

# JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

## Determinan Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama: Studi *Cross-Sectional* di Indonesia Timur *Determinants of Anemia Prevention Efforts in Adolescent Girls in Junior High Schools: A Cross-Sectional Study in Eastern Indonesia*

Susana Alorida Moka\*, Christina R. Nayoan, Luh Putu Ruliati, Anderias Umbu Roga, Marilyn Susanti Junias

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia

### Article Info

#### Article History

Received: 07 Jul 2025

Revised: 20 Jul 2025

Accepted: 30 Jul 2025

### ABSTRACT / ABSTRAK

*Anemia remains a major health problem among adolescent girls, especially in the Sotimori Community Health Center (Puskesmas Sotimori) working area. This study aims to analyze factors related to anemia prevention efforts in junior high school girls. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The population in this study were all adolescent girls attending two junior high schools, namely SMPN 1 Landuleko and SMP Satap Daiama, Landuleko District, Rote Ndao Regency. The research sample was calculated using the lemeshow formula. The number of samples was 85 respondents taken using a simple random sampling technique. Data were collected through a structured questionnaire and analyzed using the chi-square test. The results showed a significant relationship between attitudes ( $p = 0.001$ ), peer support ( $p = 0.001$ ), and the availability of iron tablets ( $p = 0.001$ ) with anemia prevention efforts. However, there was no significant relationship between the level of knowledge ( $p = 0.307$ ) and the role of health workers ( $p = 0.215$ ) with anemia prevention efforts. In conclusion, predisposing, driving, and supporting factors all contribute to efforts to prevent anemia in adolescent girls.*

**Keywords:** *Anemia prevention, Adolescent girls, Knowledge, Role of health workers, Iron tablets*

Anemia masih menjadi masalah kesehatan utama di kalangan remaja putri, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Sotimori. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri sekolah menengah pertama. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh remaja putri yang bersekolah di dua SMP yaitu SMPN 1 Landuleko dan SMP Satap Daiama, Kecamatan Landuleko, Kabupaten Rote Ndao. Sample penelitian di hitung menggunakan rumus lemeshow. Jumlah sampel sebanyak 85 responden yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur dan dianalisis menggunakan uji *chi - square*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap ( $p=0,001$ ), dukungan teman sebaya ( $p=0,001$ ), dan ketersediaan tablet tambah darah ( $p=0,001$ ) dengan upaya pencegahan anemia. Namun tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ( $p=0,307$ ) dan peran tenaga kesehatan ( $p=0,215$ ) dengan upaya pencegahan anemia. Kesimpulannya, faktor predisposisi, pendorong, dan pendukung semuanya memiliki kontribusi terhadap upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

**Kata kunci:** Pencegahan anemia, Remaja putri, Pengetahuan, Peran tenaga kesehatan, Tablet tambah darah

### Corresponding Author:

Name : Susana Alorida Moka

Affiliate : Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Address : Jl. Adisucipto, Penfui, Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur, Indonesia

Email : susanamoka30@gmail.com

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global yang signifikan, khususnya pada remaja putri. Menurut Agenda Sustainable Development Goals (SDGs) 2030, terutama pada poin 2.2, penghapusan segala bentuk kekurangan gizi menjadi prioritas utama. WHO dalam World Health Assembly (WHA) ke-65 menegaskan bahwa anemia merupakan indikator status gizi yang berpengaruh terhadap pembangunan ekonomi negara. Target global adalah penurunan anemia sebesar 50% pada wanita usia reproduktif tahun 2025 (Rahman & Fajar, 2024). WHO mendefinisikan anemia sebagai kadar hemoglobin (Hb) <12 g/dL pada perempuan (Ardianti Khasanah et al., 2024), dan menyebabkan gejala seperti lemah, lesu, pusing, hingga sesak napas (Imas Saraswati, 2021). Ironisnya, anemia masih sering dianggap sepele (Suandana et al., 2022).

Anemia memiliki dampak jangka panjang yang serius pada remaja putri, terutama sebagai calon ibu. Risiko komplikasi saat kehamilan, persalinan, serta peluang melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) dan stunting menjadi konsekuensi nyata dari anemia yang tidak ditangani sejak dini (Apriyanti, 2019; Halterman & Segel, 2023). Selain faktor biologis seperti menstruasi yang menyebabkan kehilangan zat besi (Kumalasari et al., 2021), peran pola makan, sanitasi, dan edukasi gizi sangat krusial. Secara nasional, prevalensi anemia pada remaja usia 15–24 tahun meningkat dari 27,2% (2021) menjadi 32% (2023), dengan kenaikan 2,4% per tahun (Kemenkes, 2024). Data BPS 2024 menunjukkan bahwa 24,2% populasi Indonesia adalah remaja putri (Indriyani, 2024), menjadikan kelompok ini prioritas dalam intervensi kesehatan masyarakat.

Di Nusa Tenggara Timur (NTT), prevalensi anemia remaja putri mencapai 72,2%, menunjukkan beban masalah yang sangat tinggi. Khususnya di Kabupaten Rote Ndao, data Dinas Kesehatan melaporkan prevalensi sebesar 25%, lebih tinggi dari rata-rata nasional (Ndao, 2023). Kondisi ini diperburuk oleh minimnya edukasi kesehatan: hanya 30% remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Sotimori yang pernah mendapatkan edukasi tentang pencegahan anemia (Survey Primer, 2022). Hasil survei awal tahun 2024 menunjukkan angka kejadian anemia pada remaja putri di wilayah tersebut berkisar antara 50–70%. Hal ini mencerminkan lemahnya intervensi promotif dan preventif di tingkat sekolah dan masyarakat.

Namun, hingga kini belum banyak penelitian yang secara spesifik menganalisis determinan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di daerah dengan prevalensi tinggi seperti wilayah kerja Puskesmas Sotimori. Kesenjangan pengetahuan (knowledge gap) ini menunjukkan perlunya kajian lebih lanjut yang mendalam dan kontekstual. Untuk itu, penelitian ini menggunakan pendekatan teori Precede-Proceed dari Green, yang menekankan peran faktor predisposisi (pengetahuan, sikap), faktor penguat (dukungan teman sebaya), serta faktor pendukung (tenaga kesehatan dan ketersediaan TTD) dalam membentuk perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri Sekolah Menengah Pertama di wilayah kerja Puskesmas Sotimori.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian dilakukan di Kecamatan Landuleko, Kabupaten Rote Ndao, tepatnya

di dua Sekolah Menengah Pertama yaitu SMPN 1 Landuleko dan SMP Satap Daiama. Penelitian ini dilaksanakan selama tiga bulan, yaitu sejak bulan Februari hingga April tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang bersekolah di dua SMP tersebut. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling*, yakni pemilihan secara acak. Jumlah sampel yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebanyak 85 responden, yang ditentukan berdasarkan rumus Lemeshow.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner tertutup yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, yang terdiri dari pertanyaan-pertanyaan terkait variabel pengetahuan, sikap, dukungan teman sebaya, peran tenaga kesehatan, serta ketersediaan TTD. Seluruh data yang terkumpul dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 25.0. Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu analisis univariat, analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square serta analisis multivariat dengan uji regresi logistik. Penyajian data dilakukan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan narasi deskriptif yang menjelaskan hasil secara sistematis dan logis. Penelitian ini telah memperoleh sertifikat kelayakan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana dengan Nomor:000724/KEPK FKM UNDANA/2025. Selain itu, seluruh proses pengumpulan data dilakukan dengan tetap menjaga dan menghormati prinsip-prinsip etika penelitian, yaitu dengan memberikan penjelasan lengkap kepada responden mengenai tujuan, manfaat, dan risiko penelitian sebelum mereka menyetujui keikutsertaan, menjaga kerahasiaan identitas dan informasi pribadi responden melalui sistem anonimitas, serta memastikan bahwa data hanya digunakan untuk kepentingan akademik dan tidak dipublikasikan dalam bentuk yang mengungkap identitas individu.

## HASIL

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

	Karakteristik	n	%
Umur (tahun)	Remaja awal (11-14)	64	75,3
	Remaja Pertengahan (15-17)	21	24,7
Kelas	VII	37	43,5
	VIII	31	36,5
	IX	17	20,0
Umur Menarche (tahun)	9 – 12	28	32,9
	>13	57	67,1
<b>Total</b>		<b>85</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer, 2025

Mayoritas responden berada pada kategori remaja awal (usia 11–14 tahun) sebanyak 64 orang (75,3%), sedangkan remaja pertengahan (15–17 tahun) hanya 21 orang (24,7%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang terlibat dalam penelitian masih berada pada tahap awal perkembangan remaja, yang merupakan fase penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Berdasarkan tingkat kelas, responden paling banyak berasal dari kelas VII sebanyak 37 orang (43,5%), diikuti oleh kelas VIII sebanyak 31 orang (36,5%), dan paling sedikit dari kelas IX sebanyak 17 orang (20%). Hal ini mencerminkan bahwa mayoritas responden merupakan siswa baru yang mungkin lebih mudah dibentuk perilaku

kesehatannya. Sedangkan berdasarkan umur menarche, sebanyak 57 responden (67,1%) mengalami menarche pada usia lebih dari 13 tahun, sementara 28 responden (32,9%) mengalaminya lebih awal pada usia 9–12 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri mengalami menarche pada usia yang tergolong lebih lambat, yang dapat berkaitan dengan faktor nutrisi, status gizi, atau kondisi kesehatan lainnya.

**Tabel 2.** Hasil Analisis Univariat

Variabel		Jumlah	%
Pengetahuan	Kurang	8	9,41
	Cukup	24	28,24
	Baik	53	62,35
Sikap	Negatif	7	8,24
	Positif	78	91,76
Dukungan teman sebaya	Rendah	33	38,82
	Sedang	28	32,94
	Tinggi	24	28,24
Peran tenaga Kesehatan	Kurang	66	77,65
	Baik	19	22,35
<i>Supply</i> tablet tambah darah	Rendah	22	25,88
	Sedang	51	60,00
	Tinggi	12	14,12
<b>Total</b>		<b>85</b>	<b>100,00</b>

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Berdasarkan hasil analisis univariat, mayoritas responden (62,35%) memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai pencegahan anemia, sedangkan 28,24% memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 9,41% tergolong kurang, menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri telah memahami pentingnya pencegahan anemia. Dari segi sikap, sebagian besar responden (91,76%) menunjukkan sikap positif terhadap upaya pencegahan anemia, mencerminkan kesiapan mereka untuk terlibat dalam perilaku sehat, sedangkan hanya 8,24% yang bersikap negatif. Namun, pada variabel dukungan teman sebaya, masih ditemukan bahwa 38,82% responden menerima dukungan yang rendah, sementara 32,94% mendapat dukungan sedang, dan hanya 28,24% mendapat dukungan tinggi, yang menunjukkan perlunya peningkatan peran teman sebaya sebagai penguat perilaku positif. Sementara itu, peran tenaga kesehatan dinilai masih kurang oleh 77,65% responden, dan hanya 22,35% yang menilainya baik, mengindikasikan bahwa keterlibatan petugas kesehatan dalam mendampingi dan memberikan edukasi belum optimal. Pada aspek *supply* tablet tambah darah, sebagian besar responden (60,00%) menyatakan ketersediaannya berada pada kategori sedang, 25,88% menyatakan rendah, dan hanya 14,12% menyatakan tinggi, yang menandakan bahwa distribusi tablet tambah darah belum sepenuhnya merata di lingkungan sekolah, sehingga perlu adanya perbaikan dalam sistem penyediaan untuk mendukung upaya pencegahan anemia secara efektif.

**Tabel 3.** Hasil Analisis Bivariat

Variabel		Upaya Pencegahan Anemia			Total		<i>p-Value</i>
		Baik	Cukup	Kurang	n	%	
Pengetahuan	Baik	21	26	6	53	62,4	0,307
	Cukup	6	11	7	24	28,2	
	Kurang	3	3	2	8	9,4	
Sikap	Negatif	1	5	7	13	15,3	0,001
	Positif	29	35	8	72	84,7	
Dukungan Teman Sebaya	Rendah	2	22	9	33	38,8	0,001
	Sedang	10	15	3	28	32,9	
	Tinggi	18	3	3	24	28,3	
Peran Tenaga Kesehatan	Baik	6	7	6	19	22,4	0,215
	Kurang	24	33	9	66	77,6	
<i>Supply</i> tablet tambah darah	Rendah	0	13	9	22	25,8	0,001
	Sedang	19	26	6	51	60,0	
	Tinggi	11	1	0	12	14,2	
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>40</b>	<b>15</b>	<b>85</b>	<b>100,0</b>	

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Pada variabel pengetahuan, sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik (62,35%) menunjukkan kecenderungan untuk melakukan upaya pencegahan anemia dengan kategori baik dan cukup. Namun, nilai *p-value* sebesar 0,307 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat pengetahuan dan upaya pencegahan anemia. Sebaliknya, pada variabel sikap, mayoritas responden yang memiliki sikap positif (84,71%) cenderung melakukan upaya pencegahan anemia dengan kategori baik dan cukup. Hanya sebagian kecil dari responden dengan sikap negatif (15,29%) yang menunjukkan upaya pencegahan yang optimal. Nilai *p-value* sebesar 0,001 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan upaya pencegahan anemia.

Demikian pula, variabel dukungan teman sebaya menunjukkan hubungan yang signifikan. Responden dengan dukungan tinggi (28,24%) didominasi oleh kategori upaya pencegahan anemia yang baik (18 dari 24). Sebaliknya, pada responden dengan dukungan rendah (38,82%), sebagian besar hanya berada pada kategori cukup dan kurang. Dengan nilai *p-value* sebesar 0,001, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya berhubungan signifikan dengan upaya pencegahan anemia.

Variabel peran tenaga kesehatan menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori "kurang" (77,65%), dan hanya sebagian kecil yang menilai "baik". Meski begitu, *p-value* sebesar 0,215 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara peran tenaga kesehatan dan upaya pencegahan anemia. Sementara itu, pada variabel *supply* tablet tambah darah, responden yang memperoleh *supply* kategori "sedang" (60%) lebih banyak menunjukkan upaya pencegahan anemia yang baik dan cukup. Responden yang memperoleh *supply* "tinggi" (14,12%) bahkan seluruhnya berada pada kategori baik dan cukup, tanpa ada yang tergolong kurang. Nilai *p-value* 0,001 menunjukkan hubungan yang sangat signifikan antara ketersediaan tablet tambah darah dan upaya pencegahan anemia.

## PEMBAHASAN

### Tingkat Pengetahuan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tidak memiliki hubungan signifikan dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Sotimori ( $p = 0,307$ ). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas responden memiliki pengetahuan baik (62,35%), hal tersebut belum secara langsung mendorong perilaku pencegahan anemia. Fenomena ini mencerminkan adanya "*knowledge – behavior gap*" sebagaimana dijelaskan dalam teori *Precede – Proceed* yang menyatakan bahwa pengetahuan (sebagai faktor predisposisi) belum tentu cukup untuk menghasilkan perubahan perilaku tanpa adanya faktor pendukung dan penguat lain (Notoatmodjo, 2018).

Hasil observasi mendukung temuan ini, di mana edukasi yang diterima remaja umumnya bersifat umum dan kurang aplikatif. Beberapa remaja hanya memahami istilah "anemia" tanpa mampu menjelaskan penyebab, gejala, maupun pencegahannya secara komprehensif. Hal ini sejalan dengan penelitian Sufenti *et al.*, (2021) dan Nadiawati *et al.*, (2022), yang menyimpulkan bahwa pengetahuan tinggi tidak otomatis berbanding lurus dengan tindakan preventif. Dalam konteks perilaku kesehatan, motivasi intrinsik, sikap, serta pengaruh lingkungan sosial memiliki peranan penting dalam mendorong perilaku pencegahan anemia. Oleh karena itu, intervensi pendidikan kesehatan harus dirancang tidak hanya untuk meningkatkan pengetahuan, namun juga membentuk sikap, mengembangkan keterampilan praktis, dan menciptakan lingkungan yang mendukung.

### Sikap

Analisis data menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap dengan upaya pencegahan anemia ( $p = 0,001$ ). Responden yang memiliki sikap positif terhadap pencegahan anemia menunjukkan kecenderungan yang lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku pencegahan. Hal ini sesuai dengan teori Ajzen dalam *Theory of Planned Behavior* yang menyatakan bahwa sikap terhadap suatu perilaku merupakan prediktor penting terhadap niat dan tindakan aktual seseorang.

Sikap positif dapat mendorong kesiapan remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), memperhatikan asupan gizi, serta mencari informasi kesehatan secara proaktif. Temuan ini konsisten dengan penelitian oleh Hairun Puspah (2021) yang menunjukkan bahwa sikap berhubungan signifikan terhadap upaya pencegahan anemia. Oleh karena itu, program promotif harus memperkuat komponen afektif dalam pendidikan kesehatan, seperti melalui pendekatan naratif, penyuluhan berbasis pengalaman, dan *peer education*.

### Dukungan Teman Sebaya

Dukungan teman sebaya juga terbukti berhubungan signifikan dengan upaya pencegahan anemia ( $p = 0,001$ ). Remaja yang memperoleh dukungan tinggi dari teman sebaya lebih cenderung memiliki perilaku preventif yang baik. Dalam konteks remaja, pengaruh teman sebaya merupakan salah satu faktor sosial yang sangat dominan dan dapat berfungsi sebagai reinforcement positif terhadap perilaku sehat (Notoatmodjo, 2018).

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian siswa cenderung saling mengingatkan satu sama lain terkait konsumsi TTD dan informasi kesehatan yang diperoleh dari guru atau petugas kesehatan. Sebagian kelompok siswa bahkan membentuk komunitas kecil di sekolah yang secara informal berbagi informasi tentang pentingnya menjaga kesehatan selama

menstruasi. Ini menunjukkan bahwa peran teman sebaya sebagai agen perubahan sangat potensial jika diarahkan secara sistematis.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hairun Puspah (2021) yang menekankan pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya dalam pencegahan anemia. Teman sebaya dapat berperan sebagai model perilaku, pengingat konsumsi TTD, serta sumber informasi informal yang berpengaruh. Oleh karena itu, strategi peningkatan peer support seperti pembentukan duta kesehatan remaja, kelompok diskusi remaja, dan promosi kesehatan berbasis komunitas sekolah menjadi sangat relevan dan strategis.

### **Peran Tenaga Kesehatan**

Peran tenaga kesehatan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan upaya pencegahan anemia ( $p = 0,215$ ). Sebagian besar responden menilai peran tenaga kesehatan dalam program pencegahan masih kurang (77,65%). Kesenjangan ini mengindikasikan perlunya penguatan kapasitas petugas kesehatan dalam menyampaikan informasi kesehatan secara komunikatif, berkelanjutan, dan kontekstual. Dalam praktiknya, keterbatasan jumlah tenaga kesehatan, beban kerja tinggi, serta kurangnya pelatihan dalam pendekatan edukatif yang efektif dapat mengurangi efektivitas intervensi. Padahal, menurut teori *Precede-Proceed*, tenaga kesehatan merupakan enabling factor yang krusial dalam menunjang perubahan perilaku. Penelitian Sri Rezkiani Kasa dan Mustakim (2022) menunjukkan bahwa intensitas peran tenaga kesehatan yang tinggi berkorelasi dengan meningkatnya upaya pencegahan anemia pada remaja.

Hasil observasi di lapangan memperkuat temuan ini, di mana kunjungan petugas kesehatan ke sekolah-sekolah belum rutin dan lebih bersifat programatik, misalnya hanya saat ada program nasional seperti Bulan Imunisasi Anak Sekolah (BIAS). Siswa pun cenderung kurang mengenali peran aktif petugas kesehatan di luar kegiatan imunisasi. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi dan komunikasi dua arah antara remaja dan petugas kesehatan masih sangat terbatas.

### **Supply Tablet Tambah Darah**

Ketersediaan tablet tambah darah berhubungan signifikan dengan upaya pencegahan anemia ( $p = 0,001$ ). Responden yang melaporkan supply TTD tinggi dan sedang, menunjukkan tingkat upaya pencegahan yang lebih baik dibandingkan dengan responden dengan supply rendah. Hal ini menunjukkan bahwa ketersediaan logistik secara langsung mendukung praktik konsumsi suplemen zat besi sebagai salah satu komponen penting dalam pencegahan anemia.

Distribusi TTD yang tidak merata, keterlambatan pengiriman, dan kurangnya kontrol pemantauan konsumsi menjadi tantangan dalam implementasi program. Selain itu, kepercayaan masyarakat terhadap mitos dan pengobatan tradisional, seperti anggapan bahwa anemia adalah akibat "angin jahat", turut menghambat konsumsi TTD yang berkelanjutan (Halterman & Segel, 2023). Oleh karena itu, pendekatan edukatif harus dibarengi dengan penguatan logistik dan pemantauan berkelanjutan agar program suplementasi TTD dapat berhasil secara efektif dan menyeluruh.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap, dukungan teman sebaya, dan ketersediaan tablet tambah darah dengan

upaya pencegahan anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Sotimori. Sementara itu, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan peran tenaga kesehatan dengan upaya pencegahan tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku tidak hanya dipengaruhi oleh aspek kognitif, melainkan juga oleh faktor emosional, sosial, dan ketersediaan sarana. Oleh karena itu, disarankan agar program edukasi kesehatan di sekolah tidak hanya fokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan sikap positif dan pemberdayaan teman sebaya sebagai agen perubahan. Puskesmas juga perlu meningkatkan frekuensi kunjungan dan memperkuat kolaborasi dengan guru dalam distribusi dan pengawasan konsumsi tablet tambah darah. Selain itu, diperlukan sistem pencatatan dan pelaporan yang rapi terkait distribusi TTD agar intervensi dapat dievaluasi secara berkala dan lebih tepat sasaran.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Rote Ndao dan Puskesmas Sotimori yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Sekolah, guru, serta seluruh remaja putri di SMPN 1 Landuleko dan SMP Satap Daiama yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan penelitian. Terakhir, apresiasi disampaikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana atas bimbingan dan fasilitas yang diberikan selama proses penyusunan laporan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti, R., 2019. Anemia dan dampaknya pada kehamilan. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), pp.15–22.
- Ardianti Khasanah, F., Hidayat, N. & Ramadhani, A., 2024. Kadar Hb dan anemia di Asia Tenggara. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(1), pp.31–38.
- Aulya, M., Kumalasari, D. & Putri, S., 2021. Pola menstruasi dan risiko anemia. *Gizi Indonesia*, 10(3), pp.110–117.
- Aulya, M. et al., 2022. Prevalensi anemia remaja di Asia Tenggara. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Fitriani, N., Wulandari, D. & Hidayat, R., 2021. Pengaruh dukungan teman sebaya terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Remaja*, 9(1), pp.34–41.
- Halterman, J. & Segel, C., 2023. Anemia dan BBLR: kajian jangka panjang. *Journal of Maternal Health*, 45(4), pp.401–409.
- Imas Saraswati, M., 2021. Fungsi hemoglobin dan dampak kekurangannya. Bandung: Alfabeta.
- Indriyani, Y., 2024. Demografi dan kesehatan remaja di Indonesia. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Kemendes, 2024. Profil kesehatan Indonesia tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Monica, R., Santosa, A. & Tanti, N., 2024. Kolaborasi lintas sektor dalam pencegahan anemia remaja: peran tenaga kesehatan, keluarga dan sekolah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(1), pp.44–55.

- Ndao, B.R., 2023. Laporan tahunan kesehatan remaja Kabupaten Rote Ndao. Rote Ndao: Dinas Kesehatan.
- Ningrum, R.H., Hartriyanti, Y. & Martianto, D., 2021. Hubungan sikap dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 9(2), pp.73-80.
- Notoatmodjo, S., 2012. Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S., 2018. Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, A.N. & Lestari, D., 2020. Peran sikap dalam kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), pp.45-52.
- Putri, F.A., Hapsari, I.A. & Nugroho, A., 2021. Interaksi sosial dan pencegahan anemia pada remaja putri di sekolah. *Jurnal Promkes*, 9(2), pp.88-95.
- Rahman, M. & Fajar, R., 2024. Tinjauan SDGs dan target penurunan anemia. *Jurnal Kesehatan Global*, 6(1), pp.10-18.
- Sari, N.P. & Pratiwi, D., 2022. Peran dukungan sosial dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), pp.55-63.
- Sari, P.A. & Anggraini, R., 2023. Dukungan teman sebaya dan kepatuhan remaja dalam pencegahan anemia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 11(3), pp.71-79.
- Suandana, I.M. et al., 2022. Persepsi remaja tentang anemia. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 4(2), pp.65-72.