

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 KECAMATAN IDI RAYEUK, KABUPATEN ACEH TIMUR

Muliana¹, Cut Ana Martafari^{2*}, Suriatul Laila³

¹⁻³Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama Aceh

[*Email Korespondensi: cutanamartafari@yahoo.co.id]

Abstract: Overview of Female Adolescents' Knowledge about Iron Supplement Tablets at SMAN 1 Idi Rayeuk, East Aceh Regency. Iron supplement tablets are provided as a preventive measure against iron deficiency anemia. Each tablet contains 200 mg of ferrous sulfate and 0.25 mg of folic acid. These supplements are especially important for female adolescents, as they help increase the intake of iron and folic acid needed for hemoglobin formation during menstruation. This study aims to assess the level of knowledge among female adolescents regarding iron supplement tablets at SMAN 1 Idi Rayeuk in 2024. This is a descriptive study with a cross-sectional approach, conducted in June 2024 using primary data. The sample consisted of 130 respondents, selected using total sampling. The results showed that most respondents had a moderate level of knowledge, with 74 students (56.9%) having sufficient knowledge, 51 students (39.2%) having good knowledge, and 5 students (3.8%) having poor knowledge.

Keywords: Female Adolescents, Iron Supplement Tablets, Knowledge Level

Abstrak: Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Tambah Darah di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Idi Rayeuk, Kabupaten Aceh Timur. Tablet tambah darah merupakan suplementasi untuk menanggulangi anemia defisiensi zat besi. Setiap tablet mengandung 200 mg sulfat ferros dan 0,25 mg asam folat. Suplemen ini sangat penting bagi remaja putri karena dapat meningkatkan asupan zat besi dan asam folat yang berperan dalam pembentukan hemoglobin selama menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah di SMAN 1 Idi Rayeuk tahun 2024. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2024 dengan menggunakan data primer. Sampel penelitian berjumlah 130 responden yang diambil secara total sampling. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup, yaitu sebanyak 74 responden (56,9%), pengetahuan baik sebanyak 51 responden (39,2%), dan pengetahuan kurang sebanyak 5 responden (3,8%).

Kata Kunci: Gambaran Pengetahuan, Remaja Putri, Tablet Tambah Darah

PENDAHULUAN

Remaja putri merupakan individu dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa muda, yang dikenal sebagai masa pubertas. Remaja putri berada pada rentang usia 12 hingga 24 tahun, dan pada masa ini, mereka mulai mengembangkan berbagai minat pribadi, salah satunya adalah minat terhadap penampilan diri, terutama pada usia 16 hingga 19 tahun (Jannah M). Para ahli mendefinisikan pubertas sebagai masa terjadinya perubahan biologis dan fisiologis yang berlangsung dengan cepat

dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Perubahan ini mencakup perkembangan alat reproduksi, di mana pada remaja putri ditandai dengan dimulainya proses ovulasi. Masa remaja juga ditandai dengan perubahan dalam aspek fisik, psikis, dan psikososial. Perubahan fisik pada masa pubertas terjadi secara cepat dan berkelanjutan. Salah satu perubahan fisiologis utama pada remaja putri adalah terjadinya menstruasi atau *menarche* (Harahap, Haslinah, dan Pasaribu). *Menarche* merupakan perdarahan dari vagina yang

disertai keluarnya mukus dan debris sel akibat pelepasan lapisan endometrium uterus. Proses ini terjadi secara periodik dan siklik, dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Ilham, Islamy, Hamidi et al.).

Remaja putri termasuk dalam kelompok yang sangat rentan mengalami anemia dan kekurangan zat besi, terutama akibat kehilangan darah selama menstruasi pada masa pertumbuhan. Oleh karena itu, mereka membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi untuk memenuhi kebutuhan dasar selama masa pertumbuhan. Umumnya, remaja putri mengalami menstruasi pertama (*menarche*) pada usia 10–14 tahun, yang merupakan bagian dari masa pubertas. Selama menstruasi, remaja putri kehilangan darah sekitar 25–30 cc setiap bulan. Kondisi ini mengakibatkan penurunan kadar zat besi dalam tubuh yang harus segera dikembalikan, mengingat tingginya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan puncak (Annisa, Dhela, et al., 2023). Pencegahan anemia pada remaja putri dapat dilakukan melalui pemberian suplemen tablet tambah darah (TTD). Suplemen ini penting karena dapat meningkatkan asupan zat besi dan asam folat yang dibutuhkan untuk membantu proses pembentukan hemoglobin dalam tubuh.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting dalam pencegahan anemia karena dapat membentuk sikap dan perilaku kesehatan serta meningkatkan kepatuhan remaja putri terhadap tindakan promotif dan preventif (Oktalia, Alfitri, & Putriana, 2023). Pengetahuan adalah hasil dari proses penginderaan manusia terhadap suatu objek melalui pancaindra, yang kemudian diolah oleh otak menjadi suatu pemahaman (Sukesih, Usman, Budi et al., 2020). Pengetahuan seseorang akan terus berkembang seiring dengan proses belajar dan pengalaman yang dialaminya (Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, 2019). Menurut Notoatmodjo (2007), tingkat pengetahuan terdiri dari enam tingkatan, yaitu: tahu, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, mensintesis, dan mengevaluasi (Inovasi, 2021). Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal, seperti

motivasi dan usia (Suparyanto & Rosad), maupun eksternal, seperti informasi dan lingkungan (Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, 2019). Penelitian oleh Erin Rizkiana menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) secara teratur.

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2019), anemia secara global memengaruhi sekitar 1,62 miliar orang atau sekitar 24,8% dari populasi dunia. Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja perempuan mencapai 27,2%, lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki sebesar 20,3%. Proporsi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai 32%. Tingginya angka anemia pada remaja disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi dan nutrisi penting lainnya seperti vitamin A, vitamin C, asam folat, riboflavin, dan vitamin B12. Selain itu, kesalahan dalam pola konsumsi, seperti mengonsumsi zat besi bersamaan dengan zat yang menghambat penyerapannya, juga menjadi faktor penyebab (Anggoro, 2020). Faktor lain yang turut berkontribusi terhadap kejadian anemia pada remaja putri antara lain adalah pola tidur yang buruk, gangguan menstruasi, dan kondisi sosial ekonomi keluarga, termasuk pendapatan (Ningtyias & Quraini, 2020). Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia adalah pemberian suplementasi tablet tambah darah (TTD) (Lismiana & Indarjo, 2021). Tablet tambah darah merupakan suplemen untuk mengatasi anemia defisiensi besi, yang setiap tabletnya mengandung 200 mg ferrous sulfate (setara dengan 60 mg besi elemental) dan 0,25 mg asam folat. Kandungan ini telah disepakati oleh para ahli sebagai dosis yang efektif (Kemenkes RI, 2020). Pemberian tablet tambah darah dianjurkan untuk remaja putri usia 12–18 tahun melalui institusi pendidikan seperti SMP dan SMA (atau yang sederajat), yang pelaksanaannya dikoordinasikan oleh puskesmas setempat (Yosditia, Rahmiati, Ardian et al.). Salah satu manfaat utama dari pemberian TTD adalah untuk mengatasi

anemia pada remaja putri (Titi & Permatasari, 2020).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, sebanyak 80,9% remaja putri telah menerima tablet tambah darah (TTD) di sekolah, sementara 19,1% lainnya belum mendapatkannya. Dari jumlah tersebut, sebanyak 98,6% remaja putri mengonsumsi TTD kurang dari 52 tablet dalam setahun, sedangkan hanya 1,4% yang mengonsumsi lebih dari 52 tablet. Temuan ini menunjukkan bahwa kesadaran remaja putri mengenai pentingnya konsumsi TTD masih tergolong rendah (Yosdita, Rahmiati, Ardian et al.). Kepatuhan dalam konsumsi TTD dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti rendahnya kesadaran individu dan kurangnya dukungan dari keluarga (Yanti & Anwar, 2022). Selain itu, ketidaktahuan mengenai efek samping tablet zat besi (Fe) dan kurangnya pemantauan dari tenaga kesehatan juga turut menjadi faktor penyebab rendahnya kepatuhan konsumsi TTD (Susanti, Briawan, & Martianto).

Menurut data Riskesdas tahun 2019, proporsi remaja putri yang menerima TTD mencapai 46,56%. Capaian ini telah memenuhi target Rencana Strategis (Renstra) tahun 2019, dengan target nasional sebesar 58% pada akhir tahun 2024. Namun, tingkat konsumsi TTD per wilayah masih tergolong rendah. Provinsi Aceh merupakan salah satu dari empat provinsi dengan persentase penerima TTD terendah, yaitu sebesar 22% pada tahun 2018, meningkat secara bertahap menjadi 25% (2019), 28% (2020), 30% (2021), dan 35% pada tahun 2022. Angka tersebut masih jauh dari target capaian sebesar 51%. Di Kabupaten Aceh Timur, cakupan pemberian tablet Fe pada

tahun 2019 tercatat sebesar 87%. Berdasarkan data awal dari Dinas Kesehatan Aceh Timur yang dikumpulkan oleh peneliti dari 27 kecamatan, Kecamatan Idi Rayeuk tercatat telah mencapai cakupan pemberian TTD sebesar 100%. Meskipun demikian, tingkat kejadian anemia tertinggi justru ditemukan di sekolah yang berada di Kecamatan Idi Rayeuk. Skrining dilakukan terhadap siswi kelas X SMAN 1 Idi Rayeuk yang berjumlah 170 orang, di mana seluruhnya telah menerima TTD. Hasil skrining menunjukkan bahwa sebanyak 116 siswi mengalami anemia ringan, 31 siswi mengalami anemia sedang, dan 15 siswi mengalami anemia berat. Dengan demikian, jumlah total siswi yang mengalami anemia di sekolah tersebut mencapai 162 orang, atau sekitar 35% dari total responden.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan desain *cross-sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah di SMAN 1 Kecamatan Idi Rayeuk, Kabupaten Aceh Timur, tahun 2024. Penelitian dilaksanakan pada bulan April hingga Juni 2024, dengan jumlah sampel sebanyak 130 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling*.

Pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan program SPSS. Jenis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat, yang diterapkan untuk setiap variabel tunggal. Tujuan dari analisis univariat adalah untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel dalam populasi penelitian.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Remaja Putri

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
15 tahun	16	12,3
16 tahun	100	76,9
17 tahun	14	10,8
Jumlah	130	100

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari total 130 responden, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri berusia 16 tahun, yaitu sebanyak 100 responden (76,9%). Sebanyak 16

responden (12,3%) berusia 15 tahun, dan 14 responden (10,8%) berusia 17 tahun, dengan total keseluruhan persentase mencapai 100%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Manfaat Tablet Tambah Darah

Pengetahuan tentang tablet tambah darah	Frekuensi	Persentase (%)
Bermanfaat	120	92,3
Tidak bermanfaat	10	7,7

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa dari 130 responden, mayoritas menyatakan bahwa tablet tambah darah bermanfaat, yaitu sebanyak 120

responden (92,3%), sementara 10 responden (7,7%) menyatakan tidak bermanfaat, dengan total persentase 100%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Aturan Penggunaan Tablet Tambah Darah

Pengetahuan tentang tablet tambah darah	Frekuensi	Persentase (%)
Sesuai aturan	100	76,9
Tidak sesuai aturan	30	23,1

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa dari 130 responden, sebanyak 100 responden (76,9%) mengetahui dan mengikuti aturan penggunaan tablet Fe

dengan benar, sedangkan 30 responden (23,1%) tidak mengikuti aturan penggunaan yang sesuai.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Efek Samping Tablet Tambah Darah

Pengetahuan tentang tablet tambah darah	Frekuensi	Persentase (%)
Bereaksi	48	36,9
Tidak bereaksi	82	63,1

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa dari 130 responden, sebanyak 48 responden (36,9%) melaporkan mengalami efek samping setelah

mengonsumsi tablet Fe, sedangkan 82 responden (63,1%) tidak mengalami efek samping.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Tambah Darah

Tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	51	39,2
Cukup	74	56,9
Kurang	5	3,8

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah menunjukkan bahwa 51 responden (39,2%) memiliki pengetahuan baik, 74 responden (56,9%) memiliki pengetahuan cukup, dan 5 responden (3,8%) memiliki pengetahuan kurang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa gambaran pengetahuan responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri berusia 16 tahun memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 74 responden (76,9%). Menurut para peneliti, hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor internal yang berkaitan dengan perkembangan usia. Pada usia 16 tahun, remaja berada pada fase remaja tengah, di mana mereka sedang mengalami perubahan psikologis serta proses identifikasi diri dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Faktor-faktor seperti lingkungan, emosi, dan pergaulan dengan teman sebaya turut memengaruhi kematangan berpikir dan pengambilan keputusan, termasuk dalam hal menjaga kesehatan. Sebagian besar responden dalam kategori usia ini masih belum mampu secara optimal dalam mengambil tindakan preventif terkait kesehatan diri, termasuk dalam hal konsumsi tablet tambah darah. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya Lestari, yang menyatakan bahwa pengetahuan berkaitan erat dengan tingkat konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Pengetahuan, informasi, dan kesadaran individu memegang peranan penting dalam membentuk perilaku konsumsi tersebut. Penelitian ini juga diperkuat oleh temuan Rosa Riya (2017), yang menyatakan bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, di mana pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia untuk menunjang perkembangan diri. Dalam konteks penelitian ini, tingkat pengetahuan responden cenderung mencerminkan sikap negatif terhadap konsumsi tablet Fe, sebagaimana didukung oleh penelitian Ivon, Munir, dan

Herlina (2020).

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang baik mengenai manfaat tablet tambah darah, yaitu sebanyak 120 responden (92,3%). Sementara itu, sebanyak 10 responden (7,7%) menunjukkan pemahaman yang kurang, dengan memberikan jawaban negatif terkait manfaat tablet tambah darah, seperti menganggapnya hanya sebagai vitamin biasa atau meragukan manfaatnya dalam meningkatkan konsentrasi belajar. Sikap dan pengetahuan yang positif mencerminkan kecenderungan remaja dalam mendekati, menyukai, dan mengharapkan suatu hal tertentu. Sebaliknya, sikap dan pengetahuan yang negatif menunjukkan kecenderungan untuk menghindari atau tidak menyukai suatu hal tertentu. Dari temuan ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden menyadari bahaya anemia dan pentingnya mengonsumsi tablet Fe. Namun, masih terdapat sebagian kecil responden (7,7%) yang kurang yakin terhadap bahaya anemia maupun efektivitas tablet Fe sebagai upaya pencegahan. Pentingnya peningkatan pengetahuan mengenai manfaat tablet tambah darah pada remaja putri tidak hanya bertujuan untuk menambah wawasan, tetapi juga untuk membentuk sikap dan perilaku positif yang berkelanjutan, yang bersumber dari kesadaran, bukan karena paksaan. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Annisa Mutiara Nandasari Hartono, yang menyatakan bahwa sebanyak 92,2% responden memiliki sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah, meskipun masih terdapat 5,8% responden yang menunjukkan sikap negatif. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian remaja masih belum sepenuhnya yakin terhadap bahaya anemia. Oleh karena itu, penguatan sikap positif dan pemahaman tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara teratur sangat diperlukan dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Penelitian ini juga didukung oleh Ivon Valentin Mandagi, Munir Salham, dan Herlina Yusuf, yang menyatakan bahwa peran pendamping remaja, seperti orang tua

atau guru, sangat penting dalam meningkatkan edukasi kesehatan, khususnya dalam menjelaskan manfaat tablet tambah darah dalam pencegahan anemia (Alfiah dan Dainy, 2023).

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang baik mengenai aturan penggunaan tablet tambah darah, yaitu sebanyak 100 responden (76,9%). Sementara itu, sebanyak 30 responden (23,1%) memiliki pengetahuan yang kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian responden belum memahami secara benar aturan penggunaan tablet tambah darah. Beberapa responden dengan pengetahuan kurang tidak mengetahui bahwa konsumsi tablet tambah darah sebaiknya disertai dengan asupan makanan yang membantu penyerapan zat besi, seperti vitamin C, daging merah, dan ikan. Selain itu, masih banyak responden yang tidak mengetahui bahwa tablet Fe sebaiknya dikonsumsi pada malam hari sebelum tidur dan hanya satu tablet per minggu sesuai anjuran. Vitamin C merupakan zat gizi mikro yang berperan penting dalam pembentukan sel darah merah. Kehadiran vitamin C dapat meningkatkan absorpsi zat besi non-heme hingga empat kali lipat dengan cara mengubah bentuk feri menjadi fero dalam usus halus, sehingga lebih mudah diserap oleh tubuh. Bioavailabilitas zat besi heme juga jauh lebih tinggi dibandingkan dengan zat besi non-heme. Penyerapan zat besi heme di saluran pencernaan mencapai sekitar 30%, sedangkan zat besi non-heme lebih rendah dan dipengaruhi oleh keberadaan faktor penghambat maupun faktor yang meningkatkan penyerapan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sarah Afifah, yang menunjukkan adanya hubungan antara asupan zat besi dan vitamin C dengan kejadian anemia (Wulandari dan Fitriana, 2018).

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang mengenai efek samping tablet tambah darah, yaitu sebanyak 82 responden

(63,1%), sementara 48 responden (36,9%) memiliki pengetahuan baik. Tidak ditemukan responden dengan tingkat pengetahuan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum memahami efek samping yang dapat muncul setelah mengonsumsi tablet tambah darah. Dalam penelitian ini, remaja putri kurang mengetahui bahwa efek samping seperti tinja berwarna hitam, nyeri di ulu hati, konstipasi, mual, dan muntah merupakan reaksi normal yang dapat terjadi setelah mengonsumsi tablet Fe. Ketidaktahuan ini menyebabkan sebagian besar responden enggan untuk melanjutkan konsumsi tablet tambah darah. Padahal, gejala tersebut tergolong efek samping ringan dan tidak berbahaya. Berdasarkan teori yang ada, efek samping seperti nyeri ulu hati, mual, muntah, tinja berwarna hitam, dan konstipasi dapat diminimalisir dengan cara mengonsumsi tablet tambah darah setelah makan atau pada malam hari sebelum tidur. Bagi individu dengan gangguan lambung, disarankan untuk berkonsultasi dengan tenaga kesehatan (Kemenkes RI, 2018). Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Catur Wulandari dan Wulan Ayu Fitriana, yang menunjukkan bahwa dari 33 responden yang mengonsumsi tablet Fe secara teratur, 17 responden (51,5%) mengalami konstipasi, sedangkan hanya 2 responden (6,06%) yang tidak mengalami konstipasi. Sementara itu, di antara responden yang tidak mengonsumsi tablet Fe secara teratur, sebagian besar (13 responden atau 39,3%) tidak mengalami konstipasi (Setiamey dan Deliani, 2019). Penelitian ini juga diperkuat oleh temuan Diana Febrianti Quraini yang menggunakan metode kualitatif. Hasil wawancara menunjukkan bahwa efek samping yang dirasakan oleh responden menyebabkan mereka merasa ingin berhenti mengonsumsi tablet Fe secara teratur (Lismiana dan Indarjo, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5, pengetahuan remaja putri di SMAN 1 Idi Rayeuk sebagian besar berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 74 responden (56,9%). Sementara itu, sebanyak 51 responden

(39,2%) memiliki pengetahuan baik, dan 5 responden (3,8%) memiliki pengetahuan kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang cukup. Namun demikian, responden dengan pengetahuan kurang perlu mendapat perhatian khusus, mengingat pengetahuan berperan penting dalam membentuk perilaku. Semakin baik pengetahuan seseorang, maka semakin baik pula perilakunya dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan pengamatan peneliti, sebagian besar responden tidak mengetahui efek samping dari tablet tambah darah. Selain itu, masih banyak yang belum memahami bahwa konsumsi tablet tambah darah sebaiknya disertai dengan asupan sumber vitamin C, ikan, atau daging untuk membantu penyerapan zat besi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Annisa Mutiara (2023), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan sedang (54,4%), pengetahuan baik (40,8%), dan pengetahuan rendah (4,8%). Namun, temuan ini tidak sejalan dengan penelitian oleh Agutina (2019), yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan baik terkait kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah untuk pencegahan dan penanggulangan anemia, yaitu sebesar 52,8%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah di SMAN 1 Idi Rayeuk, Aceh Timur, pada tahun 2024, dapat disimpulkan beberapa hal. Mayoritas responden berusia 16 tahun (76,9%), dengan seluruh responden yang telah menjalani skrining anemia berasal dari kelas X. Pengetahuan remaja putri tentang manfaat tablet tambah darah sebagian besar tergolong baik, yaitu sebesar 92,3%. Pengetahuan mengenai aturan penggunaan tablet tambah darah termasuk dalam kategori cukup, dengan persentase 76,9%. Namun, pengetahuan mengenai efek samping tablet tambah

darah masih tergolong rendah, dengan 63,1% responden memiliki pengetahuan yang terbatas terkait hal tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiah, S., & Dainy, N. C. (2023). Asupan zat besi, vitamin C dan konsumsi tablet tambah darah berhubungan dengan kejadian anemia remaja putri SMPIT Majmaul Bahrain Bogor. *Jurnal Ilmu Gizi dan Diet*.
- Anggoro, S. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada siswi SMA. *Jurnal Ilmiah Permas, Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3), 341-350.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan: Artikel review. *Jurnal Keperawatan*.
- Hartono, A. M. N., Salsabila, D. M., Amalia, A. Z., et al. (2023). Tingkat pengetahuan dan sikap mahasiswi tentang tablet tambah darah dalam upaya pencegahan anemia. *Jurnal Farmasi Komunitas*.
- Harahap, Y. W., Haslinah, & Pasaribu, A. R. (n.d.). Mekanisme koping dan intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMKN 1 Lumut. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*.
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (n.d.). Gangguan siklus menstruasi pada remaja: Literature review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*.
- Inovasi Penelitian. (2021). Gambaran pengetahuan remaja putri tentang risiko perkawinan dini dalam kehamilan di SMAN 1 Gowa.
- Jannah, M. (n.d.). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam Islam. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19*.
- Lismiana, H., & Indarjo, S. (2021). Pengetahuan dan persepsi remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi

- tablet tambah darah. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*.
- Mandagi, I. V., Salham, M., & Yusuf, H. (2020). Pengetahuan remaja putri tentang manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia di SMAN 6 Model Sigi. *Jurnal Kolaboratif Sains*.
- Ningtyias, F. W., Quraini, D. F., & Rohmawati, N. (2020). Perilaku kepatuhan konsumsi tablet tambah darah remaja putri di Jember, Indonesia. *Jurnal Promkes*.
- 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*.
- Sat, T. H. S., & Permatasari, D. (2020). Faktor yang mempengaruhi kepatuhan minum tablet Fe pada remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*.
- Suparyanto, & Rosad. (n.d.). Tingkat pengetahuan remaja terhadap kesehatan gigi dan mulut.
- Sukesih, S., Usman, U., Budi, S., & Sari, D. N. A. (2020). Pengetahuan dan sikap mahasiswa kesehatan tentang pencegahan COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
- Susanti, Y., Briawan, D., & Martianto, D. (n.d.). Suplementasi besi mingguan meningkatkan hemoglobin sama efektif dengan kombinasi mingguan dan harian pada remaja putri. *Jurnal Gizi dan Pangan*.
- Wulandari, C., & Fitria, W. A. (2018). Hubungan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia. *Jurnal Delima Harapan*.
- Yanti, M. R., & Anwar, S. (2022). Peran lintas sektor dalam pengawasan pemberian tablet tambah darah Fe bagi remaja putri di Kecamatan Simpang Jaya Kabupaten Nagan Raya. *Jurnal Biologi Edukasi*.
- Yosditia, B. E., Rahmiati, B. F., Ardian, J., & Jauhari, M. T. (n.d.). Asupan sumber zat besi dan konsumsi tablet tambah darah serta kadar hemoglobin. *Nutrisi: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*.