

Hubungan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo

Regita Antuke¹, Rahmawati A. Sau², Seftianisa Amay³, Ade Chairina⁴, Gladis A. Ismail⁵

^{1,2,3,4} Program Studi S1 Ilmu Gizi, STIKES Bakti Nusantara Gorontalo

⁵ Program Studi DIII Rekam Medis dan Informasi Kesehatan

e-mail: regitaantuke@gmail.com

Abstrak

Anemia masih menjadi masalah kesehatan pada remaja putri karena kebutuhan zat besi meningkat selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Program Tablet Tambah Darah (TTD) telah dilaksanakan di sekolah, tetapi perilaku konsumsi sesuai anjuran tetap perlu diperhatikan. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan perilaku konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif observasional dengan desain cross sectional. Penelitian dilaksanakan pada Mei–Juli 2026 di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VII sebanyak 172 orang dan seluruhnya menjadi responden melalui teknik total sampling. Data perilaku konsumsi TTD dikumpulkan menggunakan kuesioner, sedangkan kadar hemoglobin diperiksa secara langsung menggunakan alat Easy Touch. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov, sedangkan hubungan antara perilaku konsumsi TTD dan kadar hemoglobin dianalisis menggunakan Fisher's Exact Test karena terdapat sel dengan expected count kurang dari lima. Hasil menunjukkan 164 responden (95,3%) termasuk kategori patuh dan 8 responden (4,7%) tidak patuh. Sebanyak 164 responden (95,3%) memiliki kadar hemoglobin normal dan 8 responden (4,7%) mengalami anemia. Seluruh responden yang patuh memiliki kadar hemoglobin normal, sedangkan seluruh responden yang tidak patuh mengalami anemia. Fisher's Exact Test menunjukkan $p < 0,001$. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo. Peningkatan edukasi dan pemantauan konsumsi TTD tetap diperlukan.

Kata Kunci: Tablet Tambah Darah; Perilaku Konsumsi; Hemoglobin; Anemia; Remaja Putri

Abstract

Anemia remains an important health problem among adolescent girls because iron requirements increase during growth and menstruation. An iron supplementation program has been implemented in schools, but regular consumption according to the recommended schedule still needs attention. This study aimed to analyze the relationship between iron supplementation tablet consumption behavior and hemoglobin levels among seventh-grade female students at State Junior High School 8 Kota Gorontalo. A quantitative observational study with a cross-sectional design was conducted from May to July 2026. The population consisted of all 172 seventh-grade female students, and all students were included using total sampling. Data on iron supplementation tablet consumption behavior were collected using a questionnaire, while hemoglobin levels were measured directly using an Easy Touch device. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses. The Kolmogorov-Smirnov test was used to assess normality, while Fisher's Exact Test was used to examine the relationship because a contingency-table cell had an expected count below five. The

results showed that 164 respondents (95.3%) were categorized as adherent and 8 respondents (4.7%) as non-adherent. A total of 164 respondents (95.3%) had normal hemoglobin levels, while 8 respondents (4.7%) were anemic. All adherent respondents had normal hemoglobin levels, whereas all non-adherent respondents were anemic. Fisher's Exact Test showed $p < 0.001$. There was a significant relationship between iron supplementation tablet consumption behavior and hemoglobin levels among seventh-grade female students at State Junior High School 8 Kota Gorontalo. Continuous nutrition education and monitoring of tablet consumption are needed to support anemia prevention among adolescent girls.

Keywords: Iron Supplementation Tablets; Consumption Behavior; Hemoglobin; Anemia; Adolescent Girls

LATAR BELAKANG

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal. Pada remaja putri, anemia perlu mendapat perhatian karena kelompok ini mengalami pertumbuhan yang cepat dan kehilangan darah melalui menstruasi sehingga kebutuhan zat besi meningkat. Hemoglobin berperan dalam mengikat dan mengangkut oksigen ke jaringan tubuh, sehingga penurunan kadar hemoglobin dapat berdampak pada kebugaran, konsentrasi, produktivitas, dan kualitas hidup.

Data Survei Kesehatan Indonesia menunjukkan bahwa anemia masih ditemukan pada kelompok usia remaja. Dalam skripsi ini dilaporkan bahwa prevalensi anemia pada penduduk Indonesia usia 5–14 tahun sebesar 16,3% dan pada usia 15–24 tahun sebesar 15,5%, dengan proporsi pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anemia pada remaja masih merupakan masalah gizi yang membutuhkan pencegahan secara berkelanjutan.

Program pemberian Tablet Tambah Darah merupakan salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja putri. TTD mengandung zat besi dan asam folat yang dibutuhkan dalam pembentukan hemoglobin. Dalam pedoman yang digunakan pada skripsi, remaja putri menerima TTD secara berkala dengan anjuran satu tablet setiap minggu. Keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan dan distribusi tablet, tetapi juga oleh perilaku remaja dalam mengonsumsi tablet sesuai anjuran.

Di Provinsi Gorontalo, data yang dicantumkan dalam skripsi menunjukkan prevalensi anemia remaja putri pada tahun 2025 sebesar 10,96% di Boalemo, 4,07% di Kabupaten Gorontalo, 24,47% di Pohuwato, 4,76% di Bone Bolango, 16,71% di Gorontalo Utara, dan 5,54% di Kota Gorontalo. Secara keseluruhan, prevalensi Provinsi Gorontalo pada tahun 2025 tercatat 7,76%. Meskipun terjadi penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, kasus anemia masih ditemukan di seluruh kabupaten/kota.

Hasil observasi awal di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo menunjukkan bahwa pada tahun 2024 terdapat 28 siswi kelas VIII yang mengalami anemia dari 98 siswi, kemudian jumlah tersebut meningkat menjadi 32 siswi pada tahun 2025. Sekolah telah melaksanakan pemberian TTD secara rutin kepada remaja putri, tetapi pemantauan konsumsi belum optimal. Kondisi tersebut menjadi alasan penting untuk melihat perilaku konsumsi TTD dan kaitannya dengan kadar hemoglobin pada siswi kelas VII.

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal. Pada remaja putri, anemia perlu mendapat perhatian karena kelompok ini mengalami pertumbuhan yang cepat dan kehilangan darah melalui menstruasi sehingga kebutuhan zat besi meningkat. Hemoglobin berperan dalam mengikat dan mengangkut oksigen ke jaringan tubuh, sehingga penurunan kadar hemoglobin dapat berdampak pada kebugaran, konsentrasi, produktivitas, dan kualitas hidup.

Data Survei Kesehatan Indonesia menunjukkan bahwa anemia masih ditemukan pada kelompok usia remaja. Dalam skripsi ini dilaporkan bahwa prevalensi anemia pada penduduk Indonesia usia 5–14 tahun sebesar 16,3% dan pada usia 15–24 tahun sebesar

15,5%, dengan proporsi pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anemia pada remaja masih merupakan masalah gizi yang membutuhkan pencegahan secara berkelanjutan.

Program pemberian Tablet Tambah Darah merupakan salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja putri. TTD mengandung zat besi dan asam folat yang dibutuhkan dalam pembentukan hemoglobin. Dalam pedoman yang digunakan pada skripsi, remaja putri menerima TTD secara berkala dengan anjuran satu tablet setiap minggu. Keberhasilan program tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan dan distribusi tablet, tetapi juga oleh perilaku remaja dalam mengonsumsi tablet sesuai anjuran.

Di Provinsi Gorontalo, data yang dicantumkan dalam skripsi menunjukkan prevalensi anemia remaja putri pada tahun 2025 sebesar 10,96% di Boalemo, 4,07% di Kabupaten Gorontalo, 24,47% di Pohuwato, 4,76% di Bone Bolango, 16,71% di Gorontalo Utara, dan 5,54% di Kota Gorontalo. Secara keseluruhan, prevalensi Provinsi Gorontalo pada tahun 2025 tercatat 7,76%. Meskipun terjadi penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, kasus anemia masih ditemukan di seluruh kabupaten/kota.

Hasil observasi awal di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo menunjukkan bahwa pada tahun 2024 terdapat 28 siswi kelas VIII yang mengalami anemia dari 98 siswi, kemudian jumlah tersebut meningkat menjadi 32 siswi pada tahun 2025. Sekolah telah melaksanakan pemberian TTD secara rutin kepada remaja putri, tetapi pemantauan konsumsi belum optimal. Kondisi tersebut menjadi alasan penting untuk melihat perilaku konsumsi TTD dan kaitannya dengan kadar hemoglobin pada siswi kelas VII.

Penelitian terdahulu yang dirujuk dalam skripsi menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dukungan sekolah, dan kontrol perilaku dapat berkaitan dengan kepatuhan konsumsi TTD. Namun, penelitian ini memusatkan perhatian pada hubungan perilaku konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin pada seluruh siswi kelas VII di lokasi penelitian. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo.

Masa remaja merupakan fase transisi krusial yang ditandai dengan pematangan organ reproduksi serta lonjakan pertumbuhan fisik yang pesat. Lonjakan pertumbuhan ini berdampak langsung pada peningkatan volume darah dan massa otot, yang secara otomatis melipatgandakan kebutuhan ketersediaan mikronutrien, khususnya zat besi. Kegagalan dalam memenuhi kecukupan gizi pada periode emas ini dapat memicu timbulnya defisiensi zat besi yang berdampak jangka panjang terhadap kesehatan organ reproduksi dan fungsi fisiologis remaja putri.

Dampak anemia pada remaja tidak hanya terbatas pada gangguan kesehatan fisik secara umum, melainkan juga memengaruhi performa akademik dan kognitif di sekolah. Penurunan konsentrasi hemoglobin dalam darah mengakibatkan suplai oksigen ke otak menjadi berkurang, sehingga memicu timbulnya gejala mudah lelah, letih, lesu, serta penurunan daya ingat. Kondisi ini membuat siswi tidak dapat menyerap materi pembelajaran secara optimal dan mengalami penurunan produktivitas dalam aktivitas harian di lingkungan sekolah.

Perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor teknis maupun psikologis yang memunculkan hambatan dalam penerapannya. Beberapa siswi sering kali enggan meminum TTD secara teratur karena keluhan timbulnya rasa mual, bau besi yang menyengat, rasa pahit, serta ketakutan akan efek samping berupa rasa tidak nyaman pada sistem pencernaan. Ketidaknyamanan perseptual ini menyebabkan rendahnya kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD secara berkelanjutan setiap minggunya.

Selain keluhan subjektif, faktor kepatuhan juga sangat ditentukan oleh tingkat pemahaman dan tingkat literasi kesehatan siswi mengenai pentingnya pencegahan anemia. Banyak remaja putri yang belum memahami sepenuhnya konsekuensi jangka panjang dari status anemia, termasuk risikonya di masa depan saat memasuki usia produktif dan melahirkan. Kurangnya kesadaran mandiri membuat kebiasaan meminum TTD sering kali

dianggap sebagai beban atau rutinitas formalitas semata di sekolah tanpa didasari pemahaman yang utuh.

Lingkungan sekolah memegang peranan strategis dalam memfasilitasi serta mengawasi keberlangsungan program pemberian TTD bagi siswi. Pelaksanaan program yang hanya berfokus pada pembagian tablet tanpa disertai dengan mekanisme pengawasan langsung (*penanggung jawab minum TTD*) cenderung berisiko menyebabkan tablet dibuang atau tidak diminum oleh siswi. Oleh karena itu, keterlibatan aktif guru pembina Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan wali kelas sangat diperlukan dalam mendampingi kegiatan minum TTD bersama secara serentak.

Dukungan keluarga di rumah juga menjadi faktor pendukung yang tidak kalah penting dalam menentukan konsistensi perilaku konsumsi TTD. Peran orang tua, khususnya ibu, sangat memengaruhi kebiasaan makan dan asupan gizi remaja sehari-hari. Dukungan berupa pengingat rutin, penyediaan air minum, serta penciptaan suasana rumah yang mendukung kepatuhan dapat membantu siswi menjaga rutinitas konsumsi TTD secara teratur di luar jam sekolah.

Pola konsumsi makanan harian remaja putri turut memberikan kontribusi terhadap efektivitas penyerapan zat besi dari TTD dalam tubuh. Kebiasaan mengonsumsi makanan atau minuman yang mengandung zat penghambat penyerapan zat besi (*inhibitor*), seperti teh, kopi, dan makanan kaya fitat, bersamaan dengan atau tidak lama setelah meminum TTD, dapat menurunkan bioavailabilitas zat besi. Sebaliknya, asupan vitamin C yang cukup justru berfungsi sebagai pendorong (*enhancer*) yang mengoptimalkan proses penyerapan zat besi di usus halus.

Evaluasi kadar hemoglobin secara berkala menjadi alat ukur obyektif untuk menilai efektivitas program intervensi gizi pada remaja putri. Pengukuran kadar hemoglobin tidak hanya bermanfaat untuk mendeteksi secara dini kejadian anemia, tetapi juga dapat memberikan umpan balik klinis mengenai dampak nyata dari tingkat kepatuhan konsumsi TTD yang telah dijalankan oleh siswi. Data baseline dan hasil evaluasi rutin ini sangat berharga untuk perencanaan program kesehatan sekolah yang lebih terarah.

Transisi dari jenjang pendidikan dasar ke Sekolah Menengah Pertama menjadikan siswi kelas VII sebagai kelompok sasaran yang sangat strategis untuk dilakukan intervensi sejak awal. Pembentukan kebiasaan hidup sehat dan perilaku kepatuhan minum TTD pada awal masa remaja akan membentuk pola perilaku yang konsisten hingga mereka menginjak jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Pembiasaan sejak dini ini diharapkan mampu menekan angka prevalensi anemia remaja secara bertahap dan berkesinambungan.

Penelitian terdahulu yang dirujuk dalam skripsi menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dukungan sekolah, dan kontrol perilaku dapat berkaitan dengan kepatuhan konsumsi TTD. Namun, penelitian ini memusatkan perhatian pada hubungan perilaku konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin pada seluruh siswi kelas VII di lokasi penelitian. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan observasional dan desain cross sectional. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo, Jalan Madura, Kelurahan Pulubala, Kecamatan Kota Tengah, Kota Gorontalo, Provinsi Gorontalo, pada bulan Mei–Juli 2026. Populasi penelitian adalah seluruh siswi remaja putri kelas VII tahun 2026 sebanyak 172 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga seluruh anggota populasi dijadikan responden.

Variabel penelitian terdiri atas perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah sebagai variabel bebas dan kadar hemoglobin sebagai variabel terikat. Perilaku konsumsi TTD didefinisikan sebagai tingkat ketaatan remaja putri dalam mengonsumsi TTD sesuai anjuran satu tablet per minggu, dengan kategori patuh apabila mengonsumsi empat tablet per bulan dan tidak patuh apabila mengonsumsi kurang dari empat tablet per bulan. Kadar hemoglobin

diukur menggunakan alat Easy Touch dan dikategorikan normal apabila >12 g/dL serta anemia apabila <12 g/dL sesuai kriteria yang digunakan dalam skripsi.

Data primer diperoleh dari pengisian kuesioner perilaku konsumsi TTD dan pengukuran kadar hemoglobin secara langsung. Pengolahan data dilakukan melalui editing, coding, entry, dan cleaning. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, perilaku konsumsi TTD, dan kadar hemoglobin. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan perilaku konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin.

Sebelum analisis hubungan, dilakukan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov karena jumlah responden lebih dari 50. Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi 0,052 ($p>0,05$). Untuk analisis hubungan digunakan Fisher's Exact Test karena terdapat sel dengan expected count kurang dari lima sehingga asumsi uji Chi-Square tidak terpenuhi. Tingkat kemaknaan yang digunakan adalah 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

SMP Negeri 8 Kota Gorontalo merupakan sekolah menengah pertama negeri yang berlokasi di Kelurahan Pulubala, Kecamatan Kota Tengah, Kota Gorontalo. Sekolah memiliki program pemberian TTD bagi remaja putri sebagai salah satu upaya pencegahan anemia melalui kerja sama sekolah dan fasilitas kesehatan.

Karakteristik responden berdasarkan usia dalam skripsi menunjukkan bahwa responden merupakan siswi kelas VII yang berada pada kelompok usia remaja awal. Distribusi responden berdasarkan kelas relatif merata pada seluruh kelas VII. Seluruh populasi kelas VII yang memenuhi sasaran penelitian diikutsertakan sebagai responden.

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah

Perilaku konsumsi TTD	n	Persentase (%)
Patuh	164	95,3
Tidak patuh	8	4,7
Total	172	100,0

Sebagian besar responden memiliki perilaku konsumsi TTD dalam kategori patuh, yaitu 164 responden (95,3%), sedangkan 8 responden (4,7%) termasuk tidak patuh. Temuan ini menunjukkan bahwa program TTD yang telah berjalan di sekolah telah diikuti oleh sebagian besar responden. Kepatuhan dalam penelitian ini didasarkan pada konsumsi empat tablet per bulan sesuai definisi operasional yang digunakan.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan kategori kadar hemoglobin

Kategori hemoglobin	kadar n	Persentase (%)
Normal	164	95,3
Anemia	8	4,7
Total	172	100,0

Sebagian besar responden memiliki kadar hemoglobin normal, yaitu 164 responden (95,3%), sedangkan 8 responden (4,7%) mengalami anemia. Hasil tersebut menunjukkan bahwa proporsi responden dengan hemoglobin normal sangat dominan. Dalam pembahasan skripsi, kondisi ini dikaitkan dengan tingginya kepatuhan konsumsi TTD, meskipun kadar hemoglobin juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti asupan zat besi, pola makan, status gizi, kehilangan darah saat menstruasi, penyakit infeksi, dan dukungan keluarga serta lingkungan sekolah.

Tabel 3. Hubungan perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kadar hemoglobin

Perilaku konsumsi TTD	Normal n (%)	Anemia n (%)	Total n (%)
Patuh	164 (100,0)	0 (0,0)	164 (100,0)
Tidak patuh	0 (0,0)	8 (100,0)	8 (100,0)
Total	164 (95,3)	8 (4,7)	172 (100,0)

Tabulasi silang menunjukkan pola yang jelas. Seluruh responden yang patuh mengonsumsi TTD memiliki kadar hemoglobin normal. Sebaliknya, seluruh responden yang tidak patuh mengalami anemia. Hasil uji Fisher's Exact Test menunjukkan nilai $p < 0,001$, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo.

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dikutip dalam skripsi, antara lain penelitian Hasanah et al. (2025) yang menemukan hubungan bermakna antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kadar hemoglobin. Penelitian Ayu et al. (2024) juga melaporkan bahwa sebagian besar remaja putri yang diteliti memiliki kadar hemoglobin normal. Penelitian lain mengenai kepatuhan menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan dukungan guru dapat menjadi faktor yang mendukung perilaku konsumsi TTD.

Secara fisiologis, TTD menyediakan zat besi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Remaja putri mengalami kehilangan darah melalui menstruasi sehingga kebutuhan zat besi menjadi lebih tinggi. Konsumsi TTD sesuai anjuran dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi dan mendukung pemeliharaan kadar hemoglobin. Sebaliknya, perilaku konsumsi yang tidak sesuai anjuran dapat menyebabkan asupan suplementasi zat besi tidak mencukupi.

Walaupun hubungan yang ditemukan sangat kuat secara statistik, hasil penelitian ini perlu ditafsirkan sebagai hubungan dan bukan bukti sebab-akibat karena desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Kadar hemoglobin tidak hanya ditentukan oleh konsumsi TTD, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh asupan makanan, status gizi, pola menstruasi, penyakit infeksi, dan faktor lainnya. Dengan demikian, program pencegahan anemia perlu dilaksanakan secara komprehensif melalui suplementasi, edukasi gizi, perbaikan pola makan, dan pemantauan kesehatan remaja.

Tingginya proporsi kepatuhan dalam penelitian ini juga menunjukkan pentingnya mempertahankan pelaksanaan program TTD di sekolah. Pemantauan yang konsisten diperlukan untuk mengetahui apakah tablet benar-benar dikonsumsi oleh siswi, bukan hanya didistribusikan. Dukungan guru, tenaga kesehatan, keluarga, serta edukasi mengenai manfaat TTD dan cara mengatasi efek samping dapat membantu mempertahankan perilaku konsumsi.

Keterbatasan penelitian adalah desain cross sectional sehingga pengukuran variabel dilakukan pada periode yang sama dan tidak dapat memastikan hubungan kausal. Selain itu, kadar hemoglobin dapat dipengaruhi berbagai faktor lain yang tidak seluruhnya diukur dalam penelitian ini. Penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan status gizi, asupan zat besi, pola makan, pengetahuan gizi, pola menstruasi, dan faktor lingkungan.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo memiliki perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah dalam kategori patuh, yaitu 164 responden (95,3%), sedangkan 8 responden (4,7%) tidak patuh. Sebagian besar responden memiliki kadar hemoglobin normal sebanyak 164 responden (95,3%), sedangkan 8 responden (4,7%) mengalami anemia. Seluruh responden yang patuh memiliki kadar hemoglobin normal dan seluruh responden yang tidak patuh mengalami anemia. Hasil Fisher's Exact Test menunjukkan $p < 0,001$, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi Tablet Tambah Darah dengan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Gorontalo. Sekolah dan tenaga kesehatan disarankan

mempertahankan edukasi serta pemantauan konsumsi TTD, sedangkan penelitian selanjutnya dapat mengkaji faktor lain yang memengaruhi kadar hemoglobin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKES Bakti Nusantara Gorontalo, Program Studi S1 Ilmu Gizi, pihak SMP Negeri 8 Kota Gorontalo, guru UKS, seluruh responden, serta dosen pembimbing dan penguji yang telah memberikan dukungan, arahan, dan kesempatan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, M. H., Ghatge, M. S., & Safo, M. K. (2024). Hemoglobin: Structure, Function And Allostery. *Subcellular Biochemistry*, 94, 345–382.
- Amir, N., & Djokosujono, K. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 119–129.
- Angrainy, R., Fitri, L., & Wulandari, V. (2024). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Pada Saat Menstruasi Dengan Anemia. *Jurnal Endurance*.
- Ayu, M. A., Miftachul, U., & Dewi, R. (2024). Optimalisasi Kesehatan Remaja Putri: Peningkatan Hemoglobin Melalui Tablet Tambah Darah. *OF Borneo Holistic Health*, 7(1), 65–71.
- Deri Manila, H., & Amir, A. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X SMA Murni Padang. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 4.
- Estiyani, A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*.
- Firda, Utami, & Putri. (2024). Penyuluhan Bahaya Merokok Dan Pentingnya Tablet Tambah Darah Pada Siswa SMA Muhammadiyah 3 Surakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*.
- Izzati, A. I., Tamtomo, D., & Rahardjo, S. S. (2021). Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil Di Puskesmas Margasari. *Jurnal Kebidanan*, 1(1), 156–165.
- Khoiriyah, H., Susanti, T., Mariam, E., & Hidayati, N. (2022). Optimalisasi Pemberian Tablet Fe Pada Remaja Putri Di SMK Ma'arif Karya Mukti. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*.
- Kirana, M., Rachmanida, N., Lintang, D. P., & Nadiyah, N. (2021). Hubungan Sikap Dan Pengetahuan Siswi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Riset Gizi*, 9, 22–27.
- Kubillawati, S., & Warastuti, D. (2022). Perbedaan Jenis Kelamin, Pendidikan Ibu, Pekerjaan Ibu, Dan Kebiasaan Sarapan Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan*.
- Mutmainnah, S., Zuraida, R., & Suharmanto. (2023). Pengetahuan Dan Sikap Berhubungan Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1321–1328.
- Ningtyas, O., Ulfiana, E., & Yono, N. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMPN 01 Brondong Lamongan. *Indonesian Journal Of Midwifery*.
- Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2024). Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kota Bogor. *Jurnal Gizi Pangan*, 12(3), 160.
- Nuzrina, R., Murnariswari, K., & Dewanti, L. P. (2021). Hubungan Sikap Dan Pengetahuan Siswi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Riset Gizi*, 9(1), 22–27.

- Oktaviani & Sari. (2024). Hubungan Sikap Remaja Putri Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta. *IJOH: Indonesian Journal Of Public Health*, 2(4), 734–745.
- Pertiwi, D., Et Al. (2022). Hubungan Karakteristik Sosiodemografi, Pengetahuan, Dan Praktik Personal Hygiene Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Sirnagalih. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 161–170.
- Putri, R. H., Kamillah, S., & Gunardi, S. (2024). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dan Sarapan Bergizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Putra Juang Cianjur Tahun 2023. *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 1(5), 6984–6997.
- Sari, P., Herawati, D. M. D., Et Al. (2022). Anemia Among Adolescent Girls In West Java, Indonesia: Related Factors And Consequences On The Quality Of Life. *Nutrients*, 14(18).
- Waluyo, D., & Daud, A. C. (2022). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Poowo Barat Kabupaten Bone Bolango. *Gema Wiralodra*, 13(1), 34–42.
- Widiarti, T., & Handayani, S. (2023). Gambaran Keadaan Pengetahuan Mengenai Anemia Pada Remaja Putri Tingkat Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Impresi Indonesia*, 2(2), 177–183.
- World Health Organization. (2023). *Accelerating Anaemia Reduction: A Comprehensive Framework For Action*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2025). *WHO Global Anaemia Estimates, 2025 Edition*. Geneva: WHO.
- Yanuaringsih, G. P., Aminah, S., & Puspita, N. L. M. (2021). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Bidan Pintar*, 2(2), 248–278.