

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DALAM UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING* PADA SISWI KELAS XI SMA KRISTEN RANTEPAO

Valentina Saalino¹, Olgrid Algarini Allo², Susan Nofliana Pandey³

Institut Toraja Raya Indonesia^{1, 2, 3}

valentsaalino@gmail.com

Abstrak

Perilaku remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap remaja putri tentang bagaimana pentingnya tablet tambah darah dalam upaya pencegahan *stunting*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku remaja putri di SMA Kristen Rantepao Kelas XI tahun 2025.

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini berjumlah 185 orang teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* berjumlah 126 orang. Pengolahan data menggunakan SPSS versi 26. Data diuji statistik *Chi-Square* dengan tingkat ketelitian 5% (0,05).

Hasil uji univariat menunjukkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 98 responden (77,8%), mayoritas memiliki sikap negatif sebanyak 65 responden (51,6%) dan mayoritas berperilaku negatif sebanyak 68 responden (54,0%). Analisa bivariat pengetahuan siswi dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah (*Chi-Square*) $p\text{-value} = 0,028$ ($p < \alpha$) dan sikap siswi dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah (*Chi-Square*) $p\text{-value} = 0,000$ ($p < \alpha$).

Kesimpulan penelitian ini ada hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dalam Upaya pencegahan *stunting* pada siswi kelas XI SMA Kristen Rantepao tahun 2025. Diharapkan siswi rutin mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis dan jadwal yang ditentukan untuk mencegah terjadinya anemia dan *stunting*.

Kata Kunci : *Pengetahuan, Sikap, Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)*

Abstract

The behavior of adolescents in consuming iron supplement tablets is influenced by the knowledge and attitudes of teenage girls regarding the importance of iron supplements in efforts to prevent stunting. The purpose of this study is to determine the relationship between knowledge and attitudes with the behavior of teenage girls in Class XI at Rantepao Christian High School in 2025.

The research design used is descriptive analytical with a cross-sectional approach. The population of this study consists of 185 people, with a purposive sampling technique resulting in 126 people. Data processing was conducted using SPSS version 26. The data were tested statistically using Chi-Square with a precision level of 5% (0.05).

The results of the univariate test showed that the majority had a low level of knowledge with 98 respondents (77.8%), the majority had a negative attitude with 65 respondents (51.6%), and the majority had negative behavior with 68 respondents (54.0%). The bivariate analysis of students' knowledge with the behavior of consuming iron supplementation tablets (Chi-Square) $p\text{-value} = 0.028$ ($p < \alpha$) and students' attitudes with the behavior of consuming iron supplementation tablets (Chi-Square) $p\text{-value} = 0.000$ ($p < \alpha$).

The conclusion of this research is that there is a relationship between the level of knowledge and attitudes with the behavior of consuming iron tablets in efforts to prevent stunting among XI grade students of Rantepao Christian High School in 2025. It is hoped that the students will regularly consume iron tablets according to the prescribed dosage and schedule to prevent anemia and stunting.

Keywords: Knowledge, Attitude, Behavior of Consuming Iron Tablets (TTD)

PENDAHULUAN

Remaja Indonesia saat ini memiliki tiga masalah gizi atau *triple burdeon of malnutrition*, diantaranya yaitu kelebihan berat badan, kekurangan gizi dan kekurangan zat gizi mikro dengan anemia. Remaja putri dikatakan anemia apabila kadar hemoglobin dalam sel darah merah < 12 gr/dl (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Remaja putri yang mengalami anemia memiliki banyak resiko yang merugikan pada saat hamil, bersalin, maupun pasca persalinan. Selain itu, anak-anak yang dilahirkan memiliki kemungkinan untuk mengalami *stunting* sehingga dapat meneruskan siklus malnutrisi (Anita, 2022).

Stunting merupakan prioritas kesehatan masyarakat tingkat global yang menjadi target utama dari *World Health Assembly* (WHA), dimana targetnya ialah mencapai penurunan prevalensi *stunting* balita hingga 40% pada tahun 2025. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, terdapat 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun menderita *stunting* di dunia. Prevalensi *stunting* tertinggi terdapat di benua Asia sebesar 79 juta anak, dan 15,3 juta anak yang menderita *stunting* berada di Asia Tenggara. Di Asia Tenggara, Indonesia (31,8%) termasuk salah satu negara dengan prevalensi *stunting* tertinggi dibandingkan negara-negara lainnya, (Eva Oktariana, 2023).

Data *stunting* di Indonesia September 2021 menunjukkan bahwa *stunting* masih menjadi perhatian serius dan menjadi masalah terbesar dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi maupun anak. *Stunting* adalah kondisi ketika seorang anak mengalami pertumbuhan tubuh yang terhambat akibat kekurangan gizi, terutama pada periode 1000 hari pertama kehidupan, mulai dari masa kehamilan hingga usia 2 tahun. Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *stunting* seperti gizi buruk, infeksi dan penyakit, kurangnya akses

terhadap makanan sehat akibat ketidak mampuan keluarga atau kurangnya pengetahuan, konsumsi makanan yang tidak sehat akibat pengasuhan yang tidak tepat, faktor sosial ekonomi, perawatan kesehatan yang tidak memadai akibat kurangnya akses ke fasilitas kesehatan dalam menunjang kesehatan anak sejak didalam kandungan. Beberapa faktor tersebut dapat berdampak buruk bagi pertumbuhan anak yang dapat mengakibatkan *stunting* (Hutapea, 2024).

Berdasarkan hasil pengukuran balita intervensi serentak periode Juni 2024 Di Sulawesi Selatan menurut Riskesdas (2024), jumlah balita yang berstatus *stunting* adalah sebanyak 40.199 atau sekitar 6,8 persen, tercatat bahwa angka prevalensi *stunting* paling tertinggi di 10 kabupaten Enrekang (17,7%) Kabupaten Kepulauan Selayar (17,2%), Kabupaten Barru (16,0%), Kabupaten Jeneponto (16,1%), Kabupaten Maros (12,5%), Kota Pare-pare (11,4%), Kabupaten Toraja Utara (10,6%), Kabupaten Soppeng (9,6%), dan Kabupaten Pangkep (8,8%). Selanjutnya, ada 3 Kabupaten/kota yang menunjukkan persentase *stunting* terendah adalah Kota Palopo (0,8%), Bone (2,1%) dan Kota Makassar (3,4%).

Berdasarkan data *stunting* di Kabupaten Toraja Utara tahun 2025 didapatkan jumlah seluruh balita *stunting* dari semua kecamatan sebanyak 2.215 (16,33%) (Dinkes, 2025). Tingkat *stunting* di Indonesia masih cukup tinggi dan pemerintah akan mengupayakan dalam mengatasi masalah *stunting* melalui program-program gizi, diantaranya anemia zat besi merupakan salah satu nutrisi yang sangat dibutuhkan remaja. Tablet tambah darah (TTD) adalah suplemen mengandung senyawa zat besi yang mengupayakan dalam mengatasi masalah *stunting* melalui program-program gizi, pendidikan, dan Kesehatan (Moudy Hutapea, 2024).

Standar pemberian TTD untuk remaja putri yaitu dosis 60 mg elemental (dalam bentuk sediaan ferro sulfat, fero fumarat atau fero gluconat) dan asam folat 0,400 mg yang diberikan 1(satu) kali seminggu dan 1 (satu) kali setiap hari selama menstruasi. Pemberian TTD pada remaja putri dilakukan melalui guru UKS di institusi pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) dengan menentukan hari minum TTD bersama dengan dosis 1 (satu) tablet 60 mg setiap minggu (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Kristen Rantepao dengan teknik wawancara didapatkan jumlah seluruh siswi kelas XI sebanyak 176 orang. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 10 orang siswi didapatkan bahwa 3 orang siswi tersebut tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), kemudian dari 10 orang siswi terdapat 3 siswi diantaranya tidak mengetahui tentang upaya dalam pencegahan *stunting* dan 3 orang siswi menunjukan sikap serta perilakunya negatif karena tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Sementara itu, 7 siswi diantaranya rutin dalam mengonsumsi tablet tambah darah dan mengetahui upaya pencegahan *stunting*. Dari 7 orang siswi ini menunjukan sikap dan perilakunya positif.

Berdasarkan uraian masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dalam Upaya Pencegahan *Stunting* Pada Siswi Kelas XI SMA Kristen Rantepao tahun 2025.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang merupakan penelitian deskriptif dan analitik dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu jenis penelitian yang mendekati pada waktu pengukuran observasi data independen dan

dependen hanya satu kali pada suatu saat. Rancangan ini untuk mengetahui adanya hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dalam upaya pencegahan *stunting* pada siswi kelas XI SMA Kristen Rantepao.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Tingkat Pengetahuan

Tabel 5.1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Tentang Tablet Tambah Darah Pada Siswi Kelas XI SMA Kristen Rantepao Tahun 2025

Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	98	77.8
Baik	28	22.2
Total	126	100

Sumber : data primer 2025

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan responden adalah kurang sebanyak 98 responden (77.8%).

b. Sikap

Tabel 5.2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada siswi kelas XI SMA Kristen Rantepao Tahun 2025

Sikap	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Negatif	65	51.6
Positif	61	48.4
Total	126	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas sikap responden adalah sikap negatif sebanyak 65 responden (51.6%).

c. Perilaku

Tabel 5.3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi Kelas XI di SMA Kristen Rantepao Tahun 2025

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Negatif	68	54.0
Positif	58	46.0
Total	126	100

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 5.3 menunjukkan bahwa mayoritas perilaku mengonsumsi tablet tambah darah adalah perilaku negatif sebanyak 68 responden (54.0%).

2. Analisa Bivariat

Analisa *bivariat* adalah untuk menganalisa data hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi kelas XI di SMA Kristen Rantepao Tahun 2025. Untuk mengetahui hubungan antara variabel digunakan uji *Chi-Square* dengan program komputer SPSS yang disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

- a. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Siswi Kelas XI di SMA Kristen Rantepao Tahun 2025

Tabel 5.4
Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet
Tambah Darah Pada Siswi Kelas XI di SMA Kristen
Rantepao Tahun 2025

Kantepas Tahun 2023							
Pengetahuan	Mengonsumsi tablet tambah darah						<i>p Value</i>
	Perilaku Negatif		Perilaku Positif		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	58	46,0	40	31,7	98	77,8	0,028
Baik	10	7,9	18	14,3	28	22,2	
Total	68	54,0	58	46,0	126	100	

Sumber : Data Primer

Odd Ratio :2,610

Tabel 5.4 menunjukkan bahwa pengetahuan kurang tentang tablet tambah darah berjumlah 98 responden (77,8%) dimana perilaku negatif mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 58 responden (46,0%) dan responden yang memiliki perilaku positif sebanyak 40 responden (31,7%), sedangkan responden yang pengetahuan baik tentang tablet tambah darah berjumlah 28 responden (22,2%) dimana perilaku negatif mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 10 responden (7,9%) dan responden yang memiliki perilaku positif sebanyak 18 responden (14,3%).

Berdasarkan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value* = 0,028 < nilai α (0,05), hal ini menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi kelas XI di SMA Kristen Rantepao Tahun 2025 atau H_a diterima dan H_o ditolak.

Dari hasil analisa diatas diperoleh pula nilai *Odds Ratio* dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan nilai 2,610 yang berarti siswi dengan tingkat pengetahuan kurang memiliki peluang 2 kali lebih besar untuk berperilaku negatif dalam hal Mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dibandingkan dengan siswi yang memiliki tingkat pengetahuan baik.

- b. Hubungan Sikap Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Siswi Kelas XI di SMA Kristen Rantepao Tahun 2025

Tabel 5.5
Hubungan Sikap Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada
Siswi Kelas XI di SMA Kristen Rantepao
Tahun 2025

Sikap	Mengonsumsi tablet tambah darah						<i>p Value</i> 0,000
	Perilaku Negatif		Perilaku Positif		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Negatif	57	45,2	8	6,3	65	51,6	0,000
Positif	11	8,7	50	39,7	61	48,4	
Total	68	54,0	58	46,0	126	100	

Sumber : Data Primer

Odd Ratio :32,386

Tabel 5.7 menunjukkan bahwa jumlah responden mayoritas memiliki sikap negatif berjumlah 65 responden (51,6%) dimana dari jumlah tersebut terdapat responden yang memiliki perilaku negatif

sebanyak 57 responden (45,2%) dan terdapat responden yang memiliki perilaku positif sebanyak 8 responden (6,3%), sedangkan responden yang memiliki sikap positif berjumlah 61 responden (48,4%) dimana dari jumlah tersebut terdapat responden yang memiliki perilaku positif sebanyak 11 responden (8,7%) dan terdapat responden yang memiliki perilaku positif sebanyak 50 responden (39,7%).

Berdasarkan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ hal ini menunjukkan ada hubungan sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi Kelas XI di SMA Kristen Rantepao Tahun 2025 atau H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dari hasil analisa diatas diperoleh pula nilai *Odds Ratio* dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan nilai 32,386 yang berarti siswi yang memiliki sikap negatif memiliki peluang 32 kali lebih besar untuk berperilaku negatif dalam mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan dengan responden yang memiliki sikap positif.

Pembahasan

1. Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan tabel 5.1 dari 126 responden dapat diinterpretasikan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan tingkat pengetahuan siswi menunjukkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 98 responden (77,8%), hal ini disebabkan rendahnya pengetahuan siswi mengenai tablet tambah darah. Rendahnya pengetahuan ini disebabkan karena siswi tidak mengetahui bahwa anemia merupakan salah satu penyebab terjadinya *stunting*, dimana *stunting* terjadi karena akibat kekurangan gizi kronis dan anemia pada ibu hamil akan memengaruhi pertumbuhan janin. Selain itu, siswi tidak mengetahui tujuan mengonsumsi tablet tambah, yaitu untuk mencegah dan mengatasi anemia, meningkatkan konsentrasi belajar, mempersiapkan kesehatan reproduksi, dan mencegah terjadinya *stunting* pada anak dimasa depan. Rendahnya pengetahuan juga terjadi karena kurangnya informasi dan sosialisasi yang diberikan oleh pihak puskesmas dan pihak sekolah tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Informasi terkait tablet tambah darah juga belum banyak disediakan dalam bentuk poster, leaflet, atau media edukasi lain dilingkungan sekolah, sehingga siswi jarang memperoleh informasi mengenai manfaat dan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Siswi juga kurang aktif mencari referensi mengenai tablet tambah darah secara mandiri.

Pada penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Notoatmodjo, 2018) masih terdapat responden dengan kategori pengetahuan kurang. Faktor yang dapat mempengaruhi antara lain kurangnya informasi yang didapat oleh responden baik dari tenaga kesehatan, media masa, media elektronik maupun dari pihak keluarga, serta kemampuan dari responden untuk memahami informasi yang diberikan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dikemukakan oleh Septiani, R. (2019), mengatakan kurangnya pengetahuan tentang tablet tambah darah masih menjadi masalah dikalangan siswi SMA. Sebagian besar belum mengetahui pentingnya tablet tambah darah untuk mencegah terjadinya *stunting*. Kurangnya pengetahuan dapat mempengaruhi

kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur, sehingga berisiko meningkatkan kejadian anemia dikalangan remaja putri.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sanda, V. (2019), menunjukkan bahwa dari 46 responden dengan kategori yang kurang menunjukkan bahwa dari 46 responden dengan kategori kurang yaitu sebanyak 25 orang, responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 14 orang dan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 7 orang, hal ini disebabkan remaja putri kurang mengetahui tentang tablet tambah darah. Hal ini didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan responden bahwa tidak ada penyuluhan dari pihak puskesmas tentang pentingnya tablet tambah darah sehingga pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah masih kurang (Sanda V, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astri Wahyuningsih (2019), mengatakan bahwa pengetahuan yang baik belum cukup membuat remaja putri patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah dikarenakan kepercayaan atau kurangnya keyakinan responden terhadap tablet tambah darah serta tidak menyukai efek yang ditimbulkan setelah mengonsumsi tablet tambah darah sehingga timbul kecenderungan responden belum sepenuhnya mendukung terhadap konsumsi tablet tambah darah.

Menurut Irwan (2017) akan sulit bagi seseorang dalam membuat keputusan atau bertindak terhadap masalah yang dihadapi jika pengetahuan yang dimilikinya sangat minim. Pada akhirnya hal inilah yang mendasari terbentuknya perilaku atas pengetahuan atau wawasan yang dimiliki individu.

Menurut Notoatmodjo (2019) dalam Putri (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah : (1) Pendidikan; Pendidikan merupakan suatu usaha untuk kepribadian dan kemampuan seseorang baik di dalam maupun luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. (2) Media masa/media sosial; Media masa menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Media masa sebagai sarana berkomunikasi, berbagai bentuk media masa seperti televisi, radio, majalah, surat kabar, serta internet berupa media sosial seperti *facebook*, *whatsapp*, *instagram*, *line* dan lain-lain. (3) Sosial budaya dan status ekonomi; Suatu kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh individu atau suatu kelompok tanpa melalui pemikiran baik atau buruknya suatu hal dapat mempengaruhi pengetahuan. Individu yang dapat menentukan tersedianya suatu fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu, sehingga status ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. (4) Lingkungan; Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses penerimaan pengetahuan individu yang berada di lingkungan tersebut. Hal ini dikarenakan adanya suatu interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan di respon sebagai pengetahuan oleh setiap individu. (5) Pengalaman; Pengalaman merupakan sumber pengetahuan yaitu dengan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalu.

Dalam penelitian ini juga didapatkan responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 28 responden (22,2%), hal ini disebabkan

karena siswi sudah mengetahui manfaat dari tablet tambah darah dan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Manfaat tablet tambah darah bagi remaja putri antara lain untuk mencegah dan mengatasi anemia, meningkatkan kadar hemoglobin, menjaga kebugaran, mempersiapkan kesehatan reproduksi, serta mencegah terjadinya *stunting* pada anak dimasa depan. Selain itu, siswi mendapatkan informasi mengenai pentingnya tablet tambah darah melalui petugas kesehatan, UKS sekolah, guru serta dukungan keluarga. Sehingga siswi memahami bahwa mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin sangat penting untuk kesehatan mereka saat ini dan di masa depan. Beberapa siswi juga aktif dalam mencari informasi mengenai tablet tambah darah melalui media massa dan internet, seperti melalui website kesehatan dan youtube. Dengan memperoleh informasi dari berbagai sumber, pengetahuan siswi mengenai tujuan mengonsumsi tablet tambah darah, cara pencegahan anemia, serta hubungan antara anemia dan *stunting* semakin meningkat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Astri Sriwahyuningsih (2019), pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah menunjukkan bahwa dari 38 responden, sebanyak 21 responden (55,3%) pengetahuannya adalah cukup dan 17 responden (44,7%) dengan pengetahuan baik. Pengetahuan dalam kategori baik ini menurut peneliti dipengaruhi oleh faktor informasi yang didapatkan dari lingkungan sekitar maka semakin banyak informasi tentang tablet tambah darah yang diperoleh maka pengetahuan semakin membaik. Pendidikan karena baru kelas VIII maka pengetahuan yang mereka peroleh hanya sebatas yang mereka tau.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Utami, R., Sari. I. P., & Widiyastuti, A. (2020) bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan baik mengenai tablet tambah darah cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang lebih baik dalam mengonsumsinya. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting yang mempengaruhi perilaku Kesehatan remaja.

Sejalan dengan penelitian Ratnawati, A. E, & Safitri, D. (2022) mayoritas responden dalam penelitian memiliki pengetahuan baik karena adanya penyuluhan kesehatan di sekolah, sehingga mendukung dalam kepatuhan mengonsumsi tablet Fe. Hal ini menyatakan bahwa faktor yang memengaruhi pengetahuan dapat berasal dari informasi yang diperoleh dari pendidikan formal maupun non formal, sehingga menghasilkan peningkatan pengetahuan. Semakin majunya teknologi akan berpengaruh pada kemudahan akses dalam media massa sehingga masyarakat dapat dengan mudah memperoleh informasi dan inovasi baru.

2. Sikap

Berdasarkan tabel 5.2 dari 126 responden dapat diinterpretasikan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan sikap siswi menunjukkan responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 65 responden (51,6%), hal ini dikarenakan masih kurangnya kesadaran siswi mengenai pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Sikap negatif ini terjadi karena siswi menganggap bahwa tablet tambah darah kurang penting untuk kesehatan remaja putri, hal ini disebabkan karena kurangnya pemahaman bahwa remaja putri beresiko tinggi mengalami anemia akibat kehilangan darah saat menstruasi dan anemia dapat berdampak pada prestasi belajar, kesehatan reproduksi dimasa depan, menjaga kebugaran tubuh, dan

mencegah terjadinya *stunting* pada anak dimasa depan. Ketidaktahuan ini membuat siswi tidak menjadikan konsumsi tablet tambah darah sebagai prioritas dan merasa tidak perlu mengonsumsi secara rutin. Siswi juga merasa tidak nyaman saat mengonsumsi tablet tambah darah karena efek samping yang dirasakan seperti mual, perut tidak nyaman, atau fases berwarna hitam. Hal ini juga disebabkan ketidaktahuan mengenai cara mengonsumsi tablet tambah darah dengan benar, seperti meminumnya setelah makan untuk mengurangi rasa mual. Efek samping tersebut umumnya bersifat sementara dan tidak berbahaya. Ketidaktahuan ini membuat siswi tidak menjadikan konsumsi tablet tambah darah sebagai prioritas dan merasa tidak perlu mengonsumsi secara rutin.

Menurut Irwan (2017), sikap merupakan respon tertutup terhadap suatu stimulus atau objek, baik yang bersifat internal maupun eksternal sehingga manifestasinya tidak dapat langsung terlihat, melainkan hanya dapat dipahami dahulu dari perilaku yang tertutup. Menurut Notoatmodjo dalam Dewi, R. N. (2021), sikap dibentuk oleh 3 komponen yaitu: (1) komponen kognitif; komponen kognitif adalah hal apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap, (2) komponen afektif; komponen afektif adalah perasaan yang berhubungan dengan aspek emosional, (3) komponen konatif; komponen konatif adalah kecenderungan individu untuk berperilaku sesuai dengan sikap yang dimilikinya.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sunarti (2018), dimana perbedaan sikap dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengalaman, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh budaya, media massa, maupun lembaga pendidikan dan agama. Semakin sedikit informasi yang didapatkan oleh siswi tentang tablet tambah darah semakin negatif pula sikap siswi tersebut. Sebaliknya semakin banyak informasi yang didapatkan oleh siswi tentang tablet tambah darah semakin positif pula sikap siswi.

Penelitian Agustina, D. (2019), menyebutkan bahwa sikap negatif pada remaja putri berkaitan erat dengan ketidaktahuan akan manfaat tablet tambah darah dan rasa tidak percaya pada informasi yang diberikan petugas kesehatan. Hal serupa juga dijelaskan oleh Widyastuti (2020), yang mengatakan bahwa persepsi mengenai tablet tambah darah menimbulkan mual, pusing, dan sembelit menjadi penyebab utama timbulnya sikap negatif.

Menurut Sari, P. I. (2022) bahwa pengalaman pribadi seperti merasa tidak enak badan setelah mengonsumsi tablet tambah darah adalah salah satu pemicu penolakan. Kurangnya edukasi dan pendampingan saat pemberian tablet tambah darah siswi tidak termotivasi untuk melanjutkan untuk mengonsumsi. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukatif yang menyeluruh serta bimbingan dari petugas kesehatan dan guru agar remaja dapat memahami pentingnya tablet tambah darah. Dengan perbaikan persepsi dan pengalaman mengonsumsi yang baik diharapkan sikap negatif dapat berubah menjadi lebih positif dan mendukung program pemerintah dalam mencegah anemia.

Dalam penelitian ini didapatkan pula responden dengan sikap positif sebanyak 61 responden (48,4%), hal ini dikarenakan sebagian siswi bersedia mengonsumsi tablet tambah darah setiap minggu atau pada saat menstruasi, hal ini menunjukkan bahwa siswi memahami kebutuhan zat besi akan

meningkat pada saat menstruasi karena adanya kehilangan darah, sehingga mereka bersedia mengonsumsi tablet tambah darah untuk mencegah anemia yang merupakan salah satu faktor terjadinya *stunting*. Siswi setuju bahwa anemia dan *stunting* dapat dicegah dengan meminum tablet tambah darah secara rutin, hal ini menunjukkan adanya pemahaman responden mengenai pentingnya pencegahan anemia sejak remaja sebagai upaya untuk mendukung pertumbuhan dan kesehatan reproduksi serta mencegah risiko *stunting* dimasa depan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari, D. (2021) yang mengatakan bawa sikap positif berhubungan dengan tingkat kepatuhan tinggi dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Berdasarkan penelitian Pratiwi dkk (2019) , sebagian besar siswi memiliki sikap positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah karena adanya pemahaman akan manfaatnya dalam mencegah anemia.

Menurut Pratiwi, A., dkk (2019) yang mengatakan bahwa sebagian besar remaja putri di SMK Negeri 1 Tilatang Kamang menunjukkan sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah karena pemahaman yang baik terhadap manfaatnya. Sikap positif tercermin dari kesediaan siswi dalam menerima informasi, mengikuti program pemberian tablet tambah darah, serta kesediaan untuk mengonsumsi tablet tambah darah tersebut secara rutin sesuai dengan anjuran.

Selain itu menurut Kartika, R. (2020), sikap positif pada remaja putri dipengaruhi oleh persepsi bahwa tablet tambah darah bermanfaat untuk menjaga kesehatan tubuh, mencegah pusing saat menstruasi, dan menunjang kesiapan fisik sebagai calon ibu dimasa depan.

3. **Perilaku**

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan distribusi responden berdasarkan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah, dimana didapatkan responden yang memiliki perilaku negatif sebanyak 68 responden (54,0%), hal ini dikarenakan siswi memiliki pandangan yang buruk terhadap tablet tambah darah akibat efek samping yang ditimbulkan seperti mual, kondisi ini menyebabkan siswi merasa tidak nyaman setelah mengonsumsi tablet tambah darah, sehingga mereka memilih untuk menolak atau menghentikan konsumsi tablet tambah darah secara rutin. Terdapat pula siswi yang lupa mengonsumsi tablet tambah darah meskipun dalam kondisi menstruasi, hal ini menunjukkan kurangnya kesadaran dan kedisiplinan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, meskipun pada saat menstruasi kebutuhan zat besi meningkat. Sikap lupa ini dapat disebabkan oleh kurangnya pembiasaan dalam mengonsumsi tablet tambah darah atau tidak adanya pengingat dari lingkungan sekitar, sehingga menyebabkan perilaku negatif dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Menurut penelitian Nurlaila, A. (2020), yang mengatakan bahwa sebagian siswi hanya mengonsumsi tablet tambah darah jika diawasi oleh guru atau petugas, dan bahkan ada yang membuang tablet tambah darah karena merasa tidak nyaman setelah mengonsumsinya. Marlini (2019) juga menemukan bahwa perilaku negatif termasuk dalam bentuk menyembunyikan tablet tambah darah atau memberikannya kepada orang lain.

Selain itu, menurut Rahayu (2021), perilaku negatif juga ditunjukan dengan cara menghindari program pemberian tablet tambah darah yang

dilakukan di sekolah, atau pura-pura sudah mengonsumsi padahal belum. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun pengetahuan dan sikap bisa saja positif, namun tidak semua remaja menerapkannya dalam perilaku nyata. Oleh karena itu, untuk mengatasi perilaku negatif, perlu dilakukan pemantauan rutin serta pendekatan personal dan edukatif yang menekankan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah untuk kesehatan jangka panjang.

Menurut Rahmawati, S. (2020) mengatakan bahwa faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku siswi seperti minimnya dukungan dari orang tua dan guru serta tidak adanya pemantauan dari tenaga kesehatan sehingga semakin memperburuk perilaku mengonsumsi tablet tambah darah. Ketika tidak ada pengawasan, siswi cenderung menyimpan atau membuang tablet tambah darah. Sementara itu, lingkungan sosial yang tidak mendukung dan keterbatasan ketersediaan tablet tambah darah juga menghambat perilaku konsumsi tablet tambah darah yang baik.

Pada penelitian ini ditemukan pula responden yang memiliki perilaku positif sebanyak 58 responden (46,0%), hal ini dikarenakan siswi meminum tablet tambah darah sesuai dosis atau jadwal yang sudah ditetapkan, yaitu satu tablet setiap minggu atau sesuai anjuran petugas kesehatan dan guru UKS, hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki kepatuhan terhadap jadwal konsumsi tablet tambah darah sehingga dapat membantu dalam pencegahan anemia, adanya tanggung jawab pribadi terhadap kesehatan juga mendorong siswi untuk memiliki perilaku positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah, sikap tanggung jawab ini tercermin dari kesadaran siswi untuk menjaga kesehatan dengan rutin mengonsumsi tablet tambah darah agar terhindar dari risiko anemia dan dampak yang ditimbulkan. Siswi juga aktif dalam mencari informasi mengenai anemia dan manfaat tablet tambah darah, baik melalui media sosial, buku, maupun bertanya kepada guru dan petugas kesehatan. Upaya ini menunjukkan adanya keinginan responden untuk memahami pentingnya tablet tambah darah, sehingga hal tersebut mendukung terbentuknya perilaku positif dalam mencegah *stunting*.

Penelitian ini sejalan dengan teori Astuti, R. (2021) mengatakan bahwa remaja dengan perilaku positif umumnya mematuhi jadwal mengonsumsi tablet tambah darah setiap minggu tanpa perlu diawasi secara langsung. Hal menunjukkan adanya tanggung jawab pribadi terhadap kesehatan. Rahmawati (2020) juga menemukan bahwa motivasi intrinsik, seperti keinginan untuk menjaga kebugaran saat menstruasi dan menghindari pusing, mendorong remaja untuk meminum tablet tambah darah secara rutin.

Selain itu, menurut Wulandari (2019), remaja dengan perilaku positif biasanya lebih aktif dalam mencari informasi terkait anemia dan manfaat tablet tambah darah. Mereka juga terbuka untuk diskusi dan menyampaikan pengalaman mengonsumsi tablet tambah darah kepada teman sebaya yang secara tidak langsung bisa meningkatkan partisipasi remaja lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku positif perlu didukung dengan pendekatan yang berkelanjutan dari pihak sekolah dan tenaga kesehatan. Memberi edukasi yang konsisten serta menjadikan konsumsi tablet tambah darah sebagai kebiasaan yang menyenangkan bisa memperkuat perilaku sehat dikalangan remaja putri.

Menurut Sunaryo (2016) salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku individu yaitu pengetahuan dimana individu yang berpengetahuan

baik yaitu individu yang mengambil keputusan dengan bertindak tepat, cepat dan mudah. Sebaliknya bagi individu yang memiliki pengetahuan rendah mengambil keputusan akan bertindak lambat dan tidak tepat.

4. **Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dalam Upaya Pencegahan *Stunting* Pada Siswi Kelas XI SMA Kristen Rantepao Tahun 2025**

Pengetahuan merupakan hasil yang di dapatkan berdasarkan rasa keingintahuan seseorang melalui proses sensori menggunakan panca indra terutama penglihatan dan penderangan terhadap objek tertentu. Pengetahuan mempunyai peran penting dalam terbentuknya perilaku terbuka dan *open behavior* (Donsu, 2017) dalam (Rahmah Y. , 2022).

Suplementasi tablet tambah darah pada remaja ialah salah satu upaya pemerintah Indonesia buat memenuhi asupan zat besi pemberian tablet tambah darah menggunakan dosis yang sempurna bisa mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi pada tubuh (Roche et, 2018).

Hubungan pengetahuan dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah adalah jika pengetahuan (informasi) seseorang tentang tablet tambah darah rendah maka perilaku mengonsumsi tablet tambah darahnya juga rendah. Hal ini sangat dipengaruhi oleh pengetahuan/informasi yang diterima. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin baik pula seorang individu dapat mengendalikan sikap pencegahannya (Chaerani Trihandayani Nugraha & Sari, 2021).

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukan bahwa jumlah responden yang memiliki pengetahuan kurang berjumlah 98 responden (77,8%), dimana responden yang memiliki perilaku negatif 58 responden (46,0%), hal ini disebabkan siswi tidak mengetahui pengertian, fungsi maupun kegunaan tablet tambah darah, ketidaktahuan ini menyebabkan siswi tidak memahami alasan pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin, sehingga siswi berperilaku negatif dengan tidak mengonsumsi tablet tambah darah meskipun sedang dalam kondisi menstruasi. ketidaktahuan terhadap manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia berkaitan erat dengan rendahnya pemahaman terhadap fungsi dan pentingnya tablet tambah darah dalam menjaga kesehatan remaja putri, khususnya dalam mencegah anemia yang dapat berpengaruh pada kejadian *stunting*. Dengan adanya ketidaktahuan dan rendahnya pemahaman mengenai tablet tambah darah menjadi faktor penyebab siswi berperilaku negatif dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Lestari (2021) yang mengatakan bahwa remaja dengan pengetahuan rendah mengenai manfaat tablet tambah darah lebih cenderung memiliki perilaku tidak patuh, disebabkan oleh ketidaktahuan terhadap manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia. Ketidaktahuan berkaitan erat dengan rendahnya pemahaman terhadap fungsi dan pentingnya tablet tambah darah.

Menurut Marlina (2019) bahwa rasa takut terhadap efek samping, turut memperburuk perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dikalangan siswi yang berpengetahuan rendah. Hal ini menunjukan bahwa pengetahuan berperan penting dalam membentuk perilaku sehat, khususnya dalam upaya pencegahan anemeia melalui konsumsi tablet tambah darah.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sab'ngatun (2021) dimana hasil penelitiannya mayoritas mengonsumsi

tablet tambha darah tidak teratur sebanyak 16 responden (63%). Hal ini disebabkan kurangnya kesadaran individu akan pentingnya tablet tambah darah untuk perempuan dan juga kurangnya kontrol dari sekolah dikarenakan masih pandemi covid.

Dalam penelitian ini pula didapatkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang berjumlah 98 responden (77,8), memiliki perilaku positif sebanyak 40 responden (31,7), meskipun siswi memiliki pengetahuan yang kurang seperti siswi tidak mengetahui pentingnya tablet tambah darah bagi kesehatan, namun siswi tetap mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis yang diberikan, hal ini menunjukkan bahwa keterbatasan pengetahuan tidak selalu menjadi penghambat bagi siswi dalam melakukan perilaku positif. Mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis yang diberikan, karena adanya dorongan eksternal seperti program rutin dari sekolah mendorong siswi untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur, program ini biasanya dilakukan melalui kegiatan minum tablet tambah darah bersama di sekolah setiap minggu, sehingga memudahkan siswi untuk tetap mengonsumsi tablet tambah darah meskipun belum memahami sepenuhnya manfaat tablet tambah darah. Pemantauan dari petugas UKS dan keterlibatan guru dalam mengawasi siswi juga menjadi faktor yang mendorong perilaku positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Dukungan teman sebaya dalam mengonsumsi tablet tambah darah dapat meningkatkan motivasi dan kebiasaan siswi untuk melakukan perilaku positif meskipun dengan pengetahuan yang masih terbatas.

Menurut Nurmala Ningsih (2021) mengatakan bahwa beberapa siswi dengan pengetahuan rendah tetap menunjukkan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah yang baik, hal ini disebabkan oleh adanya dorongan eksternal, seperti program rutin dari sekolah, dukungan guru, serta pemantauan dari petugas UKS.

Teori ini didukung oleh Siti Khomsiyah (2018) yang mengatakan bahwa remaja dengan pengetahuan rendah tetap patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin dan adanya keterlibatan guru dalam mengawasi remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Dengan demikian, meskipun pengetahuan seseorang terhadap manfaat tablet tambah darah masih rendah, dukungan lingkungan sekolah, keterlibatan guru, dan teman sebaya dapat membentuk perilaku yang positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Pada penelitian ini terdapat 28 responden (22,2%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan memiliki perilaku negatif sebanyak 10 responden (7,9%), hal ini dikarenakan kesadaran siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah masih kurang, hal ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara pengetahuan yang dimiliki dengan penerapan dalam perilaku sehari-hari, sehingga siswi tidak mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Kurangnya pengetahuan atau informasi yang didapatkan mengenai tablet tambah dan dipengaruhi oleh faktor lain yaitu faktor yang berasal dari dalam diri seseorang untuk menjaga kesehatan, kebiasaan makan, penampilan, pemilihan dan arti makanan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik belum tentu secara langsung diikuti oleh siswi.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Green (2019), Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang mempermudah

terbentuknya suatu perilaku seseorang perubahan perilaku akan terbentuk secara berkala yang dimulai dengan perubahan dari pengetahuan terlebih dahulu kesadaran remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dan tidak terlepas dari informasi dan pengetahuan remaja putri mengenai tablet tambah darah pengetahuan remaja putri mengenai tablet tambah darah akan mempengaruhi minatnya dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur.

Pengetahuan yang baik mengenai tablet tambah darah juga dapat mempengaruhi kadar gizi dalam makanan yang mereka konsumsi sehingga mampu mempercepat status gizi yang baik, remaja putri merupakan kelompok yang rentan terkena anemia untuk mengurangi risiko terkena anemia remaja putri perlu diberikan pengetahuan mengenai anemia dan cara pencegahannya (Kamarullah, 2019).

Lestari (2018) mengatakan bahwa Pengetahuan seseorang tinggi akan pentingnya tablet tambah darah dalam pencegahan anemia namun pengetahuannya yang tinggi tersebut tidak diaplikasikan untuk mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh faktor lain yaitu faktor yang berasal dari dalam diri seseorang untuk menjaga kesehatan, kebiasaan makan, penampilan, pemilihan dan arti makanan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2021), terdapat responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah, namun masih menunjukkan perilaku negatif atau kurang dalam mengonsumsinya. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik belum tentu secara langsung diikuti oleh perilaku yang sesuai.

Menurut Notoatmodjo (2011) dalam Putri (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah: (1) pendidikan; pendidikan merupakan suatu usaha untuk kepribadian dan kemampuan seseorang baik didalam maupun diluar sekolah dan berlangsung seumur hidup, (2) media massa/media sosial; media massa menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, (3) sosial budaya dan status ekonomi; suatu kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh individu atau suatu kelompok tanpa melalui pemikiran baik atau buruknya suatu hal dapat mempengaruhi pengetahuan, (4) lingkungan; lingkungan berpengaruh terhadap proses penerimaan pengetahuan individu yang berada di lingkungan tersebut. (5) pengalaman; pengalaman merupakan sumber pengetahuan yaitu dengan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalu.

Pada penelitian ini terdapat 28 responden (22,2%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan memiliki perilaku mengonsumsi tablet tambah darah positif sebanyak 18 responden (14,3%), hal ini dikarenakan siswi mengetahui manfaat atau kegunaan tablet tambah darah seperti untuk mencegah anemia, menjaga kesehatan tubuh, dan mendukung konsentrasi belajar. Pengetahuan ini menjadi dasar yang kuat bagi siswi untuk rutin dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis yang dianjurkan. Hal ini sangat dipengaruhi oleh pengetahuan/informasi yang diterima, informasi dapat diperoleh melalui guru, petugas UKS, media sosial maupun penyuluhan kesehatan di sekolah. Semakin sering siswi mendapatkan informasi mengenai tablet tambah darah, maka semakin baik pula

pemahaman siswi tentang manfaat dan cara mengonsumsi tablet tambah darah. Semakin tinggi tingkat pengetahuan siswi maka semakin baik pula perilaku siswi dalam mengendalikan sikap pencegahannya, hal ini dapat dilihat dari adanya upaya siswi untuk tetap mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur sebagai bentuk pencegahan anemia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Oktariani, 2023), untuk mengetahui pengetahuan remaja putri di Tangkerang Tengah tentang pengetahuan *stunting* dan konsumsi tablet tambah darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum edukasi, remaja putri memiliki pengetahuan baik (41,3%), pengetahuan cukup (33,3%) dan kurang (25,4%), dan setelah dilakukan edukasi remaja putri memiliki pengetahuan baik (71,4%), pengetahuan cukup (23,8%) dan kurang (4,8%). Sebanyak 45 murid remaja putri memiliki kepatuhan untuk langsung meminum tablet tambah darah setelah edukasi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang *stunting* dan sikap remaja putri tentang konsumsi tablet tambah darah, namun masih ada yang memiliki pengetahuan kurang. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pengetahuan dengan perikau remaja putri dengan mengembangkan penelitian berkaitan dengan anemia defisiensi besi dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Menurut teori Notoatmodjo (2019), mengatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi dalam pembentukan perilaku. Namun, pengetahuan yang baik belum tentu secara langsung menghasilkan perilaku yang positif jika tidak didukung oleh faktor lain seperti sikap, dukungan lingkungan, serta pengalaman pribadi. Dalam hal ini kemungkinan terdapat faktor penghambat seperti rasa mual setelah minum tablet tambah darah, kurangnya pengawasan dari guru atau petugas kesehatan, serta persepsi negatif terhadap efek samping yang dirasakan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kamarulla (2019), remaja putri dianjurkan untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin karena menstruasi tiap bulannya hingga memerlukan zat besi yang didapat melalui tablet tambah darah mengganti darah yang hilang selama menstruasi anjuran mengonsumsi tablet tambah darah berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No.88 tahun 2014 wanita usia subur dianjurkan mengonsumsi satu tablet tambah darah dalam seminggu dan satu tablet tambah darah setiap hari selama menstruasi tablet tambah darah dikonsumsi setelah makan, diminum dengan air putih, konsumsi buah dengan kandungan Vitamin C agar meningkatkan penyerapan zat besi, beserta tidak boleh diminum bersamaan dengan kopi, teh, maupun susu dan beberapa makanan yang dianjurkan guna meningkatkan penyerapan zat besi adalah buah yang terdapat vitamin C didalamnya seperti jeruk, mangga, kiwi, pepaya serta makanan yang mengandung protein hewani ikan, daging dan hati ayam (Kamarullah, 2019).

Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,028 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ hal ini menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dalam upaya pencegahan *stunting* pada siswi kelas XI SMA Kristen Rantepao Tahun 2025.

Hubungan pengetahuan dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah adalah jika pengetahuan (informasi) seseorang tentang tablet tambah darah rendah maka perilaku mengonsumsi tablet tambah darahnya juga rendah. Hal ini sangat dipengaruhi oleh pengetahuan/informasi yang diterima. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin baik pula seorang individu dapat mengendalikan sikap pencegahannya (Chaerani Trihandayani Nugraha & Sari, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astri Wahyuningsih (2019) dimana Metode penelitian menggunakan Deskriptif Korelasional dengan pendekatan cross sectional. Responden yang digunakan dalam penelitian ini remaja putri di SMPN 1 Karangnongko dengan teknik purposive sampling berdasarkan inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan kuisioner untuk pengetahuan dengan perilaku mengonsumsi TTD. Data di analisis menggunakan uji *Chi-Square* dengan hasil yaitu ada hubungan pengetahuan dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah di SMP N 1 Karangnongko dengan nilai p value = 0,001 ($p < 0,05$).

5. Hubungan Sikap Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dalam Upaya Pencegahan *Stunting* Pada Siswi Kelas XI Di SMA Kristen Rantepao Tahun 2025

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa jumlah responden yang memiliki sikap negatif berjumlah 65 responden (51,6%) dan memiliki perilaku mengonsumsi tablet tambah darah negatif sebanyak 57 (45,2%), hal ini karena siswi berpendapat tidak membutuhkan tablet tambah darah karena merasa sehat-sehat saja, anggapan ini menunjukkan kurangnya pemahaman bahwa anemia dapat terjadi meskipun tidak menimbulkan gejala secara langsung, sehingga siwi menolak/tidak mau menerima tablet tambah darah yang diberikan oleh pihak sekolah, tidak melihat adanya perubahan pada diri mereka sendiri dan mereka tidak menyukai rasa yang berbau amis dan baunya ketika menelan tablet tambah darah, sehingga ini menjadi salah satu faktor yang memiliki kaitan dengan konsumsi tablet tambah darah.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Jamilatus (2019), yaitu sikap negatif pada remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagian besar disebabkan bahwa mereka tidak melihat adanya perubahan pada diri mereka sendiri dan mereka tidak menyukai rasa yang berbau amis dan baunya ketika menelan tablet tambah darah, hal ini adalah salah satu faktor yang memiliki kaitan dengan konsumsi tablet tambah darah

Menurut Irwan (2017) dalam Satriyono (2021) mengatakan, sikap adalah respon tertutup terhadap suatu stimulus atau objek, baik yang bersifat internal maupun eksternal sehingga manifestasinya tidak dapat langsung terlihat, melainkan hanya dapat dipahami dahulu dari perilaku yang tertutup tersebut.

Pada penelitian ini juga terdapat 65 responden (51,6%) memiliki sikap negatif namun memiliki perilaku mengonsumsi tablet tambah darah positif sebanyak 8 responden (6,3%), hal ini karena adanya faktor eksternal seperti peraturan sekolah yang mewajibkan siswi untuk mengikuti program minum tablet tambah darah secara rutin. Dukungan teman sebaya juga menjadi faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku positif, ketika teman-teman mengonsumsi tablet tambah darah, hal ini dapat memotivasi siswi

lain untuk ikut serta, meskipun siswi memiliki sikap negatif terhadap tablet tambah darah. Program minum tablet tambah darah di sekolah mampu meningkatkan kepatuhan perilaku siswi dalam mengonsumsi tablet tambah darah, pelaksanaan program ini secara rutin menjadikan siswi terbiasa dan patuh untuk mengonsumsi tablet tambah darah. Adanya pengawasan dari pihak sekolah dan petugas kesehatan turut mendorong siswi untuk tetap mengonsumsi tablet tambah darah. Pengawasan ini biasanya dilakukan dengan cara memantau langsung dan memberikan edukasi mengenai tablet tambah darah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2019), yang mengatakan bahwa perilaku tidak selalu sesuai dengan sikap individu karena adanya faktor eksternal seperti peraturan sekolah dan dukungan teman sebaya. Dimana program minum tablet tambah darah di sekolah mampu meningkatkan kepatuhan perilaku meskipun sebagian remaja memiliki sikap negatif terhadap konsumsi tablet tambah darah.

Menurut Wawan (2017) dalam Febriani (2021), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi sikap seperti pengalaman pribadi, pengaruh dari orang lain, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan emosional. Semakin banyak informasi yang diperoleh siswi mengenai tablet tambah darah, maka semakin positif pula sikap mereka terhadap konsumsi tablet tambah darah dan semakin sedikit informasi yang didapatkan siswi mengenai tablet tambah darah maka semakin negatif pula sikapnya (Fitriani 2022).

Menurut Pratiwi (2023), bahwa penyuluhan kesehatan yang diberikan kepada remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah sikap negatif menjadi lebih positif terhadap konsumsi tablet tambah darah, sehingga dapat mencegah anemia dan mendukung pencegahan *stunting*.

Wulandari (2019) juga mengatakan bahwa pengetahuan yang tinggi akan mendorong terbentuknya sikap positif, sehingga remaja lebih terbuka dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Pada penelitian ini terdapat 61 responden (48,4%) memiliki sikap positif dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah negatif 11 (8,7%), hal ini dikarenakan siswi menyadari bahwa tablet tambah darah penting untuk kesehatan remaja putri, terutama dalam mencegah anemia dan menjaga kesehatan selama masa pertumbuhan, hal ini menunjukkan bahwa siswi memiliki sikap positif dengan memahami manfaat tablet tambah darah bagi kesehatan. Meskipun memiliki sikap positif, siswi sering lupa mengonsumsi tablet tambah darah sesuai jadwal yang telah ditentukan, kelalaian ini dapat disebabkan oleh kesibukan, tidak adanya pengingat atau belum terbiasa dengan rutinitas konsumsi tablet tambah darah. Siswi juga merasa takut terhadap efek samping yang mungkin timbul setelah mengonsumsi tablet tambah darah seperti mual atau pusing. Kekhawatiran ini menjadi penghambat bagi siswi untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin meski siswi memahami manfaatnya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2023), mengatakan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD). Hal ini menunjukkan bahwa responden telah memahami pentingnya konsumsi tablet tambah darah untuk mencegah anemia dan dukungan kesehatan reproduksi remaja putri. Namun, meskipun memiliki sikap positif, masih terdapat responden yang tidak

melakukan konsumsi tablet tambah darah secara rutin sesuai anjuran, yang menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara sikap dan perilaku.

Astuti (2023) mengatakan bahwa 57,9% responden memiliki pengetahuan dan sikap positif terhadap tablet tambah darah, namun 73,7% responden tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran yang diberikan, dengan alasan lupa, takut efek samping dan tidak adanya pengawasan.

Menurut Nurjanah, A. N (2023) bahwa sikap positif yang dimiliki siswi belum sepenuhnya dapat mendorong terbentuknya perilaku mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin apabila tidak diimbangi dengan dukungan lingkungan, ketersediaan tablet tambah darah di rumah dan di sekolah. Oleh karena itu, perlu adanya upaya dari sekolah dan pihak puskesmas dalam meningkatkan pengawasan mengonsumsi tablet tambah darah melalui kegiatan minum bersama, pengingat konsumsi melalui UKS, serta pemberian edukasi berkelanjutan agar perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dapat meningkat dan sesuai dengan rekomendasi program pemerintah.

Dalam penelitian ini didapatkan pula responden yang memiliki sikap positif 61 responden (48,8%) dan memiliki perilaku positif sebanyak 50 responden (39,7%), hal ini dikarenakan siswi merasa bahwa tablet tambah darah sangat penting untuk kesehatan remaja putri, pemahaman ini menunjukkan adanya kesadaran akan pentingnya pencegahan anemia sejak remaja untuk mendukung kesehatan dan kesiapan reproduksi dimasa mendatang. Siswi meminum tablet tambah darah yang diberikan oleh pihak sekolah setiap minggu, hal ini menunjukkan adanya kepatuhan dalam mengikuti program konsumsi tablet tambah darah yang telah ditetapkan oleh pihak sekolah, baik melalui kegiatan minum bersama maupun kegiatan rutin setiap minggu. Remaja putri dengan sikap positif terhadap pentingnya tablet tambah darah cenderung memiliki perilaku mengonsumsi yang lebih baik dan teratur setiap minggu, hal ini menunjukkan bahwa sikap positif dapat mendorong terbentuknya perilaku positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah, karena siswi memiliki pemahaman akan manfaat dan menyadari risiko jika tidak mengonsumsinya secara rutin.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Yunitasari (2020), dimana remaja putri dengan sikap positif terhadap pentingnya tablet tambah darah akan lebih teratur dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia. Remaja putri dengan sikap positif terhadap pentingnya tablet tambah darah cenderung memiliki perilaku mengonsumsi yang lebih baik dan teratur setiap minggu.

Susanti (2021), mengatakan bahwa penelitian ini mendukung adanya hubungan antara sikap positif dengan perilaku positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Remaja putri dengan sikap positif memiliki kemungkinan 2,3 kali lebih besar untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur sebagai pencegahan anemia dan *stunting*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati (2023), mengatakan bahwa 94% remaja dengan sikap positif menunjukan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Dengan demikian, temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian-penelitian sebelumnya bahwa sikap positif berpengaruh terhadap perilaku positif dalam

mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia.

Berdasarkan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ hal ini menunjukkan ada hubungan sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah dalam upaya pencegahan *stunting* pada siswi kelas XI SMA Kristen Rantepao tahun 2025 atau H_0 diterima dan H_a ditolak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunitasari (2020) tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di kota Surabaya tahun 2020 dengan nilai $p\text{-value} = 0,002 < \text{nilai } \alpha (0,05)$.

Penelitian ini sama yang dilakukan oleh Putri (2022) tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di kota Semarang dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Semarang tahun 2022 dengan nilai signifikan $p\text{-value} = 0,000 < \alpha (0,05)$.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Mayoritas Siswi kelas XI di SMA Kristen Rantepao memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 98 responden (77,8%).
2. Mayoritas Siswi kelas XI di SMA Kristen Rantepao memiliki sikap negatif sebanyak 65 responden (51,6%).
3. Mayoritas siswi kelas XI di SMA Kristen Rantepao memiliki perilaku mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kategori negatif sebanyak 68 responden (54,0%).
4. Ada hubungan pengetahuan dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dalam upaya pencegahan *stunting* pada siswi kelas XI SMA Kristen Rantepao tahun 2025 dengan nilai $p\text{-value} = 0,028$.
5. Ada hubungan sikap dengan perilaku mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dalam upaya pencegahan *stunting* pada siswi kelas XI SMA Kristen Rantepao tahun 2025 dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, D. (2019). *Hubungan Antara Sikap Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri* di SMA Negeri 3 Jakarta.
- Anita, (2022). *Anemia Pada Remaja Putri Dan Dampaknya Terhadap Kehamilan Dan Stunting*. Jakarta.
- Astuti, R. (2021). *Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kepatuhan Remaja Putri* di SMA Negeri 1 Cikarang.
- Eva Oktariana. (2023). *Pengetahuan remaja putri tentang pencegahan stunting dan konsumsi tablet tambah darah* . Riau.
- Febriani, K. (2021). *Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menangani Dismenore Di Sma Airlangga Namu Ukur Tahun 2021* . Medan.

- Hutapea, M. (2024, Mei). *Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri Mengenai Pemberian Tablet Tambah Darah Sebagai Tindakan Pencegahan Stunting di SMP Kristen Hidup Baru*. Jurnal Penelitian Inovatif.
- Irwan. (2017). *Pendidikan Kesehatan: Konsep dan Penerapan Dalam Remaja*. Dalam Satriyono (2021). Jakarta: Salemba Medika.
- Jamilatus. (2019). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah*. Jurnal Ilmu Kesehatan Reproduksi.
- Kartika, R. (2020). *Persepsi dan Sikap Remaja Putri terhadap Tablet Tambah Darah di SMK Yogyakarta*.
- Kementrian RI (2018), *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Stunting*. Jakarta.
- Lestari, D. (2018). *Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Tablet Tambah Darah dalam Upaya Pencegahan Anemia*. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.
- Lestari, D. (2021). *Hubungan antara sikap dan kepatuhan dalam konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Marlini, D. (2019). *Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Negatif Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah*. Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2019). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta.
- Nurhayati. (2023). *Hubungan Sikap Positif dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri*.
- Nurjanah, A. N. (2023). *Peran Lingkungan dan Dukungan dalam Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah di Kalangan Remaja*. Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Nurlaila, A. (2020). *Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri: Studi di SMA Negeri*.
- Oktariani, E. (2023). *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Stunting Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah*. di Tangkerang Tengah
- Pratiwi, A., dkk. (2019). *Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMK Negeri 1 Tilatang Kamang*.
- Putri, L. (2021). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Putri. (2022). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di Kota Semarang*.
- Rahayu, T., dkk. (2018). *Pengaruh Tingkat Pendidikan Ibu Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita*. Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia.
- Rahmah, Y. (2022). *Pengaruh Pengetahuan terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah*. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Ratnawati, A. E., & Safitri, D. (2022). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Fe di Sekolah*. Jurnal Kesehatan Masyarakat
- Rahmawati, S. (2020). *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Pengawasan Terhadap Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri*.
- Roche, M. L., et al. (2018). *The Effectiveness of Weekly Iron and Folic Acid Supplementation in Adolescents: A Systematic Review*. Geneva: WHO.
- Sab'ngatun, N. (2021). *Pengaruh Kesadaran Individu dan Pengawasan Sekolah terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Selama Pandemi*.
- Sanda, V. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah Dengan Kepatuhan Konsumsi di SMAN 4 Bandan*.
- Sari, P. I. (2022). *Studi Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Di Pondok Pesantren Al-Jamiyatul Mushliyah Tj. Haloban Labuhan Batu Tahun 2022*. Padangsidempuan .

- Satriyono, A. Y. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku TRIAD Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) Pada Siswa SMK Duta Pratama Indonesia (DPI) Kota Tasikmalaya Tahun 2021*. Tasikmalaya.
- Septiani, R. (2019). *Kurangnya Pengetahuan tentang Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Dampaknya terhadap Anemia*. Jakarta 2019.
- Siti Noerfaridha. (2021). *Stunting: Faktor Risiko Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Anak*. Jakarta: Kencana.
- Sunarti. (2018). *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Sikap Terhadap Perilaku Kesehatan*. Jurnal Ilmiah Kesehatan.
- Sunaryo. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta.
- WHO. (2023). Retrieved from https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Widyastuti, E. (2020). *Faktor Penyebab Sikap Negatif Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah*.
- Wulandari, F. (2019). *Perilaku Remaja Dalam Pencarian Informasi Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMAN 5 Bandung*.
- Wulandari, S., & Perwitasari, D. (2021) *Depresi Kehamilan Dan Pengaruhnya Terhadap Perkembangan Anak*. Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental.
- Yunitasari. (2020). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Surabaya*.