

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN GIZI, STATUS GIZI DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK AL-ISHLAH SINGAPARNA TAHUN 2023

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE, NUTRITIONAL STATUS, AND ADHERENCE TO THE CONSUMPTION OF BLOOD ADDED TABLETS (TTD) WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SMK AL-ISHLAH SINGAPARNA IN 2023

Viana Fauzia Nuraina ^{1*}, Hariyani Sulistyoningsih ²

^{1,2} STIKes Respati Tasikmalaya, Indonesia

Jl. Raya Singaparna No.KM. 11, Cikunir, Kec. Singaparna, Kab. Tasikmalaya, Indonesia

Email corresponding: vianafauzianuraina@gmail.com ^{1}

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah kesehatan signifikan di Indonesia, dengan prevalensi 57,7% pada remaja di wilayah Puskesmas Singaparna. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi hubungan antara pengetahuan gizi, status gizi, dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Al-Ishlah tahun 2023. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional melibatkan 47 remaja putri sebagai sampel. Analisis data menggunakan SPSS menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara pengetahuan gizi ($p=0,654$), status gizi ($p=0,442$), dan kepatuhan konsumsi TTD ($p=1,000$) dengan kejadian anemia. Rekomendasi penelitian mencakup kerjasama sekolah dan pelayanan kesehatan untuk meningkatkan gizi remaja, monitoring pencegahan anemia, kebijakan pendidikan gizi di sekolah, program kampanye gizi, kegiatan edukasi, dan pengembangan strategi efektif. Studi ini berkontribusi pada pengembangan ilmu kesehatan masyarakat terkait gizi dan anemia.

Kata kunci: Pengetahuan, Status Gizi, Tablet Tambah Darah, anemia

ABSTRACT

Anemia is a significant health problem in Indonesia, with a prevalence of 57.7% among adolescents in the Singaparna Health Center area. This study aims to evaluate the relationship between nutritional knowledge, nutritional status, and adherence to the consumption of Blood Added Tablets (TTD) with the incidence of anemia in adolescent girls at SMK Al-Ishlah in 2023. Quantitative research with a cross-sectional approach involved 47 adolescent girls as a sample. Data analysis using SPSS showed that there was no significant relationship between nutritional knowledge ($p = 0.654$), nutritional status ($p = 0.442$), and TTD consumption compliance ($p = 1,000$) with the incidence of anemia. Research recommendations include cooperation between schools and health services to improve adolescent nutrition, monitoring of anemia prevention, nutrition education policies in schools, nutrition campaign programs, educational activities, and developing effective strategies. This study contributes to the development of public health science related to nutrition and anemia.

Keywords: Nutritional Status, Blood Added Tablets, anemia

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi prevalensi

anemia dunia berkisar 50-80%. Kasus anemia di dunia diperkirakan 1,32 miliar jiwa atau sekitar 25% dari populasi manusia di dunia, angka tertinggi benua Afrika sebanyak

44,4%, benua Asia sebanyak 25% -33,0% dan terendah di benua Amerika utara sebanyak 7,6% (Waelan, 2020). Di beberapa negara lain seperti: India, Bangladesh, dan Vietnam, pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dilakukan 1 kali seminggu dan hal ini berhasil menurunkan prevalensi anemia di negara tersebut.

Prevalensi anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktivitas fisik. (Kemenkes, 2021). Dan berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya tahun 2023 prevalensi anemia pada remaja sebesar 3,1%.

Salah satu upaya pemerintah dalam penanggulangan masalah anemia pada Remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS) melalui Intervensi gizi dan kesehatan yang dilakukan pada setiap tahap siklus kehidupan untuk mencapai kesehatan yang optimal, dilakukan secara berkelanjutan pada masa prakonsepsi, hamil, neonatal, bayi, balita, anak usia sekolah dan remaja. Intervensi pada rematri dan WUS sangat penting dilakukan karena akan menentukan kualitas sumber daya manusia generasi berikutnya. Remaja putri yang sehat dan tidak anemia akan tumbuh dan berkembang menjadi calon ibu yang sehat dan melahirkan bayi sehat. Upaya ini mendukung Gerakan 1000 HPK (Kemenkes, 2018). Salah satu program yang telah dilaksanakan pada pertengahan Tahun 2022 Pemerintah Provinsi Jawa Barat

berkolaborasi bersama *Nutrition International* (NI) mengadakan kampanye gizi seimbang dan minum TTD serentak se-Jawa Barat dengan mengusung tema GEMAZ (Generasi Emas Bebas Anemia dan *Zero New stunting*) (Lestari, 2022). Pemerintah kabupaten Tasikmalaya juga melakukan upaya dalam penanggulangan anemia yaitu mengadakan gebyar minum Tablet Tambah Darah (TTD) (Dishub Tasik, 2021).

Berdasarkan penelitian di Indonesia dan di beberapa negara lain tersebut, maka pemerintah menetapkan kebijakan program pemberian TTD pada rematri dan WUS dilakukan setiap 1 kali seminggu dan sesuai dengan Permenkes yang berlaku dan diberikan secara *blanket approach* (Kemenkes, 2018). Di SMK Al-Ishlah Singaparna juga menerapkan program Tablet Tambah Darah (TTD) yang diberikan oleh tenaga kesehatan secara rutin kepada remaja putri kelas X sampai kelas XII.

Anemia adalah masalah kesehatan yang signifikan dalam masyarakat dan tersebar salah satunya di Indonesia. Penyakit ini dapat menyebabkan dampak yang signifikan pada ekonomi, kesehatan, dan kesejahteraan sosial. Anemia didefinisikan sebagai kondisi di mana konsentrasi hemoglobin (Hb) atau protein kaya zat besi rendah dalam darah, yang mempengaruhi produksi sel darah merah (waelan, 2020). Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Singaparna mengenai data anemia remaja sebesar 57,7% remaja putri artinya 6 dari 10 remaja putri mengalami anemia.

Kekurangan zat besi dapat terjadi karena beberapa sebab, seperti asupan makanan yang tidak mencukupi atau *bioavailabilitas* zat besi yang buruk dari makanan, serta kehilangan zat besi yang berlebihan dari tubuh. Wanita sering mengalami kehilangan zat besi yang signifikan terutama selama menstruasi. Anemia dapat menimbulkan gejala seperti kelemahan, kelelahan, rasa tidak enak badan, dan kadang-kadang sulit berkonsentrasi. Orang yang mengalami anemia juga dapat merasakan kesulitan bernafas saat beraktivitas. Faktor etiologi anemia gizi meliputi karakteristik sosio-demografis seperti usia, jenis kelamin, kelas sosial, kebiasaan makan, dan infeksi (Nurlaela, 2022).

Remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra karena kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14-15 tahun pada remaja putri. Dampak anemia gizi besi pada remaja adalah menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi belajar. Anemia gizi besi juga dapat mengganggu pertumbuhan tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna, menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terserang penyakit. Berdasarkan siklus daur hidup, anemia gizi besi pada saat remaja akan berpengaruh besar pada saat kehamilan dan persalinan, yaitu terjadinya abortus, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, mengalami penyulit lahirnya bayi

karena rahim tidak mampu berkontraksi dengan baik serta risiko terjadinya perdarahan pasca persalinan yang menyebabkan kematian maternal (Kemenkes RI, 2019).

Anemia merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami kelelahan, letih dan lesu sehingga akan berdampak pada kreativitas dan produktivitasnya. Anemia juga meningkatkan kerentanan penyakit pada saat dewasa serta melahirkan generasi yang bermasalah gizi (Kemenkes, 2021). Status gizi remaja yang kurang maupun berlebih merupakan masalah gizi remaja yang dikarenakan perilaku konsumsi makanan yang salah, yaitu keseimbangan antara konsumsi nutrisi dengan kecukupan nutrisi yang dianjurkan. meningkatnya aktivitas sekolah maupun berbagai aktivitas organisasi dan ekstrakurikuler yang tinggi pada remaja akan mempengaruhi kebiasaan makannya. Pola konsumsi makanan yang sering tidak teratur, sering jajan, sering tidak sarapan, dan sama sekali tidak makan siang. Kondisi tersebut, ditambah juga dengan kebiasaan mengonsumsi minuman yang menghambat absorpsi besi akan mempengaruhi kadar hemoglobin (Muhayati, 2019).

Hal ini menjadi daya tarik peneliti untuk melakukan penelitian terkait anemia mengingat anemia merupakan masalah kesehatan terutama pada remaja dan banyak terjadi pada perempuan. Remaja putri rentan menderita anemia karena banyak kehilangan darah pada saat menstruasi. Remaja putri yang menderita anemia berisiko mengalami

anemia pada saat hamil. Hal ini akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak serta menyebabkan Bayi dengan Berat Lahir Rendah (BBLR). Maka dari itu pengetahuan tentang nutrisi yang tepat dan status gizi yang baik sangat penting untuk mencegah dan mengobati anemia. Pendidikan gizi dan promosi kesehatan yang tepat dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya asupan nutrisi yang tepat dan memastikan akses yang memadai ke makanan yang kaya akan zat besi.

Berdasarkan Penelitian Kusnadi Tahun 2021 menyatakan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia akan cenderung untuk mencukupi konsumsi pangannya guna mencukupi kebutuhan gizi agar terhindar dari masalah anemia. Remaja putri juga merupakan salah satu populasi yang memiliki risiko lebih tinggi terkena anemia dibanding putra. Hal tersebut terjadi akibat remaja putri mengalami menstruasi dan memiliki keinginan untuk tetap langsing sehingga berdiet mengurangi makan yang berdampak pada pemenuhan gizi yang kurang (Kusnadi, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Handayani dan Rumiati (2019) menyimpulkan adanya hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di

SMPN 02 Rambah Hilir menurut hasil uji *Chi square* dengan nilai $p=0,039$ ($<0,5$) artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMPN 02 Rambah Hilir. Penelitian ini serupa dengan studi yang dilakukan oleh Martini pada Tahun 2015 mengenai faktor-faktor yang terkait dengan anemia pada remaja putri di MAN 1 Metro dengan melibatkan 115 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dan kejadian anemia, dengan nilai p sebesar 0.009 (<0.05). Hal ini menandakan bahwa terdapat korelasi antara indeks massa tubuh dan kejadian anemia pada populasi yang diteliti (Handayani dan Rumiati, 2019).

Menurut Ningtyias *et.al* (2020) Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) juga merupakan faktor yang mempengaruhi kejadian Anemia pada remaja. Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi TTD dapat menghambat suplementasi zat besi (Fe), yang disebabkan oleh rasa bosan atau malas serta rasa dan aroma yang tidak enak dari TTD. Beberapa remaja putri juga mengalami efek samping seperti mual dan nyeri pada ulu hati setelah mengonsumsi TTD. Program pemberian TTD telah dikeluarkan sebagai salah satu cara penanganan Anemia. TTD adalah suplemen gizi yang mengandung 60 mg zat besi elemental dan 400 mcg asam folat (Achadi, Endang 2015). Meskipun cakupan pemberian TTD pada remaja putri mencapai 76,2%, namun hanya 80,9% dari mereka yang mendapatkan TTD di sekolah yang patuh dalam mengonsumsinya. Berdasarkan

hasil penelitian Soekardy Tahun 2022 dapat disimpulkan bahwa temuan penelitiannya sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya hubungan antara pola konsumsi tablet Fe dan kejadian Anemia, yang dapat dijadikan sebagai solusi dalam penanganan anemia (Soekardy, 2022).

Menurut Soekardy Tahun 2022 dalam penelitiannya menjelaskan 8 tentang pengaruh faktor-faktor terhadap konsumsi tablet Fe dan kejadian Anemia, disimpulkan bahwa tingkat konsumsi tablet Fe yang rendah disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu faktor utama adalah kurang optimalnya pemanfaatan pangan, yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan remaja mengenai gizi dan kurang meratanya distribusi pangan. Selain itu, kurangnya penyuluhan dan adanya faktor budaya dan pengetahuan lokal seperti takhayul dan pantangan dalam masyarakat, turut mendukung rendahnya tingkat konsumsi tablet Fe. Semua faktor ini menghambat akses remaja terhadap informasi yang diperlukan untuk mengatasi masalah Anemia.

Berdasarkan hasil wawancara kepada pihak sekolah SMK Al-Ishlah tanggal 14 Maret 2023 mengenai program penjarangan pengukuran Hb diketahui bahwa SMK Al-Ishlah termasuk ke dalam 14 sekolah yang dijadikan sampel pengukuran anemia oleh Puskesmas Singaparna Kabupaten Tasikmalaya. Di SMK Al-Ishlah juga terdapat program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) rutin untuk pencegahan anemia pada remaja putri dan dilakukan oleh

puskesmas langsung. Pengetahuan siswa terhadap gizi dan anemia masih cukup rendah, upaya dari puskesmas juga mengadakan sosialisasi terkait pengetahuan gizi dan anemia remaja di SMK Al-Ishlah sebagai program penanggulangan dan pencegahan anemia.

Berdasarkan latar belakang peneliti tertarik untuk meneliti “Apakah terdapat Hubungan Antara Pengetahuan Gizi, Status Gizi Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMK Al-Ishlah Tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode analitik dan pendekatan *cross sectional* obyek diukur dan data dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan. Penelitian ini mengukur hubungan pengetahuan gizi, status gizi dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada Remaja putri di SMK Al-Ishlah tahun 2023

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Karakteristik responden berdasarkan umur dan kelas

1. Umur

Berdasarkan hasil dari penelitian dapat dikatakan bahwa menunjukkan persentase responden berdasarkan umur dapat dilihat bahwa kelompok umur terbesar adalah remaja putri berusia 17 tahun dengan persentase 38.7%,

sedangkan kelompok umur terkecil adalah remaja putri berusia 15 tahun dengan persentase 12.9%. dalam penelitian Nurlaela, dkk. Tahun 2022 menyatakan bahwa sebanyak 18,4% anemia dialami oleh remaja usia 15-24 Tahun dan diperkuat oleh Kemenkes Tahun 2022 bahwa proporsi tertinggi anemia pada remaja saat berusia 15-24 Tahun sebanyak 32% dan berdasarkan penelitian Sari Tahun 2020 sebanyak 48,5% responden berusia 17 Tahun

Secara umum, beberapa penelitian dan survei kesehatan telah menunjukkan bahwa remaja putri di usia remaja akhir, khususnya pada usia 15 hingga 19 tahun, memiliki risiko tinggi mengalami anemia. Faktor-faktor seperti pertumbuhan yang pesat, menstruasi, dan pola makan yang tidak seimbang sering kali berkontribusi pada tingginya prevalensi anemia pada kelompok usia ini.

Gambaran umur dalam penelitian bertujuan untuk memberikan informasi tentang distribusi usia atau kelompok usia, umur juga bisa menentukan tingkat kedewasaan seseorang sehingga hal ini bisa mempengaruhi dalam perilakunya dan cara pemikirannya.

2. Kelas

Berdasarkan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa proporsi responden berdasarkan kelas dapat dilihat bahwa kelas XI memiliki jumlah remaja putri yang lebih banyak 17 orang atau 54.8% dibandingkan dengan kelas X 14 orang atau 45.2% di SMK Al-Ishlah Singaparna pada tahun 2023. Kelas merupakan

gambaran data yang digunakan untuk mempermudah dalam melihat dan menentukan demografi dari sampel.

B. Gambaran Pengetahuan Gizi Pada Remaja Putri SMK Al-Ishlah Tahun 2023

Pengetahuan adalah informasi yang diketahui atau disadari oleh seseorang, dalam pengertian lain pengetahuan adalah berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh manusia melalui pengamatan akal atau penginderaan (Notoatmodjo, 2010). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Al-Ishlah dapat dilihat bahwa sebagian besar responden yang diteliti memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebanyak (48,4%) dan yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 16 orang (51.6%) dalam penelitian Hesteria, dkk. Tahun 2020 menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik 88,3% dan pengetahuan cukup 11,7% dan menurut Rianti Tahun 2020 menyatakan responden dengan proporsi pengetahuan cukup sebanyak (88,6%).

Berdasarkan persentase dari item-item pernyataan yang diberikan dalam bentuk Kuesioner sebagian responden tidak mengetahui pengertian hemoglobin sebanyak (29%), responden tidak mengetahui makanan yang dapat menghambat penyerapan zat gizi besi (29%), dan responden tidak mengetahui dampak dari anemia sebanyak (100%) . Responden dalam penelitian ini sudah mendapatkan edukasi tentang gizi yang dilakukan oleh puskesmas Singaparna namun belum mendapatkan pendidikan tentang anemia pada remaja hal ini disebabkan oleh informasi yang responden terima tidak

lengkap dan tidak menyeluruh hal ini diperkuat oleh penelitian Mularsih Tahun 2017, menjelaskan informasi yang menyeluruh dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan seseorang, meskipun orang tersebut memiliki pendidikan yang rendah tetapi jika mendapatkan informasi yang baik dari media massa seperti televisi, surat kabar/buku dll maka hal itu akan meningkatkan pengetahuan seseorang. Kemudian hal ini disebabkan karena tingkat pengetahuan seseorang bisa bervariasi berdasarkan pengalaman, tingkat pendidikan, dan paparan informasi.

Peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan yang belum baik pada responden dikarenakan responden lebih banyak mencari informasi dari sumber yang kurang akurat sehingga pemahaman responden tentang pengetahuan gizi anemia menjadi tidak tepat, yang mengakibatkan pengetahuan yang baik tidak menjadi optimal. Pengindraan yang baik dapat meningkatkan pemahaman yang baik terhadap suatu objek. Kemampuan mengingat seseorang juga dipengaruhi oleh dimensi waktu, sehingga kemungkinan responden lupa saat mengerjakan kuesioner yang diberikan.

Untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang gizi anemia pentingnya edukasi mengenai anemia, penyebab dan dampak dari anemia, serta makanan yang dapat menghambat penyerapan zat besi pada remaja putri yang dilakukan secara komprehensif disampaikan dengan cara yang menarik menggunakan pendekatan kreatif,

remaja putri dapat memanfaatkan platform media sosial sebagai sarana belajar serta adanya dukungan dari pihak sekolah, orang tua dan lingkungan terdekat dalam meningkatkan status gizi dan pencegahan anemia.

C. Gambaran Status Gizi Pada Remaja Putri SMK Al-Ishlah Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Al-Ishlah dapat dikatakan 90,3% responden memiliki gizi baik dan hanya sebesar 9,7% memiliki gizi kurang hal ini disebabkan karena sudah adanya pemberian program “Aksi Gizi” yang dilakukan oleh puskesmas singaparna dan juga *screening* kesehatan kepada responden secara berkala kemudian dilihat dari kebiasaan responden untuk sarapan pagi yang bisa menjadi faktor mengapa status gizi responden baik. Dalam penelitian yang dilakukan Daris, dkk menyatakan bahwa proporsi responden dengan status gizi baik sebanyak (87,1%) dan menurut Waelan hasil penelitiannya menunjukkan proporsi responden dengan status gizi baik sebanyak (71,2%)

Jika dilihat berdasarkan metode pengukuran yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan pengukuran LILA (Lingkar Lengan Atas) yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui risiko kekurangan energi protein (KEP) wanita usia subur dan pada remaja pengukuran LILA dimaksudkan untuk mendeteksi kekurangan energi kronis (KEK) yang dapat memiliki risiko mempunyai bayi dengan BBLR, dan

gangguan tumbuh kembang. Namun pengukuran LILA harus benar-benar diperhatikan seperti cara penggunaan, kondisi alat pengukuran harus baik, memperhatikan cara pengukuran yaitu pengukuran LILA dilakukan di bagian tengah Antara bahu dan siku lengan kiri (kecuali orang kidal dilakukan di tangan kanan). Hasil pengukuran juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti pengaruh aktivitas fisik ini juga dijelaskan dalam penelitian terhadap remaja di SMA yang obesitas di Semarang diperoleh kesimpulan terdapat hubungan bermakna secara negatif antara aktivitas fisik dan status gizi (Dwi Retna., *et.al*, 2023) selain itu yang dapat memengaruhi hasil ukur adalah *body image* ini juga dijelaskan oleh Dwi bahwa remaja yang memiliki *body image* yang negatif akan merasa mempunyai berat badan yang tidak ideal sehingga berusaha menurunkan berat badannya sampai berat badan yang ideal menurut mereka (Dwi Retna., *et.al*, 2023). Sehingga dalam mengukur status gizi alat ukur LILA rentan dalam kesalahan pengukuran oleh karena itu, LILA tidak memberikan informasi mendalam tentang distribusi lemak dan otot pada tubuh remaja.

Status gizi dipengaruhi oleh asupan makan yang dikonsumsi, apakah sudah dapat memenuhi kebutuhan gizi harian atau belum, dan jika belum hal ini dapat mengakibatkan terjadinya KEK sejalan dengan penelitian Ertiana dan Wahyuningsih Tahun 2019 yang mengatakan bahwa terjadinya KEK pada remaja dipengaruhi oleh kebiasaan pola makan dan asupan makanan harus bervariasi, seseorang yang mempunyai kebiasaan makan

yang bervariasi bisa mengurangi terjadinya KEK.

Remaja yang KEK bisa disebabkan karena kekurangan asupan zat gizi, baik karena alasan ekonomi maupun psikososial seperti misalnya penampilan. Kondisi remaja KEK dapat meningkatkan risiko seperti gangguan pertumbuhan dan perkembangan, menurunnya performa akademik, gangguan reproduksi, terjadinya berbagai penyakit infeksi dan gangguan hormonal yang berdampak buruk pada kesehatan (Kemenkes, 2023). Banyak faktor yang dapat menyebabkan remaja mengalami KEK seperti gangguan pola makan, ketidakseimbangan energi, faktor psikologis, sosial budaya, lingkungan, faktor pengetahuan dan kesadaran gizi.

Walaupun responden memiliki status gizi baik tetapi ada 9,7% memiliki gizi kurang dan akan memiliki risiko jangka panjang oleh karena itu penting untuk mengenali dan menangani KEK pada remaja dengan efektif. Perlunya kesadaran dari orang tua, pihak sekolah dalam melihat kondisi kesehatan remaja, disarankan untuk berkonsultasi dengan profesional kesehatan, seperti dokter atau ahli gizi, untuk evaluasi dan penanganan yang tepat. Kemudian bagi responden dengan gizi baik perlunya mempertahankan status gizi dengan menjaga kesehatan, pola makan dan membiasakan diri untuk berolahraga.

D. Gambaran Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri SMK Al-Ishlah Tahun 2023

Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan di SMK Al-Ishlah frekuensi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah mayoritas remaja putri (87,1%) cenderung tidak rutin mengonsumsi TTD. Jumlah remaja putri dalam kelompok ini jauh lebih besar dibandingkan dengan kelompok yang rutin mengonsumsi TTD hanya 4 remaja putri (12,9%). Distribusi frekuensi ini memberikan gambaran tentang pola konsumsi TTD pada remaja putri dalam populasi yang diamati. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri cenderung tidak menjaga konsistensi dalam mengonsumsi TTD, sedangkan hanya sebagian kecil dari mereka yang rutin mengonsumsinya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Agustina, 2019) menjelaskan bahwa remaja putri yang sudah mempunyai pengetahuan yang baik memiliki peluang 5.947 agar dapat mengikuti anjuran dalam mengonsumsi Tablet Tambah darah (TTD) dengan baik dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan yang cukup (Agustina, 2019)

Banyak remaja putri yang tidak mematuhi penggunaan Tablet Tambah Darah (TTD) karena terdapat beberapa faktor, seperti rasa malas dan efek samping yang sering dirasakan setelah mengonsumsi tablet tersebut. Alasan lainnya adalah karena rasa tidak enak serta bau amis pada Tablet Tambah Darah (TTD) yang membuat subjek merasa bosan, lupa atau malas untuk

mengonsumsinya. Faktor lain seperti pengetahuan remaja putri tentang manfaat Tablet Tambah Darah (TTD) dalam mengobati anemia juga dapat mempengaruhi kepatuhan mereka dalam menggunakan obat ini.

Aturan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri yaitu Dosis yang diberikan adalah setiap orang mendapat 1 tablet per minggu selama setahun. Dalam pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) harus terus dipantau dan dimonitoring oleh pihak sekolah, puskesmas dan orang tua untuk memastikan remaja benar-benar mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) (Dinkes, 2023). Menurut Kemenkes 2020 dalam mengonsumsi tablet tambah darah ada beberapa tahapan yang harus dilakukan dan dibiasakan yang pertama membiasakan makan makanan gizi seimbang sebelum minum TTD, selalu mengonsumsi buah-buahan sumber vitamin c, jangan minum TTD dengan air, kopi, atau susu karena akan menghambat penyerapan zat besi.

E. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMK Al-Ishlah Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian di SMK Al-Ishlah data menunjukkan bahwa kelompok responden dengan pengetahuan baik sebanyak 20% responden mengalami anemia dan kelompok responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 12,5% mengalami anemia, Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja

putri SMK Al-Ishlah dengan pengetahuan gizi baik cenderung lebih banyak menderita anemia dibandingkan dengan remaja putri SMK Al-Ishlah dengan pengetahuan gizi cukup jika dilihat dari jumlah responden bahwa terdapat 16,1% responden mengalami anemia dan berarti ada 16,1% remaja putri yang berisiko mengalami masalah kesehatan. Hal ini disebabkan karena pengetahuan yang baik belum tentu menjadi faktor terjadinya anemia dijelaskan juga Perilaku kesehatan ditentukan oleh ada atau tidaknya niat terhadap suatu objek, dukungan masyarakat, informasi kebebasan individu untuk bertindak dan keadaan yang memungkinkan orang tersebut untuk bertindak (Notoadmodjo, 2010). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Israwati tahun 2020 yang menjelaskan bahwa jika pengetahuan yang baik tetapi tidak disertai dengan perubahan perilaku sehari-hari maka tidak akan berpengaruh pada keadaan gizi individu tersebut (Israwati, 2020)

Berdasarkan tabel hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK Al-Ishlah, dari hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* diperoleh *p-value* sebesar 0,654. Nilai ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok yang memiliki pengetahuan baik dan cukup dalam hal kejadian anemia. Hal ini berarti bahwa faktor-faktor lain mungkin juga mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri tersebut selain tingkat pengetahuan gizi. kejadian anemia pada remaja putri bisa dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti faktor lingkungan dan

sosial yaitu akses sanitasi dan *hygiene* perorangan yang kurang baik, status ekonomi atau pendapatan orang tua dan tingkat sosial yang masih rendah. Anemia pada remaja putri juga dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan sosial seperti tingkat pendapatan orang tua, akses terhadap makanan bergizi, atau kebiasaan makan yang dipengaruhi oleh budaya atau lingkungan sekitar. Meskipun pengetahuan gizi tidak dapat secara langsung mengontrol kejadian anemia pada remaja putri, pengetahuan tersebut tetap penting untuk memberikan dasar yang kuat dalam memilih makanan yang sehat dan memahami pentingnya nutrisi dalam menjaga kesehatan secara keseluruhan.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nadiawati dan Susanti, 2022) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan Antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean dengan nilai $p=0,779$ ($p>0,5$). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Agustia, 2019) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan Antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia.

Namun hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ahdiah., *et.al*, 2018) hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin dengan nilai ($p=0,037$).

Peneliti berasumsi bahwa tidak adanya hubungan Antara pengetahuan dengan kejadian anemia ini dikarenakan adanya

faktor-faktor lain yang langsung dapat mempengaruhi terjadinya anemia diantaranya pola makan, gaya hidup, pola menstruasi, gangguan penyerapan nutrisi dan kondisi kesehatan seperti Penyakit kronis seperti gagal ginjal atau kanker juga dapat mempengaruhi produksi sel darah merah dan menyebabkan anemia kemudian ditambah sanitasi dan hygiene perorangan yang masih buruk dapat menjadi salah satu hal yang dapat menyebabkan remaja mudah terinfeksi penyakit yang dapat menyebabkan remaja putri anemia. Dalam penelitian yang dilakukan Sari Tahun (2020) menyatakan hasil uji statistik diperoleh $p=$ value 0,000 artinya terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia. Dalam penelitian Tiaki dan Ismarwati Tahun (2017) menunjukkan Terdapat hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai signifikansi sebesar 0,026 ($p<0,05$).

Perlu adanya peningkatan kesadaran untuk merubah sikap remaja putri dalam mencegah anemia yaitu dengan cara meningkatkan peran dukungan dari keluarga dan guru dalam menjaga kesehatan dan mencegah anemia. Mereka dapat memberikan dukungan, motivasi, dan pengawasan yang diperlukan untuk memastikan remaja putri tetap menjalankan pola makan dan gaya hidup yang sehat, .meningkatkan pengetahuan bagi remaja yang masih belum mengetahui dampak anemia, penyebab anemia dan pengertian hemoglobin, perlu adanya edukasi gizi dengan menyediakan informasi yang jelas

dan terperinci tentang anemia, termasuk penyebab, gejala, dan cara mengatasi anemia melalui gizi yang seimbang. Melaksanakan Penyuluhan gizi dapat dilakukan melalui seminar, lokakarya, brosur, atau media sosial yang menjangkau remaja secara luas, mengadakan kampanye kesadaran tentang anemia yang menasar remaja di sekolah, dan komunitas remaja di sekolah kemudian penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberikan dukungan yang berkelanjutan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, tenaga kesehatan, dan masyarakat adalah kunci untuk memberikan informasi yang akurat dan relevan kepada remaja mengenai anemia dan pentingnya gizi yang seimbang.

F. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMK Al-Ishlah Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan di SMK Al-Ishlah data menunjukkan bahwa pada kelompok yang mengalami anemia terdapat 14,3% memiliki status gizi baik dan 33,3% memiliki status gizi kurang. Hal ini menunjukkan bahwa proporsi responden anemia yang memiliki status gizi baik lebih tinggi dibandingkan yang memiliki status gizi kurang. Analisis uji statistik menggunakan uji *Chi Square* diperoleh nilai p -value sebesar 0,422. Nilai ini menunjukkan tidak ada perbedaan status gizi yang signifikan pada kelompok anemia dan tidak anemia. Namun penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang

dilakukan oleh mahasiswa dan dosen kedokteran universitas Muhammadiyah Semarang pada tahun 2013 yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna Antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Muhammadiyah Semarang.

Meskipun demikian, data dari tabel tersebut menunjukkan bahwa status gizi kurang cenderung lebih banyak menderita anemia dibandingkan dengan responden dengan status gizi baik. Hal ini bisa dijelaskan oleh hasil pengukuran dan metode yang digunakan dalam mengukur status gizi pada remaja putri Al-Ishlah kurang akurat dan masih memiliki keterbatasan dalam mengukur status gizi salah satu metode pengukuran yang sering digunakan adalah pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA). Namun, pengukuran LILA memiliki beberapa keterbatasan dan tidak dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai status gizi secara menyeluruh.

Ada beberapa yang menjadi alasan pengukuran LILA memiliki keterbatasan diantara-Nya Hanya mengukur komponen tertentu dari status gizi: LILA merupakan pengukuran yang fokus pada perubahan massa otot dan lemak pada lengan, yang dapat memberikan indikasi tentang status gizi seseorang, Tidak dapat menggambarkan distribusi lemak tubuh secara keseluruhan: LILA hanya mengukur lingkar lengan atas, yang tidak mencerminkan distribusi lemak tubuh secara keseluruhan, Tidak mempertimbangkan faktor-faktor individu pengukuran LILA tidak mempertimbangkan faktor-faktor individu yang dapat

mempengaruhi status gizi, seperti usia, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi kesehatan lainnya. Faktor-faktor ini dapat memiliki pengaruh signifikan pada status gizi dan harus diperhitungkan secara menyeluruh. Interpretasi yang terbatas, pengukuran LILA hanya memberikan angka numerik dan perlu diinterpretasikan dengan hati-hati. Tidak ada standar tunggal yang dapat digunakan untuk mengklasifikasikan status gizi berdasarkan pengukuran LILA, dan hasil pengukuran tersebut harus dikombinasikan dengan informasi lain untuk memberikan gambaran yang lebih lengkap.

Maka dari itu Pengawasan kesehatan secara berkala dengan mendorong remaja putri untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala, termasuk pemeriksaan darah untuk memeriksa kadar hemoglobin hal ini akan membantu mendeteksi dini kemungkinan defisiensi zat besi dan memastikan tindakan pencegahan atau pengobatan, yang tepat bertujuan untuk mempertahankan status gizi yang baik, kemudian sekolah mengadakan program olahraga dan aktivitas fisik yaitu sekolah dapat mendorong partisipasi aktif dalam program olahraga dan aktivitas fisik di sekolah. Kegiatan fisik ini membantu mempromosikan pola hidup sehat dan meningkatkan nafsu makan, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan status gizi, kolaborasi dengan Orang tua yaitu dengan sekolah dapat melibatkan orang tua dalam upaya meningkatkan gizi remaja di sekolah, mengadakan pertemuan orang tua dan menyediakan materi informatif tentang gizi dan kesehatan dapat membantu orang tua

mendukung pilihan makanan yang sehat di rumah.

Sedangkan untuk meningkatkan status gizi bagi responden yang masih memiliki status gizi kurang ada beberapa hal yang dapat dilakukan oleh pihak sekolah ataupun pelayanan kesehatan dalam meningkatkan status gizi remaja putri yaitu mengadakan program makan sayur dan buah setiap hari, edukasi mengenai makanan-makanan yang dapat menghambat penyerapan zat besi kemudian informasi tentang kebutuhan nutrisi, makanan sehat, dan cara mempersiapkan makanan yang bergizi,

G. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMK Al-Ishlah Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan di SMK Al-Ishlah data menunjukkan bahwa pada kelompok responden yang tidak anemia terdapat 4 orang (100%) mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin, dan sebanyak 22 orang (81,5%) responden tidak rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hal ini menunjukkan bahwa proporsi responden yang tidak rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) lebih tinggi dibandingkan yang rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Dalam populasi yang diamati. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri cenderung tidak menjaga konsistensi dalam mengonsumsi TTD, sedangkan hanya sebagian kecil dari mereka yang rutin

mengonsumsinya. Pihak puskesmas sudah mengadakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) satu minggu 1 kali tetapi dalam pemantauan dan monitoring masih kurang dimaksimalkan kemudian karena kurangnya pengawasan dari orang tua, pihak sekolah yang menyebabkan responden tidak mau mengonsumsi TTD. Alasan lain responden tidak rutin mengonsumsi TTD adalah karena sering lupa, sering merasa mual dan rasanya tidak enak. Dari hasil analisis uji statistik *Chi Square* diperoleh *p-value* sebesar 1,000. Nilai ini menunjukkan tidak ada perbedaan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada kelompok anemia dan tidak anemia. Namun penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti dan Tri pada Tahun 2015 berdasarkan penelitiannya tentang hubungan Antara kepatuhan Tablet Tambah Darah (TTD) bahwa ada hubungan yang bermakna dengan *p value* ($p=0,001$).

Penyebab dari remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah yaitu anemia yang kompleks, anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kekurangan zat besi, kekurangan vitamin B12 atau asam folat, gangguan penyerapan nutrisi, penyakit kronis, gangguan genetik, atau perdarahan yang berlebihan. Konsumsi tablet tambah darah hanya akan efektif jika kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia pada remaja putri. Tidak semua remaja putri yang mengalami anemia memiliki kekurangan zat besi sebagai penyebab utama. Oleh karena itu, konsumsi tablet tambah darah mungkin tidak relevan

atau efektif jika anemia disebabkan oleh faktor lain seperti kekurangan vitamin B12 atau gangguan penyerapan nutrisi. Kemudian Efektivitas penyerapan zat besi, meskipun remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah yang mengandung zat besi, efektivitas penyerapan zat besi dapat bervariasi dari individu ke individu.

Dalam penelitian Yuni Handayani dan Ilyas arif menyatakan bahwa bagi seseorang yang memiliki keinginan rutin mengonsumsi tablet Fe harus mendapatkan kontrol diri agar dapat tercapai keinginan tersebut (Yuni dan Ilyas, 2022). Dalam penelitian (Nurdhiani Briawan, dan Dwiriani 2017) kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah paling tinggi pada kelompok responden yang diberi kartu monitoring berbentuk *Leaflet* yang didalam-Nya terdapat tanda tangan guru dan adanya informasi terkait anemia dan TTD. Selain itu pengaruh kepatuhan mengonsumsi TTD ini juga dapat dipengaruhi oleh petugas kesehatan dan adanya dukungan yang diberikan oleh guru serta orang tua hal ini sejalan dengan (Savitri, 2011) bahwa sekolah yang melakukan penjadwalan untuk mengonsumsi TTD secara bersama dapat memudahkan pemantauan perkembangan murid yang mengonsumsi TTD dengan efektif (Yuni dan Ilyas, 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Lestari *et.al* 2015 dalam hasil penelitiannya menjelaskan bahwa dari penelitian ini tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul (Lestari *et.al*, 2015),

Adanya pengaruh bias saat penelitian dalam mengisi kuesioner menjadi salah satu

alasan kenapa penelitian ini tidak berhubungan Salah satu bentuk bias dalam penelitian dapat terjadi melalui Respons Set. Respons Set adalah ketika responden cenderung memilih jawaban yang positif atau setuju pada pernyataan yang dianggap lebih baik atau lebih dapat diterima oleh masyarakat (Murphy & Davishofer, 2001), meskipun kenyataannya tidak sesuai dengan keadaan dirinya. Respons Set ini sering terjadi karena responden tidak benar-benar fokus pada isi pernyataan dan secara acak menjawabnya (Murphy & Davishofer, 2001). Selain itu, Respons Set juga dapat terjadi ketika responden cenderung untuk menyetujui atau menjawab "ya" pada setiap pernyataan yang diajukan, tanpa memperhatikan isi pernyataannya. Responsen yang cenderung melakukan ini disebut sebagai yeasayer (Anastasi & Urbina, 1997).

Peneliti berasumsi terhadap keakuratan dari alat ukur yang digunakan berdasarkan kondisi pada saat pengambilan sampel sempat terjadi *error* pada alat yang digunakan hal ini menjadi salah satu penyebab kenapa tidak ada hubungan, kemudian kemungkinan terjadinya variabilitas antara alat beberapa alat ukur Hb mungkin memiliki variabilitas dalam hasil pengukuran, terutama jika digunakan dalam jangka waktu yang lama atau dalam kondisi lingkungan yang berbeda, serta Kalibrasi dan pemeliharaan juga dapat berpengaruh alat ukur Hb membutuhkan kalibrasi dan pemeliharaan rutin untuk memastikan hasil pengukuran yang akurat. Jika alat tidak

dikalibrasi dengan benar atau jarang diperiksa, akurasinya bisa terpengaruh..

Untuk meningkatkan partisipasi responden agar rutin mengonsumsi tablet tambah darah sebagai pencegahan dini agar tidak terjadi anemia adalah dengan mengupayakan monitoring terhadap remaja dalam meningkatkan kesadaran dengan mengonsumsi tablet tambah darah dibarengi dengan melibatkan peran model teladan seperti guru, orang tua yang dapat menjadi contoh yang baik dalam konsumsi tablet tambah darah. Dengan melibatkan mereka, remaja putri akan terinspirasi untuk mengikuti jejak positif dan menjadi lebih patuh dalam mengonsumsi tablet sehingga membantu remaja putri dalam membentuk kebiasaan rutin mengonsumsi tablet tambah darah. Serta mengajarkan mereka untuk menjadikan konsumsi tablet sebagai bagian dari rutinitas sehari-hari, seperti menghubungkannya dengan waktu makan atau kegiatan tertentu. Dengan begitu remaja akan mulai membiasakan untuk patuh konsumsi tablet tambah darah dengan dibarengi kesadaran dan juga dibantu dengan dukungan dari lingkungan, sosial dan peran sekolah untuk mengoptimalkan peningkatan partisipasi remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dengan

Kejadian Anemia pada Remaja Putri Di SMK Al-Ishlah Singapura Tahun 2023 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat 51,6% remaja putri SMK Al-Ishlah Singapura memiliki tingkat pengetahuan cukup
2. Terdapat 9,7% remaja putri SMK Al-Ishlah Singapura memiliki status gizi kurang
3. Terdapat 87,1% remaja putri SMK Al-Ishlah Singapura tidak rutin dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)
4. Terdapat 16,1% remaja putri SMK Al-Ishlah Singapura mengalami anemia
5. Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK Al-Ishlah Singapura ($p=0,654$)
6. Tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK Al-Ishlah Singapura ($p=0,442$)
7. Tidak ada hubungan antara kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK Al-Ishlah Singapura ($p=1,000$)

Saran

1. Bagi Sekolah SMK Al-Ishlah Singapura Pihak sekolah dan pelayanan kesehatan seperti puskesmas dapat bekerja sama untuk meningkatkan gizi remaja dan pencegahan anemia melalui monitoring kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara berkala. Peran model teladan seperti guru, orang tua, atau tokoh masyarakat setempat dapat menjadikan

inspirasi atau motivasi bagi remaja putri untuk mengikuti jejak positif dan lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah dan hidup sehat, kemudian adanya program-program kesehatan sekolah yang melibatkan remaja putri, seperti pengukuran kadar hemoglobin secara berkala, diskusi kesehatan, dan kampanye kesadaran tentang anemia dapat menjadi salah satu upaya dalam menerapkan sikap dan kesadaran yang lebih baik bagi remaja putri, adanya program olahraga dan aktivitas fisik serta adanya program “*recall daily intake*” (mengingat makanan apa saja yang sudah dikonsumsi) dapat membantu mempromosikan pola hidup sehat dan meningkatkan nafsu makan yang berkontribusi dalam mempertahankan status gizi

2. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya

Adanya pelatihan bagi petugas kesehatan, terutama di puskesmas dan layanan kesehatan primer, untuk memberikan edukasi yang komprehensif tentang anemia dan langkah-langkah pencegahannya, meningkatkan koordinasi dengan pihak sekolah dan pelayanan kesehatan dalam program pemeriksaan kesehatan berkala di sekolah dan fasilitas kesehatan untuk mendeteksi dini kemungkinan anemia pada remaja putri ini sangat efektif dalam melakukan pencegahan anemia pada remaja

3. Bagi STIKes Respati

Dengan melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang terdiri dari 3 poin pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat adapun bentuk kegiatan yang dapat dilakukan yaitu:

- a. Pendidikan, diharapkan masalah anemia pada remaja ini menjadi bahan referensi dalam mata kuliah Gizi Kesehatan Masyarakat, dan mata kuliah Kesehatan Reproduksi
- b. Penelitian, diharapkan dosen dapat melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang menyebabkan anemia remaja dengan menggunakan desain penelitian longitudinal (Pengamatan berulang) Penelitian ini mengumpulkan data dari partisipan yang sama pada beberapa titik waktu untuk melihat perubahan dari waktu ke waktu. atau menggunakan desain penelitian kausalitas karena untuk melihat faktor-faktor penyebab kejadian anemia pada remaja. Penelitian kausalitas sangat relevan dalam mengidentifikasi hubungan sebab-akibat antara faktor-faktor tertentu dan kejadian anemia pada populasi remaja. Untuk variabel bebas peneliti menyarankan untuk menggali lebih dalam faktor-faktor lain seperti Gangguan genetik, infeksi dan penyakit kronis, kekurangan asam folat dan vitamin B12 karena variabel-variabel ini berkontribusi langsung terhadap perubahan dalam produksi sel darah merah atau komponen penting dalam sel darah merah, seperti hemoglobin.
- c. Pengabdian Masyarakat, dengan mengadakan program edukasi dan kampanye kesadaran tentang penyebab anemia, dampak anemia, pentingnya nutrisi yang seimbang, konsumsi zat

besi, asam folat, dan vitamin B12 dalam diet remaja. melalui seminar, lokakarya, kampanye di sekolah, atau acara masyarakat. Institusi juga melibatkan pihak sekolah, puskesmas, dan kelompok masyarakat lainnya dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan efektivitas dan dukungan dalam mencegah anemia pada remaja putri.

4. Bagi Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian mengenai hubungan pengetahuan, status gizi, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia sebaiknya memilih sampel yang representatif dari populasi yang ingin diteliti, dengan memperhatikan kelompok usia, jenis kelamin, latar belakang sosial-ekonomi, dan geografis. Selain itu memastikan instrumen valid dan *reliabel* dan peneliti sebelumnya menyarankan untuk penelitian selanjutnya dapat menggunakan alat ukur Fotometer dalam mengukur Hb. Kemudian untuk peneliti selanjutnya bisa memperhatikan variabel lain yang mempengaruhi anemia seperti faktor genetik, pola makan, status nutrisi, atau adanya penyakit kronis. Dapat pula memilih desain penelitian kuantitatif dengan metode kasus kontrol untuk membandingkan kelompok remaja yang mengalami anemia dengan kelompok yang tidak mengalami anemia

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Kabupaten Pringsewu. (2022). *Anemia Pada Remaja Apa Penyebab dan Cara Mengatasinya*. Dinkes Kabupaten Pringsewu: <https://dinkes.pringsewukab.go.id/detailpost/anemia-pada-remaja-apa-penyebab-dan-cara-mengatasinya#:~:text=Anemia%20adalah%20kondisi%20ketika%20tubuh,dan%20jaringan%20di%20dalam%20tubuh>.
- Dishub Tasik. (2021). Tasikmalaya Luncurkan Tasik Rancage. dapat diakses melalui: <https://tasikmalayakab.go.id/index.php/en/aneka-info/berita-daerah/pemda-kab-tasikmalaya-luncurkan-tasik-rancage>. [28 April 2023]
- Ertiana, D., & Wahyuningsih, P. (2019). *Asupan Makan dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di SMAN 2 Pare Kabupaten Kediri*. Jurnal Gizi KH, Vol.1,No.2.
- Kemenkes. (2020). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri*: Vol. 614.58 Ind P. Kemenkes
- Kemenkes. (2018). *Kenali Masalah Gizi Yang Ancam Remaja Indonesia. Kenali Masalah Gizi Yang Ancam Remaja Indonesia*, pp. 1-2.
- Kemenkes. (2021). *Remaja Sehat Komponen Utama SDM Indonesia*. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/article/view/21012600002/remaja-sehat>

- komponen-utama-pembangunan-sdm-indonesia.html
- Kemendes Direktorat Promkes. (2022). 7 Dampak Anemia Pada Remaja. Jakarta, Jakarta, Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/7-dampak-anemia-pada-remaja>
- Kemendagri kesehatan Indonesia . (2018). *Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia subur (WUS)*. Jakarta: Kemendes RI.
- Kemendagri Kesehatan Indonesia. (2018) *Pemantauan status Gizi (PSG)*. Jakarta: Kemendes RI
- Kemendes. (2020). *Pedoman Pembagian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri*. Jakarta: Kemendagri RI
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada remaja Putri. *Jurnal Medika hutama*, 1293-1296. <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/266/181>
- Lestari. (2022). TTD Penting Untuk Cegah Stunting. Dapat diakses melalui: https://diskes.jabarprov.go.id/informasipublik/detail_berita/WTJhajR5SG1xdEVOQUFWOEgrYjVHdz09. [27 April 2023]
- Martini. (2015, juni). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Man 1 Metro. *JunKes Metro Sai Wawai, VIII*, 2-6. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/162/154>
- Nurlaela, I. L. (2022). Status Gizi Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia Literature review. *Jurnal Farmasetis*, 216-220. <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/far/article/view/502/440>
- Rumiati, E. Y. (2019). Hubungan Status Gizi Remaja Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 02 Rambah hilir Kabupaten Rokan Hulu. *Journal Martenity and Neonatal*, 16-20. https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=jurnal+hubungan+antara+pengetahuan+dan+status+gizi+dengan+kejadian+anemia+pada+remaja+putri&btnG=#d=gs_qabs&t=1678274893033&u=%23p%3Do2vr-9CTOOgJ
- Soekardy. (2023). Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Tablet FE Dan Status Gizi Dalam Penanganan Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Nania Kota Ambon Tahun 2022. *Dohara Publisher Open acces journal*, 761-767. <https://dohara.or.id/index.php/isjnm/article/view/336/210>
- Waelan, E. d. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 8 Kendari Tahun 2020. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Indonesia*, 115-119. <https://ojs.uho.ac.id/index.php/gikes/article/view/23398>
- Daris, T.W., dkk. (2013). *Hubungan Antara Status Gizi dengan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah Menengah*

Pertama Muhammadiyah 3 Semarang.

Jurnal Kedokteran Muhammadiyah ,

Vol.1, No. 2.

Handayani, Y., & Budiman, I. A. (2022).

Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia.

Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan, 9(2), 121-130.

Savitri, M. K., Tupitu, N. D., Iswah, S. A., &

Safitri, A. (2021). Hubungan

Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah

Darah dengan Kejadian Anemia pada

Remaja Putri: A Systematic Review.

Jurnal Kesehatan Tambusai, 2(2), 43-

49.