BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Anemia

1. Definisi Anemia

Anemia adalah keadaan ketika tubuh kekurangan hemoglobin (Hb) atau ketika kadar Hb dalam darah lebih rendah dari kadar normal. Seseorang dikatakan anemia didasarkan usia dan jenis kelamin. Pada wanita remaja kadar Hb normal ialah 12-15 g/dL dan pada remaja pria sebesar 13-17 g/dL (Aulya, Siauta dan Nizmadilla, 2022). Hemoglobin adalah suatu metal protein yaitu protein yang mengandung zat besi pada bagian sel darah merah atau eritrosit. Fungsi dari hemoglobin adalah sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh (Lismiana dan Indarjo, 2021).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

2. Klasifikasi Anemia

Anemia diklasifikasikan berdasar pada jenis kelamin dan umur yaitu:

Tabel 2.1 Klasifikasi Anemia

Populasi	Non Anemia (g/dL)	Anemia		
		Ringan	Sedang	Berat
Anak Usia 6-23 Bulan	≥10.5	9.5-10.5	7.0-9.4	<7.0
Anak Usia 24-59 Bulan	≥11.0	10.0-10.9	7.0-9.9	<7.0
Anak Usia 5-11 Tahun	≥11..5	11.0-11.4	8.0-10.9	<8.0
Anak Perempuan, Tidak Hamil, 12-14 Tahun	≥12.0	11.0-11.9	8.0-10.9	<8.0
Anak Laki-laki 12-14 Tahun	≥12.0	11.0-11.9	8.0-10.9	<8.0
Dewasa, 15-65 Tahun, Perempuan Tidak Hamil	≥12.0	11.0-11.9	8.0-10.9	<8.0
Dewasa, 15-65 Tahun, Laki-laki	≥13.0	11.0-12.9	8.0-10.9	<8.0
Kehamilan				
• Trimester Pertama	≥11.0	10.0-10.9	7.0-9.9	<7.0
• Trimester Kedua	≥10.5	9.5-10.4	7.0-9.4	<7.0
• Trimester Ketiga	≥11.0	10.0-10.9	7.0-9.9	<7.0

Sumber: WHO, 2024

3. Penyebab Anemia

Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki untuk terkena anemia. Hal ini disebabkan karena remaja putri mengalami menstruasi pada masa pubertas. Ketika menstruasi terjadi lapisan dinding rahim mengalami peluruhan yang mengandung banyak sel pembuluh darah. Pola menstruasi memengaruhi remaja putri untuk terkena anemia jika pola menstruasi yang dialami remaja putri tidak teratur dan dengan frekuensi yang sering maka berakibat pada pendarahan yang lebih banyak dan berpengaruh terhadap pembentukan kadar Hb di dalam tubuh (Elisa, Oktafany dan Oktarlina, 2023).

Penelitian oleh Aulya, Siauta dan Nizmadilla (2022) menunjukkan ada beberapa faktor yang menjadi penyebab anemia di antaranya:

a) Pola makan yang tidak teratur
b) Jarang konsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan
c) Durasi tidur malam yang kurang dari 8 jam dan tidur selalu di atas jam 10 malam.

Selain itu, penyebab anemia adalah ketidakseimbangan asupan gizi terutama makanan yang mengandung zat besi. Kurangnya pengetahuan tentang makanan yang mengandung zat besi juga turut mempengaruhi terjadinya anemia, di samping kurangnya motivasi remaja putri dalam mengonsumsi TTD dan memicu terjadinya anemia (Lailiyana dan Hindratni, 2024).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

4. Akibat Anemia

Anemia dapat menyebabkan banyak masalah serius bagi remaja. Masalah seperti kondisi lemah, letih, lesu, muka tampak pucat, pusing, hingga terjadinya penurunan konsentrasi, menghambat pertumbuhan fisik dan kecerdasan otak, penurunan produktivitas kerja akan dirasakan remaja putri anemia (Elisa, Oktafany dan Oktarlina, 2023). Anemia pada masa remaja dapat berlanjut hingga dewasa yang akan menjadi wanita hamil dan melahirkan di antaranya risiko mengalami abortus, kelahiran prematur, risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan mengalami stunting (Lailiyana dan Hindratni, 2024).

Anemia dikaitkan dengan dampak negatif yang berpotensi pada perkembangan kognitif dan sosial emosional berkelanjutan sejak bayi hingga dewasa dan dapat mengakibatkan berkurangnya potensi dan kualitas hidup (Paulley dan Duff, 2022). Bayi anemia yang kekurangan zat besi mengalami kontrol motorik kasar yang lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang tidak anemia. Pengembangan keterampilan motorik dasar, kemampuan untuk mengeksplorasi dan berinteraksi dengan lingkungan terpengaruh secara oleh kekurangan zat besi dalam 6 bulan pertama kehidupan (Beard, 2008).

B. Tablet Tambah Darah

1. Definisi Tablet Tambah Darah

Tablet Tambah Darah (TTD) adalah suplemen makanan yang mengandung folat dan zat besi. Mineral zat besi banyak ditemukan pada makanan secara alami atau ditambahkan ke dalam beberapa jenis

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

makanan. Zat besi membantu membentuk sel darah merah. Darah merah berperan penting untuk membawa oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh. Selain itu, zat besi sangat penting untuk pertumbuhan, perkembangan dan aktivitas normal sel (Sab'ngatun dan Riawati, 2021).

TTD memiliki nama lain yang biasa disebut *Iron Folic Acid (IFA) Tablets* jika dalam bahasa Inggris merupakan suplemen yang terdapat kandungan zat besi yang dikonsumsi untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin (Mutiara *et al.*, 2023). Standar pemberian TTD adalah tablet besi folat yang setiap tablet mengandung 200 mg Ferro Sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat (Hardianti dan Bansu, 2024).

2. Efektivitas Tablet Tambah Darah

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Pemberian TTD yang dilakukan secara tepat dan berkesinambungan terbukti efektif dalam mencegah terjadinya anemia serta memperkuat cadangan zat besi, yang sangat penting terutama bagi remaja putri yang nantinya akan memasuki masa kehamilan (Simanjuntak, 2025). Penelitian yang dilakukan oleh R. Lubis *et al.,* (2024) TTD terbukti efektif dalam menaikkan kadar hemoglobin. Ada perubahan kadar hemoglobin siswi sebelum dan sesudah pemberian TTD. Sebelum pemberian terdapat 102 orang remaja putri yang mengalami anemia ringan setelah diberikan TTD terdapat perubahan jumlah remaja putri yang mengalami anemia ringan menjadi 70 remaja putri. Selain itu, penelitian Riastawaty dan Imelda (2023) menunjukkan adanya peningkatan kadar Hb sebanyak 0,2-2,4 g/dL sehingga terjadi

perubahan rata-rata kadar Hb dari 10,125 g/dL menjadi 11,12 g/dL setelah konsumsi suplementasi TTD. Mengonsumsi TTD sebesar 1,4 mg/hari dalam waktu 7-10 hari maka kadar Hemoglobin akan meningkat. Peningkatan kadar hemoglobin di dalam darah dengan konsumsi TTD dan sebagai suplemen yaitu mengonsumsi makan makanan yang kaya akan zat besi, asam folat juga vitamin B dan makan jenis makanan yang mudah menyerap zat besi, misalnya makanan yang banyak mengandung vitamin C tinggi dan tidak mengonsumsi makanan atau minuman yang menghambat penyerapan zat besi, misalnya kopi atau teh.

3. Manfaat Tablet Tambah Darah (TTD)

Manfaat mengonsumsi tablet penambah darah pada remaja putri untuk menggantikan zat besi yang hilang akibat terjadinya menstruasi atau datang bulan di setiap bulannya (Simatupang dan Widiyarti, 2024). Dengan meminum TTD secara rutin, diharapkan mampu mengurangi potensi anemia dan lahirnya bayi dalam keadaan stunting dari para ibu di Indonesia yang sebelumnya merupakan remaja putri, sehingga terciptanya generasi muda dan generasi penerus yang sehat serta mampu berdaya saing dapat terbentuk dengan maksimal. Fungsi TTD sebagai suplemen untuk menaikkan kadar hemoglobin di dalam tubuh. Kadar hemoglobin yang rendah di dalam tubuh menyebabkan aktivitas sel darah merah untuk menghantarkan oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh terganggu (Hardiansyah, Khasanah dan Hayati, 2024).

Remaja putri diberikan TTD agar memenuhi kebutuhan zat besi yang meningkat pada remaja putri di mana nantinya akan menjadi ibu di

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

masa depan. Penurunan produktivitas kerja dapat terjadi sebagai akibat dari anemia yang menurunkan daya tahan tubuh sebagai akibat dari kekurangan zat besi. Pemberian TTD yang menanggulangi anemia dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan produktivitas kerja (Us, Fitriani dan Fatiyani, 2023).

4. Cara Meminum Tablet Tambah Darah (TTD)

Beberapa hal yang harus diperhatikan tentang TTD, antara lain (Martini, Dewi dan A, 2023):

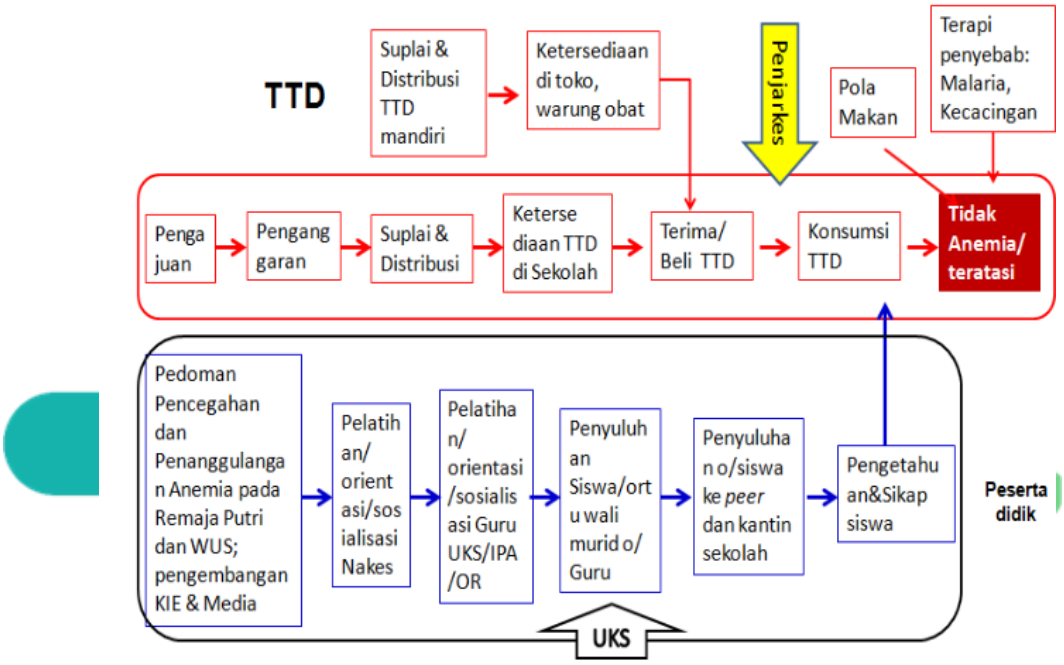
a. Pemberian TTD lebih bisa ditoleransi jika dilakukan pada saat sebelum tidur malam..
b. Muntah dan kram perut merupakan efek samping dan sekaligus tanda dini troksitasi zat besi.
c. Konsumsi TTD dengan air putih atau mengonsumsi minuman atau buah-buahan yang mengandung vitamin c jangan dengan teh susu atau kopi karena dapat menurunkan penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga manfaatnya semakin berkurang.
d. Minum TTD pada saat makan atau segera sesudah makan selain dapat mengurangi gejala mual yang menyertainya tetapi juga akan menurunkan jumlah zat besi yang diabsorpsi.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

5. Mekanisme Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di Sekolah

Intervensi pemberian TTD yang dilakukan di sekolah dengan sasaran remaja putri diawali dengan diadakannya pelatihan pada guru Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) atau mata pelajaran lain yang

berhubungan, selanjutnya dilakukan penyuluhan kepada siswa, orang tua wali murid oleh guru. Setelahnya siswa juga dapat melakukan penyuluhan kepada siswa lain *(peer)* dan kantin sekolah. Tujuan intervensi ini adalah peningkatan pengetahuan dan sikap siswa sehingga tingkat kepatuhan konsumsi TTD siswa meningkat. Adapun alur pencegahan dan penanggulangan anemia di sekolah, yaitu:



Gambar 2. 1 Alur Pencegahan dan Penanggulangan Anemia di Sekolah

Sumber: Kemenkes (2018)

Remaja putri diberikan TTD oleh pihak UKS sebanyak 1 butir setiap minggu. Jenis TTD yang diberikan adalah TTD program yang didistribusikan oleh pihak puskesmas ke sekolah melalui pengelola program gizi. Perhitungan kebutuhan jumlah TTD di sekolah merujuk pada data riil yang berasal dari Data Pokok Pendidikan (DAPODIK)

terbaru dari SMP dan SMA atau sederajat (Kementerian Kesehatan RI., 2018).

6. Prosedur Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)

Pemberian TTD dilakukan secara *blanket approach* atau pendekatan selimut, yaitu kebijakan mengenai pemberian TTD secara menyeluruh kepada remaja putri tanpa melakukan skrining awal. Cara pemberian TTD, yaitu:

a. TTD Program

TTD program diberikan kepada remaja putri usia 12-18 tahun di sekolah dengan frekuensi 1 tablet setiap minggu sepanjang tahun atau sebanyak 52 tablet per tahun. Pemberian TTD pada remaja putri di sekolah dapat dilakukan dengan menentukan hari minum TTD bersama setiap minggunya sesuai kesepakatan di masing-masing sekolah. Saat libur sekolah TTD diberikan sebelum libur sekolah. TTD tidak diberikan pada remaja putri yang menderita penyakit, seperti thalasemia, hemosiderosis, atau atas indikasi dokter lainnya.

b. TTD Mandiri

Pemberian TTD Mandiri dilakukan di tempat kerja dilakukan melalui klinik perusahaan, UKBM, dan kelompok lainnya seperti karang taruna, LSM, dan lain-lain. TTD dapat diperoleh secara mandiri dari apotek/toko obat. TTD dikonsumsi 1 tablet setiap minggu sepanjang tahun (Kementerian Kesehatan RI., 2018).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

C. Remaja

1. Definisi remaja

Masa transisi yang dimulai dari kelompok usia 12-18 tahun dan merupakan peralihan dari masa anak-anak sebelum menuju masa dewasa disebut dengan remaja. Masa ini terjadi pertumbuhan yang sangat pesat tidak hanya fisik tapi juga mental dan sosial (T. Lubis *et al.*, 2024).

Masa remaja sesuai dengan tahun-tahun sekolah menengah. Masa remaja adalah fase yang mengumpulkan banyak minat karena karakteristik spesifik dan peranannya penting dalam kehidupan orang-orang dalam masyarakat dewasa. Perkembangan remaja dibagi menjadi dua fase, yaitu sebagai berikut:

a. Masa remaja awal (11, 12-13, atau 14 tahun)

   Titik ini, individu mulai meninggalkan peran seorang anak dan berusaha untuk berkembang sebagai individu yang berbeda yang independen dari orang tuanya. Penerimaan bentuk dan kondisi fisik, serta adanya kesesuaian yang signifikan dengan teman sebaya adalah titik fokus dari tahap ini.

b. Masa remaja pertengahan (13, atau 14-17 tahun)

   Tahap ini dibedakan oleh munculnya kapasitas kognitif baru. Remaja pada usia ini sangat membutuhkan teman. Teman sebaya terus memainkan peran penting, tetapi telah mampu menjadi lebih mandiri. Remaja mulai mendapatkan kematangan perilaku, belajar mengatur impulsivitas, dan membuat penilaian awal tentang tujuan karir yang akan dicapai selama periode ini. Selain itu penerimaan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

dari lawan jenis menjadi sangat penting bagi individu (Suryana *et al.*, 2022).

2. Perkembangan Fisik Remaja

Perkembangan fisik remaja terjadi saat masa pubertas. Berbagai perubahan, seperti perubahan hormonal, fisik, psikologis, dan sosial, terjadi selama masa remaja, yang merupakan transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Simanjuntak *et al.*, 2024). Perempuan mengalami perubahan hormonal yang memengaruhi siklus menstruasi dan perkembangan seksual sekunder (R. Lubis *et al.*, 2024). Tubuh perempuan mengalami perubahan hormonal, termasuk pertumbuhan payudara dan rambut di area genital dan ketiak, serta penambahan lemak tubuh. Periode remaja akhir umumnya pertumbuhan fisik masih menjadi fokus utama dalam perkembangan. Beberapa faktor fisik memengaruhi proses ini:

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

a. Faktor Genetik

   Genetik memainkan peran utama dalam menentukan tinggi badan, bentuk tubuh, dan ciri-ciri fisik lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa gen tertentu dapat mempengaruhi metabolisme dan risiko terhadap penyakit tertentu.

b. Gizi dan Pola Makan

   Gizi yang tepat diperlukan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Kekurangan nutrisi dapat menghambat pertumbuhan dan menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang.

c. Olahraga dan Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik teratur membantu memperkuat otot dan tulang, meningkatkan kesehatan jantung, menjaga berat badan yang sehat, dan meningkatkan kesehatan mental dan emosional (R. Lubis *et al.*, 2024).

D. Persepsi

Persepsi merupakan stimulus yang diindra oleh individu, diorganisasikan kemudian diinterpretasikan sehingga individu menyadari dan mengerti tentang apa yang diindera (Hakim, Eka dan Supriyadi, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Wood (2016) menyebutkan bahwa persepsi dikatakan sebagai proses yang aktif yang dimulai dari pengenalan sampai interpretasi. Proses persepsi dapat dibedakan menjadi tiga proses, yaitu *selection, organization*, dan *interpretation*.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1. *Selection*

   Tahap ini seseorang lebih cenderung untuk memilih atau mengenal hal-hal yang lebih menarik perhatian atau keinginan untuk dipahami dan dijelaskan.

2. *Organization*

   Tahap ini seseorang mengatur persepsi dengan baik menggunakan struktur kognitif. Dalam teori konstruktivisme, seseorang mengatur dan menafsirkan pengalamannya menggunakan struktur kognitif.

3. *Interpretation*

   Interpretasi adalah proses yang subjektif dalam membuat penjelasan-penjelasan tentang apa yang kita amati dan alami. Tahap interpretasi ini, seseorang akan menafsirkan atau menginterpretasi stimulus atau

rangsangan yang dia terima atau menafsirkan objek, kejadian, dan lain-lain.

Faktor yang mempengaruhi persepsi menurut Wood (2016), yaitu

1. *Physiological Factor*

   Salah satu faktor yang menyebabkan bervariasinya persepsi satu orang dengan orang lain adalah perbedaan kemampuan sensoris dan fisiologis. Kemampuan indra atau kepekaan indra tiap orang berbeda-beda. Ada yang mengatakan bahwa suara musik keras adalah hal menyenangkan, tetapi tidak demikian halnya bagi orang lain mungkin akan merasakan hal yang sebaliknya. Kondisi fisiologis seseorang sangat memengaruhi persepsi. Ketika seseorang dalam kondisi yang tidak sehat, kelelahan, stres, dan lain-lain maka akan memengaruhi persepsi.

2. *Expectations*

   Persepsi seseorang juga dapat dipengaruhi oleh faktor ekspektasi. Informasi yang didapatkan tentang sesuatu memengaruhi penafsiran terhadap hal tersebut. Informasi yang diterima memunculkan adanya harapan dan hal ini dapat memengaruhi persepsi seseorang.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

3. *Cognitive Abilities*

   Kemampuan maupun kompleksitas kognitif dapat memengaruhi persepsi seseorang terhadap orang lain. Seseorang yang hanya melihat orang lain hanya dari sisi baik dan buruk maka orang tersebut hanya memiliki cara terbatas untuk memahami atau memersepsikan orang lain.

4. *Social Roles*

   Peran sosial juga dapat memengaruhi persepsi seseorang. Sebagai contoh, guru memersepsikan muridnya berdasarkan peran sosialnya sebagai pendidik

5. *Membership in Cultures dan Social Communities*

   Komunitas sosial adalah sekelompok orang yang merupakan bagian dari masyarakat secara keseluruhan dan juga berbeda dari keseluruhan masyarakat, di mana mereka memegang nilai-nilai, pemahaman, dan praktik yang tidak dimiliki oleh orang-orang di luar kelompok. Gender, ras, agama, dan orientasi seksual sering mendefinisikan sosial masyarakat serta dapat memengaruhi bagaimana anggota masyarakat bertindak.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Untuk mengukur persepsi remaja putri mengenai TTD digunakan kuesioner persepsi. Kuesioner persepsi diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Hidayanty *et al*., (2025). Penelitian dilakukan dengan responden remaja putri di SMP dengan menggunakan metode *focus group discussions* (FGDs). Persepsi remaja putri berdasarkan hasil wawancara diolah dan dijadikan kuesioner dengan jumlah pernyataan sebanyak 27 butir.

Pernyataan mencakup persepsi remaja putri mengenai hambatan yang dirasakan dalam mengonsumsi TTD, manfaat mengonsumsi TTD, dan kesadaran diri dan dukungan sosial konsumsi TTD.

Kuesioner persepsi menggunakan skala *Likert* yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok. Skala *Likert* berisi empat tingkatan jawaban mengenai kesetujuan responden terhadap pernyataan yang dikemukakan melalui opsi jawaban yang disediakan. Penilaian skala *Likert* dengan ketentuan (4) sangat setuju, (3) setuju, (2) tidak setuju, (1) sangat tidak setuju untuk pernyataan positif dan (1) sangat setuju. (2) setuju, (3) tidak setuju, (4) sangat tidak setuju untuk pernyataan negatif. Kemudian hasil skor dari setiap responden dijumlahkan untuk selanjutnya dibandingkan dengan nilai median skor kuesioner. Selanjutnya, skor yang didapatkan dikategorikan menjadi:

1. Positif, apabila skor sama atau lebih besar nilai median
2. Negatif, apabila skor di bawah nilai median

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

E. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari pengindraan manusia atau pengetahuan mereka tentang suatu objek melalui indra mereka. Pendengaran dan penglihatan adalah dua cara utama manusia memperoleh pengetahuan. Pengetahuan adalah bagian yang sangat penting dari tindakan seseorang. Seseorang akan menjadi lebih baik dengan pengetahuan. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo (2020), yaitu:

1. Tingkat Pendidikan

   Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku yang positif dan meningkat. Pendidikan seseorang juga dapat mempengaruhi kemampuan pemahaman dan pengetahuan.

2. Informasi

   Seseorang yang mendapatkan informasi lebih bayak menabah pengetahuan yang lebih banyak. Informasi dapat diperoleh seseorang dari orang tua, teman, media masa atau buku, serta petugas kesehatan.

3. Pengalaman

   Tidak selalu berwujud hal yang pernah dialami seseorang tetapi bisa berawal dari mendengar atau melihat. Pengalaman yang diperoleh seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat informal.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

4. Budaya

   Tingkah laku manusia atau kelompok manusia di dalam memenuhi kebutuhannya meliputi sikap dan kepercayaan.

5. Sosial ekonomi

   Jika seseorang memiliki kemampuan yang lebih, tentunya dalam memenuhi kebutuhan hidup maka individu tersebut akan keuangannya untuk mendapatkan informasi yang berguna untuk menambah pengetahuannya.

Pengetahuan terkait TTD pada remaja putri di Kota Depok menunjukkan bahwa sebagian besar responden (54,7%) responden memiliki

pengetahuan yang kurang terkait dengan anemia dan manfaat TTD. Remaja putri menyatakan bahwa belum tersedianya media pendidikan kesehatan tentang anemia dan TTD di sekolah merupakan alasan kurangnya pengetahuan yang mereka miliki (Apriningsih *et al.*, 2020). Penelitian oleh Nurjanah dan Azinar (2023) menunjukkan bahwa sebagian besar responden (61,9%) memiliki pengetahuan yang kurang meliputi pedoman konsumsi TTD yang baik dan benar, serta manfaat TTD bagi remaja putri. Tingginya cakupan responden dengan pengetahuan kurang karena sosialisasi yang diberikan dari pihak sekolah maupun dari tenaga kesehatan mengenai TTD yang minim dan keadaan lingkungan sekolah juga tidak mendukung dengan tidak tersedianya media kesehatan pendukung seputar TTD bagi remaja putri.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja putri mengenai TTD digunakan kuesioner pengetahuan. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner yang diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Abu-Baker *et al*., (2021) di Yordania dan Haile *et al*., (2024) di Distrik Debub Achefer, Ethiopia. Penelitian yang dilakukan oleh Abu-Baker *et al*., (2021) terdapat 7 butir pertanyaan mengenai anemia mulai dari dampak, penyebab, dan pencegahan. Selain itu, penelitian tersebut juga membahas mengenai bahan makanan tinggi zat besi, pendorong, dan penghambat penyerapan zat besi. Penelitian Haile *et al*., (2024) terdapat 3 butir pertanyaan mengenai TTD mulai dari frekuensi konsumsi TTD selama sebulan dan setahun, serta fungsi konsumsi TTD setiap minggu.

Kuesioner pengetahuan tentang TTD memiliki total 10 butir pertanyaan. Untuk setiap pertanyaan yang berhasil dijawab dengan benar memiliki poin atau skor 10 sehingga apabila remaja putri dapat menjawab 10 butir pertanyaan yang diberikan akan mendapatkan poin atau skor 100. Jumlah pertanyaan benar dijumlahkan dan dibandingkan dengan jumlah maksimal lalu dikalikan 100%, dengan formula:

$$\frac{Jumlah\ skor\ benar}{Jumlah\ skor\ maksimal} x\ 100$$

Terdapat dua kategori untuk pengetahuan remaja putri, yaitu:

1. Baik, apabila skor ≥ 70%
2. Kurang, apabila skor < 70%

F. Kepatuhan

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Kepatuhan adalah kondisi yang berasal dari perilaku-perilaku yang mencerminkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban. Sikap atau tindakan yang dilakukan bukanlah lagi dianggap sebagai beban, melainkan justru merupakan komitmen yang harus dipenuhi dan tidak dapat dilakukan secara umum (Suaib, Rowa dan Awiah, 2024). Capaian tertinggi TTD diterima oleh remaja putri di sekolah yaitu pada tingkat SMP sebesar 64,4%. Dari capaian tersebut hanya 39,1% remaja putri yang patuh mengonsumsi TTD, sedangkan pemerintah menargetkan kepatuhan TTD remaja putri adalah 58% (SKI, 2023).

Dalam penelitian Nurjanah dan Azinar (2023) menunjukkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD dipengaruhi beberapa faktor seperti:

1. Persepsi

   Semakin baik persepsi seseorang maka seseorang tersebut cenderung patuh untuk mengonsumsi TTD dan sebaliknya.

2. Pengetahuan

   Seseorang dengan pengetahuan yang tinggi dapat mempengaruhi kepatuhan seseorang. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki maka mempengaruhi kecenderungan seseorang dalam menerapkan pengetahuannya dan akan membuatnya semakin patuh mengonsumsi TTD.

3. Peran Tenaga Kesehatan

   Peran tenaga kesehatan penting dalam memberikan pemahaman dan edukasi sehingga dapat mempengaruhi kepatuhan seseorang. Tenaga kesehatan yang rutin mengingatkan untuk mengonsumsi TTD juga dapat mempengaruhi kepatuhan seseorang.

4. Dukungan Guru

   Dukungan guru sebagai orang tua kedua di sekolah dan sebagai sumber penyalur pengetahuan kepada remaja putri berperan penting pada kepatuhan TTD, dukungan ini diperlukan untuk menumbuhkan keyakinan dan persepsi positif remaja putri tentang pentingnya mengonsumsi TTD agar mencegah risiko anemia (Samputri dan Herdiani, 2022).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

5. Teman Sebaya

Dukungan dari teman sebaya yang baik akan meningkkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Dukungan teman sebaya merupakan dukungan sosial yang diberikan langsung oleh teman seusianya. Pada masa remaja pengaruh kelompok sebaya sangat besar dikarenakan remaja cenderung menghabiskan waktu di luar rumah bersama dengan temannya, hal ini dapat mempengaruhi pola pikir remaja dalam wawasan sosial mereka terkait penyesuaian diri pada situasi sosial (Saraswati, Saraswati dan Sudarsana, 2024).

Untuk mengukur tingkat kepatuhan konsumsi TTD digunakan kuesioner kepatuhan. Kuesioner kepatuhan yang digunakan adalah kuesioner yang diadaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Dubik *et al*., (2019) di Kota Tamale, Ghana. Kuesioner ini memiliki 4 pernyataan mengenai perilaku remaja putri dalam mengonsumsi TTD selama 7 minggu terakhir. Kepatuhan konsumsi TTD diukur dari jawaban remaja putri berdasarkan jumlah TTD yang diterima dan dikonsumsi selama 7 minggu terakhir. Remaja putri yang mengonsumsi setidaknya 5 TTD (setiap minggu) selama 7 minggu terakhir atau setara dengan 70% sebelum dilakukannya penelitian dikategorikan patuh sedangkan remaja putri yang tidak mengonsumsi 5 TTD selama 7 minggu terakhir atau ≤ 70% dikategorikan tidak patuh.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

G. Hubungan Persepsi dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Persepsi yang salah terhadap perilaku dapat berujung pada terbentuknya perilaku yang dilakukan. Persepsi remaja terhadap konsumsi

tablet zat besi diawali dengan pengetahuan yang memadai tentang manfaat dan risiko TTD (Silitonga, Salim dan Nurmala, 2024). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada kepercayaan yang tinggi di antara para responden bahwa mengonsumsi TTD akan menyebabkan peningkatan volume darah selama menstruasi. Persepsi ini menyebabkan para responden enggan untuk mengonsumsi TTD secara teratur (Hidayanty *et al*., 2024).

Remaja putri yang memiliki persepsi kurang baik cenderung tidak patuh dalam mengonsumsi TTD. Kurangnya pengetahuan dan pemaparan informasi kepada remaja putri terkait anemia dan TTD sehingga banyak dari remaja putri yang persepsinya masih kurang baik. Semakin positif persepsi remaja putri semakin tinggi pula intensitas konsumsi TTD oleh remaja putri (Rahmiati, 2022). Persepsi terhadap anemia menjadi kunci dalam pencegahan dan penanganan anemia terutama remaja putri dengan pemahaman kurang terkait anemia.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Adanya persepsi rasa tidak suka, timbulnya mual dan muntah serta ketakutan saat mengonsumsi TTD menjadi sebab kurangnya kepatuhan para remaja putri dalam mengonsumsi TTD (Gagan Deep *et al.*, 2020). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Masfufah *et al*., (2022) menunjukkan bahwa sebagian kecil responden mengalami efek samping negatif dari konsumsi TTD yaitu mual, pusing dan badan menjadi lemas. Penelitian yang sama juga menunjukkan adanya persepsi responden mengenai rasa dan aroma dari TTD di mana responden merasa TTD memiliki rasa yang tidak enak juga aroma yang amis sehingga menyebabkan ketidakpatuhan responden dalam mengonsumsi TTD. Penelitian di Burkina Faso

menunjukkan bahwa adanya perbedaan persepsi di masyarakat mengenai TTD, masyarakat khususnya remaja menganggap dan mempercayai bahwa TTD merupakan salah satu alat kontrasepsi karena TTD sangat terkait dengan kehamilan dan perawatan antenatal (Compaoré *et al.*, 2020).

Penelitian yang dilakukan Ainaya *et al.,* (2022) dan Dubik *et al*., (2019) di Ghana menyebutkan bahwa dengan mengonsumsi TTD secara rutin dan teratur remaja putri yakin dapat mencegah anemia serta manfaat lain yang dirasakan setelah konsumsi TTD adalah siklus menstruasi menjadi teratur, mengurangi rasa pusing, serta meningkatkan konsentrasi dan kinerja pada saat belajar di kelas. Penelitian Ningtyias *et al*., (2020) meskipun remaja putri memiliki persepsi yang kuat akan kemudahan dalam berperilaku patuh mengonsumsi TTD teratur dan manfaat tentang TTD namun tetap memutuskan untuk berniat tidak patuh dikarenakan mayoritas merasakan adanya keyakinan efek samping dari TTD.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

H. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Tingginya kejadian anemia merupakan salah satu dampak dari rendahnya pengetahuan gizi anemia pada remaja putri. Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki para remaja putri maka memengaruhi kecenderungan remaja putri dalam pemilihan bahan makanan yang tinggi akan zat besi, menghindari bahan makanan yang mengganggu penyerapan zat besi, dan kepatuhannya dalam mengonsumsi TTD sebagai suplemen zat besi (Larasati, Mahmudiono dan Atmaka, 2021). Ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi TTD di SMPN 1 Karangnongko. Pengetahuan yang baik belum cukup membuat remaja putri patuh dalam

mengonsumsi TTD yang dipengaruhi oleh kurangnya kepercayaan atau keyakinan responden terhadap TTD serta tidak menyukai efek yang ditimbulkan (Wahyuningsih dan Rohmawati, 2020). Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan minum TTD. Dengan tingkat pengetahuan kurang baik maka tingkat kepatuhan minum TTD pada katagori kepatuhan rendah, sebaliknya pada tingkat pengetahuan baik ditemukan paling banyak responden memiliki katagori kepatuhan sedang (Runiari dan Hartati, 2020). Faktor yang paling mempengaruhi kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri di Kota Depok adalah pengetahuan tentang anemia dan manfaat TTD, sebagian besar remaja putri menganggap TTD tidak perlu untuk dikonsumsi (Apriningsih *et al.*, 2020).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

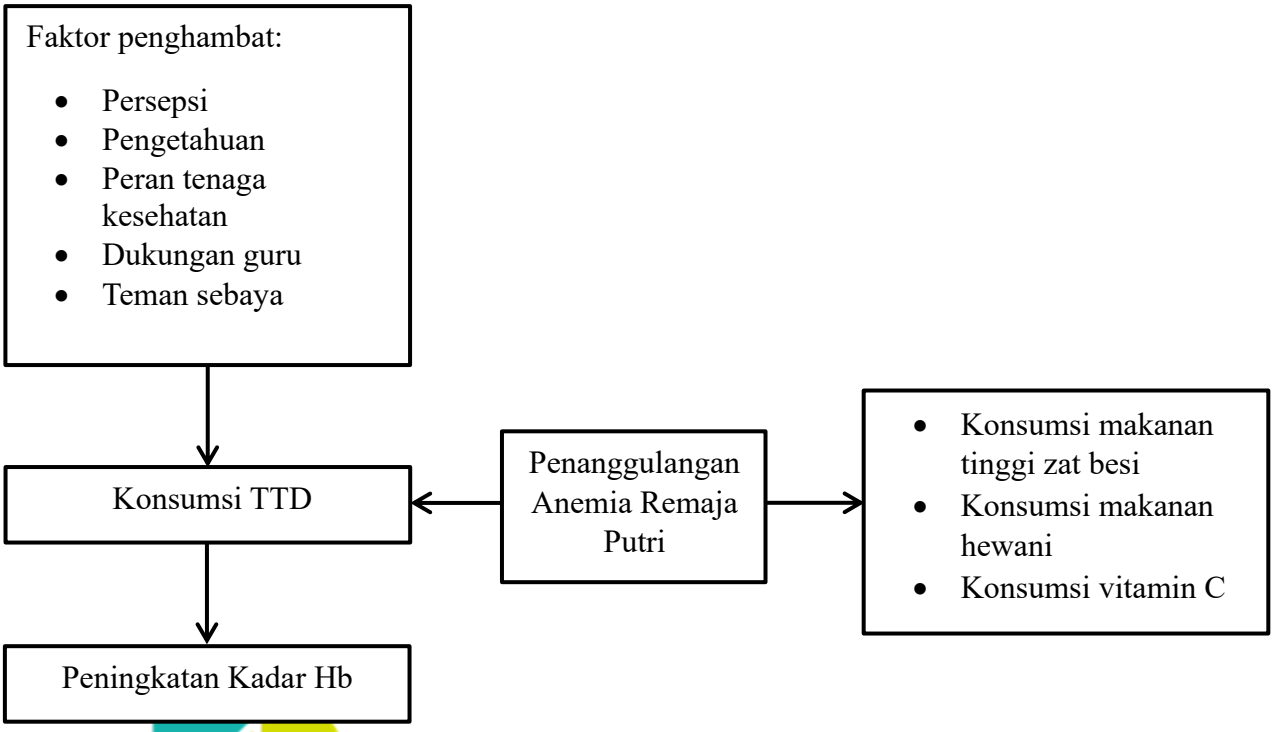
Sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang rendah tentang anemia dan TTD. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor, seperti kurangnya edukasi/konseling, perbedaan waktu penyaluran suplemen zat besi ke setiap sekolah, dan metode pelaksanaan program di sekolah yang belum optimal. Penelitian Elsharkawy *et al.*, (2022) menyatakan bahwa edukasi memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan. Intervensi seputar edukasi gizi menunjukkan dampak positif terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik di kalangan anak usia sekolah di Ghana (Antwi *et al.*, 2020). Peningkatan pengetahuan terhadap program TTD berpotensi meningkatkan kepatuhan siswa dalam mengonsumsi suplemen zat besi (Silitonga *et al.*, 2023). Penelitian lain terdapat siswa dengan kategori pengetahuan baik atau cukup tetapi tidak mengonsumsi TTD sesuai

anjuran pemerintah, penyebabnya karena perilaku konsumsi yang kurang dan merupakan salah satu bentuk perilaku yang sangat dipengaruhi oleh informasi (Yuniartanti Putri, Djuari dan Dwilda, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah dan Azinar (2023) menunjukkan bahwa hanya 25,5% remaja putri dalam mengonsumsi TTD dengan faktor yang paling berpengaruh adalah variabel pengetahuan.

Pengetahuan gizi sangat mempengaruhi kecenderungan remaja remaja putri dalam memilih sumber bahan makanan dengan nilai gizi yang tinggi zat besi. Pengetahuan gizi yang terfokus pada sumber bahan makanan yang menghambat penyerapan zat besi itu penting agar status anemia pada remaja putri dapat terkendali kearah normal (Putri, Simanjuntak dan Kusdalinah, 2017). Remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup lebih teratur dalam minum TTD dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang. Pengetahuan tentang konsumsi TTD sangat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam mengonsumsi TTD sejak dini. Pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi TTD membawa remaja putri untuk berpikir dan berusaha agar terhindar dari anemia defisiensi besi pada remaja putri. Semakin baik pengetahuan remaja putri maka semakin baik pula tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi TTD (Kustini dan Purnamawati, 2023).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

I. Kerangka Teori



Gambar 2. 2 Kerangka Teori

Sumber: Teori modifikasi dari (Fatimah dan Wulandari, 2022), (Hardianti dan Bansu, 2024), (Yulianti *et al.*, 2023), (Elisa, Oktafany dan Oktarlina, 2023), (Arma *et al.*, 2021)

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

J. Hipotesis Penelitian

Ha : Ada hubungan persepsi tentang konsumsi tablet tambah darah dan pengetahuan tentang tablet tambah darah dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri anemia di SMPN 4 Kota Bengkulu

H0 : Tidak ada hubungan persepsi tentang konsumsi tablet tambah darah dan pengetahuan tentang tablet tambah darah dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri anemia di SMPN 4 Kota Bengkulu