

## TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KONSUMSI TABLET FE DI SMAN 2 PADANG

Gina Muthia<sup>1\*</sup>, Putri Nelly Syofiah<sup>2</sup>, Yani Maidelwita<sup>3</sup>, Afrizal<sup>4</sup>, Irma Isra Hayati<sup>5</sup>

Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Universitas Mercubaktijaya<sup>1,2,5</sup>

Prodi DIII Kebidanan, Universitas Mercubaktijaya<sup>3</sup>

Prodi S1 Keperawatan, Universitas Mercubaktijaya<sup>4</sup>

\*Corresponding Author : ginamuthia@mercubaktijaya.ac.id

### ABSTRAK

Remaja putri adalah pewaris bangsa dan kelak akan menjadi seorang ibu. Kesehatan remaja perempuan harus menjadi perhatian utama pemerintah. Anemia didefinisikan sebagai bentuk penurunan kadar hemoglobin (Hb) atau hematokrit (HCT) atau jumlah sel darah merah kurang dari yang seharusnya. Hemoglobin didefinisikan sebagai protein yang ditemukan dalam sel darah merah yang membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh organ tubuh lainnya. Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dilakukan dengan memberikan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) yaitu satu tablet setiap minggu untuk mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada remaja putri dan WUS pada tahun 2025. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe di SMAN 2 Padang. Metode Penelitian : Desain penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian ini telah dilaksanakan di SMAN 2 Padang pada tanggal 25 Mei – 10 Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi di SMAN 2 Padang. Sampel pada penelitian ini adalah siswi di SMAN 2 Padang. Hasil : 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang baik tentang pengertian tablet Fe, 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat tablet Fe, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang cara mengkonsumsi tablet Fe, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang baik tentang efek samping tablet Fe, 13 orang (43,3%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang makanan yang mengandung zat besi. Dapat disimpulkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang konsumsi tablet Fe.

**Kata kunci** : remaja putri, tablet Fe, tingkat pengetahuan

### ABSTRACT

Adolescent girls are the heirs of the nation and will one day become mothers. The health of adolescent girls should be a major concern of the government. Anemia is defined as a form of decreased hemoglobin (Hb) or hematocrit (HCT) levels or the number of red blood cells is less than it should be. Hemoglobin is defined as a protein found in red blood cells that carries oxygen from the lungs to all other organs of the body. Efforts to prevent and overcome anemia in adolescent girls (adolescent girls) are carried out by providing Blood Addition Tablet (TTD) supplementation, namely one tablet every week to reduce by half (50%) the prevalence of anemia in adolescent girls and WUS by 2025. The purpose of the study was to determine the level of knowledge of adolescent girls about the consumption of Fe tablets at SMAN 2 Padang. Research Methods: This research design was cross sectional. This study was conducted at SMAN 2 Padang on May 25 - June 10, 2023. The population in this study were female students at SMAN 2 Padang. The sample in this study were female students at SMAN 2 Padang. Results: 28 people (93.3%) have good knowledge about the definition of Fe tablets, 28 people (93.3%) have good knowledge about the benefits of Fe tablets, 21 people (70%) have sufficient knowledge about how to consume Fe tablets, 21 people (70%) have good knowledge about the side effects of Fe tablets, 13 people (43.3%) have less knowledge about foods that contain iron. It can be concluded that most respondents have good knowledge about the consumption of Fe tablets.

**Keywords** : adolescent girls, Fe tablets, knowledge level

## PENDAHULUAN

Remaja putri adalah pewaris bangsa dan kelak akan menjadi seorang ibu. Kesehatan remaja perempuan harus menjadi perhatian utama pemerintah. Hal ini terkait dengan target Sustainable Development Goals (SDGs) yang masih memerlukan upaya besar untuk mencapainya, yaitu kesehatan ibu melahirkan. Dalam siklus perkembangan wanita, masa pubertas wanita sangatlah penting, karena pada masa inilah terjadi pertumbuhan dan perkembangan. Ketika tumbuh kembang optimal maka akan tercipta remaja putri yang sehat dan berkualitas. Hal ini juga akan menciptakan calon ibu yang sehat dan berkualitas (Us et al., 2023).

Masa remaja merupakan periode pertumbuhan dan proses kematangan manusia, sehingga terjadi perubahan yang sangat unik dan berkelanjutan. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia (Siyami et al., 2023). Remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa, dimana terjadi paku tumbuh (growthspurt), timbul ciri-ciri seks sekunder dan primer, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan emosional, fisiologi maupun psikologi. Perubahan fisiologi diantaranya ditandai dengan berfungsinya organ reproduksi seperti menstruasi (Anggraini, 2019).

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, dimulai sejak usia 10 hingga berusia 19 tahun, dalam masa ini berlangsung tahap tumbuh kembang (growth spurt), ditandai dengan munculnya ciri seksual sekunder dan terjadi perubahan baik secara psikologis maupun kognitif, perubahan ini akan mempengaruhi kesehatan dan status gizi remaja, pada masa ini remaja membutuhkan lebih banyak gizi untuk menunjang tumbuh kembangnya supaya optimal, salah satu permasalahan gizi yang banyak ditemukan dalam diri remaja yaitu anemia (Awalia, 2023).

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Kehilangan darah cukup banyak pada saat menstruasi dapat menghilangkan zat besi dari tubuh. Wanita yang mengalami menstruasi setiap bulan beresiko menderita anemia. Kehilangan darah secara pelan-pelan didalam tubuh seperti ulserasi, polip kolon dan kanker kolon juga dapat mengakibatkan anemia (Safitri & Ratnawati, 2022).

Anemia didefinisikan sebagai bentuk penurunan kadar hemoglobin (Hb) atau hematokrit (HCT) atau jumlah sel darah merah kurang dari yang seharusnya. Hemoglobin didefinisikan sebagai protein yang ditemukan dalam sel darah merah yang membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh organ tubuh lainnya. Anemia terjadi ketika kadar hemoglobin tidak cukup di dalam tubuh untuk membawa oksigen ke organ dan jaringan. Anemia juga merupakan tanda seseorang kekurangan zat gizi makro (protein) dan zat gizi mikro terutama zat besi (Aliyah & Krianto, 2023).

Anemia merupakan salah satu masalah gizi terbesar yang ditemui pada remaja. Prevalensi anemia secara global sebesar 4,8 juta. Jumlah remaja usia 15-24 tahun yang mengalami anemia sebesar 32%. Berdasarkan Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018, jumlah ibu hamil yang mengalami anemia sebesar 48,9%, yang mana sebesar 84,6% di antaranya merupakan ibu hamil pada kelompok umur 15-24 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018; Ditjen Kesmas, 2020). Anemia pada remaja dan dewasa muda dapat berdampak negatif pada kinerja, gangguan konsentrasi belajar, menurunnya tingkat kebugaran, dan pertumbuhan kognitif yang dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Secara khusus pada remaja putri sebagai calon ibu, anemia dapat mengakibatkan risiko anemia pada saat hamil, melahirkan, dan pada bayinya yang berhubungan dengan kelahiran prematur, berat bayi lahir rendah hingga kematian ibu akibat komplikasi (UNICEF, Organization and

Prevention, 2017). Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri (remaja putri) dilakukan dengan memberikan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) yaitu satu tablet setiap minggu untuk mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada remaja putri dan WUS pada tahun 2025. Tablet tambah darah yang diberikan adalah folat yang setiap tablet mengandung 200 mg ferro sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat (Rianti et al., 2022). Tablet Tambah Darah (TTD) adalah suplemen makanan yang mengandung zat besi dan folat. Zat besi adalah mineral yang banyak terkandung di dalam makanan secara alami, atau ditambahkan ke dalam beberapa produk makanan. Zat besi berperan penting dalam pembuatan sel darah merah yang mengangkut oksigen dari paru-paru ke jaringan. Selain itu, juga diperlukan untuk pertumbuhan, perkembangan, dan fungsi normal sel (Sab'ngatun & Riawati, 2021).

Cakupan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri (12-18 tahun) sebanyak 76,2 persen dan yang tidak konsumsi TTD sebanyak 23,8%, yang mendapatkan tablet tambah darah di sekolah sebanyak 80,9% dan yang tidak mendapatkan TTD di sekolah sebanyak 19,1%, konsumsi TTD selama setahun < 52 butir sebanyak 98,6% dan yang konsumsi > 52 butir selama setahun sebanyak 1,4%. (Riskesdas, 2018). Pencegahan anemia pada remaja dapat dilakukan dengan memperbaiki perilaku remaja. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku remaja adalah pengetahuan, pengetahuan yang kurang tentang tablet Fe akan mempengaruhi kepatuhan remaja putri (Runiari & Hartati, 2020). Penanganan anemia pada remaja putri merupakan salah satu bentuk intervensi dalam mencegah peningkatan prevalensi stunting. Remaja putri dipersiapkan memiliki pengetahuan serta pemenuhan gizi yang cukup sebagai calon ibu dalam pencegahan stunting (Awalia, 2023)

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe di SMAN 2 Padang.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan rancangan *Cross Sectional*. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 25 Mei – 10 Juni 2023 di SMAN 2 Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi di SMAN 2 Padang. Sampel pada penelitian ini adalah siswi di SMAN 2 Padang. Data yang diperoleh langsung dari responden menggunakan kuesioner dengan cara angket atau memberikan langsung kepada responden. Penelitian ini dianalisis dengan distribusi frekuensi.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pengertian Tablet Fe di SMAN 2 Padang**

No	Pengertian	Jumlah	%
1.	Baik	28	93,3
2.	Cukup	0	0
3.	Kurang	2	6,7
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Fe di SMAN 2 Padang**

No	Manfaat	Jumlah	%
1.	Baik	28	93,3
2.	Cukup	2	6,7
3.	Kurang	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa dari 30 orang responden, 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang baik tentang pengertian tablet Fe

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa dari 30 orang responden, 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang manfaat tablet Fe.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Cara Mengonsumsi Tablet Fe di SMAN 2 Padang**

No	Cara Mengonsumsi	Jumlah	%
1.	Baik	5	16,7
2.	Cukup	21	70
3.	Kurang	4	13,3
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa dari 30 orang responden, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang cara penggunaan tablet Fe

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Efek Samping Tablet Fe di SMAN 2 Padang**

No	Efek Samping	Jumlah	%
1.	Baik	21	70
2.	Cukup	0	0
3.	Kurang	9	30
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari 30 orang responden, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang baik tentang efek samping tablet Fe

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Makanan yang Mengandung Zat Besi di SMAN 2 Padang**

No	Makanan	Jumlah	%
1.	Baik	12	40
2.	Cukup	5	16,7
3.	Kurang	13	43,3
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari 30 orang responden, 13 orang (43,3%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang makanan yang mengandung zat besi

## PEMBAHASAN

### Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pengertian Tablet Fe di SMAN 2 Padang

Berdasarkan tabel 1 didapatkan dari 30 orang responden, 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang baik tentang pengertian tablet Fe, 2 orang (6,7%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang pengertian tablet Fe.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Leni dkk (2019) yang berjudul Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMK NU Ungaran tahun 2019, didapatkan bahwa dari 67 responden, 31 responden (46,3%) memiliki pengetahuan baik, 36 responden (53,7%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang pengertian imunisasi tablet Fe.

Berdasarkan persebaran jawaban responden tentang pengertian tablet Fe dari 30 responden, 28 orang (93,3%) menjawab benar pertanyaan tablet Fe adalah tablet tambah

darah yang berwarna merah, 28 orang (93,3%) menjawab benar pertanyaan tablet Fe adalah tablet yang mengandung zat besi.

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui dan mampu diingat oleh setiap orang setelah mengalami, menyaksikan, mengamati atau diajar sejak lahir hingga dewasa, terutama setelah diberikan pendidikan baik melalui pendidikan formal maupun nonformal dan diharapkan mampu mengevaluasi suatu materi atau materi tertentu. menerapkannya sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari (Notoadmojo, 2014).

Tablet Fe merupakan tablet yang berfungsi untuk meningkatkan kadar haemoglobin dalam tubuh kita saat mengalami menstruasi, hal ini dikarenakan pada saat remaja putri sedang menstruasi akan terjadi kehilangan darah (Leni et al., 2019). Tablet tambah darah berbentuk bulat/lonjong merah tua, tablet salut gula yang berguna untuk meningkatkan kadar haemoglobin dalam darah. Setiap tablet tambah darah bagi wanita subur dan wanita hamil sekurangnya mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental (dalam bentuk sediaan Ferro Sulfat, Ferro Fumarat Atau Ferro Glukonat) dan asam folat 0,400 mg (Kemenkes, 2018)

### **Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Fe di SMAN 2 Padang**

Berdasarkan tabel 2 didapatkan dari 30 orang responden, 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat tablet Fe, 2 orang (6,7%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang manfaat tablet Fe

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Leni dkk (2019) yang berjudul Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMK NU Ungaran tahun 2019, didapatkan bahwa dari 67 responden, 25 responden (37,3,3%) memiliki pengetahuan baik, 42 responden (62,7%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang manfaat tablet Fe.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ivon Valentin dkk (2020) yang berjudul Pengetahuan Remaja Putri tentang Manfaat Tablet Fe dalam Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 6 Model Sigi, didapatkan bahwa masih banyak yang belum memahami dan mengerti manfaat tablet Fe dan apa itu anemia

Berdasarkan persebaran jawaban responden tentang manfaat tablet dari 30 responden, 30 orang (100%) menjawab benar pertanyaan tablet Fe bermanfaat untuk mencegah anemia, 29 orang (97%) menjawab benar pertanyaan tablet tambah darah dapat membantu pemasukan zat besi ke dalam tubuh.

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui dan mampu diingat oleh setiap orang setelah mengalami, menyaksikan, mengamati atau diajar sejak lahir hingga dewasa, terutama setelah diberikan pendidikan baik melalui pendidikan formal maupun nonformal dan diharapkan mampu mengevaluasi suatu materi atau materi tertentu. menerapkannya sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari (Notoadmojo, 2014).

Manfaat tablet Fe bagi remaja putri adalah dapat mencegah anemia yang ditandai dengan gejala lelah, lesu, letih, lunglai dan pucat yang dapat menurunkan prestasi belajar, kurang konsentrasi dalam belajar, untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat bagi ibu dan bayinya. Banyak remaja putri yang tidak pernah memeriksakan kadar hemoglobin ke fasilitas Kesehatan karena mereka menganggap mereka sehat saja dan menganggap bahwa anemia adalah hal biasa dan akan sembuh dengan sendirinya (Leni et al., 2019).

### **Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Cara Mengonsumsi Tablet Fe di SMAN 2 Padang**

Berdasarkan tabel 3 didapatkan dari 30 orang responden, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang cara penggunaan tablet Fe, 5 orang (16,7%) memiliki pengetahuan yang baik tentang cara penggunaan tablet Fe, 4 orang (13,3%) memiliki

pengetahuan yang kurang tentang cara penggunaan tablet Fe. Penelitian yang dilakukan oleh Leni dkk (2019) yang berjudul Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMK NU Ungaran tahun 2019, didapatkan bahwa dari 67 responden, 20 responden (29,9%) memiliki pengetahuan baik, 16 responden (23,9%) memiliki pengetahuan yang cukup, 31 responden (46,3%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang cara mengkonsumsi tablet Fe.

Berdasarkan persebaran jawaban responden tentang cara mengkonsumsi tablet Fe dari 30 responden, 16 orang (53%) menjawab benar pertanyaan tablet Fe sebaiknya diminum pada malam hari, 15 orang (50%) menjawab benar pertanyaan Disarankan berbaring setelah minum tablet Fe.

Herlina (2005) mengatakan bahwa keteraturan mengkonsumsi tablet tambah darah diukur dari jumlah tablet yang dikonsumsi, ketepatan cara mengkonsumsi, dan frekuensi konsumsi per hari. Suplemen tablet tambah darah merupakan salah satu upaya paling penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia, khususnya anemia zat besi. Dikatakan efektif karena kandungan zat besinya yang dilengkapi asam folat yang sekaligus dapat mencegah anemia karena kekurangan asam folat (Leni et al., 2019).

### **Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Efek Samping Tablet Fe di SMAN 2 Padang**

Berdasarkan tabel 4 didapatkan dari 30 orang responden, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang baik tentang efek samping tablet Fe, 9 orang (30%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang efek samping tablet Fe.

Penelitian yang dilakukan oleh Leni dkk (2019) yang berjudul Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMK NU Ungaran tahun 2019, didapatkan bahwa dari 67 responden, 20 responden (29,9%) memiliki pengetahuan baik, 47 responden (70,1%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang efek samping tablet Fe.

Berdasarkan persebaran jawaban responden tentang efek samping tablet Fe dari 30 responden, 27 orang (90%) menjawab benar pertanyaan mengkonsumsi tablet Fe dapat menyebabkan batuk, 23 orang (77%) menjawab benar pertanyaan mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dapat menyebabkan badan lemas.

Efek samping tablet Fe adalah nyeri/perihulu hati, mual, muntah, dan tinja berwarna hitam tetapi tidak berbahaya. Untuk mengurangi gejala di atas sangat dianjurkan minum TTD setelah makan (perut tidak dalam keadaan kosong) atau malam hari sebelum tidur. Bagi remaja putri yang mempunyai gangguan lambung dianjurkan konsultasi kepada dokter (Kemenkes RI, 2018).

Priya, dkk (2016) menyatakan bahwa penyebab utama remaja putri tidak mau mengkonsumsi tablet Fe dikarenakan perut terasa nyeri, mual dan muntah. Adapun manfaat tablet Fe dalam mengurangi kelelahan, meningkatkan nafsu makan dan konsentrasi yang meningkat. Sebagian besar remaja merasa bahwa saat mengkonsumsi tablet Fe dapat menyebabkan penambahan berat badan, dan memiliki efek samping yang tidak enak sakit perut dan pusing. Kurangnya kesadaran akan pentingnya tablet Fe, dan implementasi program untuk remaja putri masih sangat minim yang merupakan salah satu factor penting lainnya (Leni et al., 2019).

### **Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Makanan yang Mengandung Zat Besi di SMAN 2 Padang**

Berdasarkan tabel 5 didapatkan dari 30 orang responden, 12 orang (40%) memiliki pengetahuan yang baik tentang makanan yang mengandung zat besi, 5 orang (16,7%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang makanan yang mengandung zat besi, 13 orang (43,3%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang makanan yang mengandung zat besi. Penelitian yang dilakukan oleh Leni dkk (2019) yang berjudul Gambaran Pengetahuan

Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMK NU Ungaran tahun 2019, didapatkan bahwa dari 67 responden, 19 responden (28,4%) memiliki pengetahuan baik, 26 responden (38,8%) memiliki pengetahuan yang cukup, 22 responden (38,8%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang makanan yang mengandung zat besi.

Berdasarkan persebaran jawaban responden tentang makanan yang mengandung zat besi dari 30 responden, 25 orang (83%) menjawab benar pertanyaan kacang-kacangan mengandung zat besi, 21 orang (70%) menjawab benar pertanyaan sayur dengan daun hijau gelap merupakan sumber zat besi.

## KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang baik tentang pengertian tablet Fe, 28 orang (93,3%) memiliki pengetahuan yang baik tentang manfaat tablet Fe, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang cara mengkonsumsi tablet Fe, 21 orang (70%) memiliki pengetahuan yang baik tentang efek samping tablet Fe, 13 orang (43,3%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang makanan yang mengandung zat besi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada remaja putri yang telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini

## DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah, N., & Krianto, T. (2023). Pengetahuan Dalam Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kecamatan Cimanggis Kota Depok Tahun 2023. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2), 426–435. <https://doi.org/10.37676/jnph.v11i2.5173>
- Awalia, A. (2023). Gambaran dan Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Siswi SMP Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(24), 154–162.
- Ivon Valentin, M., Salham, M., & Yusuf, H. (2020). Pengetahuan Remaja Putri tentang Manfaat Tablet Fe dalam Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 6 Model Sigi. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 3(5), 252-255.
- Leni, Lestari, P., & Christiani, N. (2019). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Fe di SMK NU Ungaran Tahun 2019*. [https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2019/01/2019.01.23\\_PLAN-NACIONAL-DE-CANCER\\_web.pdf](https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2019/01/2019.01.23_PLAN-NACIONAL-DE-CANCER_web.pdf)
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. 2014.
- . 2018. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Kemendes RI (2020) ‘Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19’, Kementerian Kesehatan RI, p. 22. Available at: <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) ‘Riskesdas 2018’, Laporan Nasional Riskesdas 2018, 44(8), pp. 181–222. Available at: <http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf>.
- Kemendes, RI. 2018. 4 News.Ge *Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur*. <https://promkes.kemkes.go.id/download/fpcl/files99778Revisi> Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan

- WUS.pdf%0Ahttps://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results.
- Pamangin, L. (2023). Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(2), 311-317.
- 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. *Jurnal Gizi Ilmiah (Jgi)*, 9(2), 12–18. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JGI>
- Runiari, N., & Hartati, N. N. (2020). Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(2), 103–110. <https://doi.org/10.33992/jgk.v13i2.1321>
- Sab'ngatun, S., & Riawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna : Journal of Health Research*, 4(2), 83–90. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i2.533>
- Safitri, D., & Ratnawati, A. E. (2022). Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri. *Ilmu Kebidanan Poltekkes Ummi Khasanah*, 9(1), 1–6.
- 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>
- UNICEF, Organization, W.H. and Prevention, C. for D.C. (2017) Iron and Folic Acid Supplementation for Adolescent Girls and Women Manual for Health Workers. Available at: [www.unicef.org/ghana/reports/iron-and-folic-acid-supplementation-adolescent-girls-and-women](http://www.unicef.org/ghana/reports/iron-and-folic-acid-supplementation-adolescent-girls-and-women)
- Us, H., Fitriani, A., & Fatiyani. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Fe pada Remaja. *Riset Kesehatan Nasional*, 7(2), 169–176.