Soetjingsih. 2023. *Tumbuh Kembang*

*Remaja dan Permasalahannya.*

Sagung seto.

- T Tunggal yuniarti, R. (2013). Hubungan antara kepatuhan minum tablet fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di ma darul imad kecamatan tatah makmur kabupaten banjar Yuniarti, Rusmilawaty, Tri Tunggal. *Jurnal Kebidanan*, 2(1), 2011–2016.
- Tirtawati, S., Rosidi, A., Sulistyowati, E., & Ayuningtyas, R. A. (2020). Pengetahuan, Sikap Remaja Putri dan Dukungan Petugas Kesehatan terhadap konsumsi Tablet Besi Folat SMKN 1 Bangsri Jepara: sebuah Studi *Cross Sectional*. *Jurnal Gizi*, 9(2), 201.
- Yeti Yuwansyah, D. A. (2021). Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada mahasiswi di stikes ypib majalengka kabupaten majalengka tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, VII(2), 80–88.
- Yuniarti., Rusmilawaty dan Tunggal, T. 2023. Hubungan antara Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri MA Darul Imad kecamatan tatah makmur kabupaten banjar. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*. Volume 2, Nomor 1.