

Faktor Determinan Niat Siswi Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah di SMP Negeri 14 Bandar Lampung

Dewi Sri Sumardillah^{1*}, Bertalina Bertalina², Nawasari Indah Putri³

^{1,2,3}Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Bandar Lampung, Indonesia

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

INFORMASI ARTIKEL

Sejarah Artikel

Dikirim: 1 April 2026

Revisi: 15 April 2026

Diterima: 30 April
2026

Keywords:

Consumption
Intention
Female Students
Junior High School
Iron Tabelts

Kata Kunci:

Konsumsi
Niat
Siswi
SMP
TTD

ABSTRACT

Iron deficiency anemia remains a common nutritional problem among adolescent girls due to inadequate iron intake and monthly blood loss during menstruation. To prevent anemia, the Indonesian government has implemented a weekly iron supplementation program (Tabelt Tambah Darah/TTD) for female students since 2014. However, compliance remains low, mainly because students have low intention to consume the tabelts, reducing program effectiveness. Intention is influenced by attitude, subjective norms, and perceived behavioral control. This study aimed to examine the relationship between attitude, subjective norms, and behavioral control with intention to consume iron tabelts among adolescent girls. A cross-sectional study was conducted at SMP Negeri 14 Bandar Lampung involving 224 female students from grades VII, VIII, and IX selected through stratified random sampling. Intention to consume iron tabelts was the dependent variabel, while attitude, subjective norms, and behavioral control were independent variabels. Data were analyzed using the chi-square test. Results showed that 51.3% of students had a strong intention to consume iron tabelts. Attitude ($p = 0.000$; OR = 3.1) and subjective norms ($p = 0.015$; OR = 2.2) were significantly associated with intention. However, behavioral control was not significantly related ($p = 0.077$). Schools should ensure adequate tabelt availability and strengthen supervision during collective iron tabelt consumption activities.

ABSTRAK

Anemia defisiensi besi masih menjadi masalah gizi pada remaja putri akibat rendahnya asupan zat besi dari makanan serta kehilangan darah saat menstruasi. Pemerintah Indonesia telah menjalankan program Tabelt Tambah Darah (TTD) mingguan bagi siswi sejak 2014, namun kepatuhan masih rendah karena niat konsumsi yang lemah sehingga efektivitas program belum optimal. Niat minum TTD dipengaruhi oleh sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku dengan niat minum TTD pada remaja putri. Penelitian menggunakan desain cross sectional di SMP Negeri 14 Bandar Lampung dengan sampel 224 siswi kelas VII, VIII, dan IX yang dipilih menggunakan stratified random sampling. Variabel dependen adalah niat minum TTD, sedangkan variabel independen meliputi sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan 51,3% siswi memiliki niat kuat untuk minum TTD. Terdapat hubungan bermakna antara sikap ($p = 0,000$; OR = 3,1) dan norma subjektif ($p = 0,015$; OR = 2,2) dengan niat minum TTD. Namun, kontrol perilaku tidak berhubungan bermakna dengan niat ($p = 0,077$). Sekolah disarankan menyediakan TTD dalam jumlah cukup serta meningkatkan pengawasan oleh guru dan petugas UKS saat kegiatan minum TTD bersama.



Karya ini dilisensikan di bawah Lisensi Internasional Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah gizi kurang yang banyak dialami oleh remaja putri dan ibu hamil yang ditandai dengan gejala mudah merasa lelah, kulit terlihat pucat, sering pusing, mengalami jaundice (kulit dan mata menjadi kuning), jantung berdetak lebih cepat, dan sesak nafas (Kemenkes RI, 2018). Remaja putri menjadi kelompok usia yang rentan menderita anemia

karena kebutuhan tubuhnya akan zat besi sering tidak terpenuhi. Diketahui bahwa berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (Kemenkes RI, 2019) maka remaja putri perhari membutuhkan zat besi sebesar 15 mg/dL. Kebutuhan tersebut digunakan untuk pertumbuhan tubuhnya, selain itu remaja putri juga mengalami menstruasi.

Di Indonesia, anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Dari laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 dapat diketahui bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia mencapai 23,92%. Hasil penelitian lokal yang pernah dilakukan juga menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di beberapa daerah ternyata cukup tinggi. Hasil studi meta analisis data dari artikel tahun 2017 s/d 2022 yang dilakukan oleh Demasa, dkk (2022) mencatat bahwa rata-rata 41% remaja putri menderita anemia. Kemudian hasil penelitian Ari Prasetyowati (2024) pada 794 orang siswi kelas VII dan kelas X se kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang menemukan sebesar 58,1% ternyata menderita anemia. Pada penelitian Maharani (2024) prevalensi anemia remaja putri kelas VII dan VIII di SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung ditemukan sebesar 42,1%. Sedangkan hasil penelitian Nova Oktavia dkk (2024) pada siswi kelas X dan XI SMA PUI Ciwedus di Desa Timbang Kecamatan Ciganda mekar Kabupaten Kuningan mencatat bahwa 37,5% siswi menderita anemia. Di Provinsi Lampung sendiri, dari hasil Riskesdas 2018 dapat diketahui bahwa prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 24,8% (Nasional 23,9%), sedangkan di Kota Bandar Lampung prevalensi anemia pada remaja putri diketahui sebesar 23,37%.

Dalam jangka pendek dan jangka panjang, anemia dapat memberikan dampak yang tidak ringan. Dalam jangka pendek, remaja putri yang menderita anemia sering pusing, sakit kepala, pucat, dan sesak nafas. Kemudian lebih rentan terhadap infeksi karena sistem kekebalan tubuhnya menurun. Kebugaran dan produktifitasnya juga menurun karena mudah merasa lesu, lemah, dan tidak bugar. Selain itu konsentrasi menurun dan kesulitan belajar. Dalam jangka panjang, remaja putri yang menderita anemia dapat mengalami gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental. Jika anemia berlanjut ke masa dewasa dan kehamilan maka dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan yang serius, melahirkan dengan bayi yang prematur dan berat badan lahir rendah (BBLR), risiko kematian saat melahirkan, dan risiko bayinya stunting (Kemenkes RI, 2018).

Ada banyak faktor yang dapat menyebabkan remaja putri menderita anemia. Kehilangan darah bulanan selama menstruasi diketahui bisa menjadi faktor utama remaja putri mengalami kehilangan zat besi. Hasil penelitian Hafiz (2020), Shania Qotima (2022), Jingga Nurami (2023), dan Dini Setiarsih (2024) membuktikan bahwa ada keterkaitan antara lamanya menstruasi dengan rendahnya kadar hemoglobin dalam tubuh remaja putri. Jika cadangan zat besi tidak tercukupi, hal ini dapat menyebabkan anemia, terutama jika perdarahan menstruasi lama atau berlebihan. Pada masa remaja, tubuh juga sedang mengalami pertumbuhan yang sangat cepat, sehingga meningkatkan kebutuhan zat besi untuk memproduksi sel darah merah. Jika kebutuhan ini tidak terpenuhi, anemia dapat terjadi. Kehilangan darah bulanan dan meningkatnya kebutuhan zat besi karena pertumbuhan seringkali diperparah dengan asupan nutrisi sehari-hari yang tidak cukup, terutama zat besi, vitamin B12, dan asam folat (Kemenkes RI, 2018). Hasil penelitian Amalia dkk (2022) pada 155 orang siswi SMAN 6 Tambun Selatan menunjukkan bahwa 65,8% siswi ternyata kurang mengkonsumsi zat besi. Sedangkan hasil penelitian Septiara (2023) pada 48 orang siswi SMPN 18 Kabupaten Merangin menunjukkan bahwa 72,9% siswi ternyata mengkonsumsi zat besi lebih rendah dibandingkan kebutuhannya. Selain faktor utama yang telah disebutkan di atas, ada beberapa faktor lain yang menjadi pendukung risiko anemia pada remaja putri, antara lain : pola diet yang tidak seimbang, adanya kebiasaan minum teh dan kopi yang bersifat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh, adanya penyakit penyerta yang meningkatkan risiko anemia, dan rendahnya kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah secara teratur dan benar untuk mengganti zat besi yang hilang saat menstruasi.

Rendahnya konsumsi zat besi pada remaja putri yang bersumber dari makanan sehari-hari sudah menjadi perhatian pemerintah. Terkait dengan hal tersebut maka sejak tahun 2014 pemerintah mencanangkan program suplementasi zat besi berupa pemberian tablet tambah darah sebagai salah satu strategi pencegahan anemia pada remaja putri. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Pemberian TTD dilakukan pada remaja putri mulai dari usia 12-18 tahun melalui UKBM di posyandu remaja dan UKS di institusi Pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat).

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa meskipun program TTD ini sudah berjalan lebih dari satu dasawarsa, ternyata prevalensi anemia pada remaja putri belum menunjukkan penurunan yang signifikan. Salah satu penyebabnya adalah jumlah remaja putri yang mengkonsumsi TTD sesuai dosis ternyata masih rendah, hal ini berkaitan dengan tingkat kepatuhan yang dimiliki remaja putri untuk mengkonsumsi TTD. Kepatuhan remaja putri mengonsumsi TTD merupakan salah satu indikator keberhasilan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri. Remaja putri dikatakan patuh jika mengkonsumsi TTD sesuai dengan pedoman Kementerian Kesehatan tahun 2018, yaitu dengan frekuensi satu tablet setiap minggu sepanjang tahun.

Hasil penelitian Fenti Yulianti (2023) pada 68 orang siswi kelas X di Kota Bandung mencatat bahwa 83,35% siswi tidak patuh mengkonsumsi TTD. Kemudian hasil penelitian Yusriani Nasir dkk (2023) pada 108 orang siswi SMPN 1 Turikale ternyata 63,0% tidak patuh mengkonsumsi TTD. Demikian pula dengan hasil penelitian Aliya Hanna dkk (2024) di SMKN 4 Tangerang Selatan yang mencatat sebesar 95,8% siswi ternyata tidak patuh mengkonsumsi TTD. Sedangkan hasil penelitian Annisa Putri Utami dan Agus Sudaryanto (2024) pada 100 siswi SMAN I Sragen menunjukkan bahwa hanya 10% siswi yang patuh mengkonsumsi TTD. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 mencatat bahwa cakupan penerimaan TTD pada remaja putri mencapai 76,2%, tetapi dari cakupan penerimaan TTD tersebut ternyata hanya 1,4% remaja putri yang mengkonsumsi TTD sebanyak ≥ 52 tablet per tahun, sementara 98,6% lainnya mengonsumsi kurang dari 52 tablet. Kondisi ini mencerminkan rendahnya tingkat kepatuhan di kalangan remaja putri untuk mengkonsumsi TTD sebagai langkah pencegahan anemia. Ketidak patuhan dalam meminum suplemen zat besi tentu akan menghambat kebermanfaatan TTD dan tidak berdampak pada penurunan anemia pada remaja.

Ketidak patuhan remaja putri mengkonsumsi TTD dapat disebabkan banyak hal, perasaan bosan atau malas, rasa yang tidak enak dari TTD dan bau amis dirasakan setelah minum TTD, dan efek samping yang dirasakan setelah mengonsumsi TTD, seperti mual dan muntah, nyeri atau perih di ulu hati dan tinja berwarna hitam.

Kepatuhan untuk mengkonsumsi TTD secara teratur merupakan suatu bentuk perilaku kesehatan sehingga dapat dianalisis dengan teori perilaku. Teori perubahan perilaku kesehatan adalah berbagai kerangka kerja yang digunakan untuk memahami mengapa individu berperilaku sehat atau tidak, serta bagaimana memengaruhi dan mengubah perilaku tersebut. Ada beberapa teori perubahan perilaku yang dikenal, antara lain Model Keyakinan Kesehatan (*Health Belief Model*) yang berfokus pada persepsi individu tentang risiko, kemudian Teori Perilaku Terencana (*Theory of Planned Behavior*) yang menekankan pada niat, sikap, norma, dan kontrol perilaku, serta Teori Model Tahapan Perubahan (*Transtheoretical Model*) yang melihat perubahan sebagai proses bertahap. Teori-teori lain seperti Teori Kognisi Sosial (*Social Cognitive Theory*) juga menekankan peran interaksi antara individu dan lingkungan, termasuk efikasi diri (*self-efficacy*).

Pada Teori Perubahan Perilaku Terencana (*Theory of Planned Behavior*) yang dikembangkan oleh Ajzen (Diana Febriyanti, 2019) dijelaskan bahwa perilaku individu pada dasarnya dilandasi oleh 3 keyakinan, yaitu keyakinan perilaku (*behavior belief*), keyakinan normatif (*norma belief*), dan keyakinan kontrol (*control belief*). Keyakinan perilaku adalah keyakinan tentang hasil perilaku dan evaluasi terhadap hasil perilaku. Keyakinan ini dapat berupa sikap yang positif (*favorable*) atau negatif (*unfavorable*) terhadap perilaku tertentu. Keyakinan normatif adalah keyakinan tentang harapan normatif dari orang lain dan motivasi untuk menuruti harapan tersebut. Keyakinan ini mengakibatkan terbentuknya persepsi akan tekanan sosial untuk melakukan tindakan dan motivasi untuk menuruti dari terdapat harapan tersebut atau norma subjektif (*subjective norms*) terhadap perilaku tertentu. Keyakinan kontrol adalah keyakinan tentang keberadaan faktor-faktor yang akan memfasilitasi atau menghambat perilaku.

SMP Negeri 14 Bandar Lampung ialah salah satu sekolah negeri yang berada di pinggir sebelah barat Kota Bandar Lampung. Berdasarkan catatan dalam Buku Profil SMP Negeri 14 Bandar Lampung dapat diketahui bahwa untuk tahun ajaran 2025/2026 siswa yang tercatat berjumlah 1.046 siswa terdiri dari 364 siswa kelas VII, 341 siswi kelas VIII, dan 341 siswa kelas IX. Kemudian berdasarkan informasi dari petugas UKS SMP Negeri 14 Bandar Lampung, di sekolah tersebut belum pernah dilakukan penelitian tentang kepatuhan minum TTD pada siswi di sekolah tersebut.

Berangkat dari permasalahan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri masih tinggi, kemudian cakupan remaja putri yang mengkonsumsi TTD masih sangat rendah, dan kepatuhan remaja putri mengkonsumsi TTD sebagai sebuah perilaku, maka menarik untuk diteliti faktor determinan apa saja yang mempengaruhi niat remaja putri untuk mengkonsumsi TTD didasarkan dengan teori perubahan perilaku terencana. Dengan demikian, tujuan penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara keyakinan perilaku (sikap), keyakinan norma (dukungan orang tua dan guru), dan keyakinan kontrol (sumber daya yang tersedia) dengan niat mengkonsumsi TTD pada remaja putri di SMP Negeri 14 Bandar Lampung.

METODOLOGI

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sebagai subjek penelitian adalah siswi kelas VII, VIII, dan IX SMP Negeri 14 Bandar Lampung tahun ajaran 2025/2026. Penelitian dilakukan pada bulan November 2025. Jumlah sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan batas toleransi kesalahan (*error tolerance*) sebesar 5% sehingga diperoleh sampel sebanyak 224 orang. Pengambilan sampel dilakukan secara *stratified random sampling*. Sebagai variabel dependen adalah Niat siswi untuk mengkonsumsi TTD, sedangkan sebagai variabel independen adalah sikap siswi yaitu penilaian terhadap perilaku konsumsi TTD, norma subjektif yang ditunjukkan dengan persepsi siswi tentang harapan orang-orang yang berpengaruh terhadap dirinya untuk mengkonsumsi TTD, dan kontrol perilaku yang ditunjukkan dengan persepsi siswi akan adanya kemudahan atau kesulitan jika ia mengkonsumsi TTD. Selain variabel teruji, dilakukan pula pengukuran faktor pengetahuan siswi untuk mendapatkan gambaran latar belakang sikapnya. Untuk mengukur variabel dependen dan independen digunakan instrumen yang dikembangkan oleh Diana Febriyanti (2019) karena instrumen tersebut sudah lulus uji validitas dan realibilitas. Pengumpulan data dilakukan dengan cara penimbangan BB dan pengukuran TB, angket, dan dokumentasi. Untuk gambaran tentang pelaksanaan program pencegahan dan penanggulangan anemia di sekolah diperoleh melalui wawancara dengan guru penanggung jawab UKS. Sedangkan analisa data berupa presentase distribusi variabel penelitian dan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan antara sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku dengan niat siswi mengkonsumsi TTD karena masing-masing variabel ditentukan secara katagorik.

HASIL

Pelaksanaan program pencegahan dan penanggulangan anemia di SMP negeri 14 Bandar Lampung

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) SMP Negeri 14 Bandar Lampung merupakan binaan Puskesmas Beringin Raya. Salah satu kegiatan UKS di sekolah tersebut adalah pendistribusian tabelt tambah darah yang ditujukan untuk mencegah dan menanggulangi anemia pada siswi. Pendistribusian Tabelt Tambah Darah (TTD) oleh puskesmas ke sekolah dilakukan secara periodik setiap tribulan yang jumlahnya tidak selalu sesuai dengan kebutuhan di sekolah karena permintaan dari pihak sekolah sering terlambat. Sebelum mendistribusikan TTD ke sekolah, puskesmas selalu melakukan sosialisasi kepada sekolah. Selain kegiatan pemberian TTD, puskesmas juga melaksanakan kegiatan *screening* anemia dan aksi bergizi (senam bersama, penyuluhan gizi seimbang, dan edukasi tentang anemia).

Setelah sekolah menerima TTD dari puskesmas, guru pembina UKS menyusun jadwal pendistribusian TTD ke siswa. Pendistribusian TTD kepada siswi dilakukan saat jam pelajaran Penjaskes tetapi dalam operasionalnya TTD tidak terdistribusi setiap minggu kepada siswi. Pengawasan oleh guru juga masih kurang ketika siswi harus minum TTD. Dalam hal pencatatan dan pelaporan kegiatan minum TTD, pihak sekolah hanya mencatat jumlah TTD yang terdistribusi kepada siswa tetapi tidak ada catatan jumlah siswi yang benar-benar minum TTD.

Tingkat Pengetahuan Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	100	44,7
Cukup	112	50,1
Kurang	12	5,2

Pengetahuan siswi diukur melalui pemahamannya tentang anemia dan tabelt tambah darah. Hasil pengukuran pengetahuan dikategorikan menjadi Baik jika siswi mampu menjawab dengan benar lebih 80% dari pertanyaan yang diberikan, kemudian katagori cukup jika mampu menjawab dengan benar 60-80% pertanyaan, dan katagori Kurang jika mampu menjawab dengan benar kurang dari 60% pertanyaan yang diberikan. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa 100 (44,7%) orang siswi memiliki tingkat pengetahuan baik, 112 (50,1%) orang memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan hanya 12 (5,2%) orang yang memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Status gizi responden

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan status gizi (IMT/U)

Status Gizi	n	%
Kurus	47	20,9
Normal	152	67,9
Gemuk	25	11,2
Obesitas	0	0

Sebagian besar siswi (67,9%) yang diukur ternyata status gizinya tergolong normal. Hanya 47 orang (20,9%) yang tergolong kurus dan 25 orang (11,2%) yang tergolong gemuk.

Niat remaja putri mengonsumsi TTD

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan niat mengonsumsi TTD

Niat Mengonsumsi TTD	n	%
Kuat	115	51,3
Lemah	109	48,7

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa siswi yang memiliki niat kuat untuk mengonsumsi TTD secara teratur berjumlah 115 orang (51,3%), sedangkan 109 orang lainnya (48,7%) memiliki niat yang lemah untuk mengonsumsi TTD secara teratur.

Sikap responden untuk mengonsumsi tabelt tambah darah (TTD)

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan sikap untuk mengonsumsi TTD

Sikap untuk Mengonsumsi TTD	n	%
Positif	143	63,9
Negatif	81	36,1

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden (63,9%) memiliki sikap positif terhadap perilaku konsumsi TTD. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Indriasari et al., (2022) di Makassar yang menunjukkan bahwa sikap positif remaja putri adalah 67,3%.

Norma subjektif (dukungan orang tua dan guru)

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan norma subjektif (dukungan orang tua dan guru) untuk mengkonsumsi TTD

Norma Subjektif	n	%
Tinggi	136	60,7
Rendah	88	39,3

Dari tabel diatas dapat dilihat sebagian besar (60,7%) siswi memiliki norma subjektif yang tinggi, artinya siswi memiliki persepsi bahwa orang tua dan guru mendukung dirinya untuk mengkonsumsi TTD. Hasil penelitian ini hampir sama dengan hasil penelitian Hayuti Winda dkk (2023) pada 75 orang siswi SMAN 4 Tana Toraja yang menemukan sekitar 65,3% siswi mengaku bahwa orang tua dan guru mendukung siswi untuk mengkonsumsi TTD.

Kontrol perilaku siswi (kemudahan dan hambatan untuk konsumsi TTD)

Tabel 6. Distribusi responden berdasarkan kontrol perilaku (kemudahan dan hambatan untuk konsumsi TTD)

Kontrol Perilaku	n	%
Kuat	141	62,9
Lemah	83	37,1

Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa siswa yang memiliki kontrol perilaku yang kuat berjumlah 53 orang (72,6%). Hasil ini masih lebih tinggi jika dibandingkan dengan hasil penelitian Diana Febriyanti (2019) yang menemukan 52,7% siswi SMP di wilayah Puskesmas Sumbersari memiliki kontrol perilaku yang kuat untuk mengkonsumsi TTD.

Hubungan antara sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku siswi dengan niat mengkonsumsi TTD

Tabel 7. Hubungan antara sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku siswi dengan niat mengkonsumsi TTD

Variabel	Niat Konsumsi TTD				Jumlah		p	OR
	Kuat		Lemah		n	%		
Sikap siswa	n	%	N	%	n	%		
Positif	101	70,6	42	29,4	143	63,8	0,000	3,1
Negatif	14	17,3	67	82,7	81	36,2		
Norma Subjektif	n	%	N	%	n	%		
Tinggi	93	68,4	43	31,6	136	60,7	0,015	2,2
Rendah	22	25,0	66	75,0	88	39,3		
Kontrol Perilaku	n	%	N	%	n	%		
Kuat	76	53,9	65	46,1	141	62,9	0,077	-
Lemah	39	46,9	44	53,1	83	37,1		

Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa secara statistik ada hubungan yang bermakna antara sikap siswi dengan niatnya untuk mengkonsumsi TTD ($p = 0,000$; $OR = 3,1$). Jadi pada siswi dengan sikap positif memiliki risiko 3,1 kali lebih besar untuk berniat mengkonsumsi TTD jika dibandingkan dengan siswi dengan sikap negatif. Kemudian diketahui pula bahwa ada hubungan yang bermakna antara norma subjektif siswi dengan niatnya untuk mengkonsumsi TTD ($p = 0,015$; $OR = 2,2$). Siswi yang memiliki norma subjektif tinggi memiliki risiko 2,2 kali lebih besar untuk berniat mengkonsumsi TTD jika dibandingkan dengan siswi dengan norma subjektif yang rendah. Berbeda dengan sikap dan norma subjektif, ternyata tidak ada hubungan yang bermakna antara kontrol perilaku siswi dengan niatnya untuk mengkonsumsi TTD ($p = 0,077$)

PEMBAHASAN

Niat mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswi yang memiliki niat kuat untuk mengkonsumsi TTD dan siswi yang memiliki niat lemah ternyata jumlahnya tidak jauh berbeda. Tercatat bahwa 51,3% siswi memiliki niat kuat dan 48,7% siswi lainnya memiliki niat yang lemah. Hasil penelitian ini tidak berbeda jauh dengan hasil penelitian Diana Febriyanti (2019) pada 317 orang siswi dari 17 SMP yang ada di wilayah kerja Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember yang menemukan 57,0% siswi ternyata memiliki niat positif untuk mengkonsumsi TTD secara teratur. Demikian pula dengan hasil penelitian Nabila Aulia Ainaya dkk (2022) pada 72 orang remaja putri dari desa Sirnagalih Kabupaten Bogor yang menemukan 58,3% siswi memiliki niat yang kuat untuk mengkonsumsi TTD.

Dalam konteks perilaku kesehatan, niat (intensi) adalah prediktor tunggal terbaik apakah seseorang akan melakukan suatu perilaku atau tidak. Para ahli mendefinisikannya sebagai kemungkinan subyektif bahwa individu akan terlibat dalam perilaku tertentu. Jika seseorang berniat untuk melakukan perilaku, mereka cenderung akan melakukannya; sebaliknya, jika tidak ada niat, perilaku tersebut cenderung tidak akan terjadi. Dalam teori perilaku terencana disebutkan bahwa niat dipengaruhi oleh tiga faktor utama, Pertama, sikap terhadap perilaku yaitu keyakinan individu tentang hasil dari perilaku tersebut dan evaluasi mereka terhadap hasil tersebut; Kedua, norma subyektif, yaitu persepsi individu tentang tekanan sosial untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku tersebut, dan Ketiga, persepsi kontrol perilaku, yaitu keyakinan individu tentang kemudahan atau kesulitan melakukan perilaku tersebut (apakah mereka merasa memiliki kendali atas perilaku tersebut. (Icek Ajzen dalam Diana Febriyanti Quraini. 2019)

Hubungan sikap siswi dengan niat mengkonsumsi TTD

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 143 orang siswi yang memiliki sikap positif ternyata sebesar 70,6% diantaranya memiliki niat untuk mengkonsumsi TTD. Kemudian hasil uji chi-square menunjukkan bahwa secara statistik ada hubungan yang bermakna antara sikap siswi dengan niatnya untuk mengkonsumsi TTD ($p = 0,000$; $OR = 3,1$). Jadi pada siswi dengan sikap positif diketahui memiliki risiko 3,1 kali lebih besar untuk berniat minum TTD jika dibandingkan dengan siswi dengan sikap negatif. Hasil penelitian ini tidak berbeda jauh dengan hasil penelitian Diana Febriyanti (2019) yang menemukan adanya hubungan yang bermakna antara sikap dengan niat siswi minum TTD ($p = 0,000$; $OR = 3,5$).

Hasil yang berbeda ditunjukkan dari penelitian Sekar Sriwayu dkk (2025) pada 101 orang siswi kelas VII SMP Negeri 8 Banjarmasin yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan kepatuhan siswi untuk minum TTD ($p = 0,092$). Terjadinya perbedaan ini kemungkinan bisa disebabkan karena variabel dependen yang diukur berbeda. Pada penelitian ini variabel yang diukur adalah niat siswi untuk minum TTD, sedangkan penelitian Sekar mengukur kepatuhan siswi untuk minum TTD. Perbedaan utama antara niat dan kepatuhan minum Tablet Tambah Darah (TTD) terletak pada ranah konseptual dan implementasi perilaku.

Niat adalah keinginan atau motivasi internal seseorang untuk melakukan suatu tindakan, dalam hal ini, minum TTD sesuai anjuran. Niat bersifat sebagai prediktor awal perilaku, tetapi belum tentu terwujud dalam tindakan nyata. Sedangkan kepatuhan adalah tindakan aktual mengikuti anjuran tenaga kesehatan secara konsisten mengenai jenis obat, dosis, waktu, dan frekuensi minum TTD yang telah disepakati. Kepatuhan adalah hasil perilaku yang teramati. Seseorang mungkin memiliki niat yang kuat untuk minum TTD karena memahami manfaatnya (efikasi diri yang baik), namun pada kenyataannya mungkin tidak patuh. Beberapa faktor yang bisa menyebabkan kesenjangan antara niat mengkonsumsi TTD dengan kepatuhan/perilaku mengkonsumsi TTD antara lain : faktor psikologis (lupa, merasa sehat), faktor kesehatan/medis (ada efek samping, rasa yang kurang enak), dan faktor sosial lingkungan (dukungan orang tua atau guru, ketersediaan TTD). Jadi niat adalah kehendak untuk minum TTD, sedangkan kepatuhan adalah tindakan nyata dan konsisten dalam melakukannya. Niat adalah prasyarat penting, tetapi faktor penghalang (baik internal maupun eksternal) dapat mencegah niat tersebut menjadi kepatuhan yang efektif. Untuk meningkatkan kepatuhan, penting untuk tidak hanya membangun niat, tetapi juga mengatasi hambatan praktis dan efek samping yang mungkin timbul.

Sikap responden yang positif terhadap perilaku konsumsi TTD ditunjukkan dengan adanya pemahaman tentang manfaat TTD untuk meningkatkan kesehatan dan konsentrasi saat belajar.

Sedangkan sikap negatif terhadap perilaku konsumsi TTD ditunjukkan dengan rasa takut akan efek samping minum TTD, dan merasa sehat sehingga tidak perlu minum TTD. Sikap siswi yang positif terhadap perilaku mengkonsumsi TTD sangat mungkin bisa tumbuh karena mereka memiliki pengetahuan dan persepsi manfaat (*outcome evaluation*) bahwa dengan mengkonsumsi TTD maka dapat mencegah terjadinya anemia. Hasil penelitian Fenti Yulianti dkk (2023) menyatakan bahwa *outcome evaluation* merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kepatuhan remaja putri untuk mengkonsumsi TTD ($p=0,01$).

Hubungan norma subjektif siswi dengan niat mengkonsumsi TTD

Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa secara statistik ada hubungan yang bermakna antara norma subjektif siswi dengan niatnya untuk mengkonsumsi TTD ($p = 0,015$; OR = 2,2). Siswi yang memiliki norma subjektif tinggi memiliki risiko sebesar 2,2 kali lebih besar untuk berniat mengkonsumsi TTD jika dibandingkan dengan siswi dengan norma subjektif yang rendah. Hasil penelitian ini tidak berbeda jauh dengan hasil penelitian Nurhayati dkk (2023) pada 176 siswi SMPN 1 Lubuk Besar yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan guru dengan kepatuhan siswi untuk minum TTD ($p = 0,018$). Demikian juga hasil penelitian Tia Anggraini dkk (2024) pada 364 siswi SMP dan SMA di Kabupaten Way Kanan menunjukkan bahwa Dukungan orang tua ($p = 0,025$; OR = 2.331), Peran guru sekolah ($p = 0,010$; OR = 2.394), dan Peran petugas kesehatan ($p = 0,008$; OR = 2.535), ternyata berhubungan secara bermakna dengan kepatuhan siswi minum TTD.

Norma subjektif adalah persepsi seseorang terhadap tekanan sosial dari orang-orang penting dalam hidupnya (seperti orang tua, guru, atau teman) yang memengaruhi keputusan mereka untuk melakukan atau tidak melakukan suatu tindakan. Jadi dalam norma subjektif perilaku siswi akan dikaitkan dengan peran orang tua di rumah dan peran guru di sekolah yang bisa mempengaruhi perilakunya untuk minum TTD.

Dalam hal membentuk perilaku anak, baik di rumah maupun di sekolah maka peran orang tua dan guru menjadi sangat penting. Di rumah, orang tua dapat berperan untuk mengawasi dan mengingatkan anak tentang jadwal minum TTD. Selain itu orang tua juga dapat membantu anak sehingga anak merasa lebih didukung untuk mengonsumsi TTD. Orang tua juga perlu meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan TTD karena peningkatan pengetahuan dan sikap orang tua akan berkorelasi dengan peningkatan kepatuhan anaknya. Guru juga berperan dalam memberikan pemahaman tentang anemia dan pentingnya TTD. Guru dapat mengawasi siswi untuk memastikan mereka minum TTD di sekolah yang sering kali dilaksanakan secara bersama-sama. Dukungan dari guru dapat memotivasi siswi untuk mengonsumsi TTD, terutama jika siswi merasa malu atau ragu saat di rumah.

Dukungan guru yang mengacu pada bantuan berupa empati, penghargaan, perhatian, kepedulian, pengarahan, bimbingan dan pengajaran secara langsung akan dirasakan oleh siswa sehingga membuat siswa merasa dihargai, dipedulikan, diperhatikan dan dibimbing. Guru menjadi sumber dukungan yang potensial bagi siswa karena mereka menghabiskan sebagian waktu mereka di sekolah. Bentuk dukungan guru dapat berupa informasi, nasihat, pengalaman, perilaku model serta fasilitator pembelajaran di kelas (Weinzeil, dalam Oki, 2019).

Hubungan kontrol perilaku siswi dengan niat mengkonsumsi TTD

Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa secara statistik tidak ada hubungan yang bermakna antara kontrol perilaku dengan niat siswi untuk mengkonsumsi TTD ($p = 0,077$). Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Diana Febriyanti (2019) yang menemukan adanya hubungan yang bermakna antara kontrol perilaku dengan kepatuhan siswi minum TTD ($p = 0,000$; OR = 3,906). Adanya perbedaan hasil ini kemungkinan bisa terjadi karena perbedaan pada kemudahan siswi untuk mendapatkan TTD di sekolah. Diketahui bahwa pendistribusian TTD oleh Puskesmas Beringin Raya ke SMP Negeri 14 tidak sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan sebagai akibat sekolah sering terlambat melakukan permintaan TTD ke puskesmas.

Kontrol perilaku yang kuat bisa muncul jika cukup tersedia sumber daya yang memungkinkan diperolehnya kemudahan akses untuk mendapatkan TTD (Farida Wahyuningtyas, dkk. 2020; Diana Alfiani dan Annisa S, 2020; Fitri Damayanti, dkk. 2025). Selain itu, dukungan dari orang tua dan guru yang selalu mengingatkan anak akan memudahkan mereka selalu ingat untuk minum TTD (Erlina TRU, dkk. 2020). Kontrol perilaku yang kuat juga bisa muncul jika anak

memiliki kedisiplinan untuk minum TTD. Sedangkan kontrol perilaku yang lemah bisa terjadi karena adanya rasa khawatir dan pengalaman efek samping TTD yang dirasakan. Orang tua dan guru yang tidak pernah mengingatkan anak acap kali membuat mereka lupa untuk minum TTD. Rasa atau aroma TTD yang tidak enak juga bisa membuat anak enggan minum TTD. Selain itu, anak yang merasa sehat atau tidak sakit akan mengakibatkan mereka tidak memiliki motivasi untuk minum TTD.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa 115 (51,3%) dari siswi SMP Negeri 14 Bandar Lampung yang diteliti ternyata memiliki niat untuk mengonsumsi TTD secara teratur. Siswi yang memiliki sikap positif untuk mengonsumsi TTD berjumlah 143 orang (63,8%), yang memiliki norma subjektif tinggi berjumlah 136 orang (60,7%), dan yang memiliki kontrol perilaku kuat berjumlah 141 orang (62,9%). Dari hasil uji *chi-square* dapat diketahui bahwa ada hubungan yang bermakna antara sikap siswi dengan niatnya untuk mengonsumsi TTD ($p = 0,000$; $OR = 3,1$), kemudian ada hubungan yang bermakna antara norma subjektif dengan niatnya mengonsumsi TTD ($p = 0,015$; $OR = 2,2$). Selanjutnya tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara kontrol perilaku siswi dengan niat mengonsumsi TTD ($p = 0,077$).

Untuk meningkatkan niat siswi SMP Negeri 14 Bandar Lampung mengonsumsi TTD maka pihak sekolah (guru dan petugas UKS) harus dapat memberikan kemudahan bagi siswi mendapatkan TTD dengan cara mendistribusikan TTD dalam jumlah yang cukup karena selama ini TTD yang dikirimkan Puskesmas tidak mencukupi sebagai akibat permintaan sekolah ke puskesmas yang sering terlambat. Selain itu, pengawasan dan pemantauan yang lebih ketat perlu dilakukan saat siswi mengonsumsi TTD di sekolah. Untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang anemia, dampak, dan pencegahannya maka KIE perlu ditingkatkan melalui kerjasama pihak sekolah dan puskesmas Beringin Raya

PERNYATAAN PENULIS

Kontribusi dan tanggung jawab penulis

Dewi Sri Sumardillah: Konseptualisasi, Metodologi, Investigasi, Penulisan Draf Asli; **Bertalina:** Analisis Formal, Kurasi Data. Penulisan Draf Asli, Visualisasi; **Nawasari Indah Putri:** Pengawasan, Validasi, Penulisan, Review dan Editing

Pendanaan*

Penelitian ini tidak menerima bantuan dana atau hibah spesifik dari lembaga donor, instansi pemerintah, maupun sektor komersial manapun. Seluruh pembiayaan dalam penelitian ini dilakukan secara mandiri oleh para penulis (*self-funded*).

Ketersediaan data dan materi

Seluruh data mentah dan materi yang digunakan dalam penelitian ini tersedia dan dapat diperoleh dari penulis korespondensi (*Corresponding Author*) atas permintaan yang wajar.

Pernyataan konflik kepentingan

Para penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan, baik secara finansial maupun personal, yang dapat memengaruhi objektivitas penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH*

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Amalia Khoirunnisa Putriwati , Desiani Rizki Purwaningtyas, Iswahyudi Iswahyudi. 2022. Hubungan asupan gizi dan konsumsi pangan inhibitor zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 6 Tambun Selatan. *Ilmu Gizi Indonesia*, Vol. 07, No. 02, Februari 2024 : 137-148
- Aliya Hanna Fahira , Emah Rohemah , Tantri Wenny Sitanggang. 2024. Gambaran Kepatuhan Konsumsi Tabelt Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMKN 4 Tangerang Selatan. *JRIKES : Jurnal Riset Ilmu Kesehatan*, Vol 1/No.1/Agustus/2025. Hal. 32-37
- Arie Prasetyowati. 2024. Prevalensi Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang Tahun 2024. *Journal Syntax Idea* Vol. 6, No. 08, Agustus 2024.hal: 3746 -3752
- Damayanti D, Pritasari, Tri N. 2017. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Demsa Simbolon, Hera Anggraini, Ayu Pravita Sari. 2022. Kepatuhan Konsumsi Tabelt Fe dan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Indonesia: Meta-Analisis. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*, Vol 7 No 2(2023): 85-98
- Diana Febriyanti Quraini. 2019. Sikap, Norma Subjektif, dan Kontrol Perilaku Dengan Niat Patuh Konsumsi Tabelt tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja. Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember Tahun 2019.
- Fenti Yulianti, Dhimas Herdhianta, Suryo Ediyono. 2023. Faktor-faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tabelt Tambah Darah Di Kota Bandung. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* Vol. 19 No. 4, Desember 2023. Hal :283-287
- Hayuti Windha Pagiu, Lucia Yogyana Suramas, Sriwahyuni. 2023. Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Guru Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tabelt Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri Di SMAN 4 Tana Toraja. *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan* Vol. 2 No. 1 Januari 2024. Hal: 223-236
- Indriasari, R. 2022. Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Terkait Pencegahan Anemia Pada Remaja Berlatarbelakang Sosial-ekonomi Menengah ke Bawah di Makassar. *Amerta Nutrition*, 6(3), 256-261
- Kemendes RI. 2018. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). In Kemendes RI.
- Kemendes RI, 2018. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.. In Lembaga Penerbit Balitbangkes. hal 519-523.
- Kemendes RI, 2023. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK).
- Maharani, N. F. 2024. Gambaran Status Anemia Dan Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas 7 Dan 8 Di SMP IT Fitrah Insani Bandar Lampung. Naskah Publikasi Jurusan Gizi Politeknik Kemendes Tanjungkarang
- Nova Oktavia, Haty Latifah Priatni, Rina Nurhayatina, Nourma Nurjanah. 2024. Studi Prevalensi Dan Faktor Risiko Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Cigandamekar Kabupaten Kuningan. *Jurnal Sains Kesehatan* Vol. 31 No. 2 Agustus 2024. Hal : 93-102
- Nurhayati. 2023. Hubungan Dukungan Sekolah Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Pada Siswi SMP N 1 Lubuk Besar Tahun 2023. Naskah Publikasi. Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta
- Oki, D.S. 2019. Hubungan Antara Dukungan Sosial Guru dengan Student Engagement pada Siswa MAN Banjarnegara. Skripsi. Semarang : Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang
- Sekar Sriwahyu Wulan Astuti , Erni Yuliasuti , Tri Tunggal , Efi Kristiana. 2025. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Minum Tabelt Tambah Darah di SMPN 8 Banjarmasin. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa* Volume 1, No. 8, Tahun 2025. Hal. 1215-1235
- Septiara Kharisma Putri, Andicha Gustra Jeki, Tina Yuli Fatmawati. 2023. Status Gizi, Tingkat Konsumsi Zat Gizi Besi (Fe) dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, Vol. 2 No. 1 (2024): 9-15

- Tia Anggraeni, Bambang Setiaji, Sugeng Eko Irianto, Endang Budiati. 2024. Analisis Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*. 14(1), hal 19-28
- World Health Statistics. 2021. Monitoring Health For The SDGs (Sustainable Development Goals). In *World Health Statistics*.
- Yusriani Nasir, ST. Masithah, Kurnia Yusuf, Icha Dian Nurcahyani, Syafruddin. 2023. Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Turikale. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan* Volume 8 No 1 (2024): 93-100