

Tingkat Pengetahuan, Sikap, Pola Konsumsi Makanan Mengandung Zat Besi dan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja

Bertalina^{1*}, Elsa Diwala¹

¹Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Bandar Lampung, Indonesia

*email: bertalina@poltekkes-tjk.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

Sejarah Artikel

Dikirim: 20 Maret 2025

Revisi: 21 April 2025

Diterima: 19 Mei 2025

Keywords:

Anemia
Knowledge
Attitude
Iron tablet

Kata Kunci:

Anemia
Pengetahuan
Sikap
Tablet tambah darah

ABSTRACT

Anemia is one of the nutritional problems that occurs in adolescents. In 2018, anemia in Lampung Province was 11.67%, while the prevalence of anemia in Bandar Lampung City was 23.37% (Lampung Provincial Health Office, 2018).

The purpose of this study was to determine the level of knowledge, attitudes, consumption patterns of foods containing iron and compliance with the consumption of iron tablets in adolescent girls. The sample in this study was 38 adolescent girls, data collection for this study used a questionnaire on knowledge, attitudes, compliance with the consumption of iron tablets and FFQ. The location of the study was carried out at SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung.

The results showed that the majority of adolescent girls had good knowledge of anemia (55.3%), positive attitudes regarding anemia treatment (52.6%), and poor consumption patterns of foods containing iron (57.9%). In addition, it is known that only 2.6% of adolescent girls consume Iron Tablets (TTD).

The government already has a program to provide iron tablets, so schools are expected to provide health media about the benefits and invitations to consume iron tablets (TTD) in the school environment. Schools can also organize joint iron tablets once a week and provide independent iron tablets. Local health centers are expected to provide motivation and education about anemia and the benefits of iron tablets to increase the effectiveness of iron tablet consumption.

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang terjadi pada remaja. Pada tahun 2018, anemia di Provinsi Lampung adalah sebesar 11,67%, sedangkan prevalensi anemia di kota Bandar Lampung sebesar 23,37% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2018).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan, sikap, pola konsumsi makanan yang mengandung zat besi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri sebanyak 38 responden, pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner pengetahuan, sikap, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan FFQ. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan anemia yang baik (55,3%), sikap positif terkait penanganan anemia (52,6%), dan pola konsumsi makanan mengandung zat besi yang kurang baik (57,9%). Selain itu diketahui bahwa hanya 2,6% remaja putri yang mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

Program pemberian tablet tambah darah sudah ada dari pemerintah, sehingga diharapkan kepada pihak sekolah agar menyediakan media kesehatan seputar manfaat dan ajakan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di lingkungan sekolah, sekolah juga dapat menyelenggarakan minum TTD bersama setiap 1x dalam seminggu serta menyediakan TTD mandiri, dan diharapkan kepada puskesmas setempat agar dapat memberi motivasi dan edukasi seputar anemia dan manfaat TTD untuk meningkatkan efektivitas konsumsi TTD.

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization (WHO)*, angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri (WHO, 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi anemia di Indonesia yaitu 26,6% anak usia 5 – 14 tahun menderita anemia dan 32% pada usia 15 – 24 (Riskesdas, 2018). Pada tahun 2018, anemia di Provinsi Lampung adalah sebesar 11,67%, sedangkan prevalensi anemia di kota Bandar Lampung sebesar 23,37% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2018). Anemia gizi besi merupakan salah satu masalah kekurangan gizi yang jika tidak segera diatasi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik, kecerdasan, menurunkan produktifitas kerja dan daya tahan tubuh bahkan dapat berakibat meningkatnya angka kesakitan dan kematian (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan keterangan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), pada masa pubertas remaja putri (rematri) sangat beresiko mengalami anemia gizi besi. Hal ini disebabkan banyaknya zat besi yang hilang selama menstruasi. Dimana kadar normal hemoglobin pada wanita adalah 12 – 16 g/dl. Selain itu diperburuk oleh kurangnya asupan zat besi, serta zat besi pada rematri sangat dibutuhkan tubuh untuk percepatan pertumbuhan dan perkembangan (Kemenkes RI, 2018). Menurut Nasruddin, Syamsu & Permatasari (2021) anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, konsumsi makanan sangat berkaitan erat dengan status gizi salah satunya anemia. Hasil penelitian yang dilakukan Yusmaharani, Ratih, & Nurmaliza (2023) terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan jenis makanan yang dikonsumsi remaja putri.

Penelitian yang dilakukan oleh Laksmi, Yanie (2018) di Kabupaten Tanggamus dari 145 responden menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang mengenai anemia sebesar (53,1%), sedangkan remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup mengenai anemia sebesar (46,9%). Penelitian ini sejalan dengan Rahayu & Susan (2020) yang menjelaskan bahwa pengetahuan menjadi salah satu dari faktor yang mempengaruhi anemia. Demikian juga hasil penelitian Safitri dan Sri Maharani (2019), menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 13 Kota Jambi. Sehingga dapat dikatakan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang gizi kurang baik akan mengalami anemia, dibandingkan mereka yang memiliki pengetahuan tentang gizi baik. Oleh sebab itu, salah satu cara pencegahan anemia sangat diperlukan upaya peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia (Putri, 2018).

Menurut Putra, Supandi & Wijaningsih (2019) terdapat hubungan antara sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil dari penelitian Kasumawati, Holidah, & Jasman (2020) sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia di SMA Muhammadiyah 04 Kota Depok dari 81 responden yang diteliti yaitu sebanyak 24 (29,6%) responden yang memiliki sikap baik, 26 (32,1%) responden yang memiliki sikap cukup dan 31 (38,3%) responden mempunyai sikap yang kurang. Hasil penelitian ini selaras dengan Musniati & Fitria (2022) yang menunjukkan sebagian besar dari remaja putri memiliki sikap tidak baik terhadap anemia (57,1%).

Masalah anemia pada remaja putri telah menarik perhatian pemerintah untuk segera menanggulangi permasalahan anemia dan salah satu upaya penanggulangan adalah dengan cara puskesmas memberikan tablet tambah darah (TTD) yang terdiri dari 4 tablet yang dikonsumsi selama 1 bulan, 1 tablet perminggu. Rekomendasi WHO pada World Health Assembly (WHA) ke-65 yang menyepakati rencana aksi dan target global untuk gizi ibu, bayi dan anak, dengan komitmen mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada WUS pada tahun 2025. Menindak lanjuti rekomendasi tersebut maka pemerintah Indonesia melakukan intensifikasi pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS) dengan memprioritaskan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) melalui institusi sekolah (Yanti & Anwar, 2022). Berdasarkan data dari Riskesdas 2018, menunjukkan bahwa remaja putri yang mendapatkan tablet zat besi di Indonesia adalah 76,2% dan di Provinsi Lampung 69,8%.

Menurut Riskesdas (2018) hanya 1,4% remaja putri yang mengkonsumsi tablet zat besi ≥ 52 butir, sedangkan sisanya 98,6% nya < 52 butir. Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan oleh Yanti & Anwar (2022) di Simpang Jaya Kabupaten Nagan Raya, bahwa dari 31 remaja putri terdapat 29% mengalami anemia atau hampir mendekati prevalensi anemia di

wilayah Nagan Raya yaitu 27,6%. Jumlah TTD yang dikonsumsi dalam 1 bulan terakhir 4 tablet (3,2%), 2 tablet (3,2%), 2 tablet (6,5%), 1 tablet (32,3%) dan sisanya tidak mengkonsumsi.

Penelitian yang dilakukan oleh Mangalik, Wijayanti & Tampubolon (2023) di SMKN 1 Salatiga menunjukkan bahwa dari 80 responden sebanyak 65% tidak patuh mengkonsumsi TTD sedangkan responden yang patuh hanya 10%. SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung merupakan salah satu sekolah yang berada di Bandar Lampung.

METODOLOGI

Rancangan dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif, yang bertujuan untuk melihat gambaran pengetahuan, sikap, pola konsumsi makanan tinggi zat besi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII dan VIII di SMP IT Fitrah Insani yang berjumlah 61 orang dengan sampel yang harus diambil yakni 38 orang remaja putri. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode simple random sampling yaitu cara pengambilan sampel dari anggota populasi dengan acak tanpa memperhatikan strata (tingkatan) dalam anggota populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Hal ini dilakukan apabila anggota populasi dianggap homogen (sejenis). Cara pengambilan sampel dengan cara diundi. Alat yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan gizi dan sikap, pola makan dengan form FFQ dan formulir konsumsi konsumsi tablet tambah darah. Analisis yang dilakukan adalah secara diskriptif.

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi Pada Variabel Pengetahuan Tentang Anemia

Variabel	Kategori	f	%
Pengetahuan	Baik	21	55,3
	Cukup	16	42,1
	Kurang	1	2,6
	Jumlah	38	100,0
Sikap	Positif	20	52,6
	Negatif	18	47,4
	Jumlah	38	100,0
Pola konsumsi Makanan Mengandung Zat besi	Jarang	22	57,9
	Sering	16	42,1
	Jumlah	38	100,0
Konsumsi Tablet Fe	Tdk konsumsi	27	71,1
	1 tablet/bln	8	21,1
	2 tablet/bln	1	2,6
	3 tablet/bln	1	2,6
	>= 4 tablet/bln	1	2,6
	Jumlah	38	100,0

Tabel diatas menunjukkan, responden dengan pengetahuan baik 55,3%, responden dengan pengetahuan cukup 42,1% dan responden dengan pengetahuan kurang 2,6%. Untuk sikap remaja putri terhadap anemia dapat dilihat bahwa sikap remaja putri dengan kategori positif 1 (52,6%) dan sifat dalam kategori negatif (47,4%). Dari tabel diatas juga terlihat bahwa pola konsumsi makanan mengandung zat besi pada remaja putri dengan kategori jarang (57,9%) lebih banyak dibandingkan kategori sering (42,1%).

Gambaran distribusi konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri, sebanyak 27 (71,1%) remaja putri yang tidak mengkonsumsi TTD, dan 21,1% remaja putri mengkonsumsi 1 tablet/bulan, 2,6% remaja putri mengkonsumsi 2 tablet/bulan, 2,6% remaja putri mengkonsumsi 3 tablet/bulan dan 2,6% remaja putri mengkonsumsi ≥ 4 tablet/bulan.

PEMBAHASAN

Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yakni, indera pengelihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2011).

Berdasarkan hasil yang telah dianalisis mengenai pengetahuan responden di SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung, didapatkan hasil bahwa pengetahuan remaja putri dengan kategori baik lebih banyak (55,3%) dibandingkan dengan kategori cukup (42,1%) dan kurang (2,6%). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Riana (2018), di SMAN 1 Kota Gianyar Bali menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai anemia remaja putri sebanyak 56,3% memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Subratha, H. F. A (2020) mengenai tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Marga pada kategori baik yaitu sebanyak 88,3%, pengetahuan cukup yaitu sebanyak 11,7%. Dari data di atas terdapat kesamaan yaitu, responden sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia. Dilihat dari jawaban benar responden, remaja putri sudah mengetahui bahwa, anemia merupakan suatu keadaan dengan kadar hemoglobin yang lebih rendah dari nilai normal, remaja putri juga sudah mengetahui tanda-tanda dan gejala anemia, remaja putri mengetahui jika anemia pada remaja putri dapat berpengaruh pada penurunan kemampuan berkonsentrasi dan remaja putri juga sudah mengetahui jika dianjurkan bagi remaja putri untuk mengkonsumsi

Tablet Tambah Darah (TTD) 1x dalam seminggu. Namun, masih terdapat beberapa pertanyaan yang belum diketahui oleh remaja putri seperti kelopak mata, bibir, lidah, kulit, kuku dan telapak tangan nampak pucat merupakan salah satu tanda-tanda dari anemia.

Singkong dan roti merupakan makanan sumber zat besi yang berasal dari sumber nabati, sumber zat besi pada pangan nabati lebih cepat diserap oleh tubuh dari pada sumber pangan hewani, sering makan makanan yang berminyak seperti gorengan dapat menyebabkan anemia. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri sudah cukup baik. Namun, remaja putri tetap perlu menerima informasi, materi, maupun penyuluhan yang berkaitan dengan anemia. Sehingga disarankan kepada pihak sekolah dan puskesmas setempat agar dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai tanda dan gejala anemia, serta sumber bahan makanan yang mengandung zat besi.

Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan seseorang untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu, dan sikap dapat menunjukkan perasaan. Sikap positif menunjukkan perasaan setuju, sikap negatif menunjukkan perasaan tidak setuju. Perilaku/tindakan seseorang tidak akan bertahan lama jika tidak didasari oleh pengetahuan, karena perilaku terjadi jika terdapat paksaan untuk melakukan sesuatu (Nurmala et al., 2018).

Berdasarkan hasil data yang telah dianalisis mengenai sikap responden, didapatkan bahwa sikap remaja putri yang positif lebih banyak (52,6%) dibandingkan dengan yang negatif (47,4%). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sikap remaja putri mengenai anemia cenderung lebih positif. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani (2020), di SMPN 1 Geresik Kabupaten Cirebon, menunjukkan bahwa dari 69 responden sebanyak 81,2% memiliki sifat yang positif. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rizkina (2022), yang menunjukkan bahwa dari 40 sampel, remaja putri yang memiliki sikap positif sebesar 75%. Dari hasil tersebut memiliki kesamaan yaitu mengenai responden yang memiliki sikap positif lebih banyak dibandingkan yang negatif.

Dilihat dari hasil jawaban positif responden, bahwa sikap remaja putri sudah memiliki sikap positif mengenai pentingnya setiap kali makan harus terdapat sayur sayuran, pentingnya menjaga kebersihan diri agar terhindar dari kecacingan, remaja putri juga menunjukkan sikap kurang setuju jika Tablet Tambah Darah (TTD) diminum bersamaan dengan teh/kopi sehingga

menimbulkan sikap positif, dan pentingnya memeriksakan diri serta mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) jika sudah menemukan gejala anemia. Namun, masih terdapat remaja putri yang kurang bersikap positif jika tetap meminum TTD walaupun menyebabkan tinja berwarna hitam, penyebab anemia pada remaja putri karena diet yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi tubuh mengonsumsi makanan yang berlemak dan manis dapat menyebabkan anemia pada remaja putri, dan remaja putri tidak perlu mengonsumsi vitamin C dari buah-buahan seperti jeruk, jambu biji dan pepaya untuk membantu penyerapan zat besi dalam tubuh.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa remaja putri yang bersikap positif lebih banyak dari pada yang bersikap negatif. Namun diharapkan kepada pihak sekolah dan puskesmas setempat agar dapat memberikan informasi yang tepat mengenai anemia agar dapat meningkatkan kesadaran remaja putri untuk dapat berperilaku lebih positif terutama mengenai pola makan yang berhubungan dengan anemia yang dapat dilakukan melalui penyuluhan, webinar, media sosial dan lainnya.

Konsumsi sumber zat besi merupakan salah satu yang besar pengaruhnya pada kejadian anemia remaja putri. Zat besi merupakan salah satu mineral penting di dalam tubuh untuk pembentukan Hemoglobin (Hb). Zat besi baik berupa zat besi heme dan non heme akan lebih baik jika dikonsumsi bersamaan dengan vitamin C (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil pengumpulan data pada remaja putri di SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung, dapat disimpulkan belum baik karena terdapat 57,9% remaja putri yang jarang mengonsumsi makanan mengandung zat besi dan terdapat 42,1% remaja putri yang sering mengonsumsi makanan mengandung zat besi. Hasil penelitian Junengsih (2017) menyatakan bahwa remaja putri yang mengalami kejadian anemia terbesar pada kategori asupan zat besi yang kurang (83,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur, Ardiansyah & Jasmawati (2024) yang menunjukkan terdapat kolerasi asupan zat besi terhadap kadar hemoglobin pada responden dimana didapatkan hasil dari 109 responden dengan kategori asupan zat besi yang kurang lebih tinggi (71,6%) dari pada kategori asupan zat besi yang cukup (28,4%).

Menurut Alamsir (2010) upaya meningkatkan hemoglobin dalam tubuh dapat dilakukan dengan meningkatkan makanan bergizi yang mengandung zat besi dari makanan hewani. Substitusi bahan makanan yang tinggi zat besi juga merupakan upaya untuk pencegahan anemia. Substitusi merupakan penambahan zat gizi tertentu ke dalam produk pangan yang asli (Kurniati, 2017). Berdasarkan beberapa teori dan hasil penelitian terkait, diharapkan pihak sekolah berkerjasama dengan puskesmas setempat agar dapat memberikan informasi mengenai makanan-makanan apa saja yang mengandung zat besi baik dari sumber hewani maupun sumber nabati.

Pada remaja putri dan WUS salah satu program yang dilakukan pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan gizi besi adalah pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi didalam tubuh. Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan suplemen gizi yang mengandung 60 mg besi elemental besi dan 400 mcg asam folat. Pada masa pubertas remaja putri sangat beresiko mengalami anemia gizi besi. Hal ini disebabkan banyaknya zat besi yang hilang selama menstruasi yang terjadi setiap bulan (Kemenkes, 2018).

Hasil dari Data SKI (2023) berdasarkan proporsi jumlah butir TTD memadai (52 butir atau lebih dalam 1 tahun terakhir) yang diperoleh remaja putri umur 10 - 19 tahun, secara nasional paling banyak diperoleh dari fasilitas kesehatan (7,9%), kemudian dari sekolah (6,1%) dan inisiatif sendiri (4,9). Diantara jumlah butir yang diperoleh tersebut, proporsi jumlah TTD yang diminum ≥ 52 butir dalam 1 tahun adalah 4,2% (yang diperoleh fasilitas Kesehatan), 3,6% (yang diperoleh dari sekolah) dan 4,3% (yang diperoleh dari inisiatif sendiri).

Hasil SKI (2023) Provinsi Lampung mendapatkan perolehan TTD dari fasilitas kesehatan (20,1%), Sekolah (85,1%), dan inisiatif sendiri (2,0%). Hasil yang dianalisis mengenai konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi TTD lebih sedikit dibandingkan dengan yang tidak mengonsumsi. Hal ini dapat dilihat dengan distribusi konsumsi TTD pada remaja putri 71,1% yang tidak mengonsumsi TTD. Setelah observasi kembali didapatkan penyebab remaja putri tidak rutin meminum TTD dikarenakan dari pihak puskesmas setempat tidak lagi menyalurkan TTD kepada remaja putri sejak bulan Oktober 2023 kemarin. Hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung belum baik jika dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lisna & Naningsih (2018) yakni dari 42 responden 69,5% menyatakan mengkonsumsi TTD sedangkan 30,9% tidak mengkonsumsi TTD. Namun hasil penelitian Runiari & Hartati (2020), diketahui bahwa lebih banyak responden yang tidak mengkonsumsi tablet TD yaitu sebanyak 58,4% (87 orang) dari 149 sampel.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian terkait, diharapkan pihak sekolah dan puskesmas dapat berkerjasama melakukan penyuluhan mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD 1x seminggu serta dapat membuat poster ajakan untuk mengkonsumsi TTD dan banner yang dapat diletakan di tempat yang terlihat oleh remaja putri agar dapat merubah cara pandang remaja mengenai bahaya anemia dan membuat program pemberian tablet tambah darah mandiri dan meminum TTD secara bersama-sama.

KESIMPULAN

Pengetahuan remaja putri tentang anemia masih kurang, begitu juga dengan sikap remaja putri terhadap anemia sebagian besar negatif. Sebagian besar remaja putri masih jarang mengkonsumsi makanan mengandung zat besi. Hampir keseluruhan remaja putri tidak mengkonsumsi tablet tambah darah.

Pihak Sekolah diharapkan dapat menyediakan media kesehatan seputar manfaat dan ajakan konsumsi TTD di lingkungan sekolah, menyelenggarakan minum TTD bersama setiap 1x dalam seminggu. Menyediakan TTD mandiri dan mendistribusikan kepada siswinya dan diharapkan dapat menjalin kerjasama kembali dengan puskesmas mengenai pemberian edukasi dan pembagian TTD secara teratur

PERNYATAAN PENULIS

Kontribusi dan tanggung jawab penulis

Kontribusi Penulis:

Penulis pertama: Penulisan -Draf Asli, Visualisasi, Akuisisi Pendanaan, Konseptualisasi;
otentikasi kedua: menulis – draf asli (mendukung), Permintaan pendanaan;

Pendanaan*

Penelitian ini dilakukan tanpa pendanaan eksternal.

Ketersediaan data dan materi

Semua data tersedia dari penulis

Pernyataan konflik kepentingan

Para penulis menyatakan tidak memiliki kepentingan yang bersaing

Informasi tambahan*

Tidak ada informasi tambahan.

UCAPAN TERIMAKASIH*

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dewi Purwaningsih, SST, M.kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang dan kepada Bapak Arie Nugroho, S,Gz, M.Gizi selaku Ketua jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang

REFERENSI

Anugrahadi, S. (2019). Mengenal remaja generasi z (Dalam rangka memperingati hari remaja internasional). *Perwakilan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Provinsi NTB (9 Oktober 2019)*. <https://ntb.bkkbn.go.id>.

- Arikunto, S. (2015). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Kasumawati, F., Holidah, H., & Jasman, N. A. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri serta paparan media informasi terhadap perilaku pencegahan anemia di SMA Muhammadiyah 04 Kota Depok. *Edu Dharma Journal: Jurnal penelitian dan pengabdian masyarakat*, 4(1), 1-9.
- Kemendes, RI. (2022, November 16). Remaja Bebas Anemia. *Konsentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi>
- Laksmi, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 104-107
- Lisna, P., & Naningsih, H. (2018). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah (FE) Pada Remaja Putri Madrasah Aliyah Swasta Al-Irsyad Wilaya Kerja Puskesmas Lallongga Sumetto Kabupaten Konawe Tahun 2018* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari).
- Mangalik, G., Wijayanti, D. B. S., & Tampubolon, R. (2023). Evaluasi Konsumsi Makan dan Kepatuhan Konsumsi TTD terhadap Tingkat Kecukupan Zat Besi pada Remaja Putri di SMKN 1 Salatiga. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8(2), 171-181.
- Musniati, N., & Fitria, F. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Puteri. *Journal of Health Research Science*, 2(02), 76-83.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2011). *1 Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Nurmala I, Rahman F, Nugroho A, Erlyani N, Laily N, Anhar VY. 2018. Promosi Kesehatan. Surabaya: Airlangga University Press.
- Nur, A., Ardiansyah, R., & Jasmawati, J. (2024). Korelasi Pola Asupan Protein Dan Zat Besi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Prodi Kedokteran Universitas Khairun. *Lumbun Farmasi: Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 5(1), 109-113.
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 49- 61.
- Putra, R. W. H., Supandi, J & Wijaningsih, W. (2019). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 75 78.
- Rahayu, R., & Susan, Y. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Faktor Lain Dengan Anemia Pada Siswi SMP. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(2), 278-285.
- Riana, N. W. (2018). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dan Tablet Tambah Darah (TTD) Dengan Kepatuhan Mengonsumsi TTD Di SMAN 1 Gianyar Tahun 2018* (Doctoral dissertation, Jurusan Kebidanan 2018).
- Safitri, S., & Maharani, S. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi Terhadap Kejadian anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 261-266.
- Subratha, H. F. A. (2020). Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia ditaban. *Jurnal Medika Usada*, 3(2), 48-53.
- Sugiyono, (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sulistiyorini, E., & Maesaroh, S. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Zat Besi Di RW 12 Genengan Mojosongo Jebres Surakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(2), 110-121.
- Yusmaharani, Y., Ratih, R. H., & Nurmaliza, N. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Jenis Makanan Yang Dikonsumsi Untuk Mencegah Aemia Pada Remaja Putri Di. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 7(1), 1-8