

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Anemia

2.1.1 Pengertian Anemia

Anemia merupakan isu permasalahan gizi yang paling umum terjadi di Indonesia maupun di dunia. Anemia merupakan kondisi sel merah yang tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis pada tubuh. Pada dasarnya anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit dibawah nilai normal (Damanik, 2023). Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal, pada remaja putri dikatakan anemia bila kandungan Hb <12 gram/dl (Amalia et al., 2023). Menurut WHO tahun 2023, Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat global yang serius yang terutama menyerang anak-anak, gadis dan wanita remaja yang sedang menstruasi, serta wanita hamil dan pasca persalinan. Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari biasanya.

Pada dasarnya, anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, konsumsi makanan berkaitan erat dengan status gizi. Bila makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai yang baik, maka status gizi juga baik, sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka akan menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia (Nasruddin et al., 2021).

Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kosongnya cadangan zat besi di dalam tubuh sehingga pembentukan hemoglobin terganggu. Hemoglobin adalah bagian dari sel darah merah yang digunakan untuk menentukan status anemia. Nilai normal kadar hemoglobin pada wanita adalah 12-16 g/dl. Zat besi merupakan unsur utama yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin. Menurunnya asupan zat besi dapat menurunkan kadar hemoglobin di dalam tubuh. Hasil penelitian Kaur, et al menyatakan bahwa asupan zat besi yang kurang dapat menyebabkan remaja putri mengalami anemia. Penelitian Nelima menyatakan bahwa remaja putri yang memiliki asupan zat besi yang rendah akan berisiko 9 kali lebih besar untuk menderita anemia (Nasruddin et al., 2021).

2.1.2 Manifestasi Klinis Anemia

2.1.2.1 Anemia Ringan

Anemia dapat menyebabkan berbagai tanda dan gejala, karena jumlah sel darah merah yang rendah menyebabkan berkurangnya pengiriman oksigen ke setiap jaringan dalam tubuh. Anemia ringan biasanya tidak menimbulkan gejala apapun, tetapi anemia secara perlahan terus-menerus (kronis), tubuh dapat beradaptasi dan mengimbangi perubahan, dalam hal ini mungkin tidak ada gejala. apapun sampai anemia menjadi lebih berat (Yulianti, 2019). Menurut Proverawati, A (2011) gejala anemia diantaranya seperti kelelahan, penurunan energi, kelemahan, sesak nafas dan tampak pucat.

2.1.2.2 Anemia Berat

Anemia berat adalah kondisi medis yang ditandai dengan kadar hemoglobin yang sangat rendah dalam darah. Anemia berat merupakan bentuk anemia yang paling parah dan membutuhkan penanganan medis yang serius. Anemia berat dapat disebabkan oleh berbagai faktor, namun yang paling umum adalah kekurangan zat besi. Zat besi adalah mineral penting yang diperlukan tubuh untuk produksi hemoglobin. Kekurangan zat besi dapat terjadi akibat pola makan yang tidak seimbang, kehilangan darah yang berlebihan (seperti pada menstruasi yang berat atau pendarahan internal), atau gangguan penyerapan zat besi dalam tubuh.

Beberapa tanda yang menunjukkan anemia berat pada seseorang diantaranya seperti perubahan warna tinja, termasuk tinja hitam dan lengket dan berbau busuk, berwarna merah marun, atau tampak berdarah jika anemia karena kehilangan darah melalui saluran pencernaan, denyut jantung cepat, tekanan darah rendah, frekuensi pernafasan cepat, pucat atau kulit dingin, kelelahan atau kekurangan energi, kesemutan serta daya konsentrasi merendah.

Pencegahan anemia berat dapat dilakukan dengan menjaga pola makan yang sehat dan seimbang. Mengonsumsi makanan yang kaya zat besi, vitamin B12, dan asam folat seperti daging merah, ikan, sayuran hijau, dan biji-bijian dapat membantu mencegah anemia. Selain itu, penting juga untuk menghindari kehilangan darah yang berlebihan dan mengatasi gangguan penyerapan zat besi dalam tubuh.

2.1.3 Penyebab Anemia

Penyebab anemia umumnya karena kekurangan pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asamfolat, vitamin B12 dan vitamin A. Peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, kelainan bawaan yang mempengaruhi sintesis hemoglobin, kekurangan produksi sel darah merah dapat menyebabkan anemia (Apriyanti, 2019). Salah satu faktor penyebab anemia adalah kurangnya pengetahuan (Utami & Amalia, 2018).

Selain itu, secara umum penyebab anemia juga karena kekurangan zat besi dalam asupan makanan atau minuman yang dikonsumsi, sehingga tubuh tidak dapat membuat sel darah merah yang sehat dan optimal. Penyebab langsung terjadinya anemia yaitu, defisiensi asupan gizi dari makanan (zat besi, vitamin C, protein, vitamin B12, seng dan asam folat), malabsorpsi, penyakit infeksi, penyerapan besi, pendarahan dan peningkatan kebutuhan. Masalah anemia pada remaja putri disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, sikap dan keterampilan remaja akibat kurangnya penyampaian informasi, kurang kepedulian orang tua, masyarakat dan pemerintah terhadap kesehatan remaja serta belum optimalnya pelayanan kesehatan remaja (Alfiah & Dainy, 2023).

Zat besi adalah zat gizi penting untuk kehidupan karena peran utamanya dalam berbagai proses seluler. Logam transisi ini juga merupakan komponen penting dari dalam sel darah merah, di mana 200 miliar sel darah merah baru diproduksi setiap hari. Metabolisme zat besi di dalam tubuh salah satunya dipengaruhi oleh keberadaan zat gizi lain seperti protein dan vitamin (Nurohmi et al. 2021). Vitamin C merupakan zat gizi mikro yang berperan dalam pembentukan sel darah merah. Absorpsi zat besi dalam bentuk non heme meningkat empat kali lipat apabila terdapat vitamin C. Vitamin C dapat meningkatkan absorpsi besi dalam bentuk nonheme hingga empat kali lipat, yaitu dengan merubah feri menjadi fero dalam usus halus sehingga mudah untuk diabsorpsi. Selain itu, vitamin C juga menghambat pembentukan hemosiderin yang sukar dimobilisasi untuk membebaskan besi jika diperlukan (Azkiyah et al. 2021).

2.2 Remaja Putri

2.2.1 Pengertian Remaja

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 – 19 tahun. Menurut BKKBN, rentang usia remaja adalah 10 – 24 tahun dan belum menikah. Kelompok remaja diperkirakan 18% dari jumlah penduduk dunia. Masa remajamerupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual (Lestari, 2023).

Remaja (*Adolescence*) yang berarti tumbuh untuk mencapai kematangan. Remaja merupakan masa transisi dari anak hingga masa dewasa yang ditandai dengan sejumlah perubahan biologis, kognitif, dan emosional. Perubahan biologis yaitu tinggi badan, perubahan hormonal, dan kematangan seksual. Oleh karena itu, masa remaja adalah masa yang banyak membutuhkan zat gizi. Masa remaja berlangsung antara umur 12-21 tahun bagi wanita dan 13-22 tahun bagi pria (sari ipa, 2023).

2.2.2 Karakteristik Remaja

Istilah karakter dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia mempunyai arti sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dari yang lain, tabiat, watak. Karakteristik remaja mengacu pada ciri-ciri dan perilaku khas yang sering kali dimiliki oleh individu pada masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa. Berikut adalah beberapa karakteristik umum remaja:

1. Perubahan fisik, remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik yang signifikan, seperti pertumbuhan tinggi badan, perkembangan seksual sekunder, dan perubahan hormonal.
2. Perubahan emosi, remaja cenderung mengalami fluktuasi emosi yang kuat, seperti ketidakstabilan mood, perasaan tertekan, kebingungan identitas, dan sensitivitas yang tinggi terhadap perubahan lingkungan.
3. Peningkatan otonomi, remaja mulai mengembangkan otonomi dan independensi, mencari kebebasan dalam pengambilan keputusan, serta mengukur diri mereka sendiri dari sudut pandang moral dan nilai-nilai pribadi.

4. Eksplorasi identitas, remaja aktif mencari tahu siapa mereka dan bagaimana mereka berinteraksi dengan dunia. Mereka menghadapi pertanyaan-pertanyaan tentang identitas diri, nilai-nilai, agama, dan orientasi seksual.
5. Pengembangan hubungan social, remaja mulai membentuk hubungan di luar lingkaran keluarga, termasuk teman sebaya, teman dekat, dan mungkin pasangan romantis. Hubungan ini memainkan peran penting dalam pengembangan sosial dan emosional mereka.
6. Resiko dan eksperimen, remaja sering mengeksplorasi batas-batas dan mencoba perilaku-perilaku baru, baik yang positif maupun negatif. Hal ini dapat meliputi penggunaan narkoba dan alkohol, perilaku seksual, atau keterlibatan dalam kegiatan berisiko lainnya.
7. Pengembangan kognitif, remaja mengalami perkembangan kognitif yang signifikan, termasuk kemampuan untuk berpikir secara abstrak, memecahkan masalah, dan mengambil keputusan yang lebih baik.
8. Pengaruh lingkungan, remaja dipengaruhi oleh lingkungan sosial, budaya, dan ekonomi mereka. Pengaruh dari keluarga, teman sebaya, sekolah, media, dan masyarakat secara luas membentuk perilaku dan nilai-nilai mereka.

2.2.3 Tahap Perkembangan Remaja

Pada remaja putri terjadi tahap perkembangan yang sangat penting, yaitu perkembangan biologis dan fisiologis yang dapat menentukan kualitas diri untuk menjadi seseorang yang dewasa (Windayanti et al., 2023). Perkembangan fisik remaja awal dan pertengahan dipetakan seperti tingkat perkembangan secara keseluruhan dan cepat, proporsi ukuran tinggi dan berat badan seringkali tidak seimbang (termasuk otot dan tulang), munculnya ciri-ciri sekunder (menumbuhkan bulu kemaluan, pelebaran otot pada daerah tertentu), disertai dengan mulainya produksi aktif jenis kelenjar (haid pada wanita dan polusi pada pria untuk pertama kali), gerakannya tampak canggung dan tidak terkoordinasi dan kut serta dalam berbagai cabang permainan yang ia coba (Suryana et al., 2022).

2.3 Tablet Tambah Darah

2.3.1 Pengertian Tablet Tambah Darah

Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu suplemen kesehatan yang juga disebut sebagai suplementasi zat besi. Suplemen kesehatan merupakan produk kesehatan yang mengandung satu atau lebih zat yang bersifat atau mengandung nutrisi seperti vitamin, mineral dan asam amino. Pada keadaan dimana tidak tercukupinya asupan zat besi dari makanan yang dikonsumsi, zat besi perlu didapat dari suplementasi. Pemberian suplemen TTD dilaksanakan secara rutin selama jangka waktu tertentu dengan tujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah dan perlu dilanjutkan pemberiannya untuk dapat meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan program pemberian suplemen TTD pada remaja putri dilakukan setiap satu kali per minggu (Windayanti et al., 2023).

2.3.2 Manfaat Tablet Tambah Darah

Zat besi ialah unsur hemoglobin yang berguna mengangkut oksigen dan elektron ke seluruh tubuh serta dibutuhkan dalam proses metabolisme nutrisi yang dikonsumsi dan mengubahnya menjadi energi (Rahayu et al., 2019). Makanan merupakan asupan zat besi, akan tetapi tidak semua masyarakat mengkonsumsi makanan yang terkandung zat besi setiap harinya, oleh karena itu dibutuhkan asupan zat besi tambahan yang didapatkan melalui TTD.

Remaja putri menjadi salah satu kelompok yang rentan kekurangan zat besi yang diakibatkan oleh masa menstruasi yang dialami setiap bulannya. Manfaat TTD (Fe) pada remaja putri adalah guna menggantikannya zat besi yang hilang beriringan dengan darah yang dikeluarkan setiap menstruasi, meningkat kinerja akademik dan juga mencegah kejadian anemia pada remaja putri sejak dini dan mempersiapkan remaja putri sebagai calon ibu (Georgieff MK et al, 2019).

2.3.3 Anjuran Konsumsi Tablet Tambah Darah

Remaja putri dianjurkan untuk mengonsumsi TTD dikarenakan remaja putri rutin menstruasi tiap bulannya hingga memerlukan zat besi yang didapat melalui TTD guna mengganti darah yang hilang selama menstruasi. Anjuran mengonsumsi TTD berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No.88 tahun 2014 wanita usia

subur dianjurkan mengonsumsi satu TTD dalam seminggu dan satu TTD setiap hari selama menstruasi. TTD 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. Beberapa makanan yang dianjurkan guna meningkatkan penyerapannya zat besi adalah buah yang terdapat vitamin C didalamnya (jeruk, mangga, kiwi, dan papaya) serta makan yang mengandung protein hewani (ikan, daging, hati, dan ayam) (Rahayu et al., 2019).

2.3.4 Efek samping Tablet Tambah Darah

Pada individu tertentu, konsumsi TTD dapat menimbulkan gejala seperti mual, nyeri di daerah lambung, muntah dan kadang-kadang terjadi diare atau sulit buang air besar. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi mual atau gejala lainnya seperti nyeri lambung adalah dengan mengonsumsi TTD pada malam hari menjelang tidur (Kemenkes 2018). Berikut adalah beberapa efek samping yang ditimbulkan setelah mengonsumsi TTD, diantaranya seperti nyeri/perih di ulu hati, mual dan muntah serta tinja berwarna hitam.

Gejala diatas tidak berbahaya, untuk mengurangi gejala di atas sebaiknya minum TTD setelah makan (perut tidak kosong) atau malam sebelum tidur. Bagi remaja yang mempunyai gangguan lambung dianjurkan konsultasi kepada dokter.

2.4 Pengetahuan

2.4.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan ingatan yang berasal dari hasil dari proses untuk mencari tahu ataupun informasi dari orang lain lewat proses pendidikan maupun pengalaman (Sundayana, 2020). Pengetahuan adalah hasil dari kegiatan mengetahui yang berhubungan dengan suatu objek yang dapat berupa suatu hal ataupun peristiwa (Rukmi Octaviana & Aditya Ramadhani, 2021). Pengetahuan diperoleh melalui berbagai sumber, yaitu pengalaman inderawi, penalaran, otoritas, intuisi, wahyu, dan keyakinan (Darsini, Fahrurrozi, & Eko Agus Cahyono, 2019).

Pengetahuan mengenai anemia dan TTD sangat penting untuk dimiliki oleh remaja putri. Anemia ialah kondisi dimana hemoglobin (Hb) yang beredar tidak mampu memenuhi fungsinya dan pada perempuan dewasa dikategorikan anemia

apabila kadar Hb kurang dari 12 g/dl. Mengonsumsi TTD menjadi salah satu upaya guna pencegahan terjadinya anemia terhadap remaja putri. Pengetahuan mengenai penting akan mengonsumsi TTD bisa membuat remaja putri berfikir serta berusaha agar bisa menghindari terjadinya anemia defisiensi zat besi pada dirinya (Andani et al., 2021).

2.4.2 Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan pada remaja sangat penting dan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam upaya terbentuknya tindakan yang positif untuk mencegah anemia pada remaja putri. Pengetahuan dan perilaku seseorang mengenai pencegahan anemia akan mempermudah terbentuknya perilaku seseorang dalam mengonsumsi TTD. Tingkat pengetahuan pada remaja berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat TTD (Azizah & Fatah, 2023).

1. Tahu (*know*), tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya.
2. Memahami (*comprehension*), memahami diartikan sebagai kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.
3. Aplikasi (*aplication*), aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *real* (sebenarnya).
4. Analisis (*analysis*), analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.
5. Sintesis (*synthesis*), sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.
6. Evaluasi (*evaluation*), evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. (Mavidayanti et al., 2021).

2.4.3 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui berkaitan dengan proses pembelajaran. Proses belajar ini dipengaruhi beberapa faktor dari dalam, seperti motivasi dan faktor luar berupa sarana informasi yang tersedia, serta keadaan sosial budaya. Pengetahuan adalah informasi atau maklumat yang diketahui atau disadari oleh seseorang. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Notoatmodjo dalam (Harefa, 2019) meliputi :

1. Pendidikan, pendidikan merupakan proses perubahan pada perilaku dan sikap seseorang serta usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Tingkat pendidikan seseorang apabila lebih tinggi maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki juga semakin tinggi.
2. Informasi / media massa, informasi merupakan mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi dapat diperoleh melalui pendidikan formal maupun nonformal dan informasi bisa memberikan pengaruh jangka pendek sehingga dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Informasi sangat mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya.
3. Sosial, budaya dan ekonomi, budaya atau tradisi seseorang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan (Sarlito, 2015).

2.5 Sikap

2.5.1 Pengertian Sikap

Menurut Notoatmodjo (2018) dalam Pratiwi (2022) Sikap adalah kesiapan individu untuk bertindak sesuai perasaan dan pikirannya berdasarkan nilai-nilai yang diyakini. Sikap juga merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek.

Pengertian sikap secara umum adalah suatu pikiran, kecenderungan dan perasaan seseorang untuk mengenal aspek-aspek tertentu pada lingkungan yang

seringnya bersifat permanen karena sulit diubah. Sikap hanya dapat ditafsirkan pada perilaku yang nampak. Sikap dapat diterjemahkan dengan sikap terhadap objek tertentu diikuti dengan kecenderungan untuk melakukan tindakan sesuai dengan objek. mengatakan bahwa sikap yang diperoleh lewat pengalaman akan menimbulkan pengaruh langsung terhadap perilaku berikutnya (Saputra, Anwar, and Jamrizal 2024).

2.5.2 Tingkatan Sikap

Beberapa komponen sikap dapat membantu dalam pembentukan sikap. Di dalam pembentukan sikap terdapat beberapa tingkatan. Beberapa tingkatan tersebut memiliki perbedaan satu sama lain, dan dapat terjadi pada setiap orang. Menurut Notoadmojo (2018) dalam Farahdilla (2023) sikap mempunyai tingkat berdasarkan intensitasnya seperti menerima (*receiving*), menanggapi (*responding*), menghargai (*valuing*), dan bertanggung jawab (*responsible*).

2.5.3 Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Pembentukan sikap dipengaruhi beberapa faktor yaitu pengalaman pribadi, kebudayaan, orang lain yang dianggap penting, media massa, institusi atau lembaga pendidikan atau agama, dan faktor emosi dalam diri individu. Berikut faktor-faktor yang mempengaruhi sikap yaitu :

1. Pengalaman pribadi, pengalaman pribadi yang terjadi secara tiba-tiba atau mengejutkan yang meninggalkan kesan paling mendalam pada jiwa seseorang. Kejadian-kejadian dan peristiwa-peristiwa yang terjadi berulang-ulang dan terus-menerus, lama kelamaan secara bertahap diserap ke dalam individu dan mempengaruhi terbentuknya sikap.
2. Pengaruh orang lain yang dianggap penting, dalam pembentukan sikap pengaruh orang lain sangat berperan.
3. Kebudayaan, dimana hidup mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembentukan sikap. Dalam kehidupan di masyarakat diwarnai dengan kebudayaan yang ada di daerahnya.
4. Media masa, media masa elektronik maupun media cetak sangat besar pengaruhnya terhadap pembentukan opini dan kepercayaan seseorang.

Dengan pemberian informasi melalui media masa mengenai sesuatu hal akan memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap.

5. Lembaga pendidikan, dalam lembaga pendidikan dan lembaga agama berpengaruh dalam pembentukan sikap, hal ini dikarenakan keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu.
6. Pengaruh faktor emosional, suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego. Sikap ini dapat merupakan sikap yang sementara dan segera berlalu begitu frustrasi telah hilang. Akan tetapi dapat pula merupakan sikap yang dapat bertahan lama.

2.5.4 Sikap Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri

Sikap yang dapat mengarahkan pada penyelesaian yang baik, terutama dalam mengonsumsi TTD, sikap remaja terhadap konsumsi TTD juga merupakan hasil belajar. Jika seseorang merasa bahwa *output* dari penampilan sebuah perilaku adalah positif yang mengarah pada penampilan perilaku tersebut. Sikap dalam mengonsumsi TTD merupakan reaksi atau tanggapan remaja putri tentang pentingnya TTD pada remaja putri.

Salah satu penyebab anemia ialah sedikitnya asupan zat besi yang didapatkan dari makanan yang dimakan setiap hari. Asupan zat besi bisa didapatkan melewati suplementasi zat besi atau TTD. Dampak dari kurangnya konsumsi TTD adalah mudah lesu dan lemah sehingga menyebabkan produktivitas seseorang menjadi menurun. Pemberian suplementasi TTD menjadi salah satu upaya pemerintah terhadap menanggulangi permasalahan anemia di Indonesia, namun dari 76,2% remaja putri yang mendapati TTD hanya 1,4% remaja putri yang mengonsumsi TTD secara teratur yaitu sebanyak (≥ 52 butir dalam satu tahun) (Lestari et al, 2021). Minat seseorang untuk mengonsumsi TTD dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap, hal tersebut diakibatkan karena individu merasa tidak membutuhkan TTD, merasakan efek samping yang terjadi, serta rasa dan warna yang kurang bisa diterima menjadi pemicu rendahnya konsumsi TTD pada remaja (Andani et al., 2020).