

Determinan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Indonesia: *Literature Review*

Putri Hervilanti¹, Rostika Flora^{2*}, Elvi Sunarsih³

^{1,2,3}Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Email: rostikaflora@gmail.com^{2*}

Abstrak

Anemia in adolescent girls is a significant public health issue caused by low hemoglobin levels, which can affect quality of life and development. Adherence to iron supplementation through tablet intake (iron tablets) is a primary preventive effort, yet compliance remains low. This study aims to identify factors influencing iron tablet consumption behavior among adolescent girls through a narrative review of 20 scientific articles published between 2019 and 2024, sourced from Google Scholar and PubMed, focusing on risk factors and behavioral determinants. The analysis revealed that knowledge, attitudes, and support from peers, family, teachers, and healthcare workers are the main factors affecting iron tablet consumption behavior. Based on the Health Belief Model and Social Support Theory frameworks, these findings emphasize that improving individual understanding and strengthening social support are crucial determinants in influencing iron tablet consumption behavior. Therefore, integrated educational interventions and nutrition programs that address cognitive, affective, and social aspects are essential to enhance adherence to iron supplementation and reduce anemia prevalence among adolescent girls.

Keywords: *Adolescents, Anemia, Factors, Iron supplement tablets*

PENDAHULUAN

Anemia menjadi masalah kesehatan yang cukup signifikan di masyarakat, terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi ini merupakan salah satu gangguan kronis yang memengaruhi aspek sosial, ekonomi, dan kesehatan. World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa di negara-negara berkembang kejadian anemia pada remaja putri mencapai 53,7%. Di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri pada tahun 2020 sebesar 39,1% yang artinya 3-4 dari 10 remaja putri menderita anemia. Remaja putri usia 10-19 tahun sangat rentan terhadap anemia, dengan sekitar 20-30% mengalami penurunan prestasi akademik dan kapasitas fisik. Risiko anemia pada remaja putri sepuluh kali lebih

besar dibandingkan remaja laki-laki, karena mereka membutuhkan lebih banyak zat besi akibat menstruasi rutin setiap bulan dan masa pertumbuhan yang sedang berlangsung (Fitriani et al., 2022).

Masa menstruasi, remaja putri mengalami kehilangan zat besi yang menyebabkan kebutuhan zat besi tubuh meningkat. Sayangnya, konsumsi tambahan zat besi dari sumber nabati sering kali tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan harian mereka (Budiarti et al., 2021). Selain itu, defisiensi zat besi pada remaja putri terjadi karena kebutuhan yang meningkat selama pertumbuhan dan menstruasi tidak diimbangi dengan asupan makanan yang mengandung zat besi tinggi (M. M. Rahman et al., 2016). Oleh karena itu, pemberian tablet tambah darah menjadi

intervensi penting dalam pencegahan anemia.

Konsumsi tablet tambah darah (TTD) secara rutin, yaitu satu tablet setiap minggu selama setahun (52 tablet), merupakan upaya penting bagi remaja putri untuk mencegah anemia dan masalah kesehatan lain. Zat besi dalam TTD membantu pembentukan hemoglobin, sementara pola makan seimbang yang kaya protein, zat besi, dan vitamin C mendukung penyerapan zat besi secara optimal. Ketidakteraturan konsumsi TTD meningkatkan risiko anemia, yang dapat melemahkan sistem kekebalan dan meningkatkan kerentanan terhadap infeksi (Pamangin, 2023).

Berdasarkan RISKESDAS tahun 2018, didapatkan bahwa cakupan TTD yang diterima remaja putri usia 10-19 tahun sebesar 76,2%, dari 76,2% tersebut sebanyak 80,9% mendapat TTD di sekolah. Berdasarkan angka 80,9% tersebut konsumsi TTD remaja putri ≥ 52 butir hanya 1,4%, sedangkan ≥ 52 butir sebesar 98,6%. Berarti masih rendahnya kesadaran remaja putri akan pentingnya konsumsi TTD sebagai langkah untuk pencegahan anaemia.

Banyak faktor yang menyebabkan remaja putri tidak mengonsumsi atau masih rendahnya konsumsi TTD. Oleh sebab itu penelitian ini untuk melihat determinan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Indonesia berdasarkan jurnaljurnal atau penelitian yang telah *diextract* (disaring dan diringkas).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review yang merupakan penelusuran kepustakaan yang dapat dilakukan dengan cara membaca berbagai literature yang berkaitan dengan topik penelitian. Pemilihan database menggunakan berbagai sumber seperti Pubmed, Science Direct, Proquest, dan Google Scholar dengan kata kunci “Faktor-faktor”, “Determinan” “Tablet Tambah Darah” dan “Remaja Putri”. Kata kunci lain yang digunakan adalah “factor”, “Adolescent Girls”, “Iron supplement” dan “Iron Deficiency”. Pencarian menggunakan algoritma “and” dalam melakukan skrining literature untuk memudahkan dan memfokuskan dalam proses pencarian literature.

Kriteria inklusi dalam pemcarian literatur ini adalah faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja puri yang berusia 10-19 tahun, diterbitkan diantara tahun 2019 sampai 2025 dan penelitian dilakukan di Indonesia. Kriteria eksklusinya adalah determinan yang berhubungan dengan anemia dan literatur yang ada duplikasi, artikel tanpa *free full text* dan artikel yang tidak bisa diakses. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah berbasis bukti (*evidenced based*) yang bersumber dari berbagai literature yang berkaitan dengan tujuan penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Daftar Jurnal yang di Review

No	Judul	Penulis	Tahun	Metode	Hasil
1.	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta	Devika Rahayuningtyas, Ratih Indraswari, dan Syamsulhuda Budi Musthofa	2021	Penelitian ini adalah studi kuantitatif dengan desain cross-sectional, melibatkan 225 siswi SMA/ sederajat di wilayah Puskesmas Gilingan, Surakarta, yang dipilih secara acak.	Terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara konsumsi tablet tambah darah dengan sika, dukungan teman, dukungan tenaga kesehatan guru, dan akses informasi
2.	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri	Galuh Pradian Yanuaringsih, Siti Aminah, Indah Jayani, dan Ida Tri Wahyuni	2025	Penelitian ini menggunakan metode cross sectional dengan simple random sampling dan melibatkan 177 responden.	Sikap (OR 2,601) dan pengetahuan (OR 1,601) berpengaruh signifikan terhadap konsumsi tablet tambah darah pada siswi kelas VII SMPN 3 Kediri ($p = 0,001$).
3.	Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri	Riski Aryanti, Dessy Hermawan, Dhiny dan Easter Yanti	2023	Penelitian observasional analitik dengan desain cross sectional ini melibatkan 150 remaja kelas I dan II SMAN 1 Way Jepara, Lampung Timur.	Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, motivasi, serta dukungan teman sebaya, tenaga kesehatan, dan guru berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe.
4.	Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Konsumsi Tablet FE Saat Menstruasi Pada Remaja Putri	Ineke Nurul Anisa, Eka Bati Widyaningsih, Indah Sri Wahyuni	2022	Penelitian cross-sectional ini dilakukan pada 16–17 Juli 2019 dengan 91 siswi kelas XI dan dianalisis secara univariat dan bivariat.	Penelitian menunjukkan pengetahuan dan sikap berhubungan signifikan dengan konsumsi tablet Fe, mendukung program pemerintah atasi anemia remaja.
5.	Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3Kota Serang Provinsi Banten Tahun 2022	Refi Lindawati	2023	Penelitian cross-sectional ini melibatkan 99 dari 902 siswi yang dipilih secara random sampling.	Hasil bivariat menunjukkan hanya dukungan tenaga kesehatan yang berhubungan signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe.
6.	Analisis Faktor Determinan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi Di Smpn 4 Kota Payakumbuh	Early Widyal dan Adila Kasni Astiena2	2024	Penelitian cross-sectional ini melibatkan 82 siswi SMPN 4 Payakumbuh yang dipilih dengan	Pengetahuan ada hubungannya dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada siswi di SMP N 4 Payangkumbuh.

				teknik proporsional stratified random sampling.	
7.	Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fe Pada Remaja	Hafsah Us, Aida Fitriani, dan Fatiyani	2023	Penelitian analitik cross-sectional ini menggunakan purposive sampling dengan 200 remaja sebagai sampel.	Faktor yang mempengaruhi konsumsi FE pada remaja adalah minat, pengetahuan, dukungan teman sebaya, dukungan UKS, dan dukungan keluarga (semua $p < 0,05$).
8.	Faktor Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Cileungsi	Dhian Wahyudi Lubis, Mega Puspa Sari, dan Nur Asiah	2025	Penelitian kuantitatif cross-sectional ini menggunakan quota sampling (non-probability) dan analisis chi-square.	Hasil menunjukkan hubungan konsumsi TTD dengan pengetahuan ($p=0,039$), sikap ($p=0,000$), dan dukungan orang tua, tenaga kesehatan, serta guru ($p < 0,05$).
9.	Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Siswi Di SMA Negeri 5 Kendari Tahun 2024	Tisna, Lisnawaty, Putuh Eka Mieyanan Erawan.	2024	Penelitian kuantitatif cross-sectional ini melibatkan 260 sampel dari 747 populasi dengan proportional stratified random sampling.	Penelitian menunjukkan korelasi signifikan antara pengetahuan ($p=0,000$), sikap ($p=0,000$), dan dukungan teman sebaya ($p=0,000$) dengan perilaku konsumsi TTD.
10	Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMAN 06 Pangkep Kecamatan Liukang Tangaya Kab.Pangkep 2024	Wirawati Nurdin, Ma'rufi, Zamli, Nurhikmah	2024	Jenis penelitian Survei Analitik dengan rancangan Cross Sectional	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan kepatuhan konsumsi TTD dengan pengetahuan ($p = 0,002$) dan sikap ($p = 0,003$) pada remaja putri di SMAN 06 Pangkep.

Literatur yang direview berjumlah 10 berasal dari Indonesia. Literature yang direview 100% menggunakan desain *cross sectional* yang mana dilakukan pada satu waktu yang sama. Berdasarkan hasil literature review, beberapa variabel yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri antara lain pengetahuan, sikap, dukungan teman, guru, dan tenaga kesehatan, minat dan akses informasi. Adapun dapat diuraikan sebagai berikut:

Pengetahuan

Berdasarkan tinjauan dari 10 literatur, terdapat 8 penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri. Penelitian pertama oleh (Galuh pradian, yanuaringsih, 2025) menemukan bahwa dari beberapa variabel yang diteliti, hanya pengetahuan yang memiliki hubungan signifikan dengan perilaku konsumsi TTD ($p = 0,0001$). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Widya &

Kasni, 2024) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah. Namun, (Refi Lindawati, 2023) menyatakan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah dan (Rahayuningtyas et al., 2021) mengatakan bahwa penelitian ia juga sejalan dengan penelitian refi yang mengatakan tidak ada hubungan dengan (P=0,339).

Pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah sangat berpengaruh terhadap sikap dalam mengkonsumsi tablet tambah darah sejak dini. Pengetahuan tentang pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah membawa remaja putri untuk berpikir dan berusaha supaya dapat menghindari terjadinya anemia defisiensi besi (Siyami et al., 2023). Pengetahuan yang baik berasal dari sumber informasi yang jelas dan kompeten, yang dapat mempengaruhi pola pikir remaja putri untuk mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD). Sebaliknya, informasi yang kurang atau salah dapat menyebabkan remaja enggan mengkonsumsi TTD. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan yang efektif sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang anemia dan pentingnya konsumsi TTD (Widya & Kasni, 2024).

Sikap

Menurut teori perilaku L. Green, sikap adalah salah satu faktor berperan signifikan yang berpengaruh pada tindakan seseorang. Berdasarkan 10 literature yang

telah di review terdapat 7 penelitian yang hasil penelitiannya menyatakan terdapat hubungan sikap dengan perilaku konsumsi TTD pada remaja putri. Penelitian pertama yang dilakukan oleh (Wirawati, 2024) menyatakan bahwa terdapat hubungan sikap dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan (P=0,003). Kemudian penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Eka & Erawan, 2024) yang menyatakan juga terdapat hubungan dengan (P=0,000). Namun ada juga penelitian yang menyatakan tidak ada hubungan sikap dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah yaitu (Hafsah et al., 2023) dengan (P=0,0356). Penelitian (Refi Lindawati, 2023) menyatakan juga bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan (P=0,0387).

Pada remaja putri, sikap terhadap konsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh pengetahuan dan kepercayaan individu, meski masih berupa opini (Andani et al., 2020). Mayoritas remaja menunjukkan sikap positif, sehingga perlu penguatan faktor pendukung dan penanganan faktor penghambat melalui edukasi, peran orang tua dan guru, serta kampanye media massa. (Diatri et al., 2023) menemukan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan dan sikap positif terhadap TTD (misalnya menyadari pentingnya mencegah anemia dan menjaga konsentrasi belajar) lebih cenderung mengkonsumsi tablet sesuai anjuran (minimal 1 tablet per

minggu). Jika seseorang remaja putri yang tidak mengonsumsi tablet tambah darah (Utami & Sudaryanto, 2025) menunjukkan bahwa sikap negatif, seperti rasa takut terhadap efek samping (mual, sembelit, pusing), persepsi bahwa TTD hanya untuk ibu hamil, atau anggapan bahwa tubuh mereka sehat-sehat saja, menyebabkan rendahnya kepatuhan konsumsi.

Dukungan Teman Sebaya

Berdasarkan tinjauan terhadap 10 literatur, terdapat 5 penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara dukungan teman dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri. Penelitian oleh (Rahayuningtyas et al., 2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan dukungan teman dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan ($P=0,000$). Hasil serupa juga dilaporkan oleh (Refi Lindawati, 2023) yang menyatakan juga terdapat hubungan dengan ($P=0,001$). Penelitian (Dhian Wahyudi Lubis, Mega Puspa Sari, 2024) menyatakan juga bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan teman dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan ($P=0,0387$).

Wahyuningsih & Rohmawati, (2020) menjelaskan bahwa teman sebaya merupakan agen sosial yang berperan besar karena kedekatan usia dan kesamaan aktivitas, seperti teman sekelas atau kelompok belajar. Teman sebaya dapat mendorong motivasi internal dan memberikan teladan dalam perilaku sehat, termasuk dalam kepatuhan konsumsi TTD (Novaria et al., 2024). (Wahyuningsih et al.,

2021). Hal ini diperkuat oleh sejumlah studi yang menunjukkan keterkaitan signifikan antara dukungan teman sebaya dan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi TTD. Penelitian di SMPN 9 Jember dan SMAN 1 Way Jepara juga mengungkap bahwa remaja dengan dukungan kuat dari rekan sebaya memiliki kemungkinan tiga kali lebih besar untuk patuh mengonsumsi TTD (Utami & Sudaryanto, 2025).

Dukungan Keluarga

Berdasarkan 10 literatur yang telah di review terdapat 2 penelitian yang hasilnya penelitiannya menyatakan terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah. Penelitian (Dhian Wahyudi Lubis, Mega Puspa Sari, 2024) menyatakan bahwa hasil penelitiannya terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan ($P=0,000$). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Rahayuningtyas et al., 2021) bahwa tidak ada hubungan dengan ($P=0,432$).

Pada penelitian Rahayuningtyas, dkk (2021) disebutkan bahwa selain dukungan orang tua, faktor keluarga lainnya yang memiliki keterkaitan dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri adalah pendapatan keluarga dan pendidikan ayah. Berdasarkan uji yang telah dilakukan didapatkan hubungan antara pendapatan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD (Rahayuningtyas, dkk, 2021). Dalam penelitian tersebut pendapatan keluarga dikategorikan menjadi

dua kategori yaitu tinggi. Pendapatan \geq Rp2.000.000 dan rendah pendapatan

Hasil uji chi-square oleh Rahayuningtyas et al. (2021) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pendidikan ayah dan konsumsi TTD ($p=0,032$). Temuan ini diperkuat oleh Satriani et al. (2019) di Jeneponto yang menunjukkan korelasi antara pendidikan ayah dan kejadian anemia pada remaja putri. Sebaliknya, penelitian Apriningsih et al. (2019) dan Widyaningsih (2022) tidak menemukan hubungan yang bermakna. Peran ayah sebagai sumber pengetahuan dalam keluarga dipengaruhi oleh jenjang pendidikannya, di mana pendidikan yang lebih tinggi berkorelasi dengan pengetahuan kesehatan yang lebih baik (Wakhidah et al., 2017; Prastiyani, 2017). Hal ini meningkatkan kemungkinan remaja mendapatkan dukungan terhadap konsumsi TTD.

Dukungan Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan memiliki peran aktif yang penting dalam mendukung praktik kesehatan masyarakat. Penelitian di Kota Surakarta menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan petugas kesehatan dengan perilaku konsumsi TTD oleh remaja putri (Rahayuningtyas, dkk, 2021). Berdasarkan 10 literature yang telah di review terdapat 3 penelitian yang hasil penelitiannya menyatakan terdapat hubungan dukungan tenaga kesehatan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah. Penelitian (Dhian Wahyudi Lubis, Mega Puspa Sari, 2024) menyatakan

bahwa hasil penelitiannya terdapat hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan ($P=0,001$). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Refi Lindawati, 2023) bahwa tidak ada hubungan dengan ($P=0,332$)

Tenaga kesehatan memegang peran penting dalam mendukung praktik konsumsi tablet tambah darah (TTD) melalui penyuluhan, distribusi, serta pemantauan program TTD di sekolah. Beberapa penelitian menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan tenaga kesehatan dengan perilaku konsumsi TTD (Rahayuningtyas et al., 2021). Dukungan ini mencakup pemberian informasi yang akurat, pendistribusian TTD, dan konseling terkait anemia. Remaja yang mendapat dukungan dari petugas kesehatan memiliki peluang empat kali lebih besar untuk patuh mengonsumsi TTD (Zamadi et al., 2022). Pada penelitian Aryanti, dkk (2023) petugas kesehatan berperan sebagai pengadaan dan pendistribusian TTD di sekolah. Sekolah dapat mengambil TTD di puskesmas setiap beberapa bulan sekali tergantung pada ketersediaan TTD di sekolah. Pada penelitian yang sama siswi melaporkan bahwa mereka mendapat dukungan yang baik dari tenaga kesehatan melalui pemberian informasi cara mengatasi anemia serta pentingnya mengonsumsi TTD

Dukungan Guru

Selain sekolah yang aktif mengatur program kegiatan konsumsi TTD bersama, guru merupakan faktor penting lainnya yang terkait dengan kepatuhan remaja putri dalam meminum TTD. Daripada program kesehatan lainnya, siswa sekolah menengah dapat memperoleh pengetahuan terkait kesehatan lebih banyak dari gurunya. Model sosial-ekologis dan teori sosial-kognitif menekankan peran guru sebagai model perilaku yang mempengaruhi status gizi siswanya (Anderman, et al., 2009). Guru adalah teladan bagi murid di sekolah, oleh karenanya perintah maupun pesan dari guru lebih mudah diterima oleh murid (Nurjanah & Azinar, 2023). Terdapat 5 artikel yang membahas mengenai hubungan guru dengan kedisiplinan remaja putri untuk minum TTD sesuai anjuran. Dari penelitian Apriningsih, et al. (2020) didapatkan hasil bahwa guru merupakan faktor penting yang memiliki peran dalam kepatuhan konsumsi TTD, terutama dalam hal mengedukasi siswa mengenai anemia serta manfaat TTD. Berikutnya penelitian oleh Nisa, dkk (2023) yang dari hasil ujiannya diperoleh p-value sebesar 0,007, dimaknai sebagai peran guru adalah variabel yang berhubungan dengan konsumsi TTD remaja putri.

Studi oleh Novita et al. (2021) menunjukkan adanya korelasi positif antara dukungan guru dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Guru sebagai figur panutan memiliki pengaruh besar dalam membentuk perilaku siswa, termasuk

dalam mendukung program konsumsi TTD di sekolah. Melalui teladan, dorongan, dan motivasi yang diberikan, guru dapat membangun sikap positif serta meningkatkan kepatuhan siswa. Perhatian dan keterlibatan aktif guru, baik di dalam maupun di luar kelas, menjadi faktor penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku sehat remaja.

KESIMPULAN

Ada banyak faktor yang menentukan hubungan konsumsi TTD pada remaja putri di Indonesia, baik faktor internal maupun faktor dari luar diri remaja tersebut. Berdasarkan sepuluh penelitian yang diekstrak, faktor yang berhubungan dengan konsumsi TTD yaitu sikap, pengetahuan, dukungan guru, dukungan teman, dukungan tenaga kesehatan, dan dukungan guru. Faktor-faktor yang tidak berhubungan adalah ketersediaan, pendapatan orang tua, dan pendidikan orang tua. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa upaya peningkatan konsumsi TTD pada remaja putri perlu difokuskan pada penguatan faktor-faktor internal dan sosial yang terbukti berpengaruh, terutama melalui edukasi yang meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap konsumsi TTD. Selain itu, penting pula menciptakan lingkungan yang suportif melalui peran aktif guru, teman sebaya, dan tenaga kesehatan dalam memberikan motivasi dan pendampingan. Pendekatan yang menyeluruh dan berkelanjutan menjadi kunci dalam membentuk perilaku

konsumsi TTD yang optimal dan konsisten pada remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian dan penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriningsih, Madaniyah, S., Dwiriani, Cesilia M, et al. (2019) 'Peranan Orang Tua dalam Meningkatkan Kepatuhan Siswi Minum Tablet Zat Besi Folat di Kota-Depok', *Gizi Indonesia Journal Of The Indonesian Nutrition Association*, 42(2). Available at: <https://doi.org/10.3177/jnsv.66.S369>.
- Apriningsih et al. (2020) 'Determinant of Highschool Girl Adolescent' Adherence to Consume Iron Folic Acid Supplementation in Kota Depok', *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*, 66, pp. S369– S375.
- Dhian Wahyudi Lubis, Mega Puspa Sari, N. A. (2024). *Faktor Konsumsi Tablet Tambah*. 1(6), 1283–1289.
- Diatri, D., Chasani, S., Aini, G. N., & Putri, N. A. (2023). Analisis Sikap dan Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Fe di SMPN 36 Semarang. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 6(18), 827–834. <https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/viewFile/1576/1579>
- Eka, P., & Erawan, M. (2024). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Siswi Di Sma Negeri 5 Kendari Tahun 2024*. 5(3), 137–143.
- Galuh pradian, yanuaringsih, dan adila kasmii. (2025). *Jurnal Vokasi Kesehatan* <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JVK> Faktor

– *Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri*.

- Hafsah, Fitriani, A., & Fatiyani, F. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fe Pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(2), 167–174. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i2.531>
- Ilham, A.F.T.A., Yusriani, Y. and Bur, N. (2023) 'Dukungan Teman Sebaya Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri', *Window of Public Health Journal*, 4(2), pp. 267–273. Available at: <https://doi.org/10.33096/woph.v4i2.752>
- Kemendes RI (2014) Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014 tentang Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil. Jakarta. Available at: <https://peraturan.go.id/files/bn1840-2014.pdf>.
- Kemendes RI (2018a) Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI (2018b) Riset Kesehatan Dasar Riskesdas 2018. Jakarta. Available at: <http://labdata.litbang.kemkes.go.id/ccount/click.php?id=19>.
- Kemendes RI (2019) Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Jakarta.
- Kemendes RI (2020) Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- 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.

- Rahayuningtyas, D., Indraswari, R., & Musthofa, S. B. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(3), 310–318. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i3.29231>
- Refi Lindawati. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Kota Serang Provinsi Banten Tahun 2022. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), 239–255. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i1.1519>
- Siyami, A. S., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 80–86. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18844>
- Utami, A. P., & Sudaryanto, A. (2025). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri *Compliance with Consumption of Blood Supply Tablets with the Incidence of Anemia in Adolescents*. 9(1), 104–110.
- Wahyuningsih, A., & Rohmawati, W. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Karangnongko. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(1), 8–12. <https://doi.org/10.61902/involusi.v10i1.115>
- Widya, E., & Kasni, A. (2024). Analisis Faktor Determinan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi Di Smpn 4 Kota Payakumbuh. 9(3), 126–141.
- Wirawati. (2024). *KEcamatan Liukang Tangaya Kab . Pangkep 2024*
- Analysis of factors related to compliance in consumption of blood enhancer tablets in female adolescents at sman . 06 pangkep , liukang tangaya district , pangkep regency 2024*. 11(1), 70–77.
- Yamin, T. (2012) Hubungan pengetahuan, asupan gizi dan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Kab. Kepulauan Selayar. Universitas Indonesia.
- Yanis, H., Apriyanti, F. and Hastuty, M. (2023) ‘Hubungan Pengetahuan Dan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Perhentia Raja Tahun 2022’, *Evidence Midwifery Journal*, 2(4), pp. 25–34. Available at: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/in dex.php/evidence/article/view/21000>.
- Yusriani, Y. et al. (2023) ‘Teacher, peer, and family support is associated with compliance behavior in consuming blood supplement tablets’, *iocscience.org* [Preprint]. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35335/jm n.v5i3.4178>. Zamadi, Desa, D.B. and Muhim, H.I. (2022) ‘Analisis Penyebab Rendahnya Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di Daerah Pesisir Kecamatan Kabaena Timur’, *Jurnal Gizi Ilmiah: Jurnal Ilmiah Ilmu Gizi Klinik, Kesehatan Masyarakat dan Pangan*, 9(2). Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.46233/jgi. v9i2.747>