

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA
DENGAN KEPATUHAN MENGKONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
DI SMA NEGERI 1 JUWANA**

KARYA TULIS ULMIAH

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
Program Pendidikan Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan



Disusun Oleh :

Nasywa Nabiha Safira

NIM. 32102100076

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN
PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS FARMASI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2025**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA
DENGAN KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
DI SMA NEGERI 1 JUWANA**

KARYA TULIS ULMIAH

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan
Program Pendidikan Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan



Disusun Oleh :

Nasywa Nabiha Safira

NIM. 32102100076

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN
PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS FARMASI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2025**

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DENGAN
KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMA N 1 JUWANA

Disusun oleh :

Nasywa Nabiha Safira

NIM. 32102100076

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

30 Juni 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,


Machfudloh, S.Si.T., MH.Kes., M.Keb.,

NIDN : 0608018702


Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.,

NIDN : 0603058705

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH
HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA
DENGAN KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMAN
NEGERI 1 JUWANA

Disusun Oleh :

NASYWA NABIHA SAFIRA

Nim. 32102100076

Telah dipertahankan dalam seminar hasil didepan Tim penguji pada tanggal :

17 Juli 2025

Ketua :
Friska Realita S.S.T., MH.Kes., M.Keb.
NIDN. 0630038901

Anggota :
Machfudloh, S.Si., T., MH.Kes. M.Keb
NIDN. 0608018702

Anggota :
Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb.
NIDN. 0603058705

Mengetahui,

Dekan Fakultas Farmasi
UNISSULA Semarang,

Ka. Prodi Sarjana Kebidanan
FF UNISSULA Semarang,

Dr. Apt. Riha Wijayanti, M.Sc.
NIDN. 0618018201

Rr. Catur Leny Wulandari, S.SiT., M.I
NIDN. 0626067801

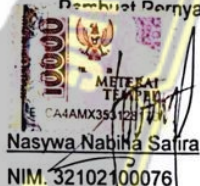
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya Tulis Ilmiah ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik dari Universitas Islam Sultan Agung Semarang maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya Tulis Ilmiah ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Dalam Karya Tulis Ilmiah ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Semarang, 30 Juni 2025

Pernyataan


Nasywa Nabila Safira
NIM. 32102100076

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Farmasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, saya yang betanda tangan di bawah ini:

Nama : Nasywa Nabihah Safira

NIM : 32102100076

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan **Hak Bebas Royalti Nonekslusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)** kepada Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Farmasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA DENGAN
KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMA N 1 JUWANA**

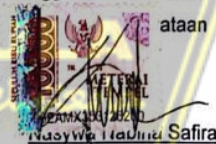
beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Adanya **Hak Bebas Royalti Nonekslusif** ini Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan FF Unissula berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Semarang

Pada tanggal : 30 Juni 2025

ataan


Nasywa Nabihah Safira

NIM. 32102100084

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di SMA N 1 Juwana” ini dapat selesai sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai salah satu persyaratan dan Profesi Bidan FF Unissula Semarang.

Penulis menyadari bahwa selesainya pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini adalah berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Gunarto, SH., SE., Akt., M. Hum selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr.Apt. Rina Wijayanti, M. Sc selaku Dekan Fakultas Farmasi Unissula Semarang.
3. Rr. Catur Leny Wulandari, S.Si.T, M. Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan FF Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Suhartono, S.Pd., M.,Pd., M.,Si.. selaku Kepala Sekolah SMA N 1 Juwana, yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.
5. Machfudloh, S.Si., T., MH.Kes. M.Keb selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
6. Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
7. Friska Realita S.Si.T.,MH.Kes.,M.Keb.selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
8. Seluruh Dosen dan Karyawan Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Farmasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
9. Cinta Pertama dan panutanku, Ayahanda Sapari A.Md.Pel. Beliau yang selalu memberikan segala dukungan, Semangat, perhatian, doa serta telah mendidik dan membesarkan Penulis dalam limpahan kasih sayang, Terima

kasih atas apa yang telah diberikan kepada Penulis yang tidak bisa dibandingkan dan digantikan dengan apapun selamanya.

10. Pintu surgaku, Ibunda Ita Yohana Santi. Terimakasih sebesar besarnya Penulis berikan kepada beliau atas segala bentuk bantuan, semangat, dan doa yang diberikan selama ini. Terima kasih atas kesabaran dan kebesaran hati menhgadapi penulis yang keras kepala. Ibu menjadi penguat dan pengingat paling hebat. Terima kasih telah menjadi tempatku untuk pulang, bu.
11. Kedua adiku tercinta, Muhammad Rafif Mutaqim dan Muhammad Nabil Faeyza. Terimakasih sudah ikut serta dalam proses Penulis dalam menempuh pendidikan selama ini, terima kasih atas semangat, doa dan cinta yang selalu diberikan kepada penulis. Tumbuh menjadi versi paling hebat, adikku.
12. Terimakasih kepada sahabat seperjuangan penulis Ratna Kusumasari, Niswatun khoeriah, Thetanea Nurkayati Adisti, Kalista Faustine Safhira, Nurul makhmudah yang selalu memberikan semangat, dukungan tiada henti dan bantuan dalam segala hal selama menyelesaikan proses skripsi ini.
13. Terakhir, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada wanita sederhana yang memiliki mimpi besar, namun terkadang sulit dimengerti isi kepalanya, yaitu penulis diriku sendiri, Nasywa Nabiha Safira. Terima kasih bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan, serta setiap ketakutan yang berhasil dilawan dengan keberanian. Terima kasih kepada hati yang tetap ikhlas, meski tidak semua hal berjalan sesuai harapan. Terima kasih kepada jiwa yang tetap kuat meski berkali-kali hampir menyerah. Terima kasih kepada raga yang terus melangkah, meski lelah sering kali tak terlihat. Penulis bangga kepada diri sendiri yang telah mampu melewati berbagai fase sulit dalam kehidupan ini. Semoga kedepanya, raga ini tetap kuat, hati tetap tegar, dan jiwanya tetap lapang dalam menghadapi setiap proses kehidupan. Mari terus bekerja sama untuk tumbuh dan berkembang, menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.
14. Semua pihak yang terkait yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa hasil Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca guna perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semarang,.....2025

Nasywa Nabiha Safira

NIM 32102100076



DAFTAR ISI

KARYA TULIS ULMIAH	i
KARYA TULIS ULMIAH	ii
HALAMAN PERSETUJUAN KARYA TULIS ILMIAH	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Landasan Teori.....	7
1. Pengetahuan.....	7
2. Remaja.....	10
3. Anemia.....	14
4. Kepatuhan.....	22
5. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	26
B. Kerangka Teori.....	27
C. Kerangka Konsep.....	28
D. Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	29
B. Subjek Penelitian	29
C. Waktu dan Tempat Penelitian	33
D. Prosedur Penelitian.....	34
E. Variabel Penelitian.....	35

F. Definisi Oprasional Penelitian.....	36
G. Metode Pengumpulan Data.....	37
H. Metode Pengolahan Data	42
J. Etika Penelitian	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Gambaran Umum Penelitian.....	46
B. Hasil Penelitian	49
C. Pembahasan.....	53
D. Keterbatasan Penelitian	59
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	61
A. Simpulan	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN	66



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 3. 1 Definisi Oprasional Penelitian	36
Tabel 3. 2 Kisi Kisi Kuisisioner Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia	38
Tabel 3. 3 Kisi Kisi Kuesioner Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	38
Tabel 3. 4 Kuesioner Pengetahuan Remaja Tentang Anemia di SMA N 1 Juwana	39
Tabel 3. 5 Kuesioner Kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA N 1 Juwana	40
Tabel 3. 6 Kuesioner Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia di SMA N 1 Juwana	41
Tabel 3. 7 Kuesioner Kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA N 1 Juwana	41
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di SMA N 1 Juwana	49
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Jawaban Kuisisioner Pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA N1 Juwana	49
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah darah di SMA N 1 Juwana.....	51
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Jawaban Kuisisioner Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah di SMA N1 Juwana	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5 Hubungan Pengetahuan remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Remaja Putri mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA N 1 Juwana	Error! Bookmark not defined.



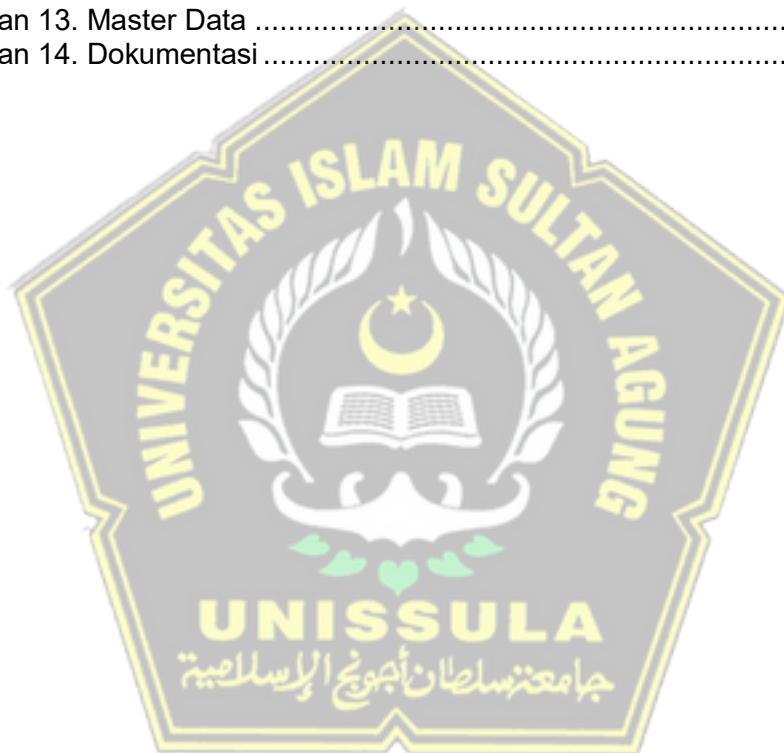
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	27
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	28
Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	67
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	69
Lampiran 3. Surat izin Validitas	70
Lampiran 4. Surat Balikan Penelitian	71
Lampiran 5. Surat Balikan Validitas.....	72
Lampiran 6. Surat Kesanggupan Pembimbing	73
Lampiran 7. Informed Consent.....	75
Lampiran 8. Kuesioner.....	76
Lampiran 9. Lembar Konsultasi	78
Lampiran 10. Erhical Clerance	81
Lampiran 11. Hasil Uji Validitas	82
Lampiran 12. Hasil SPSS	85
Lampiran 13. Master Data	86
Lampiran 14. Dokumentasi	90



ABSTRAK

Latar Belakang : Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin darah berada di bawah normal karena kekurangan zat besi. Salah satu faktor risiko utama adalah rendahnya kepatuhan konsumsi tablet penambah darah. Di SMA Negeri 1 Juwana, tercatat ada 37 siswa mengalami anemia. **Tujuan :** Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *Proposional Random Sampling*. Populasi penelitian ini adalah remaja putri kelas XI SMA Negeri 1 Juwana. **Hasil :** Bahwa remaja putri yang pengetahuan anemianya baik sebagian besar patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 63 siswi (86.3%) dan siswi yang tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sebagian kecil rata-rata memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 10 responden (13.7%). Hasil Uji Sperman Rank didapatkan nilai $p = 0,00$ Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja tentang anemia dan kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana. **Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana.

Kata Kunci : Anemia Remaja, Pengetahuan, Kepatuhan, Tablet Tambah darah, Remaja Putri



ABSTRACT

Background : Anemia is a condition in which blood hemoglobin levels are below normal due to iron deficiency. One of the main risk factors is inadequate consumption of iron-boosting tablets. At SMA Negeri 1 Juwana, 37 students were recorded as having anemia. **Objective:** This study was conducted to determine the relationship between knowledge of adolescent girls about anemia and compliance in consuming iron tablets at SMA Negeri 1 Juwana. **Method:** This study is a quantitative study with a cross-sectional approach. The sampling technique was Proportional Random Sampling. The population of this study was female adolescents in grade XI of SMA Negeri 1 Juwana. **Results:** That female adolescents who have good knowledge about anemia are mostly compliant in consuming iron tablets as many as 63 female students (86.3%) and female students who are not compliant in consuming iron tablets are a small number on average having less knowledge as many as 10 respondents (13.7%). The results of the Sperman Rank Test obtained a p value = 0.00 The results of the study showed that there was a significant relationship between adolescent knowledge about anemia and compliance in consuming iron tablets at SMA Negeri 1 Juwana. **Conclusion:** There is a relationship between knowledge of adolescent girls about anemia and compliance in consuming iron tablets at SMA Negeri 1 Juwana.

Keywords: Adolescent Anemia, Knowledge, Compliance, Iron Supplement Tablets, Adolescent Girls



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (Hb) kurang dari normal sehingga tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologis tubuh (Chasanah *et al.*, 2019). Hal ini terjadi karena hemoglobin, yang merupakan komponen penting dalam sel darah merah, berfungsi untuk mengikat oksigen dan mendistribusikannya ke seluruh sel dan jaringan tubuh. Kekurangan oksigen dalam jaringan akan mengganggu fungsi jaringan tersebut, yang pada gilirannya dapat menurunkan konsentrasi dan efektivitas kerja jaringan tubuh (Kemenkes, 2023)

Anemia pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang saling berhubungan, di mana faktor internal mencakup kekurangan zat gizi penting seperti zat besi, asam folat, dan vitamin B12 yang berperan dalam pembentukan sel darah merah, dan karena masa pertumbuhan, remaja memerlukan asupan gizi yang lebih banyak, namun seringkali pola makan yang tidak seimbang atau kekurangan nutrisi tersebut menjadi penyebab utama terjadinya (Ningtyias *et al.*, 2022). Faktor eksternal juga memiliki peran penting dalam penyebab anemia, seperti kebiasaan makan yang tidak sehat, contohnya seperti membatasi porsi untuk mendapatkan bentuk tubuh ideal, menghindari zat besi, dan konsumsi *junk food* (Rosida & Dwihesti, 2020).

World Health Organization Menyebutkan di Asia Tenggara prevalensi anemia (15–22 tahun) pada tahun 2023 mencapai 42%, Menurut

(Kementerian Kesehatan, 2023) didapatkan prevalensi anemia pada remaja perempuan usia 15-17 tahun di Indonesia yaitu sebesar 15,5%. Sementara itu, tingkat prevalensi anemia di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2023 mencapai 30,45%, Kabupaten Pati merupakan urutan ke 13 dengan angka anemia pada remaja yaitu sebesar 35,5% (Jateng, 2023).

Anemia dapat memberikan dampak negatif pada remaja, seperti tubuh mudah terinfeksi, penurunan kecerdasan, prestasi belajar yang menurun, semangat belajar berkurang, serta ketidakmampuan mencapai tinggi badan yang optimal (Yanniarti et al., 2024). Remaja putri sangat rentan mengalami anemia akibat kekurangan zat besi karena meningkatnya kebutuhan tubuh akan zat besi, anemia tidak hanya mempengaruhi kesehatan remaja putri saat ini, tetapi juga dapat berdampak pada kesehatan mereka saat melahirkan di masa depan, oleh karena itu status hemoglobin yang optimal perlu dipersiapkan sejak remaja agar ketika melahirkan, ibu dapat melahirkan dengan kondisi yang aman dan menghasilkan bayi yang sehat (Djunaid & Hilmuhu, 2021).

Peran bidan dalam menangani anemia pada remaja diatur dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Tenaga Kesehatan. Bidan memberikan layanan promotif dan preventif, seperti penyuluhan gizi, pemberian tablet tambah darah, serta pemeriksaan hemoglobin secara rutin. Peran ini bertujuan meningkatkan kesehatan remaja, mencegah anemia, dan mendukung terciptanya generasi muda yang sehat dan produktif (UUD, 2023)

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan wawancara kepada guru bimbingan konseling di SMA Negeri 1 Juwana. Hasil wawancara oleh guru di SMA Negeri 1 Juwana mengatakan

Pada bulan September 2024 pemeriksaan anemia dilakukan oleh kelas XI dengan jumlah 276 siswi sebanyak 37 diantaranya mengalami anemia Kondisi ini. Di SMA Negeri 1 Juwana, skrining dilakukan setiap 6 bulan sekali bekerja sama dengan Puskesmas Juwana. Temuan ini menunjukkan perlunya pemberian tablet tambah darah serta dilakukan *follow-up* berupa edukasi kesehatan dan intervensi yang lebih efektif untuk mencegah anemia.

Berdasarkan fenomena di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di Sman Negeri 1 Juwana”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di SMA Negeri 1 Juwana?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Juwana.

- b. Mengetahui kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana.
- c. Menganalisis hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk mengetahui pengetahuan remaja putri mengenai anemia serta kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan ilmu terkait anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, serta dapat dijadikan referensi untuk pengembangan ilmu selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk referensi kepustakaan terkait kususnya ilmu kebidanan tentang pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah.

b. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai anemia serta meningkatkan kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat serta meningkatkan upaya promosi kesehatan bagi bidan dalam mengatasi risiko anemia pada remaja dan mendorong kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

d. Bagi SMA Negeri 1 Juwana

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk meningkatkan edukasi tentang anemia di sekolah, mendorong penerapan pola hidup sehat di kalangan siswa.



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Peneliti (Tahun)	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Sman 1 Andong	Iis Alfia Nofitasari S. Dwi Sulisetyawati Erlina Windyastuti (2022)	Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. dengan populasi sejumlah 223 remaja putri dan sampel sejumlah 70 remaja putri	Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang Tablet Tambah Darah yaitu sejumlah 34 responden (48,6%) dan sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah yang rendah sejumlah 48 responden	1. Jenis penelitian : jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif, 2. Instrumen penelitian: Penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan instrumen penelitian menggunakan kuesioner 3. Responden: Responden yang digunakan pada penelitian ini dan penelitian yang akan dilakukan adalah remaja	Tempat, waktu, sampel, tahun penelitian
2.	Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Turikale	Yusriani Nasir, ST. Masitha, Kurnia Yusuf, Icha Dian Nurcahyani, Syafruddin1 (2024)	Desain kuantitatif cross sectional digunakan dalam penelitian ini. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 108 orang siswi	Hasil dari penelitian ini adalah remaja putri di SMPN 1 Turikale memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia, namun banyak diantara mereka yang masih menolak meminum tablet tambah darah	Instrumen penelitian : pada penelitian ini dan penelitian yang akan instrumen penelitian yang digunakan adalah kuisioner	Tempat, waktu, sampel, tahun penelitian
3.	Hubungan pengetahuan anemia dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di posyandu remaja banjar sigaran desa mekar bhuwana	Ni Made Widiastuti, Putu Mastiningsih, Pande putu Novi Ekajayanti, Putu Wira (2024)	Desain analitik observasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 40 remaja putri	Remaja putri di posyandu remaja banjar sigaran desa mekar bhuwana memiliki Tingkat pengetahuan kurang tentang anemia. Sebagian besar responden di posyandu remaja banjar sigaran desa mekar bhuwana tidak patuh dalam mengkonsumsi tabet tambah darah.	Remaja putri di posyandu remaja banjar sigaran desa mekar bhuwana memiliki Tingkat pengetahuan kurang tentang anemia. Sebagian besar responden di posyandu remaja banjar sigaran desa mekar bhuwana tidak patuh dalam mengkonsumsi tabet tambah darah.	Tempat, waktu, sampel, tahun penelitian

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan berasal dari kata “tahu”, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia arti dari kata tahu antara lain mengerti sesudah melihat (menyaksikan, mengalami, dan sebagainya), mengenal dan mengerti. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2021).

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2021) pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu :

1) Tahu (Know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

2) Memahami (Comprehension)

Diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh,

menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (Application)

Diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi kondisi real (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (Analysis)

Analisis suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja: dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5) Sintesis (Synthesis)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (Evaluation)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini

berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

c. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Menurut (Naktiany et al., 2022) pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket ataupun kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang ingin mengukur pengetahuannya. Pengetahuan seseorang dapat diukur dan diinterpretasikan menggunakan skala kualitatif. kriteria hasil ukur tingkat pengetahuan seseorang dibagi menjadi tiga yaitu :

- 1) Kategori kurang. Bila subjek mampu menjawab dengan benar <50% dari seluruh pernyataan yang ada di alat ukur Tingkat pengetahuan.
- 2) Kategori baik. Bila subjek mampu menjawab dengan benar ≥ 51 -100% dari seluruh pernyataan yang ada di alat ukur Tingkat pengetahuan.

d. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan (Notoatmodjo, 2018) diantaranya yaitu:

1) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki seseorang, karena melalui adanya pendidikan seseorang dapat mengembangkan keterampilan dan kepribadiannya.

2) Media massa

Media massa berfungsi sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa tentunya memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan keyakinan dan opini.

3) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang berada disekitar kita baik lingkungan biologis, fisik, dan sosial.

4) Pengalaman

Pengalaman adalah cara memperoleh pengetahuan yang benar dengan cara mengulang-ulang pengetahuan yang diperoleh sebagai hasil pemecahan masalah di masa lalu.

5) Usia

Semakin tua usia, semakin banyak pengalaman dan pengetahuan yang akan diperoleh untuk meningkatkan kematangan mental dan intelektual. Usia seseorang yang semakin dewasa mempengaruhi kemampuannya dalam berpikir dan menerima informasi yang semakin lebih baik dibandingkan saat masih muda.

2. Remaja

a. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa dimana seseorang tumbuh menjadi dewasa, berangsur angsur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan, dan sosial serta emosional, Menurut WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI no, 25 tahun 2014 menyatakan remaja adalah penduduk dalam rentang usia

10-18 tahun dan belum menikah. Remaja pada umumnya didefinisikan sebagai orang-orang yang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Podungge, 2021).

b. Tahap Perkembangan Remaja

Masa remaja menurut (Utami & Ayu, 2018) diklasifikasikan menjadi tiga tahap, yaitu :

1) Remaja awal (Early adolescence)

Remaja awal merupakan remaja dalam usia 12-14 tahun pada masa ini individu mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan tidak tergantung pada orang tua. Fokus dari tahap ini adalah penerimaan terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya. Pada masa ini terjadi preokupasi seksual yang tinggi, yang tidak jarang menurunkan daya kreatif. Mulai renggang dengan orang tuanya dan membentuk kelompok kawan atau sahabat karib, tingkahlaku kurang dapat dipertanggungjawabkan.

2) Remaja Tengah (Middle adolescence)

Remaja Madya merupakan remaja dalam 15-18 tahun pada tahapan ini ditandai dengan berkembangnya kemampuan berpikir baru, individu mulai lebih mampu mengatur dirinya sendiri, remaja mulai menunjukkan kematangan dalam berperilaku dan mengambil keputusan yang berhubungan dengan tujuan yang diinginkannya. Penerimaan dari lawan jenis menjadi hal yang penting, serta hubungan dengan mereka semakin intens, selain itu fantasi dan

ketertarikan terhadap musik, politik, dan kebudayaan semakin berkembang, diiringi dengan kritik terhadap keluarga dan masyarakat, sementara seksualitas mulai menjadi bagian dari identitas diri dan individu cenderung lebih terbuka dalam mencari bantuan

3) Remaja akhir (Late adolescence)

Remaja akhir merupakan remaja dalam usia 19-22 tahun pada tingkatan remaja ini sedang dalam fase penggabungan menuju era kedewasaan yang dicirikan dengan minat yang makin tepat terhadap diri, memiliki ego untuk mencari kesempatan dalam pengalaman baru, terbentuk pemikiran mengenai dirinya dalam ketertarikan secara seksual yang permanen, dan egois atau terlalu memfokuskan diri terhadap dirinya sendiri dibandingkan untuk kebutuhan orang lain.

c. Karakteristik Remaja

Menurut (Hapsari, 2023) perkembangan atau karakteristik pada remaja dapat dilihat melalui :

1) Perubahan fisik

Pada fase pubertas terjadi perubahan fisik sehingga pada akhirnya seorang anak akan memiliki kemampuan bereproduksi. Terdapat lima perubahan khusus yang terjadi pada pubertas, yaitu penambahan tinggi badan yang cepat (pacu tumbuh), perkembangan seks sekunder, perkembangan organ-organ reproduksi, perubahan komposisi tubuh, serta perubahan sistem

sirkulasi dan sistem respirasi yang berhubungan dengan kekuatan dan stamina tubuh.

2) Perkembangan kognitif

Pada masa Remaja cenderung memiliki pola berpikir yang sangat abstrak dan suka memberi kritik, selain itu rasa ingin tahu pada remaja terhadap hal-hal baru juga akan mengalami peningkatan.

3) Perubahan sosial dan emosional

Remaja akan memiliki kecenderungan lebih sensitif dengan keadaan sekitar. Hal yang dapat mempengaruhi emosi pada remaja bermacam-macam salah satunya adalah keluarga dan lingkungan. Hal ini yang dapat mempengaruhi sikap dan tindakan pada remaja pada suatu kejadian atau hal-hal disekitarnya.

WHO juga mendeskripsikan remaja dengan lebih konseptual, secara umum dapat diartikan remaja merupakan suatu masa dimana:

1. Biologis, Individu mulai berkembang dari pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai puncak kematangan seksual
2. Psikologis, Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari masa mereka kanak-kanak menjadi dewasa.
3. Ekonomi, Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Hapsari, 2023)

d. Batasan Usia Remaja

Menurut WHO dalam buku (Hapsari, 2023) remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-19 Tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana BKKBN rentang usia remaja adalah 10-24 Tahun dan belum menikah. Pada fase remaja akhir mereka akan lebih memperhatikan masa depan, termasuk peran yang diinginkan nantinya, mulai serius dalam berhubungan dengan lawan jenis dan mulai dapat menerima tradisi dan kebiasaan di lingkungan sekitar.

3. Anemia

a. Definisi Anemia

Anemia adalah suatu kondisi tubuh yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal, Hemoglobin berperan dalam pengangkutan oksigen di dalam tubuh dan dialirkan ke seluruh sel dalam tubuh untuk menjaga jaringan tetap sehat. Kadar normal Hb pada remaja putri berusia 12-19 tahun adalah 12g/dl, artinya apabila kadar Hb dibawah 12g/dl remaja mengalami anemia (Kemenkes, 2023).

Anemia merupakan sebuah tanda dari proses penyakit, Anemia biasanya digolongkan baik atau akut, anemia kronis terjadi selama jangka waktu yang panjang, sedangkan anemia akut terjadi dalam waktu yang cepat, Pada anemia kronis gejala bisa dimulai perlahan dan bertahap, sedangkan anemia akut dapat mendadak dan lebih berat (Yanniarti *et al.*, 2024)

b. Gejala Anemia

Gejala yang sering ditemui pada penderita anemia adalah 5 L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lalai), disertai sakit kepala dan pusing (“kepala muter”), mata berkunang-kunang, mudah mengantuk, cepat capai serta sulit konsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan “pucat” pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan (Kemenkes, 2018)

c. Faktor-faktor Penyebab Anemia

Faktor-faktor penyebab anemia pada remaja terdiri dari faktor internal dan eksternal adalah sebagai berikut :

1) Faktor Internal

a) Penghancuran sel darah merah yang berlebihan

Hal ini bisa disebut sebagai anemia hemolitik yang muncul saat sel darah merah dihancurkan lebih cepat dari normal (umur sel darah merah normalnya 120 hari). Sehingga sumsum tulang penghasil sel darah merah tidak dapat memenuhi kebutuhan tubuh akan sel darah merah (Rahayu *et al.*, 2019)

b) Kehilangan darah

Kehilangan darah dapat menyebabkan anemia disebabkan oleh perdarahan berlebihan, pembedahan atau permasalahan dengan pembekuan darah. Kehilangan darah yang banyak karena menstruasi pada remaja atau perempuan juga dapat menyebabkan anemia. Semua faktor ini akan meningkatkan kebutuhan tubuh akan zat besi, karena zat besi

dibutuhkan untuk membuat sel darah merah baru (Rahayu *et al.*, 2019).

c) Defisiensi Zat Besi

Zat gizi berperan penting dalam pembuatan hemoglobin antara lain asam Folat dan vitamin B12. Kekurangan zat gizi dapat menghambat proses regenerasi sel darah merah di dalam tubuh. vitamin B 12 dapat dipenuhi dari sumber makanan yaitu. makanan Hewani seperti seafood, ikan laut, daging sapi, susu dan yoghurt. Sumber makanan kaya akan folat adalah sayuran yang berwarna hijau, buah buahan, kacang Kacangan makanan tinggi protein dan makan berserat tinggi (Ningtyias *et al.*, 2022).

2) Faktor Eksternal

- a) Berdasarkan Penelitian (Rosida & Dwihesti, 2020) Remaja putri sering menggemari pola makan yang tidak sehat, yang dapat berisiko bagi kesehatan mereka. Salah satu faktor utama adalah kecenderungan remaja putri yang terlalu memperhatikan bentuk tubuh, sehingga sering membatasi porsi makan, banyak di antaranya yang melakukan pengurangan makan demi mencapai bentuk tubuh yang dianggap ideal menurut mereka. Kebiasaan diet ini sering kali mempengaruhi pola makan mereka, di mana remaja putri cenderung membatasi atau menghilangkan jenis makanan tertentu, seperti karbohidrat (misalnya nasi). Selain itu, beberapa remaja putri juga menghindari konsumsi zat besi yang penting untuk pembentukan sel darah merah. Kebiasaan

makan yang tidak sehat juga dapat terlihat dari perilaku pemilihan makanan, seperti tidak suka sayur atau jenis protein tertentu, yang menyebabkan kekurangan gizi. Ditambah dengan kebiasaan minum teh dan kopi, sering mengonsumsi jajanan, junk food, serta melewati sarapan, yang semuanya berkontribusi pada ketidakseimbangan gizi dan meningkatkan risiko anemia. Pola makan yang tidak teratur dan kekurangan nutrisi ini dapat berdampak negatif pada kesehatan, terutama pada kondisi seperti anemia yang sering dialami oleh remaja.

b) Aktivitas Fisik

Berdasarkan penelitian (Rosida & Dwihesti, 2020) salah satu faktor penyebab anemia pada remaja adalah tingginya tingkat aktivitas fisik yang dilakukan. Aktivitas fisik yang berat memerlukan energi yang cukup besar, sehingga meningkatkan kebutuhan nutrisi tubuh, jika kebutuhan gizi tersebut tidak tercukupi dengan baik, maka dapat menyebabkan defisiensi gizi, yang pada akhirnya berisiko menimbulkan terjadinya anemia pada remaja.

d. Dampak Anemia

Dampak Anemia pada remaja perempuan yaitu tubuh mudah terinfeksi, kebugaran berkurang, semangat belajar berkurang, Dampak Anemia mungkin tidak dapat langsung terlihat, tetapi dapat berlangsung lama dan mempengaruhi kehidupan remaja selanjutnya, Anemia pada remaja perempuan juga dapat berdampak panjang untuk dirinya dan juga untuk anak yang dilahirkan kelak, Memastikan kebutuhan zat besi

remaja terpenuhi pada saat ini untuk mencapai pertumbuhan yang maksimal (Yanniarti *et al.*, 2024)

Menurut (Kemenkes, 2018) anemia dapat menyebabkan berbagai dampak buruk pada remaja putri diantaranya:

1. Menurunkan daya tahan tubuh sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi
2. Menurunnya kebugaran dan ketangkasan berpikir karena kurangnya oksigen ke sel otot dan sel otak.
3. Menurunnya prestasi belajar dan produktivitas kerja/kinerja

e. Pencegahan anemia

Menurut (Rahayu *et al.*, 2019) cara mencegah dan mengobati anemia adalah:

- 1) Meningkatkan konsumsi makanan bergizi
 - a. Makan makanan yang banyak mengandung zat besi dari bahan makanan hewani (daging, ikan, ayam, hati, telur) dan bahan makanan nabati (sayuran berwarna hijau tua, kacang-kacangan, tempe)
 - b. Makan sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin c (daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, tomat, jeruk, dan nanas) sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus.
- 2) Menambah pemasukan zat besi ke dalam tubuh dengan minum Tablet Tambah Darah (TTD)

f. Tablet Tambah Darah

1) Definisi Tablet Tambah Darah

Tablet Tambah Darah merupakan tambahan gizi dalam bentuk tablet yang dapat meningkatkan kadar darah, tablet tambah darah dalam bentuk tablet dapat di dapatkan melalui program pemerintah atau beli secara mandiri, Program TTD disediakan oleh pemerintah dan didistribusikan kepada kelompok sasaran melalui fasilitas pelayanan kesehatan pemerintah (Yanniarti *et al.*, 2024).

Tablet tambah darah mengandung 200 mg ferro sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat. Wanita dan anak perempuan sebaiknya mengonsumsi tablet penambah darah karena wanita sedang menstruasi dan oleh karena itu membutuhkan zat besi untuk menggantikan darah yang hilang. mengobati perempuan dan remaja putri yang menderita anemia, meningkatkan keterampilan belajar, keterampilan kerja dan kualitas sumber daya manusia dan generasi penerus (Rahayu *et al.*, 2019).

2) Manfaat Tablet Tambah Darah

a) Mencegah Anemia

Remaja mengalami menstruasi yang teratur dan kehilangan banyak darah setiap bulannya sehingga membuat tubuhnya rentan terkena anemia. Perlu diketahui bahwa kekurangan sel darah merah atau kadar hemoglobin di bawah batas normal

menyebabkan gejala anemia seperti lemas, tidak bertenaga dan sedikit pucat (Dinkes, 2023).

b) Menambah Kebutuhan Gizi

Terkadang, sebagian remaja putri mengonsumsi makanan atau asupan dengan kadar zat besi dan protein yang kurang memadai. Terlebih jika remaja putri mulai melakukan diet secara asal-asalan tanpa berkonsultasi dengan ahli. Akibatnya, remaja putri kekurangan mineral yang untuk pertumbuhannya (Dinkes, 2023).

c) Menjaga Kemampuan berpikir

Manfaat lain dari meminum pil darah tambahan bagi remaja putri adalah menjaga kemampuan berpikirnya. Perlu diketahui bahwa anemia juga dapat menyebabkan kesulitan konsentrasi, bicara tidak jelas, dan berkurangnya kemampuan berpikir. Kondisi ini dapat mempengaruhi hasil belajar atau produktivitas di sekolah (Dinkes, 2023).

3) Anjuran Konsumsi Tablet Tambah Darah

Pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dilakukan setiap satu kali per minggu dan sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan RI no 88 Tahun 2014 tentang standart tablet tambah darah bagi remaja yaitu diberikan secara menyeluruh pada remaja putri yang menderita anemia maupun tidak karena remaja putri diharuskan minum suplemen tablet tambah darah untuk mencegah

anemia serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh (Yanniarti *et al.*, 2024).

4) Ketepatan konsumsi Tablet Tambah Darah

Pemberian Tablet Tambah Darah pada Siswi Remaja putri melalui suplementasi yang mengandung dosis sekurang-kurangnya adalah 60mg elementasi besi dan 400 mcg asam folat, Tablet Tambah Darah diberikan kepada Remaja Putri di sekolah dengan frekuensi 1 tablet setiap minggu sepanjang tahun dan pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri dapat dilakukan dengan cara menentukan hari minum Tablet Tambah Darah (Kemenkes, 2018).

Penyerapan Zat Besi dapat ditingkatkan dengan mengkonsumsi :

- a. Buah-buahan yang memiliki kandungan Vitamin C (Jeruk, pepaya, mangga, jambu biji)
- b. Sumber protein hewani, seperti ikan, hati unggas dan daging (Kemenkes, 2018).

Hindari mengonsumsi Tablet Tambah Darah bersamaan dengan:

- a. Teh dan kopi dikarenakan teh dan kopi mengandung senyawa fitat dan tannin yang dapat mengikat zat besi menjadi senyawa yang kompleks sehingga dapat menghambat penyerapan. Minum teh dan kopi sebaiknya dua jam sebelum atau sesudah mengonsumsi TTD (Kemenkes, 2018).
- b. Tablet Kalsium dalam dosis yang tinggi, karena hal ini dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh. Susu hewani pada

umumnya banyak mengandung jumlah kalsium sehingga dapat menyebabkan penyerapan zat besi di mukosa usus (Kemenkes, 2018).

- c. Obat sakit maag yang memiliki fungsi untuk melapisi permukaan lambung sehingga penyerapan zat besi terhambat. Penyerapan zat besi dapat terhambat jika obat maag yang dikonsumsi mengandung kalsium (Kemenkes, 2018).

5) Efek Samping Konsumsi Tablet Tambah Darah

Dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah dapat menimbulkan gejala seperti mual, nyeri di daerah lambung, diare maupun sulit buang air besar (konstipasi) dan menyebabkan tinja berwarna hitam, namun semua gejala yang muncul setelah mengonsumsi Tablet tambah darah tidak berbahaya dan tubuh akan menyesuaikan sehingga gejala yang timbul pada setiap individu semakin berkurang dengan seiring bejalannya waktu. Tinja yang berwarna hitam merupakan hal yang normal karena zat besi yang tidak dibutuhkan oleh tubuh akan dibuang dan dapat terlihat pada feses yang berwarna hitam. Tablet Tambah darah juga menimbulkan bau khas besi karena Tablet tambah darah. Maka untuk individu yang sensitif terhadap bau dianjurkan untuk mengonsumsi TTD bersamaan dengan air jeruk, jus buah (Kemenkes, 2018).

4. Kepatuhan

a. Pengertian Kepatuhan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) patuh adalah suka menurut (perintah), taat (pada perintah atau aturan) sedangkan

kepatuhan adalah perilaku sesuai aturan dan berdisiplin. Kepatuhan adalah tingkat ketepatan perilaku seorang individu dengan nasihat medis atau kesehatan dan menggambarkan penggunaan obat sesuai dengan petunjuk serta mencakup penggunaannya pada waktu yang benar (Lunenbourg, 2022).

Menurut (Notoatmodjo, 2014) merupakan konsep yang mempelajari terkait perilaku-perilaku manusia yang berhubungan dengan ketaatan atau ketidaktaatan terhadap norma dan aturan yang ada didalam Masyarakat. Manusia akan cenderung taat dan mentaati peraturan jika mereka memahami alasan dan manfaat dibalik aturan tersebut

b. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan

Faktor Internal yang dapat memengaruhi kepatuhan adalah sebagai berikut:

1) Pendidikan

Pendidikan juga mempengaruhi kepatuhan, tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat, Seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan seseorang yang tingkat pengetahuannya rendah (Putri *et al.*, 2023).

2) Pengetahuan

Pengetahuan yang baik tentang anemia dan pentingnya mengkonsumsi tablet suplemen darah (TTD) sangat mempengaruhi tingkat kepatuhan. Remaja yang memahami

dengan jelas manfaat dan cara kerja TTD cenderung lebih percaya diri dalam menggunakannya, karena mereka memahami dampak positifnya terhadap kesehatan mereka (Hastuti, 2022).

3) Sikap

Sikap kesehatan yang positif dan konsumsi tablet suplemen darah (TTD) berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan. Remaja yang memiliki sikap baik dan sangat sadar akan pentingnya kesehatan cenderung lebih berkomitmen untuk mengikuti anjuran konsumsi TTD secara rutin (Hastuti, 2022).

Faktor-Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan sebagai berikut:

1) Lingkungan

Faktor lingkungan yang tidak mendukung, salah satunya adalah pengaruh teman sebaya. Remaja cenderung lebih mudah terpengaruh oleh teman-temannya dalam hal konsumsi tablet tambah darah, hal ini dapat menyebabkan menurunnya motivasi serta keinginan untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur (Lindawati, 2022).

2) Budaya

Situasi dan kondisi budaya sekitar yang telah turun-temurun sangat berpengaruh pada perilaku kesehatan, tidak sedikit budaya yang bertentangan dengan teori dalam kesehatan medis. Kebiasaan yang bertentangan ini akan sangat menghambat terciptanya pola hidup sehat di lingkungan (Amir & Neldajono, 2019).

3) Peran Petugas Kesehatan

Interaksi positif dengan petugas kesehatan juga memainkan peran penting dalam meningkatkan kepatuhan pasien. Dukungan dan komunikasi yang baik dari petugas kesehatan dapat memengaruhi perilaku pasien secara signifikan, mendorong mereka untuk lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Rizawati, 2022)

4) Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga terutama dari orang tua sangat berperan dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet suplemen darah. Dukungan ini sangat diperlukan untuk membangun rasa percaya diri dan menciptakan persepsi positif di kalangan remaja putri tentang pentingnya rutin mengonsumsi tablet darah tambahan. Dengan dukungan penuh, remaja putri akan lebih memahami manfaatnya dan termotivasi untuk menjaga kesehatan untuk mencegah risiko anemia (Hastuti, 2022)

c. Tingkat Kepatuhan

Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dapat dikategorikan menjadi dua bagian. Kategori pertama adalah kategori patuh, yang ditentukan apabila remaja putri mengonsumsi lebih dari 4 tablet dalam satu bulan. Sementara itu, kategori kedua adalah kategori tidak patuh, yang berlaku apabila remaja putri mengonsumsi kurang dari 4 tablet setiap minggu selama satu bulan (Oktalia *et al.*, 2023)

5. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

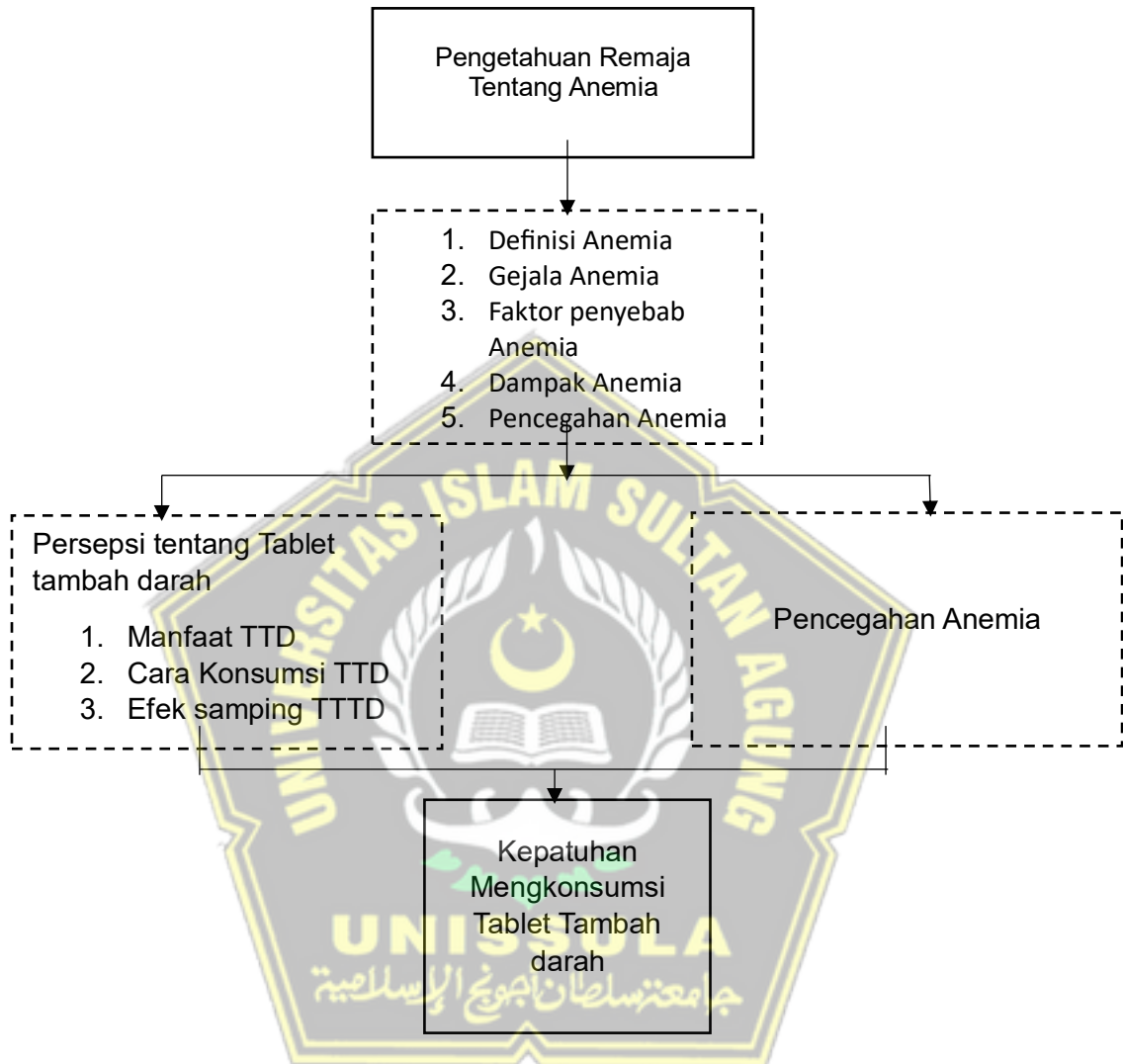
Kejadian anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah pengetahuan, terutama pengetahuan mengenai anemia. Jika remaja putri memiliki pengetahuan yang baik maka perilaku dalam pencegahan akan semakin baik dibandingkan dengan remaja putri yang tidak memiliki pengetahuan tentang anemia (Kharismawati et al., 2023).

pengetahuan merupakan hasil dari tahu, pengetahuan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan pada sesuatu melalui panca indera baik dari penglihatan, penciuman maupun pendengaran. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam menentukan tindakan seseorang (Nasir et al., 2024). Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat menginspirasi terwujudnya perilaku kesehatan. Mengetahui tentang kejadian anemia sangat penting bagi remaja putri karena dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam menjaga pola makan sehari hari (Nasir et al., 2024).

Penelitian ini sejalan dengan Pibriyanti et al., (2024) remaja putri dengan pengetahuan baik tentang kejadian anemia cenderung patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sedangkan remaja putri dengan pengetahuan cukup tentang kejadian anemia tidak paruh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah

Penelitian ini sejalan dengan (Kusnadi, 2020) yang dilakukan di SMA Negeri 3 Bukittinggi memiliki kesimpulan bahwa terdapat hubungan pada tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

B. Kerangka Teori



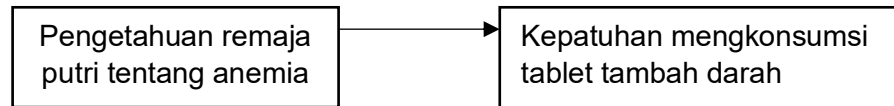
Gambar 2. 1 Kerangka Teori

(Hastuti, 2022), (Lindawati, 2022), lingkungan (Amir & Neldajono, 2019)
(Rizawati, 2022), (Putri *et al.*, 2023), (Notoatmodjo, 2014)

———— : dilakukan penelitian

----- : tidak dilakukan penelitian

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis alternatif (H_a): Ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Juwana



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Pendekatan ini digunakan untuk mengukur hubungan antara dua variabel, yaitu tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dan kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan memengaruhi perilaku konsumsi TTD pada remaja putri di SMA Negeri 1 Juwana.

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah umum yang terdiri atas: obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri SMA Negeri 1 Juwana.

a. Populasi target

Populasi Target merupakan populasi yang telah ditentukan sesuai dengan masalah penelitian dan hasil penelitian dari populasi tersebut ingin disimpulkan (Sinaga, 2014). Populasi target dalam penelitian ini adalah semua siswi putri di SMA Negeri 1 Juwana yang berjumlah 812 orang.

b. Populasi Terjangkau

Populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah remaja putri SMA Negeri 1 Juwana. Populasi yang terjangkau dalam penelitian ini berjumlah 276 orang yang merupakan siswa kelas XI angkatan 2022.

2. Sampel

Menurut (Sugiyono, 2020) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penentuan jumlah sampel yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah berdasarkan metode slovin sebagai alat ukur untuk menghitung ukuran sampel, karena jumlah populasi yang diketahui lebih dari 100 responden. Pada penelitian ini sampel yang digunakan di hitung menggunakan rumus slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran Sampel

N = Ukuran Populasi

e = tingkat kepercayaan/ketepatan yang diinginkan (10%)

sehingga

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{276}{1 + 276(0,1)^2}$$

$$n = \frac{277}{1 + 2,76}$$

$$n = \frac{277}{3,76}$$

$$n = 73,67$$

$$n = 73$$

Jadi jumlah sampel yang telah dihitung menggunakan rumus slovin didapatkan hasil sejumlah 73 responden. Peneliti menetapkan karakteristik yang akan dijadikan sampel sebagai berikut :

a. Kriteria inklusi Penelitian

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :

Remaja putri kelas XI SMA Negeri 1 Juwana yang bersedia menjadi responden.

b. Kriteria eksklusi penelitian

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah Remaja putri yang sakit dan berhalangan hadir.

3. Teknik sampling

Teknik yang digunakan pada penelitian ini adalah *Proporsional Random Sampling*, *Proporsional Random Sampling* yaitu cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan menggunakan cara acak tanpa memperhatikan strata dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2024).

Berikut adalah rincian data 73 responden dari siswa kelas VIII dengan 5 kelas dimana jumlah sampel tersebut didapatkan dengan menggunakan rumus proporsional dengan penjelasan sebagai berikut:

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan :

ni: jumlah sampel

Ni: jumlah populasi setiap kelas

N : Jumlah Populasi (277)

N : Jumlah Sampel Keseluruhan (73)

No	Kelas	Jumlah Siswa	Dari Mana Jumlah Sampel Didapatkan	Jumlah Sampel
1.	XI 1	23	$ni = \frac{23}{277} \times 73 = 6$	6 Siswa
2.	XI 2	23	$ni = \frac{23}{277} \times 73 = 6$	6 Siswa
3.	XI 3	25	$ni = \frac{25}{277} \times 73 = 6$	6 Siswa
4.	XI 4	22	$ni = \frac{22}{277} \times 73 = 5$	5 Siswa
5.	XI 5	23	$ni = \frac{23}{277} \times 73 = 6$	6 Siswa
6.	XI 6	27	$ni = \frac{27}{277} \times 73 = 7$	7 Siswa
7.	XI 7	23	$ni = \frac{23}{277} \times 73 = 6$	6 Siswa
8.	XI 8	22	$ni = \frac{22}{277} \times 73 = 5$	5 Siswa
9.	XI 9	27	$ni = \frac{27}{277} \times 73 = 7$	7 Siswa
10.	XI10	23	$ni = \frac{23}{277} \times 73 = 6$	6 Siswa
11.	XI 11	27	$ni = \frac{27}{277} \times 73 = 7$	7 Siswa
12.	XI 12	23	$ni = \frac{23}{277} \times 73 = 6$	6 Siswa
	TOTAL			73 Siswa

Peneliti melakukan penelitian dengan mengambil sampel sebanyak 73 siswi dari setiap kelas yang telah ditentukan sebelumnya, dengan pemilihan responden diundi secara acak oleh pihak sekolah pada siswa sudah sesuai kriteria inklusi dan eksklusi . Setelah pemilihan selesai, seluruh responden dikumpulkan dalam satu ruangan. Pada awal pertemuan, peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud serta tujuan penelitian, kemudian memberikan lembar persetujuan (informed consent).

Peneliti menjelaskan prosedur penelitian dan tata cara pengisian kuesioner secara rinci. Setelah seluruh responden selesai mengisi kuesioner, sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi dan waktu yang telah diluangkan,

peneliti menyerahkan bingkisan berupa souvenir botol minum kepada masing-masing responden sebagai ucapan terima kasih.

C. Waktu dan Tempat Penelitian

1. Waktu Penelitian

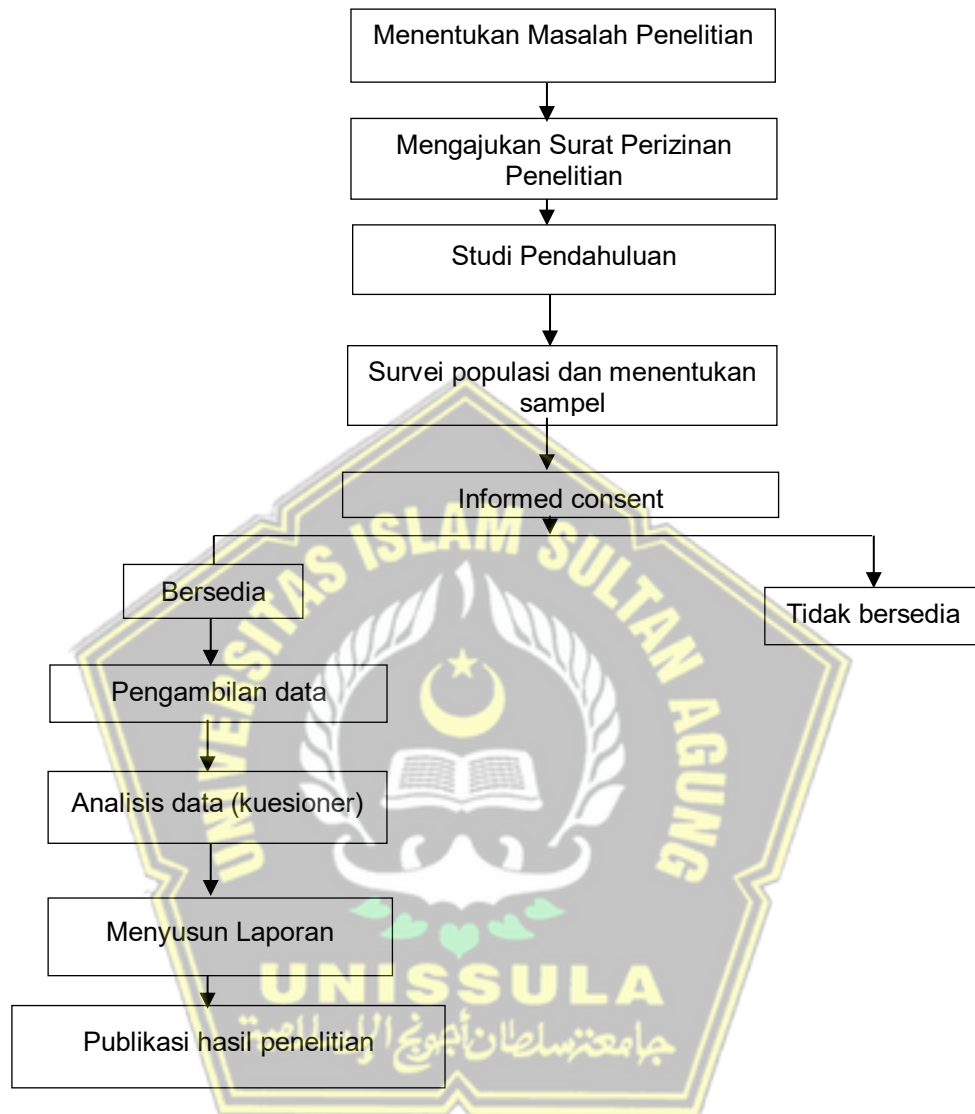
Penyusunan Karya Tulis Ilmiah dari bulan November 2024 – Juli 2025. Pengambilan data pada bulan Mei 2025.

2. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di SMA Negeri 1 Juwana



D. Prosedur Penelitian



Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian

Kegiatan penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan ini peneliti menentukan judul kemudian melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Juwana selanjutnya mengumpulkan sumber Pustaka serta merumuskan masalah, lalu menentukan sampel, rancangan penelitian dan merumuskan Teknik pengumpulan data yang akan digunakan.

2. Perizinan

Pada tahap perizinan penelitian, peneliti meminta surat resmi dari Fakultas farmasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang ke SMA Negeri 1 Juwana yang ditujukan sebagai tempat penelitian.

3. Pelaksanaan penelitian

Peneliti melakukan kunjungan ke SMA Negeri 1 Juwana dan memberikan *informed consent* untuk meminta persetujuan dari remaja untuk menjadi responden, kemudian peneliti membagikan kuisisioner yang harus diisi oleh responden.

4. Tahap akhir

- a. Menganalisis data
- b. Menyusun laporan penelitian
- c. Diseminasi atau publikasi hasil penelitian

E. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik (Sugiyono, 2020).

1. Variabel independent (bebas)

Variabel independent adalah variable yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan pada variable lain yaitu variable dependen atau variabel terikat (Sugiyono, 2020). Variabel independent dalam penelitian ini adalah pengetahuan remaja putri tentang anemia.

2. Variabel dependent (terikat)

Variabel dependent adalah variable yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2020). Variable dependent dalam penelitian ini adalah kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah.

F. Definisi Oprasional Penelitian

Tabel 3. 1 Definisi Oprasional Penelitian

No.	Nama Variabel	Definisi operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Variabel independen : Pengetahuan remaja putri tentang anemia	Pemahaman dan pengetahuan yang dimiliki oleh seorang remaja putri berkaitan dengan anemia seperti tanda, gejala, dampak, faktor, dan pencegahan.	Kuesioner	1. Kategori kurang : <50% 2. Kategori baik : ≥50-100%	Ordinal
2.	Variabel dependent : Kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah	Perilaku Remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah 1minggu satu kali selama 1 bulan sesuai dengan instruksi petugas kesehatan	Kuesioner	1. Tidak Patuh : tidak mengonsumsi secara teratur sesuai ketentuan 2. Patuh : 1 tablet perminggu selama 1 bulan	Ordinal

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data penelitian

Data penelitian Menurut (Sugiyono, 2020). data penelitian dibagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder :

a. Data primer

Data primer adalah data yang bersumber langsung dari responden (Sugiyono, 2020). Data primer dalam penelitian ini dikumpulkan melalui pengisian kuesioner oleh siswi putri di SMA Negeri 1 Juwana. Kuesioner tersebut mencakup informasi seperti nama, umur, dan kelas, serta serangkaian pertanyaan terkait topik penelitian.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung dari responden (Sugiyono, 2020). Data sekunder dalam penelitian ini yaitu data rekapitulasi data anemia pada remaja di SMA Negeri 1 Juwana, data jumlah siswa dari pihak sekolah.

2. Pengumpulan data

Pada penelitian ini, pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan memperoleh informasi dari responden. Peneliti melakukan pengamatan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mengenai anemia serta tingkat kepatuhan responden dalam mengonsumsi tablet penambah darah. Selain itu, peneliti juga memberikan sejumlah pertanyaan tertulis kepada responden yang harus dijawab untuk mendapatkan data yang lebih akurat mengenai pemahaman dan kebiasaan mereka terkait anemia dan konsumsi tablet penambah darah.

a. Kuisisioner

Alat ukur atau instrumen pada penelitian ini menggunakan kuisisioner. Menurut (Sugiyono, 2020). Kuisisioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

Tabel 3. 2 Kisi Kisi Kuisisioner Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia

NO	Pertanyaan	Jumlah	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
1	Pengertian anemia	2	1,2	-
2	Tanda gejala anemia	2	3	4
3	Penyebab Anemia	3	5,7	6
4	Dampak Anemia	3	8,9,10	-
5	Pencegahan	3	12	11,13

Tabel 3. 3 Kisi Kisi Kuisisioner Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

NO	Pertanyaan	Jumlah	No.Item
1.	Frekuensi Minum	3	1,2,3,
2.	Ketepatan Dosis	2	4,5
3.	Ketepatan Konsumsi	3	6,7,8

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan bahwa alat tersebut benar-benar mengukur apa yang diukur. Uji korelasi antara nilai skor setiap item (pertanyaan) dan nilai skor total kuisisioner diperlukan untuk menentukan apakah kuisisioner yang dibuat dapat mencapai tujuan yang dimaksud (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini, validitas diuji dengan menguji korelasi antara skor masing-masing variabel dengan skor total, variabel pertanyaan dikatakan valid jika skornya secara signifikan berkorelasi dengan skor total (Janna & Herianto, 2021)

Uji validitas instrumennya menggunakan *teknik korelasi pearson product momen*, instrument dikatakan valid apabila r dihitung $\geq r$ tabel serta sebaliknya jika r hitung $\leq r$ tabel maka setiap item pertanyaan dalam instrument dikatakan tidak valid (Notoatmodjo, 2018). Uji validitas dilakukan terhadap 20 responden di SMK Diponegoro Juwana karena mempunyai karakteristik yang hampir sama dengan populasi.

Tabel 3. 4 Kuesioner Pengetahuan Remaja Tentang Anemia di SMA Negeri 1 Juwana

Pertanyaan	Nilai rTabel	Nilai Person	Hasil
Pertanyaan 1	0,444	0,546	VALID
Pertanyaan 2	0,444	0,546	VALID
Pertanyaan 3	0,444	0,459	VALID
Pertanyaan 4	0,444	0,543	VALID
Pertanyaan 5	0,444	0,546	VALID
Pertanyaan 6	0,444	0,543	VALID
Pertanyaan 7	0,444	0,543	VALID
Pertanyaan 8	0,444	0,508	VALID
Pertanyaan 9	0,444	0,649	VALID
Pertanyaan 10	0,444	0,546	VALID
Pertanyaan 11	0,444	0,459	VALID
Pertanyaan 12	0,444	0,459	VALID
Pertanyaan 13	0,444	0,579	VALID

Berdasarkan hasil uji validitas terhadap kuesioner pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Juwana, seluruh item pertanyaan menunjukkan nilai r hitung $\geq r$ tabel sebesar 0,444 untuk jumlah sampel 20 responden. Dengan demikian, semua pertanyaan dalam kuesioner tersebut dinyatakan valid.

Tabel 3. 5 Kuesioner Kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana

Pertanyaan	Nilai rTabel	Nilai Person	Hasil
Pertanyaan 1	0,444	0,508	VALID
Pertanyaan 2	0,444	0,635	VALID
Pertanyaan 3	0,444	0,484	VALID
Pertanyaan 4	0,444	0,610	VALID
Pertanyaan 5	0,444	0,484	VALID
Pertanyaan 6	0,444	0,484	VALID
Pertanyaan 7	0,444	0,484	VALID
Pertanyaan 8	0,444	0,484	VALID

Berdasarkan hasil uji validitas terhadap kuesioner Kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana, seluruh item pertanyaan menunjukkan nilai r hitung $\geq r$ tabel sebesar 0,444 untuk jumlah sampel 20 responden. Dengan demikian, semua pertanyaan dalam kuesioner tersebut dinyatakan valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukuran dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten atau tetap asas (*ajeg*) bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama (Notoadmojo, 2018). Reliabilitas menyangkut konsistensi tidak adanya variasi dalam pengukuran atribut yang stabil untuk individu individu (Janna & Herianto, 2021). Uji reliabilitas pada penelitian ini dilakukan dengan uji *cronbach alpha* dengan keputusan uji, jika *cronbach alpha* $\geq 0,6$ artinya variabel reliable dan jika *cronbach alpha* $\leq 0,6$ artinya variabel tidak *reliable* (Notoatmodjo, 2018)

Tabel 3. 6 Kuesioner Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia di SMA Negeri 1 Juwana

Cronbac'h Alpha	N of Items
0.781	13

Dalam penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Juwana mengenai pengetahuan remaja putri tentang anemia, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,781 dengan 13 item pertanyaan. Dengan demikian, kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dapat dianggap konsisten dan dapat dipercaya untuk mengukur pengetahuan remaja putri tentang anemia.

Tabel 3. 7 Kuesioner Kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana

Cronbac'h Alpha	N of Items
0.623	8

Dalam penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Juwana mengenai pengetahuan remaja putri tentang anemia, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,623 dengan 8 item pertanyaan. Dengan demikian, kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dapat dianggap konsisten dan dapat dipercaya untuk mengukur kepatuhan remaja putri tentang anemia.

H. Metode Pengolahan Data

1. Editing

Editing adalah kegiatan memeriksa dan memperbaiki isian formulir atau kuesioner untuk memastikan bahwa semua pertanyaan telah terisi dengan lengkap (Notoatmodjo, 2018a). Data yang telah terkumpul dari pengisian lembar kuesioner dilakukan pengecekan untuk memeriksa kelengkapan jawaban yang diberikan

2. Coding

Pada tahap ini, peneliti memberikan kode pada variabel data yang dikumpulkan untuk memudahkan dalam pengolahan data dengan cara merubah huruf menjadi bentuk angka atau bilangan yang mudah dipahami pada kuisisioner. Pengkodean pada penelitian ini adalah :

0 : bila pengetahuan kurang

1 : bila pengetahuan baik

0 : Tidak Patuh

1 : Patuh

3. Scoring

Pada tahap ini peneliti memberikan nilai atau skor atas jawaban responden yang telah diberikan kode. Dalam penelitian ini pada pertanyaan memiliki bobot atau nilai jawaban dengan pemberian skor sebagai berikut :

a. Skor 1 untuk pernyataan favourable jika menjawab Iya

Skor 0 untuk pernyataan favourable jika menjawab Tidak

b. Skor 1 untuk pernyataan unfavourable jika menjawab Iya

Skor 0 untuk pernyataan unfavourable jika menjawab Tidak

4. Tabulating

Data yang telah terkumpul disusun dalam bentuk tabel kemudian dianalisis menggunakan spss yaitu penyajian data ke yang lebih sederhana sehingga mudah untuk dibaca serta diinterpretasikan.

I. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat yaitu metode analisis data yang dilakukan pada masing-masing variabel. Analisis ini juga dikenal sebagai analisis deskriptif atau statistik deskriptif. Analisis univariat untuk mendeskripsikan kondisi suatu fenomena yang diteliti dalam penelitian ini (Notoatmodjo, 2018). Analisis univariat dalam penelitian ini untuk menggambarkan setiap variabel yang diteliti yaitu pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Juwana dan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana. Analisis data univariat dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS untuk mempermudah pengolahan data.

2. Analisis Bivariat

Analisis Bivariat merupakan sebuah uji statistik yang dilakukan untuk menguji antara dua variabel dan menghasilkan jawaban apakah kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan dan berkorelasi (Notoatmodjo, 2018d). Analisis bivariat dalam penelitian ini untuk mengkaji menghubungkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana. Sehingga peneliti menggunakan metode uji statistik Korelasi Spearmen Rank

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dapat dilihat kemaknaan apabila:

- a. Jika *pvalue* <0,05 maka ada hubungan signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen atau (H_0) ditolak.
- b. Jika *p value* >0.05 maka tidak ada hubungan signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen atau (H_a) diterima.

J. Etika Penelitian

Penelitian yang berjudul Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMA Negeri 1 Juwana, telah disetujui *Ethical Clearance* di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan No.262/v/2025/Komisi Bioetik. Prinsip etika yang diterapkan dalam penelitian ini menurut Belmont's Report dalam (Kemenkes, 2021). dirumuskan sebagai berikut

1. Prinsip berbuat baik (*Beneficence*) dan tidak merugikan (*non-maleficence*)

Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan prinsip menghormati hak dan martabat manusia dengan menjaga privasi dan kerahasiaan informasi responden. Peneliti memberikan penjelasan yang jelas mengenai tujuan, prosedur kepada responden. Setelah mendapatkan pemahaman yang memadai, responden memberikan (*informed consent*) yang menyatakan kesediaan mereka untuk berpartisipasi secara sukarela dan tanpa paksaan. Peneliti juga memastikan bahwa identitas responden dirahasiakan dengan tidak mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data, melainkan menggunakan inisial. Dengan demikian,

data yang dikumpulkan dapat digunakan untuk tujuan penelitian tanpa mengungkapkan identitas pribadi

2. Prinsip menghormati harkat martabat manusia (*Respect for person*)

Dalam penelitian, subjek diikutsertakan untuk membantu tercapainya tujuan penelitian. Prinsip ini digunakan agar subjek penelitian tidak diperlakukan sebagai sarana untuk memberikan perlindungan dari tindakan penyalahgunaan. Peneliti berbuat baik dalam membantu, melindungi, memberikan manfaat, serta mengedukasi tentang anemia dan tablet tambah darah kepada responden.

3. Prinsip keadilan (*Justice*)

Dalam penelitian, responden akan diperlakukan sesuai prinsip keadilan yaitu memperlakukan setiap orang sama dengan baik dan layak tanpa dibeda-bedakan dalam mendapatkan haknya. Peneliti tidak membeda-bedakan responden baik dari suku, ras, agama dan golongan.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Sekolah menengah atas negeri 1 Juwana merupakan sekolah yang beralamat di Jl. Ki Hajar Dewantara No. 54 Dukutalit Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati Jawa Tengah kode pos 59185. Sekolah Menengah atas ini didirikan pertama kali 29 September tahun 1983. SMA Negeri 1 Juwana mempunyai 36 ruang kelas yang terdiri dari 12 kelas dari masing-masing angkatan. SMA Negeri 1 Juwana juga memiliki fasilitas internet yang dapat digunakan dalam kegiatan belajar mengajar sehingga dapat mempermudah siswa mencari referensi serta menambah pengetahuan.

Pendidikan mengenai anemia juga diberikan melalui pelajaran biologi untuk menambah wawasan siswa tentang pentingnya pemahaman terhadap kondisi ini. Selain itu, siswa juga mendapatkan edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja yang disampaikan oleh tim promosi kesehatan dari Puskesmas Juwana, guna mendukung kesehatan secara menyeluruh. Kegiatan penyuluhan kesehatan ini bertujuan untuk melakukan pembinaan dan memberikan pemahaman bagi pelajar tentang upaya kesehatan remaja.

SMA Negeri 1 Juwana memberikan layanan bimbingan konseling yang diberikan oleh guru BK yang dilaksanakan satu kali dalam seminggu yang memiliki jadwal tersendiri yang bermanfaat untuk memotivasi siswa, mengarahkan siswa agar memiliki sikap mandiri secara emosional dan sosial ekonomi, mengembangkan karirnya setelah lulus SMA serta

membantu siswa untuk mencegah dan menghindarkan diri dari munculnya masalah yang dapat menghambat dan mengganggu perkembangan dirinya.

2. Gambaran Proses Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Mei 2025 dengan tujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan tingkat kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Juwana pada tahun 2025. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Bioetika Penelitian Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang, yang telah disetujui dengan nomor sertifikat etik No. 262/V/2025/Komisi Bioetik

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 15 Mei 2025 dengan melibatkan 73 responden yang ditempatkan dalam satu ruangan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proposional Random Sampling*, dengan pemilihan responden diundi secara acak oleh pihak sekolah pada siswa sudah sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Seluruh responden dikumpulkan di Aula SMA Negeri 1 Juwana untuk mengikuti penelitian yang dilaksanakan selama jam pelajaran berlangsung, dan seluruh responden yang menjadi perwakilan telah mendapatkan izin dari pihak sekolah untuk tidak mengikuti pembelajaran selama proses penelitian.

Penelitian dimulai dengan peneliti memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, serta memberikan lembar persetujuan (informed consent) kepada responden. Selanjutnya, peneliti menjelaskan

prosedur penelitian dan tata cara pengisian kuesioner secara rinci. Selama proses pengisian kuesioner, peneliti mendampingi responden untuk memastikan pemahaman yang tepat terhadap setiap pertanyaan. Jika terdapat pertanyaan yang kurang jelas, peneliti memberikan penjelasan tambahan agar responden dapat memberikan jawaban yang akurat dan sesuai dengan tujuan penelitian. Setelah pengisian kuesioner selesai, peneliti memeriksa kelengkapan dan konsistensi jawaban responden. Kuesioner yang telah diisi lengkap kemudian dikumpulkan untuk dianalisis lebih lanjut.

Setelah seluruh responden selesai mengisi kuesioner, sebagai bentuk apresiasi, peneliti menyerahkan bingkisan berupa souvenir botol minum kepada responden sebagai ucapan terima kasih atas kesediaan dan waktu yang telah mereka luangkan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini dibantu oleh enumerator yang bertugas melakukan dokumentasi, lalu menyebarkan kuesioner kepada responden, dan membantu meneliti satu persatu lembar kuesioner untuk dipastikan apakah semua pertanyaan kuesioner sudah terisi semua atau belum dan membantu memberikan souvenir kepada seluruh responden.

Data yang sudah terkumpul diolah menggunakan aplikasi SPSS for Windows untuk menganalisis tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia, tingkat kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah, serta hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana.

B. Hasil Penelitian

1. Pengetahuan Remaja Putri tentang anemia di SMA N 1 Juwana

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di SMA Negeri 1 Juwana

Pengetahuan	n	%
Kurang	10	13,7%
Baik	63	86,3%
Total	73	100%

Berdasarkan analisis data dengan SPSS dari 73 remaja putri di SMA Negeri 1 Juwana, mayoritas sebanyak 63 orang (86 %) tergolong memiliki tingkat pengetahuan yang baik.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Jawaban Kuisisioner Pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Ngeri 1 Juwana

No	Pernyataan	Benar		Salah	
		n	%	n	%
Pengertian					
1.	Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin yang lebih rendah dari nilai normal	57	78,1	16	21,9
2.	Batas normal kadar hemoglobin pada remaja putri adalah 12	65	89	8	11
Tanda Gejala					
3.	Tanda-tanda dan gejala anemia yang dapat dilihat adalah lelah ,letih, lesu, lalai dan lunglai	64	87,7	9	12,3
4.	Kelopak mata, bibir, lidah, kulit, kuku dan telapak tangan nampak pucat bukan merupakan salah satu tanda-tanda dari anemia	67	91,8	6	8,2
Penyebab Anemia					
5.	Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia gizi dibanding kekurangan zat gizi lain	65	89	8	11
6.	Kehilangan darah yang banyak pada wanita remaja akibat menstruasi bukanlah faktor penyebab anemia	61	83,6	12	16,4

7.	Kehilangan darah pada wanita remaja dalam jumlah banyak bisa terjadi akibat dari menstruasi	65	89	8	11
Dampak					
8.	Dampak anemia mungkin tidak langsung terlihat, tetapi dapat bertahan lama dan mempengaruhi kehidupan remaja di masa depan	62	84,9	11	15,1
9.	Apakah anemia tidak dapat ,enyebabkan penurunan kebugaran fisik pada remaja perempuan?	65	89	8	11
10.	Dampak anemia dapat menurunnya prestasi belajar	66	90,4	7	9,6
Pencegahan					
11.	Penyakit anemia tidak dapat dicegah atau ditanggulangi	65	89	8	11
12.	Meningkatkan konsumsi makanan bergizi dapat mencegah anemia	67	91,8	6	8,2
13.	Tablet tambah darah tidak dapat mencegah terjadinya anemia	70	95,9	3	4,1

Berdasarkan tabel 4.2 pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Negeri 1 Juwana dari 13 Pertanyaan didapatkan hasil bahwa pertanyaan yang paling banyak dijawab benar adalah tentang pencegahan anemia dimana remaja putri sudah memahami bahwa “meminum tablet tambah darah dan mengkonsumsi makanan bergizi dapat mencegah terjadinya anemia”, hal ini terdapat pada soal nomor 12 (91,8%) dan 13 (95,9%). Sedangkan pertanyaan yang paling banyak salah dijawab (21,9%) responden terdapat pada nomor 1 yaitu “Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin yang lebih rendah dari nilai normal” dan terdapat pada nomor 6 (16,4%) yaitu “Kehilangan darah yang banyak pada wanita remaja akibat menstruasi bukanlah faktor penyebab anemia”

2. Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah di SMA N 1 Juwana

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana

Kepatuhan	n	%
Tidak Patuh	10	13,7%
Patuh	63	86,3%
Total	73	100%

Berdasarkan analisis data dengan SPSS dari 73 remaja putri di SMA Negeri 1 Juwana, mayoritas sebanyak 63 orang (86 %) tergolong patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Jawaban Kuisisioner Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah di SMA Negeri 1 Juwana

No	Pertanyaan	Benar		Salah	
		n	%	n	%
Frekuensi minum					
1	Saya rutin minum Tablet Tambah Darah 1 minggu sekali dalam 1 bulan terakhir	61	82,4	12	16,2
2	Saya kadang kadang minum tablet tambah darah karena badan saya terasa sehat sehat saja dan kadang lupa, Jika tubuh saya terasa sehat-sehat saja saya berhenti minum tablet tambah darah	54	73,0	19	25,7
3	Saya tidak pernah minum tablet tambah darah selama 1 bulan terakhir ini	56	75,7	17	23,0
Ketepatan dosis					
4	Saya minum tablet tambah darah sesuai yang diberikan oleh tenaga kesehatan yaitu 1 minggu 1 tablet selama 1 bulan terakhir ini	58	78,4	15	20,3
5	Saya minum tablet tambah darah lebih dari satu dalam satu minggu	52	70,3	21	28,4
Ketepatan cara minum					
6	Saya minum tablet tambah darah dengan air putih	57	77	16	21,6
7	Saya minum tablet tambah darah bersama dengan buah yang mengandung vitamin c (jeruk, pepaya, mangga dll)	56	75,7	17	23,0

8	Saya minum tablet tambah darah bersama dengan susu	61	82,4	12	16,2
---	--	----	------	----	------

Berdasarkan tabel 4.4 Kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana dari 8 pertanyaan didapatkan hasil bahwa pertanyaan yang paling banyak dijawab benar adalah tentang frekuensi minum dan ketepatan cara minum yaitu “Saya rutin minum Tablet Tambah Darah 1 minggu sekali dalam 2 bulan terakhir” dan “Saya minum tablet tambah darah bersama dengan susu” hal ini terdapat pada soal nomor 1 dan 8 (82,4%). Sedangkan pertanyaan yang paling banyak salah dijawab (25,7%) responden terdapat pada nomor 2 yaitu “Saya kadang kadang minum tablet tambah darah karena badan saya terasa sehat sehat saja dan kadang lupa, jika tubuh saya terasa sehat-sehat saja saya berhenti minum tablet tambah darah” dan terdapat pada nomor 5 (28,4%) yaitu “Saya minum tablet tambah darah lebih dari satu dalam satu minggu”

3. Hubungan Pengetahuan remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Remaja Putri mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana.

Tabel 4.5 Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Remaja Putri mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana

Pengetahuan	Kepatuhan				Total		P Value*
	Patuh		Tidak Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	0	0	10	13.7	10	13.7	0,00
Baik	63	86,3	0	0	63	86.3	<0,05
Total	63	86.3	10	13.7	73	100	

*Uji Sperman's Rank

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa remaja putri yang pengetahuan anemianya baik sebagian besar patuh mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 63 siswi (86.3%) dan siswi yang tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah sebagian kecil rata-rata memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 10 responden (13.7%). Hasil uji korelasi Spearman rank dengan SPSS menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dan kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Juwana $p = 0,000 (< 0,05)$. Artinya, semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang anemia, semakin tinggi pula kepatuhan mereka dalam minum tablet tambah darah.”

C. Pembahasan

1. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia di SMA Negeri 1 Juwana

Berdasarkan data pada Tabel 4.1 sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 1 Juwana pengetahuan baik sebanyak 86,3%. Angka ini menunjukkan bahwa banyak siswi yang sudah tahu mengenai anemia. Beberapa pernyataan dari responden, seperti “ Meningkatkan konsumsi makanan bergizi dapat mencegah anemia” dan “ Tablet tambah darah tidak dapat mencegah terjadinya anemia”. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswi memahami pentingnya pola makan sehat, terutama dengan mengonsumsi makanan yang kaya zat besi seperti daging, sayuran hijau, dan kacang-kacangan dan mereka juga tahu bahwa minum tablet tambah darah secara rutin seminggu sekalidapat membantu mencegah anemia, karena tablet tambah darah mengandung zat besi yang memperkuat darah dan untuk menjaga kadar hemoglobin dalam darah (Ningtyias *et al.*, 2022).

Siswi yang mengetahui pentingnya zat besi dalam kebutuhan sehari-hari cenderung memilih makanan yang seimbang. Dengan demikian, mereka dapat menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Friska & Haryanti, (2020) yang dilakukan pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Marga menyatakan bahwa diketahui bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki pengetahuan baik sebanyak 121 (88,3%). Hal ini juga didukung oleh penelitian Nadiawati et al., (2022) yang dilakukan pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Godean menyatakan bahwa diketahui bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki pengetahuan baik sebanyak 43 (53,1%).

Pengetahuan berasal dari kata “tahu”, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia arti dari kata tahu antara lain mengerti sesudah melihat (menyaksikan, mengalami, dan sebagainya), mengenal dan mengerti. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2021).

Pengetahuan remaja putri kelas XI SMA Negeri 1 Juwana salah satunya dipengaruhi informasi yang didapat dari penyuluhan tenaga kesehatan dari Puskesmas Juwana yang dilaksanakan setiap 6 bulan sekali bersamaan dengan skrining kesehatan, menurut (Fatriani & Daeli, 2023) informasi tentang pengetahuan anemia pada remaja putri sebagian besar berasal dari internet dan guru. Penggunaan internet sebagai sumber informasi kesehatan bagi remaja sangat tinggi, terutama melalui media sosial seperti Instagram dan tiktok. Hampir setiap siswa

memiliki telepon genggam, sehingga memudahkan akses informasi kesehatan. Selain itu, guru juga berperan penting dalam menyampaikan informasi tentang anemia, meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa mengenai pentingnya pencegahan dan penanganan anemia.

Masih terdapat sebagian kecil responden, yaitu sebesar 13,7%, yang memiliki tingkat pengetahuan kurang mengenai anemia. Kondisi ini perlu mendapat perhatian, karena menunjukkan bahwa masih ada remaja putri yang belum memahami secara menyeluruh tentang pengertian penyebab anemia. Hal ini tercermin dari beberapa pernyataan responden, seperti “Anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin yang lebih rendah dari nilai normal” dan “Kehilangan darah yang banyak pada wanita remaja akibat menstruasi bukanlah faktor penyebab anemia”

Kurangnya pengetahuan ini bisa membuat mereka lebih rentan terkena anemia, terutama jika tidak mendapat informasi atau edukasi yang cukup. Salah satu penyebab rendahnya pengetahuan ini bisa jadi karena kurangnya motivasi dari diri sendiri untuk mencari tahu dan memahami tentang anemia (Gusfina, 2022). Oleh karena itu, penting untuk melakukan berbagai upaya agar pengetahuan remaja tentang anemia bisa ditingkatkan, misalnya melalui penyuluhan rutin di sekolah, atau penyebaran informasi melalui media sosial dan platform digital yang sering digunakan oleh remaja. Dengan cara ini, diharapkan remaja bisa lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan dan mampu mencegah anemia sejak dini.

2. Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah di SMA Negeri 1 Juwana

Berdasarkan data pada Tabel 4.3 sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 1 Juwana sudah patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah, dengan persentase sebesar 86,3%. Angka ini menunjukkan bahwa banyak siswi yang sudah tahu pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin, serta memahami kapan dan bagaimana cara meminumnya dengan benar. Beberapa pernyataan dari responden, seperti “Saya rutin minum tablet tambah darah seminggu sekali selama satu bulan terakhir” dan “Saya minum tablet tambah darah bersama susu” menunjukkan bahwa mereka sudah memiliki kebiasaan untuk mengonsumsi tablet tersebut secara teratur.

Penting untuk diketahui bahwa mengonsumsi tablet tambah darah bersama susu tidak dianjurkan karena dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh. Sebaiknya, tablet tersebut diminum dengan air putih untuk mendapatkan manfaat maksimal. Kebiasaan positif ini menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan di sekolah berjalan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kepatuhan siswi terhadap konsumsi tablet tambah darah. Dengan rutin mengonsumsi tablet tambah darah, remaja putri dapat mencegah anemia, yang ditandai dengan gejala seperti lemas, kurang konsentrasi, dan mudah lelah (Kemenkes, 2018). Mencegah anemia pada remaja putri dapat berdampak pada prestasi belajar dan kesehatan reproduksi di masa depan.

Penelitian ini sejalan dengan Rianti et al., (2022) yang dilakukan pada Remaja Putri di SMKN Molawe menyatakan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini patuh yaitu sebanyak (62,9%). Kepatuhan merupakan tingkat ketepatan perilaku seorang individu dengan nasihat

tenaga kesehatan dan menggambarkan penggunaan obat sesuai dengan petunjuk serta mencakup pada waktu yang benar (Lunenburg, 2022). Kepatuhan konsumsi konsumsi tablet tambah darah dalam penelitian ini adalah Perilaku remaja putri SMA N 1 Juwana dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dengan instruksi petugas kesehatan yaitu satu minggu sekali.

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian kecil responden, yaitu sebesar 13,7%, yang kurang patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Meskipun jumlah ini tidak dominan, tetap menjadi perhatian penting karena menunjukkan bahwa masih ada remaja yang belum memiliki kesadaran penuh terhadap pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin sebagai upaya pencegahan anemia. Ketidak patuhan ini bisa disebabkan oleh kurangnya kesadaran dan pengetahuan remaja tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah untuk mencegah anemia menyebabkan rendahnya motivasi mereka dalam mengonsumsi tablet tersebut secara rutin (Novaria et al., 2024).

Cara meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah antara lain pihak sekolah dapat mengadakan penyuluhan rutin mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan dampaknya terhadap kesehatan (Kemenkes, 2018). Selain itu, peran keluarga sangat penting dalam mendukung kebiasaan sehat ini. Dukungan emosional dan motivasi dari keluarga dapat meningkatkan kesadaran dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Teman sebaya juga dapat berperan sebagai agen perubahan dengan saling mengingatkan dan mendukung satu sama lain dalam menjaga kesehatan.

Dengan pendekatan yang komprehensif dan melibatkan semua pihak terkait, diharapkan kepatuhan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah meningkat.

3. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMA Negeri 1 Juwana

Berdasarkan Hasil Uji korelasi *Rank Spearman* hubungan pengetahuan remaja putri dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,00$. Karena nilai $p\text{-value} < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 1 Juwana. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang anemia maka semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang anemia maka semakin tinggi kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Wahyuningsih & Qoyyimah, (2019) penelitian yang dilakukan pada remaja Putri di SMA N 1 Karangasem dengan jumlah sampel sebanyak 41 responden menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMA Negeri 1 Karangasem dengan hasil 0,000 ($p < 0,05$).

Kepatuhan merupakan suatu perilaku yang sangat erat dipengaruhi oleh pengetahuan, semakin tinggi tingkat pengetahuan, maka semakin mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang terhadap standar yang berlaku, dalam membentuk perilaku kepatuhan langkah pertama yang

dibutuhkan adalah pengetahuan (Kharismawati et al., 2023). Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan diantaranya pendidikan, pengetahuan, lingkungan dan dukungan keluarga. Pengetahuan yang baik tentang manfaat dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah dapat meningkatkan kesadaran remaja putri akan pentingnya menjaga kesehatan dan mencegah anemia.

Penelitian ini sejalan dengan Pibriyanti et al., (2024) yang dilakukan pada remaja Putri di SMK Bhina Karya Medika dengan jumlah sampel sebanyak 108 responden menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan remaja tentang anemia dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dengan $p\text{ value} = 0,004$.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting untuk membentuk suatu sikap yang utuh. Semakin baik pengetahuan seseorang semakin baik sikap yang akan terbentuk, sehingga mendorong terciptanya tindakan yang benar. Remaja putri dengan pengetahuan yang baik mengenai anemia cenderung memiliki sikap yang positif terhadap kepatuhan, sehingga timbul mereka menunjukan perilaku patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan dan dukungan dari keluarga serta lingkungan sekitar sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah guna mencegah anemia dan mendukung kesehatan mereka secara optimal.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena tidak dapat mengontrol privasi responden dalam mengisi lembar kuesioner. Selain itu, penataan

tempat duduk satu meja berdua memungkinkan para remaja untuk bekerja sama.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Mayoritas pengetahuan responden dalam kategori baik sebanyak 63 (83,3%).
2. Mayoritas kepatuhan responden dalam kategori patuh sebanyak 63 (83,3%).
3. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah dengan (*p value 0.000*)

B. Saran

1. Bagi Prodi Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung

Prodi kebidanan universitas Islam Sultan Agung diharapkan membuat edukasi melalui sosial media seperti instagram, youtube dan tiktok mengenai anemia dan pentingnya pemberian tablet tambah darah, sehingga pesan dapat tersampaikan secara efektif kepada mahasiswa, khususnya remaja putri.

2. Bagi Remaja

Remaja putri diharapkan mengikuti skrining yang diadakan oleh pihak sekolah dan kerjasama dengan puskesmas untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah agar dapat mencegah anemia.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan diharapkan lebih intens memberikan edukasi terhadap remaja putri terkait dengan anemia dan tablet tambah darah.

4. Bagi SMA Negeri 1 Juwana

Pihak sekolah diharapkan dapat melakukan pemantauan terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah melalui guru pembina atau petugas UKS, sehingga program pencegahan anemia dapat berjalan lebih optimal.

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih memperhatikan privasi responden saat mengisi kuesioner dan dapat mengontrol penataan tempat duduk.



DAFTAR PUSTAKA

- Amir, & Neldajono. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia*.
- Chasanah, S. U., Basuki, P. P., & Dewi, I. M. (2019). *Penyebab, Strategi Pencegahan dan Penanggulangannya bagi Remaja* (Vol. 2).
- Dinkes, B. (2023). *Lima manfaat tablet tambah darah bagi remaja putri*. <https://dinkes.bandung.go.id/lima-manfaat-tablet-tambah-darah-bagi-remaja-putri/>
- Djunaid, U., & Hilamuhu, F. (2021). Hubungan Pola Menstruasi dan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 1–10. <https://www.jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/239>
- Fatriani, R., & Daeli, J. H. (2023). *Sumber Informasi Pertama dan Tingkat Pengetahuan tentang Anemia Defisiensi Besi dan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri The Source of Information and Knowledge Level about Iron Deficiency Anemia and Iron Supplements among Adolescent Girls*. 11(2), 201–213.
- Friska, & Haryanti. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Tabanan. *Jurnal Medika Usada*, 3(2), 48–53. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v3i2.75>
- Gusfina, R. olivia. (2022). Gambaran Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 165–171. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.22570>
- Hapsari, a. (2023). Buku ajar kesehatan reproduksi modul kesehatan reproduksi remaja. In *katalog dalam terbitan*. [Http://eprints.undip.ac.id/38840/1/kesehatan_mental.pdf](http://eprints.undip.ac.id/38840/1/kesehatan_mental.pdf)
- Hastuti, W. S. (2022). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di mtsn 5 jakarta tahun 2022*.
- Janna, N. M., & Herianto. (2021). Konsep Uji Validitas dan Reliabilitas Dengan Menggunakan SPPS. *Jurnal Darul Dakwah Wal-Irsyad (DDI)*, 10(3), 1–12. <https://doi.org/10.31219/osf.io/v9j52>
- Jateng, D. (2023). *Profil Kesehatan Jawa Tengah*.
- Kemenkes. (2018). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan remaja putri dan wanita usia subur*. 6.
- Kemenkes. (2021). Pedoman dan standar etik penelitian. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. [http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB 2.pdf](http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB%20.pdf)
- Kemenkes. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri dan Ibu Hamil*.

- Kementerian Kesehatan. (2023). Suvei Kesehatan Indonesia (SKI). *Laporan Tematik SKI 2023*, 965. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-tematik-ski/>
- Kharismawati, E., Anggraeni, E., & Pujiyanto, T. (2023). Deskripsi Pengetahuan dan Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *Prosiding SPIKesNas: Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional*, 02(02), 569–574. <http://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKesNas/index.php/MOO/article/view/150/80>
- Kusnadi, F. N. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal bagus*, 02(01), 402–406.
- Lindawati, R. (2022). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Kota Serang Provinsi Banten Tahun. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), 239–255.
- Lunenburt, F. C. (2022). *Teori Kepatuhan dan Efektivitas Organisasi*. 14.
- Nadiawati, e. A., susanti, d., & depok, k. (2022). *Hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja*. 10, 1–10.
- 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>
- Ningtyias, F., Aryatika, K., Mufidah, L., Irmayanti, S., & Soleha, S. (2022). *BUKU SAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI*.
- Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Notoatmodjo. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2018). *Promosi kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2021). *promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. EGC.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*.
- Novaria, E., Maritasari, D. Y., & Patria, A. (2024). *Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Tumijajar*. 10(1), 11–23.
- Oktalia, J. L., Alfitri, K. N., & Putriana, D. (2023). Hubungan Pengetahuan Anemia dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 210–217.

<https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/prosemnaslppm/article/view/51/66>

- Pibriyanti, K., Habiba, A. B., & Luthfiya, L. (2024). *Pengetahuan , Sikap dan , Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah sebagai Faktor Risiko Kejadian Anemia Remaja Putri*. 8(2), 119–132. <https://doi.org/10.21580/ns.2024.8.2.20708>
- Podungge, Y. (2021). *Bebas Anemia*.
- Putri, K. A., Ningsih, W. T., & NUgraheni, W. Tr. (2023). *GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PRAMBONTERGAYANG*. 17(3), 125–132.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019). Buku Referensi: Metode Orkes-Ku (raport kesehatanku) dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi pada Remaja Putri. In *CV Mine*.
- Rianti, Fatmawati, & Suwarni. (2022). *Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Asupan Zat Besi (Fe) dengan Status Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara*. 9.
- Rizawati. (2022). *Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah*. 7(2), 382–394.
- Rosida, L., & Dwihesti, L. K. (2020). Aktifitas Fisik, Status Gizi Dan Pola Makan Pada Remaja Putri Dengan Anemia. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 7(2), 92. <https://doi.org/10.31596/jkm.v7i2.504>
- Sinaga, D. (2014). *Buku Ajar Statistik Dasar*.
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Sugiyono, D. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif : Edisi Ketiga*.
- Utami, F. P., & Ayu, S. M. (2018). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*. 1, 3–4.
- UUD. (2023). *undang undang republik indonesia nomro 17 tahun 2023*. 187315.
- Wahyuningsih, A., & Qoyyimah, A. U. (2019). Hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMA Negeri 1 Karangamon. 1–12.
- Yanniarti, S., Epti Yorita, & Efriani, R. (2024). *Anemia Pada Remaja dan cara Mengatasinya*. Pt Nasya Expanding Manangement.