

## **EFEKTIVITAS PENYULUHAN TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP DAN NIAT REMAJA PUTRI UNTUK MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH**

<sup>1</sup>Era Revika, <sup>1</sup>Retno Heru Setyorini, <sup>1</sup>Fitriani Mediastuti

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo

Email korespondensi: [revika13@gmail.com](mailto:revika13@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Anemia merupakan permasalahan kesehatan pada remaja putri. Prevalensi anemia di kalangan remaja putri akan berisiko mengganggu pertumbuhan, perkembangan, dan kualitas hidup. Salah satu upaya yang direkomendasikan untuk mencegah anemia adalah dengan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Penyuluhan menjadi salah satu metode dalam meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap. Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini untuk menganalisis efektivitas penyuluhan terhadap pengetahuan, sikap, dan niat remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Tahapan dalam penelitian ini dengan memberikan pretes sebelum Penyuluhan dan dilakukan postes setelah penyuluhan. Metode yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain pre-test post-test. Sampel penelitian terdiri dari remaja putri SMA dan SMK di wilayah Bantul dengan sampel sejumlah 105 orang. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur pengetahuan, sikap, dan niat remaja sebelum dan sesudah penyuluhan. Uji yang dilakukan penelitian ini dengan wilxocson test. Hasil penelitian membuktikan bahwa pemberian penyuluhan secara statistik efektif pada peningkatan pengetahuan sikap dan niat terhadap konsumsi tablet tambah darah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan niat remaja terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD), yang diharapkan dapat mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia.

**Kata Kunci:** Penyuluhan, Pengetahuan, Sikap, Niat, Konsumsi Tablet Tambah Darah

## **EFFECTIVENESS OF COUNSELING ON UNDERSTANDING, ATTITUDE, AND INTENTION OF TEENAGE GIRLS TO CONSUME BLOOD SUPPLY TABLETS**

### **ABSTRACT**

*Anemia is a health problem in adolescent girls. The prevalence of anemia among young women risks disrupting growth, development and quality of life. One of the recommended efforts to prevent anemia is to consume blood supplement tablets (TTD). Counseling is one method of increasing knowledge and changing attitudes. This research aims to analyze the effectiveness of counseling on the knowledge, attitudes and intentions of young women in consuming tablets. add blood. Counseling was carried out to increase knowledge of young women regarding the importance of consuming TTD in preventing anemia. The method used*

*is experimental research with a pre-test post-test design. The research sample consisted of high school and vocational school teenagers. Data was collected through questionnaires that measured teenagers' knowledge, attitudes and intentions before and after counseling. The results of the study prove that providing intervention is statistically effective in increasing knowledge, attitudes and intentions regarding the benefits of blood supplement tablets. This research concludes that counseling is effective in increasing teenagers' knowledge, attitudes and intentions towards consuming TTD, which is expected to reduce the prevalence of anemia in young women in Indonesia.*

**Keywords:** *counseling, knowledge, attitudes, intentions, consumption of blood supplement tablets*

---

## PENDAHULUAN

Data Riskesdas tahun 2018 menyatakan bahwa kejadian anemia sebesar 26,8% pada anak usia 5-14 tahun dan sebesar 32% terjadi pada usia 15-24 tahun.<sup>1</sup> Anemia merupakan satu permasalahan pada remaja putri, hal ini perlu diperhatikan karena remaja putri adalah calon ibu hamil yang mana jika terjadi anemia saat hamil akan berdampak pada ibu dan janian. Permasalahan kesehatan pada remaja putri salah satunya adalah anemia, dampak dari anemia dapat mempengaruhi perkembangan baik fisik maupun prestasi pada remaja. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi masalah anemia adalah dengan mengonsumsi makanan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin, namun tidak semua orang dapat mengonsumsi makanan tersebut sehingga perlunya mengonsumsi tablet tambah darah. program pemberian tablet tambah darah bertujuan untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri. Anemia merupakan masalah gizi umum yang banyak diderita oleh remaja putri di Indonesia, khususnya mereka yang tinggal di daerah pedesaan<sup>2</sup>.

Dikabupaten Bantul cakupan pemberian tablet tambah darah pada

remaja putri pada tahun 2022 sebesar 75,69%<sup>3</sup> belum maksimal cakupan tersebut sehingga masih terdapat remaja putri yang belum mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin,, banyak faktor yang menyebabkan remaja tersebut enggan untuk mengonsumsi tablet tambah darah. metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri tentang pentingnya tablet tambah darah salah satunya dengan penyuluhan. Pengetahuan dan sikap mengonsumsi Tablet Tambah Darah dapat meningkat dengan pendidikan kesehatan, sehingga melalui penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap sehingga akan meningkatkan minat dalam mengonsumsi tablet tambah darah<sup>4</sup>. Hasil penelitian bahwa Konsumsi tablet tambah darah belum sesuai dengan jumlah dan tablet tambah darah sehingga diperlukan pemantauan pemberian tablet tambah darah dari guru ke remaja<sup>5</sup>. hal ini membuktikan bahwa peran guru penting untuk memantau target dalam konsumsi tablet tambah darah. Penguatan peran guru sekolah, masyarakat, pemimpin, orang tua, dan teman sebaya dengan menyediakan informasi tentang manfaat tablet tambah darah serta memotivasi agar

mengonsumsinya tablet tambah darah secara rutin<sup>6</sup>

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-eksperimental* dengan desain *one group pretest-posttest*. Sampel dalam penelitian ini adalah 105 siswa SMA dan SMK di Wilayah Bantul. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *simple random sampling*, Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dianalisis

menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

## HASIL

Pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah diukur dengan kuesioner yang difokuskan pada pertanyaan tentang pengertian dan manfaat tablet tambah darah bagi remaja putri, dampak jika kekurangan zat besi dalam tubuh, serta dosis minum tablet tambah darah. Hasil tingkat pengetahuan dari 10 pertanyaan yang diajukan pada remaja putri dapat dilihat pada Tabel dibawah ini

**Tabel 1 Perbandingan nilai Rata-Rata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah dilakukan Intervensi**

Variabel	Mean		Negatif Rank	Positif Rank	Sig (p-value)
	Pretest	Posttest			
Tingkat Pengetahuan	8.65	9.50	7	72	<0,001

Sumber: Analisis Data Primer 2024

Berdasarkan Tabel 1 diatas diketahui nilai rata-rata pretest tingkat pengetahuan responden tentang anemia sebelum dilakukan intervensi memiliki rata-rata 8.65. Setelah intervensi, nilai rata-rata posttest

secara statistik lebih tinggi dari pada rata-rata posttest yaitu 9.50 dengan  $p=<0,001$  atau < dari 0,05. Dari 105 responden, 7 mengalami penurunan skor dan 72 mengalami peningkatan skor

**Tabel 2 Perbandingan Nilai Rata-Rata Sikap Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi**

Variabel	Mean		Negatif Rank	Positif Rank	Sig (p-value)
	Pretest	Posttest	1.	2.	3.
Sikap	43.86	47.77	20	75	<0,001

Sumber: Analisis Data Primer 2024

Berdasarkan Tabel 2 diketahui nilai rata-rata sikap terhadap manfaat tablet tambah darah pada posttest lebih tinggi dari pretest. Nilai rata-rata sebelum dilakukan intervensi 43.86, dan setelah dilakukan intervensi

47.77 dengan nilai  $p=<0,001$  atau < dari 0,05. Dari 105 responden, 20 mengalami penurunan skor, dan 75 mengalami peningkatan skor.

**Tabel 3 dan perbandingan nilai rata-rata niat sebelum dan sesudah dilakukan intervensi**

Variabel	Mean		Negatif Rank	Positif Rank	Sig (p-value)
	Pretest	Posttest	4.	5.	6.
Niat	28.29	30.23	14	61	<0,001

Sumber: Analisis Data Primer 2024

Nilai posttest lebih tinggi dari pada nilai pretest dan analisis Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa nilai  $p = < 0,001$  atau kurang dari 0,05 yang berarti pemberian intervensi secara statistik berpengaruh pada peningkatan niat minum tablet tambah darah.

Hasil penelitian membuktikan bahwa pemberian intervensi secara statistik efektif pada peningkatan pengetahuan tentang tablet tambah darah. Terdapat Perbedaan nilai rata-rata sebelum dan sesudah intervensi. Pengetahuan atau *knowledge* merupakan hasil tahu dari seseorang melalui panca inderanya terhadap suatu objek. Sebagian besar Indra pendengaran dan penglihatan merupakan organ yang berperan dalam seseorang memperoleh pengetahuan<sup>7</sup>. Dengan adanya pengetahuan akan mempengaruhi seseorang untuk berperilaku sesuai dengan hasil penerimaan penginderaan setiap individu.

Penyuluhan yang dilakukan pada penelitian ini bagian dari promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan, pengetahuan yang memadai tentang keuntungan dari mengonsumsi tablet Fe ataupun dampak jika kekurangan kadar HB akan berpengaruh terhadap niat para remaja putri untuk mengonsumsi tablet tambah darah. Adanya pemberian edukasi kesehatan yang berkelanjutan, terutama yang berkaitan dengan efek yang terjadi jika kekurangan zat besi dan bagaimana cara mengatasinya akan meningkatkan niat dan perilaku positif

dalam konsumsi tablet Fe, dengan adanya Intervensi yang tepat, seperti pemberian edukasi, pendidikan, pelatihan di sekolah, dapat membantu remaja putri untuk lebih peduli terhadap kesehatan, mengurangi risiko kejadian anemia dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan, Adanya Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan ini sejalan dengan hasil penelitiannya bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada santriwati Kota Semarang<sup>8</sup>. Sehingga penyuluhan dapat efektif untuk meningkatkan pengetahuan, Pemberian pendidikan terstruktur efektif meningkatkan pengetahuan, sikap tentang anemia pada remaja putri<sup>9</sup>. Pemberian penyuluhan akan berdampak pada pengetahuan remaja putri, karena remaja putri lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan dari remaja laki-laki, salah satu penyebabnya karena menstruasi, sehingga jika remaja putri dapat memahami resiko yang terjadi maka akan berupaya mencegah terjadinya anemia dengan mengonsumsi tablet tambah darah.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa sikap responden mayoritas sikap positif hal ini dapat disimpulkan terdapat perubahan sikap positif sehingga adanya penyuluhan efektif merubah sikap. Hal ini sesuai dengan penelitian bahwa adanya pengaruh penyuluhan pada sikap didapatkan nilai dengan  $p\text{-Value}$   $0,000 < 0,05$ . Yang disimpulkan bahwa penyuluhan tentang tablet tambah darah berpengaruh terhadap Sikap<sup>10</sup>. Adanya

sikap positif akan mempengaruhi pengetahuan, dalam hal ini sikap untuk mengonsumsi tablet Fe. Keberhasilan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri sangat dipengaruhi oleh kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Sikap positif yang didorong oleh pengetahuan yang cukup dan dukungan sosial, baik dari keluarga maupun teman sebaya, dapat meningkatkan efektivitas penggunaan tablet Tambah darah. Angka kejadian anemia pada siswi yang sedang mengikuti program konsumsi tablet tambah darah bisa disebabkan dengan kesadaran yang masih kurang dalam mengonsumsi tablet tambah darah<sup>11</sup>. Upaya yang dilakukan untuk melakukan perubahan sikap dan pengetahuan adalah dengan penyuluhan yaitu memberikan pendidikan tentang konsumsi tablet Fe<sup>12</sup>. Hasil penelitian pusпитasari bahwa remaja akan melakukan perilaku pencegahan anemia yang lebih baik jika memiliki sikap yang lebih baik, norma subyektif, kontrol perilaku yang dirasakan, dan niat. Upaya pencegahan tersebut dapat dilakukan dengan mengonsumsi tablet tambah darah<sup>13</sup>. Hal ini dapat disimpulkan penyuluhan efektif dalam perubahan sikap, bahwa sikap berperan dalam keberhasilan pencegahan terjadinya anemia pada remaja putri, sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah, karena dampak anemia pada remaja akan menimbulkan resiko saat hamil.

Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang dampak dari kekurangan zat besi dan pemahaman manfaat tablet tambah darah cenderung memiliki niat yang lebih besar untuk mengonsumsinya, berdasarkan teori perilaku Ajzen, perilaku individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti keyakinan, sikap, dan kondisi lingkungan. Dalam hal perilaku kesehatan, seperti kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe (zat besi).<sup>14</sup> Azwar 2013 menyatakan bahwa sikap dan niat seseorang dapat mempengaruhi perilakunya, hal tersebut dapat terbentuk berdasarkan pengetahuan dan pemahaman individu tentang manfaat dari tindakan<sup>15</sup>. Pengetahuan dan pemahaman dapat diperoleh salahsatunya dari penyuluhan, melalui penyuluhan juga informasi yang diperoleh dapat mendorong remaja untuk bersikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan kejadian anemia.

*Theory of Planned Behavior* (TPB) menyatakan bahwa perilaku ditentukan oleh niat perilaku individu dan bahwa kontrol perilaku yang dirasakan juga menentukan perilaku. Niat dipengaruhi oleh faktor motivasi yang memengaruhi perilaku tertentu dimana semakin kuat niat untuk melakukan perilaku tersebut, semakin besar kemungkinan perilaku tersebut akan dilakukan<sup>16</sup>. Adanya kontrol perilaku yang kuat bagi remaja putri akan memiliki niat untuk patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah<sup>17</sup>. berdasarkan penelitian bahwa penyuluhan

efektif dalam mendorong niat remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah, hal ini dapat disimpulkan bahwa penyuluhan yang dilakukan bagian dari pemberian promosi kesehatan dengan memberikan edukasi tentang konsumsi tablet tambah darah.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Riskesdes. (2022). Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkat, Bebas Prestasi. Jakarta. <https://ayosehat.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi>
2. Rachmat, Muhammad ; Citrakesumasari ; Anwar, Sitti Andriani ; Kurniati, Y. ; N. (2024). Relationship between Knowledge, Intentions, and Anaemia Prevention Behavior on Common Symptoms of Anaemia in Adolescent Girls in Rural Areas Indonesia. *International Journal of Advanced Health Science and Technology*, 4(3).
3. Perbup. Peraturan Bupati bantul nomor 84 tahun 2023 tentang Rencana Aksi Daerah Pangan dan Gizi
4. Abdillah, Muhammad Azra Inan ; Triawanti ; Rosida, Azma ; Noor, Meitria Syahadatina ; Muthmainah, N. (2022). Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan dan Sikap Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *Homeostasis*, 5(3), 648–657
5. Aliyah, N., & Krianto, T. (2023). Pengetahuan Dalam Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kecamatan Cimanggis Kota Depok Tahun 2023. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2), 426-435.
6. Setyorini, Retno Heru ; Revika, E. (2024). Using the Theory of Planned Behavior to Explore Factors Associated with the Behavior of Consuming Blood Booster Tablets Among Adolescent Girls in Bantul Regency. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 12(2), 208–217. <https://doi.org/10.20473/jpk.V12.I2.2024.208-217>
7. Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. *Rineka Cipta*.
8. Sulistyowati, 2019 Sulistyowati, Aulia Medina ; Rahfiluddin, M.Zen ; Kartini, A. (2019). 1. Pengaruh Penyuluhan Dan Media Poster Tentang Anemia Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pada Santriwati (Studi Di Pondok Pesantren Al-Bisyri Kota Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4)(2356–3346), 700–704. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/25080/22481>
9. Abu-Baker NN, Eyadat AM, Khamaiseh AM. The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan. *Heliyon*. 2021 Feb;7(2).
10. Akil, R., Rate, S., Yusuf, K., Wahyuni, F., & Intang, S. N. (2021). Pengaruh Penyuluhan tentang Tablet Tambah Darah Menggunakan Media leaflet terhadap Pengetahuan dan Sikap Kepatuhan Konsumsi Tablet

## SIMPULAN

Penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan niat untuk mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

- Tambah Darah pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Cina Kabupaten Bone. *PharmaCine: Journal of Pharmacy, Medical and Health Science*, 2(2), 115-127.
11. Widiastuti, Anita; Rusmini, R. (2019). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Sains Kebidanan*, 1(1), 12–18.
  12. Lutfiani, Rani; Harna; Melani, Vitria; Nadiyah; Mulyani, E. Y. (2023). Pengaruh Pemberian Media Tar (Tentang Anemia Remaja) Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Terkait Anemia Serta Konsumsi Tablet Besi Pada Remaja Putri. *Ghidza Media Jurnal*, 5(1), 121–132.
  13. Puspitasari, H. Z. G., Armini, N. K. A., Pradanie, R., & Triharini, M. (2022). Anemia prevention behavior in female adolescents and related factors based on Theory of Planned Behavior: A cross-sectional study. *Jurnal Ners*, 17(1), 25–30.  
<https://doi.org/10.20473/jn.v17i1.27744>
  14. Ajzen, I. (2011). The theory of planned behaviour: Reactions and reflections. *Psychology and Health*, 26(9), 1113–1127.  
<https://doi.org/https://www.tandfonline.com/doi/epdf/10.1080/08870446.2011.613995?needAccess=true>
  15. Azwar, S. (2013). *Penyuluhan Kesehatan: Teori dan Praktik*. Edisi ke-2. Yogyakarta: Penerbit Andi.
  16. LaMorte, W. Wayne. (2022). *The Theory of Planned Behavior*. <https://sphweb.bumc.bu.edu/otlt/mph-modules/sb/behavioralchange/theories/BehavioralChangeTheories3.html>
  17. Quraini, D. F., Ningtyias, F. W., & Rohmawati, N. (2020). Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet
- Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *Jurnal Promkes*, 8(2), 154-162.

Efektivitas Penyuluhan Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Niat Remaja Putri  
Untuk Mengonsumsi Tablet Tambah Darah