

GAMBARAN TINGKAT KEPATUHAN REMAJA PUTRI DALAM MENGGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI PONDOK PESANTREN DARUSSALAM DUKUHWALUH PURWOKERTO

Syafa Malika Ayudya Ramadhani¹, Atun Raudotul Ma'rifah², Noor Yunida Triana³

^{1,2,3}Universitas Harapan Bangsa

Email: syafaayudya60@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang cukup tinggi, salah satunya disebabkan oleh rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Pemerintah telah melaksanakan program suplementasi besi, namun tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah masih tergolong rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Pondok Pesantren Darussalam Dukuwaluh Purwokerto. Metode: Metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dan sampel yang digunakan sebanyak 92 responden yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Data diperoleh menggunakan kuesioner MMAS-8 yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya dan dianalisis secara deskriptif. Hasil: Terdapat 87 responden (94,5%) yang memiliki tingkat kepatuhan rendah. Terdapat 50 responden (54,3%) yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi. Terdapat 75 responden (81,5%) memiliki dukungan teman sebaya kurang. Kesimpulannya tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Pondok Pesantren Darussalam Dukuwaluh Purwokerto masih belum optimal. Diperlukan peran aktif tenaga kesehatan, sekolah, dan lingkungan pondok pesantren dalam meningkatkan pengetahuan, motivasi, serta dukungan teman sebaya guna meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

Kata Kunci: Kepatuhan, Tablet Tambah Darah, Remaja Putri.

ABSTRACT

Background: Anemia among adolescent girls remains a significant public health problem, one of which is caused by low adherence to consuming iron supplementation tablets. The government has implemented an iron supplementation program; however, the level of adherence among adolescent girls in consuming iron tablets is still relatively low. This study aims to describe the level of adherence of adolescent girls in consuming iron supplementation tablets at Darussalam Islamic Boarding School, Dukuwaluh, Purwokerto. Methods: This study used a quantitative descriptive method with a cross-sectional design. The population and sample consisted of 92 respondents selected using a total sampling technique. Data were collected using the MMAS-8 questionnaire, which had been tested for validity and reliability, and were analyzed descriptively. Results: There

were 87 respondents (94.5%) who had low adherence levels. There were 50 respondents (54.3%) who had high knowledge levels. There were 75 respondents (81.5%) who had low peer support. Conclusion: The level of adherence of adolescent girls in consuming iron supplementation tablets at Darussalam Islamic Boarding School, Dukuhwaluh, Purwokerto is still not optimal. Active involvement from healthcare workers, schools, and the boarding school environment is needed to improve knowledge, motivation, and peer support in order to increase adherence to iron supplementation among adolescent girls.

Keywords: Adherence, Iron Supplement Tablets, Adolescent Girls.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global. Prevalensi anemia bervariasi, bergantung pada kondisi sosio-ekonomi, gaya hidup, pola makan, serta sikap dan perilaku yang berbeda mengenai kesehatan. Sekitar 50% kasus anemia disebabkan oleh defisiensi besi. Penyebab lain anemia adalah defisiensi mikronutrien lain (vitamin A, riboflavin (B2), B6, asam folat (B9), dan B12), infeksi akut atau kronis (seperti malaria, infeksi cacing tambang, skistosomiasis, tuberkulosis, dan HIV), serta kelainan sintesis hemoglobin yang diturunkan (seperti hemoglobinopati) (Agustina, 2024). Menurut Riskesdas tahun (2023) menyatakan bahwa pada golongan kelompok remaja angka prevalensi kejadian anemia adalah sebanyak 9,1% dengan sebaran pada usia 10-14 tahun sebanyak 7,5% dan 15-19 tahun 7,7% menderita anemia. Prevalensi anemia pada remaja putri menurut data WHO tahun 2023 secara global sekitar 28% pada perempuan usia 15 tahun ke atas.

Suplementasi TTD mulai dilaksanakan pada tahun 2015 dengan minum TTD 1 tablet per minggu sepanjang tahun bagi remaja putri usia 12–18 tahun yang berada di jenjang pendidikan SMP/ sederajat dan SMA/ sederajat. Walaupun pemberian TTD pada remaja putri sudah dilakukan, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Banyak faktor yang mempengaruhi, salah satunya adalah kurangnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Hasil Riskesdas 2018, menunjukkan bahwa proporsi remaja putri yang memperoleh TTD dalam 12 bulan terakhir di sekolah sebesar 76,2%, tetapi hanya 1,4 % yang mengonsumsi TTD sesuai anjuran (Kemenkes RI, 2022). Pemberian suplemen TTD untuk remaja putri diberikan secara blanket approach atau seluruh remaja putri baik penderita anemia maupun tidak diharuskan minum suplemen TTD untuk

mencegah anemia serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh tanpa dilakukan skrining awal (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

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 (Norlita et al., 2023). Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja merupakan individu yang sedang mengalami masa peralihan yang secara berangsur-angsur mencapai kematangan seksual, mengalami perubahan jiwa dari jiwa kanak-kanak menjadi dewasa, dan mengalami perubahan ekonomi dari ketergantungan menjadi relative mandiri. Baik perempuan maupun laki-laki yang berada pada masa atau usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan remaja dalam hal ini adalah usia 10 tahun sampai 19 tahun (Norlita et al., 2023).

Kepatuhan adalah bertindak sesuai dengan perintah atau petunjuk langsung. Orang-orang lebih mungkin untuk mematuhi aturan ketika mereka memiliki keyakinan bahwa mereka akan diperlakukan dengan adil, memiliki kepercayaan terhadap niat pemimpin, dan menganggap diri mereka sebagai anggota organisasi (Mutmainah, 2023). Kepatuhan mengonsumsi TTD diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi dan frekuensi mengonsumsi tablet. Masalah terkait kepatuhan menjadi kendala utama dalam penambahan zat besi harian, salah satu pengalihan untuk mengatasi kepatuhan dengan mengonsumsi seminggu sekali. Hal ini dilakukan agar remaja patuh dan tidak malas untuk mengonsumsi dan upaya pemberian penyuluhan terkait tablet tambah darah serta kejadian anemia (Suaib et al., 2024).

Berdasarkan data dari Puskesmas Kembaran 1 menunjukkan bahwa prevelensi anemia pada remaja putri di Kecamatan Kembaran tahun 2024 yaitu sekitar 30,9% atau ada sekitar 95 remaja yang mengalami anemia dari jumlah sasaran remaja putri yang diberikan tablet tambah darah di Kecamatan Kembaran yaitu sebanyak 307 orang. Gerakan aksi bergizi di sekolah-sekolah di Kecamatan Kembaran sudah berjalan setiap tahunnya dan pada tahun ini Gerakan aksi bergizi akan dilaksanakan pada bulan September 2025 yang nantinya pada kegiatan ini akan diisi dengan kegiatan pengecekan kadar HB secara serentak di sekolah-sekolah di Kabupaten Banyumas serta kegiatan minum tablet tambah darah bersama. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin

mengetahui gambaran tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Pondok Pesantren Darussalam Dukuh Waluh Purwokerto.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif untuk mengetahui gambaran tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto. Desain penelitian yang digunakan yaitu *Cross Sectional* merupakan penelitian yang mempelajari hubungan antara faktor risiko dan efek dengan cara mengamati variabel pada satu waktu tertentu secara bersamaan (Notoatmodjo, 2018).

Populasi dari penelitian ini adalah remaja putri dengan usia 10-19 tahun di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto. Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 92 remaja putri di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto yang ditetapkan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai kriteria yang ditetapkan peneliti sehingga sampel yang dipilih dianggap paling sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2018). Kriteria inklusi yang ditetapkan, remaja putri Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto yang masih bersekolah, berupa bersedia untuk menjadi responden, dan remaja putri yang rutin mendapat tablet tambah darah dari sekolah.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner *MMAS-8* yang digunakan untuk mengukur tingkat kepatuhan remaja putri. Prosedur pengambilan dan pengumpulan data dilakukan dengan membagikan *informed consent* dan kuesioner langsung pada remaja putri Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto. Analisis data yang digunakan merupakan analisis univariat yang bertujuan untuk mengungkap atau mendeskripsikan sifat masing-masing variabel penelitian (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini telah dinyatakan lolos uji etik oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Harapan bangsa dengan nomor B.LPPM-UHB/996/09/2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN**1. Karakteristik Responden**

Berdasarkan hasil uji data kuesioner responden dengan uji frekuensi, diketahui hasil gambaran pada kuesioner karakteristik responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu; berdasarkan Umur, dan Pendidikan Terakhir. Hasil pengolahan data dengan uji frekuensi tersebut yang telah dilakukan peneliti dapat dilihat pada tabel-tabel dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Tingkat Pendidikan Responden

No	Umur	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Remaja awal (10-14 tahun)	3	3,3
2.	Remaja Akhir (15-19 tahun)	89	96,7
Total		92	100,0

No.	Tingkatan SLTA	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	SLTA Kelas 10	33	35,9
2.	SLTA Kelas 11	31	33,7
3	SLTA Kelas 12	29	30,4
Total		92	100,0

Tabel 1 menunjukkan kategori usia pada remaja putri di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto yang menjadi sampel pada penelitian ini yaitu fase remaja awal dan remaja akhir, dan untuk tingkatan pendidikan pada remaja putri di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto yaitu tingkatan SLTA. Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa hasil uji frekuensi data responden menunjukkan karakteristik responden berdasarkan umur dalam penelitian ini didominasi oleh kelompok remaja akhir (15-19 tahun) yaitu sebanyak 89 responden (96,7%) dan kelompok remaja awal (10-14 tahun) yaitu sebanyak 3 responden (3,3%).

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa hasil uji frekuensi data responden menunjukkan karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan (SLTA) dalam penelitian ini didominasi oleh tingkatan SLTA kelas X yaitu sebanyak 33 responden (35,9%), sedangkan responden dengan tingkatan SLTA kelas XI yaitu sebanyak 31 (33,7%), dan untuk responden dengan tingkatan SLTA kelas XII sebanyak 29 (30,4%).

2. Deskripsi Tingkat Pengetahuan

Berikut adalah tabel kategorisasi frekuensi tingkat pengetahuan responden di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto.

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan Responden dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang	12	13%
Cukup	30	32,6%
Baik	50	54,3%
Total	92	100%

Berdasarkan tabel tersebut didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan tentang tablet tambah darah yang baik, yaitu sebanyak 50 responden (54,3%), responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 30 responden (32,6%), sedangkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebanyak 12 responden (13%).

3. Deskripsi Dukungan Teman Sebaya

Berikut adalah tabel kategorisasi frekuensi dukungan teman sebaya responden di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto:

Tabel 1 Dukungan Teman Sebaya Responden dalam Mengonsumsi Tablet Tambah

Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang	75	81,5%
Sedang	16	17,4%
Baik	1	1,1%
Total	92	100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa responden yang memiliki dukungan teman sebaya yang kurang memiliki jumlah terbanyak, yaitu sebanyak 75 responden (81,5%), sedangkan responden yang memiliki dukungan teman sebaya sedang sebanyak 16 responden (17,4%), dan responden yang memiliki dukungan teman sebaya baik sebanyak 1 responden (1,1%).

4. Deskripsi Tingkat Kepatuhan

Berikut adalah tabel kategorisasi frekuensi tingkat kepatuhan responden di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto

Tabel 4 Tingkat Kepatuhan Responden dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah

Tingkat Kepatuhan	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
Rendah	87	94,6
Sedang	5	5,4
Tinggi	0	0
Total	92	100,0

Bedasarkan tabel tersebut didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang rendah memiliki jumlah terbanyak, yaitu sebanyak 87 responden (94,4%), sedangkan responden yang memiliki tingkat kepatuhan sedang sebanyak 5 responden (5,4%).

Pembahasan

1. Gambaran Karakteristik

Dari data usia remaja putri yang telah dikumpulkan didapatkan bahwa responden penelitian ini memiliki rentang usia 10-19 tahun dengan responden dengan fase remaja akhir memiliki jumlah yang paling banyak. Menurut World Health Organization (WHO) remaja merupakan individu yang sedang mengalami masa peralihan yang secara berangsur-angsur mencapai kematangan seksual, mengalami perubahan jiwa dari jiwa kanak-kanak menjadi dewasa, dan mengalami perubahan ekonomi dari ketergantungan menjadi relative mandiri. Menurut Wahyuningsih & Uswatun (2020), usia remaja merupakan periode krusial dalam pembentukan perilaku kesehatan. Remaja pada usia ini cenderung mulai mengambil keputusan sendiri terkait kesehatannya, termasuk kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen.

Berdasarkan tabel 1 bahwa ada beberapa tingkatan dalam jenjang pendidikan SLTA, dan mayoritas responden didominasi oleh kelas X yaitu sebanyak (35,9%) responden yang berasal dari beberapa sekolah SLTA yang ada di Kabupaten Banyumas. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas

responden berada pada tingkat pendidikan menengah (SMA/ sederajat). Tingkat pendidikan berperan penting dalam membentuk pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai pentingnya kesehatan, termasuk pencegahan anemia melalui konsumsi Tablet Tambah Darah.

Menurut WHO sangat menekankan pentingnya pendidikan menengah atas (SLTA) sebagai penentu utama kesehatan seumur hidup dan pembangunan sosial ekonomi. WHO memandang pendidikan dan kesehatan sebagai dua pilar utama pembangunan manusia yang saling terkait erat. Menurut Notoatmodjo (2018), bahwa pendidikan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi dan mengubahnya menjadi perilaku kesehatan yang positif. Meskipun demikian, tingkat pendidikan yang tinggi tidak selalu menjamin kepatuhan yang baik apabila tidak disertai dengan dukungan lingkungan dan motivasi internal

2. Gambaran Tingkat Pengetahuan

Terdapat 10 indikator yang digunakan pada penelitian variable tingkat pengetahuan ini yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat pengetahuan responden tentang konsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan hasil penelitian dalam analisis univariat diperoleh presentase skor dari penelitian yang dilakukan yaitu sebanyak 54,3% dari jumlah keseluruhan responden itu memiliki tingkat pengetahuan baik yang artinya skor yang diperoleh oleh responden itu >80% dari keseluruhan jumlah indikator.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Runiari dan Hartati (2020) yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden paling banyak berada pada katagori cukup baik sebanyak 44.3% sedangkan tingkat kepatuhan responden minum tablet tambah darah sebanyak 87 orang (58.4%) dengan kepatuhan rendah. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suharmanto et al., (2023) yang menyatakan bahwa Sebagian besar pengetahuan responden tentang tablet tambah darah adalah dalam kategori baik sebanyak 54,6% sedangkan sikap responden terhadap konsumsi tablet tambah darah sebagian besar adalah dalam kategori positif sebanyak 52,8% dan sebagian besar responden dalam kategori patuh mengonsumsi tablet tambah darah sebanyak 63,0%.

Menurut Notoatmodjo (2018), bahwa perilaku seseorang dibentuk dari pengetahuan yang dimiliki dimana pengetahuan diperoleh dari hasil penginderaan Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang yaitu pengetahuan dan motivasi (Norlita et al., 2023).

Menurut penelitian Anjarwati (2020) pengetahuan remaja putri tentang cara minum tablet tambah darah berhubungan dengan tingkat kepatuhan mereka dalam mengonsumsi suplemen zat besi (Mutmainah, 2023).

Secara umum, distribusi jawaban menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai tablet tambah darah. Hal ini terlihat dari dominasi jawaban benar pada sebagian besar item pertanyaan, seperti di pertanyaan tentang fungsi utama TTD responden menjawab benar sebanyak 93,3%, pertanyaan tentang pengetahuan kesadaran kebutuhan TTD responden menjawab benar sebanyak 90%, pertanyaan tentang pengetahuan memahami hubungan antar menstruasi dengan kebutuhan zat besi responden menjawab benar sebanyak 86,7%, dan item pertanyaan yang mendapat presentase terendah yaitu pengetahuan tentang cara mengonsumsi TTD dengan benar yaitu sebanyak 63,3% responden yang mampu menjawab dengan benar.

Pengetahuan merupakan dasar dari kemauan seseorang untuk bertindak. Hasil penelitian didapatkan 47,7% pengetahuan responden tentang TTD kategori baik,selebihnya kategori cukup. Walaupun pengetahuan responden dalam kategori baik dan cukup, namun kepatuhan dalam mengonsumsi TTD masih rendah. Riset Kesehatan Dasar 2018 menemukan remaja putri yang teratur mengonsumsi TTD setiap minggu, hanya sebesar 1,4% (Kesehatan et al., 2020).

Peneliti juga melakukan wawancara setelah penelitian terhadap 5 responden dan diketahui dari hasil wawancara tersebut terkait alasan mengapa sebagian responden memiliki tingkat kepatuhan yang rendah sedangkan tingkat pengetahuan responden baik dan banyak diantara responden mengatakan beberapa alasan yang membuat mereka tidak patuh bukan karena mereka tidak mengetahui pengetahuan tentang tablet tambah darah namun mereka mengatakan diantaranya karena bau amis pada tablet tambah darah, rasa malas, menganggap bahwa tablet tambah darah bukan suatu hal yang penting dan ada juga yang mengatakan bahwa mereka akan mau untuk rutin mengonsumsi tablet tambah darah jika sudah masuk waktu menstruasi.

Peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan responden yang sebagian besar berada pada kategori baik belum sepenuhnya mampu mendorong perilaku patuh dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki responden masih bersifat kognitif dan belum terinternalisasi menjadi perilaku nyata. Peneliti berpendapat bahwa informasi

yang diterima responden mengenai Tablet Tambah Darah kemungkinan masih terbatas pada aspek pengertian dan manfaat secara umum, namun belum disertai dengan pemahaman yang mendalam mengenai pentingnya konsumsi rutin dan dampak jangka panjang apabila tidak patuh. Kurangnya penguatan informasi secara berkelanjutan dapat menyebabkan pengetahuan yang dimiliki responden tidak berpengaruh signifikan terhadap tingkat kepatuhan.

Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik cenderung memahami manfaat tablet tambah darah, dampak anemia, serta konsekuensi jangka panjang apabila anemia tidak ditangani. Sebaliknya, remaja dengan pengetahuan rendah cenderung menganggap tablet tambah darah tidak penting, lupa mengonsumsi, atau enggan minum karena efek samping seperti mual dan bau besi. Kurangnya edukasi kesehatan yang berkelanjutan dapat menjadi salah satu penyebab rendahnya pengetahuan remaja putri. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif petugas kesehatan, sekolah, dan pondok pesantren dalam memberikan edukasi yang menarik dan mudah dipahami

3. Gambaran Dukungan Teman Sebaya

Terdapat 10 indikator yang digunakan pada penelitian variable tingkat pengetahuan ini yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran dukungan teman sebaya yang diterima responden tentang konsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan hasil penelitian dalam analisis univariat diperoleh presentase skor dari penelitian yang dilakukan yaitu sebanyak (81,5%) dari jumlah keseluruhan responden itu mendapat dukungan teman sebaya yang kurang yang artinya skor yang diperoleh oleh responden itu <60% dari keseluruhan jumlah indikator.

Menurut Mutmainah (2023) Individu mendapatkan dukungan dari orang-orang penting, baik secara pribadi maupun kelompok, berupa kenyamanan, perhatian, rasa terima kasih, atau pertolongan. Dukungan ini dapat mengambil berbagai bentuk. Di antara banyak jenis bentuk dukungan yang diberikan, yaitu berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif.

Secara umum, distribusi jawaban menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dukungan teman sebaya yang kurang dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini terlihat dari dominasi jawaban benar pada sebagian besar item pernyataan, seperti di pernyataan tentang teman yang mendukung minum tablet tambah darah responden yang menjawab “Ya” sebanyak

80%, pernyataan teman yang mengingatkan minum tablet tambah darah jumlah responden yang menjawab “Ya” sebanyak 76,7% dan pernyataan yang mendapatkan presentase terendah yaitu tentang teman yang ikut mengkonsumsi tablet tambah darah yaitu sebanyak 60% responden.

Peneliti berasumsi bahwa rendahnya dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam rendahnya tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Pada masa remaja, teman sebaya merupakan salah satu sumber pengaruh sosial yang kuat dalam pembentukan sikap dan perilaku kesehatan. Peneliti beranggapan bahwa kurangnya bentuk dukungan seperti saling mengingatkan, memberi motivasi, atau mengonsumsi tablet tambah darah secara bersama-sama menyebabkan responden kurang terdorong untuk patuh. Lingkungan sosial yang belum mendukung perilaku kesehatan ini dapat membuat remaja menganggap konsumsi TTD bukan sebagai kebutuhan penting, sehingga kepatuhan menjadi rendah meskipun ketersediaan tablet tambah darah sudah terpenuhi.

Dari sini dapat kita lihat dan kita simpulkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu faktor sosial yang berpengaruh terhadap perilaku kesehatan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya responden berada pada kategori cukup hingga rendah. Teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku remaja karena pada masa ini remaja cenderung lebih percaya dan terbuka kepada teman dibandingkan orang tua atau guru.

4. Gambaran Tingkat Kepatuhan

Terdapat 8 indikator yang digunakan pada penelitian variabel tingkat kepatuhan ini yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat kepatuhan responden terkait konsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan hasil penelitian dalam analisis univariat diperoleh presentase skor dari penelitian yang dilakukan yaitu sebanyak 94,6% responden memiliki tingkat kepatuhan rendah yang artinya skor yang diperoleh oleh responden itu <6 dari keseluruhan jumlah indikator. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Norlita et al (2023) yang menyatakan bahwa ada sebanyak 90,7% responden memiliki tingkat kepatuhan rendah dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMK Abdurrab Pekanbaru. Pada penelitian tersebut menyatakan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan responden salah satunya yaitu sikap responden.

Ada beberapa aspek yang mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang diantaranya yang sudah diteliti juga oleh peneliti yaitu ada dari karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, dan pendidikan responden. Untuk usia responden disini dapat dilihat di tabel 4.1 bahwa karakteristik yang peneliti inginkan itu responden pada usia remaja adalah remaja awal (10-14 tahun) sedangkan yang kedua ada remaja akhir (15-19 tahun).

Karakteristik responden berikutnya itu ada jenis kelamin, responden disini keseleruhannya itu berjenis kelamin perempuan. Selanjutnya itu ada karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan yaitu secara keseluruhan responden memiliki tingkat pendidikan SLTA/Sedereajat. Bisa dilihat di tabel 4.2 bahwa ada beberapa tingkatan dalam jenjang pendidikan SLTA, dan mayoritas responden didominasi oleh kelas X yaitu responden yang berasal dari beberapa sekolah SLTA yang ada di Kabupaten Banyumas. Menurut Afriant & Rahmiati dalam Pratiwi (2021), faktor yang mempengaruhi kepatuhan beberapa hal seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status perkawinan, dan dukungan keluarga.

Secara umum, distribusi jawaban menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kepatuhan yang rendah mengenai tablet tambah darah. Hal ini terlihat dari dominasi jawaban benar pada sebagian besar item pertanyaan, seperti di pernyataan tentang tidak berhenti saat merasa sehat dengan responden yang menjawab “Ya” tetap mengkonsumsi sebanyak 80%, pernyataan tentang lupa mengkonsumsi tablet tambah darah dengan jumlah responden yang menjawab “Ya” sebanyak 46,7%, pernyataan tentang tidak membawa tablet tambah darah saat berpergian dengan responden yang menjawab “Ya” sebanyak 40%.

Peneliti berasumsi bahwa rendahnya tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah disebabkan oleh kombinasi beberapa faktor, baik dari dalam diri responden maupun dari lingkungan sekitarnya. Meskipun responden telah memperoleh Tablet Tambah Darah secara rutin dari sekolah, hal tersebut belum sepenuhnya diikuti dengan perilaku konsumsi yang konsisten sesuai anjuran. Peneliti beranggapan bahwa kebiasaan lupa, kurangnya motivasi, serta adanya persepsi negatif terhadap efek samping Tablet Tambah Darah, seperti rasa mual atau ketidaknyamanan setelah konsumsi, turut berkontribusi terhadap rendahnya kepatuhan. Selain itu, karakteristik remaja yang berada pada fase transisi dan masih dalam tahap pembentukan perilaku kesehatan juga menjadi faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD.

Selain usia, pengetahuan dan dukungan teman sebaya juga berpengaruh terhadap tingkat kepatuhan responden, karena mengingat responden dalam penelitian ini hidup di lingkungan Pondok Pesantren jadi sangat relevan jika dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan responden.

Kepatuhan merupakan faktor kunci dalam keberhasilan program suplementasi zat besi. Tanpa kepatuhan yang baik, manfaat tablet tambah darah dalam mencegah anemia tidak dapat tercapai secara optimal. Oleh karena itu, diperlukan strategi inovatif seperti minum tablet tambah darah bersama, pemberian edukasi rutin, serta pelibatan teman sebaya dan pengurus pondok pesantren dalam pengawasan konsumsi tablet tambah darah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto mengenai gambaran tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah dapat diambil kesimpulan Tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto masih tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa program pemberian tablet tambah darah belum berjalan optimal sehingga diperlukan upaya peningkatan edukasi, motivasi, serta dukungan dari tenaga kesehatan, pihak sekolah, dan lingkungan sekitar untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, adapun saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut.

1. Bagi Pondok Pesantren Darussalam Dukuhwaluh Purwokerto diharapkan adanya pengawasan dan pengecekan rutin terkait konsumsi tablet tambah darah dari pengurus Pondok Pesantren pada santri putri yang sudah rutin diberikan tablet tambah darah rutin oleh sekolah setiap minggu

2. Bagi Puskesmas 1 Kembaran diharapkan Puskesmas bisa melakukan pendampingan dan monitoring terhadap program tablet tambah darah baik di sekolah maupun di Pondok Pesantren Kecamatan Kembaran.
3. Bagi remaja putri / santri putri diharapkan para santri putri remaja ini dapat meningkatkan kesadaran untuk saling mengingatkan dan memberikan dukungan sesama teman sebaya terkait konsumsi tablet tambah darah agar tercipta lingkungan yang positif terhadap perilaku konsumsi tablet tambah darah
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian yang tidak hanya menggunakan data dari hasil kuesioner atau *self-report* saja tapi juga dapat bekerjasama dengan pihak-pihak yang dapat mengawasi responden dalam mengkonsumsi tablet tambah darah agar data terkait tingkat kepatuhan yang diperoleh lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S. (2022). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kunjungan Akseptor Kb Suntik Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Tpmnb Ny Anon Suherlan Kecamatan Cidau Kabupaten Cianjur Jawa Barat Tahun 2021. *Repository Universitas Ngudi Waluyo, 2018*, 34. [http://repository.unpas.ac.id/30547/5/BAB III.pdf](http://repository.unpas.ac.id/30547/5/BAB%20III.pdf)
- Agustina, S. (2024). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMKN I Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim Tahun 2024. *Pharmacognosy Magazine, 75*(17), 399–405.
- Ahmadya. (2024). *Hubungan Pengetahuan Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Siswi Di Smpn 31 Kota Pekanbaru*. 1–60.
- Asmin, E., Salulinggi, A., Titaley, C. R., & Bension, J. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Di Kecamatan Leitimur Selatan Dan Teluk Ambon. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas, 6*(1), 229–236. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10180>
- Ayu, O. (2025). *FE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 79 JAKARTA FE PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 79 JAKARTA*.

- Christin, E. (2024). *Evaluasi Efektivitas Program Pemberian TTD Pada Remaja Putri di Puskesmas Jatinegara & Matraman Kota Administrasi Jakarta Timur Tahun 2022 = Evaluation of the Effectiveness of Iron Supplementation for Teenage Girl at Jatinegara & Matraman Primary Health Ca. May 2023, 2023.*
- Haryani, W., & Setyobroto, I. (2022). Modul etika penelitian. In *Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Jakarta I.*
- Herdiani, F. D. (2021). Penerapan Oracle Enterprise Architecture Development (OADP) Dalam Perancangan Arsitektur Sistem Informasi Manajemen Aset Properti: Studi Kasus PT. Pos Properti Indonesia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi*, 5(1), 31–38. <https://doi.org/10.22437/jiituj.v5i1.12886>
- Kemendes RI. (2022). *aksi-bergizi--gerakan-sehat-untuk-remaja-masa-kini @ kemkes.go.id* (p. 15,196). https://kemkes.go.id/id/aksi-bergizi--gerakan-sehat-untuk-remaja-masa-kini?utm_source=chatgpt.com
- Kesehatan, F. I., Pembangunan, U., & Veteran, N. (2020). *Analisis Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi Analysis Of Knowledge To Compliance Of Iron-Fortified Formula Among Adolescents As Prevention And Treatment To.* 11, 269–276.
- Muliawati, N. K., Ni, L. P. D. ., Puspawati, P. D., & Putri, S. M. . (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Masyarakat Dalam Adaptasi Kebiasaan Baru Masa Pandemi Covid-19 Di Tempat Kerja. *Jurnal Keperawatan*, 14, 19–26. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Mutmainah, S. (2023). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AL FATAH NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN TAHUN 2023.*
- Nasaru, J., Arlin Adam, & Fairus Prihatin Idris. (2021). Kepatuhan Masyarakat dalam Penegakan Protokol Kesehatan Terhadap Pencegahan Covid 19 di Wilayah Kerja Puskesmas Ilangata Kabupaten Gorontalo Utara Tahun 2021. *Jurnal Mitrsehat*, 11(2), 197–212. <https://doi.org/10.51171/jms.v11i2.299>
- Nasution, A. (2024). Metodologi Penelitian: Metodologi penelitian Skripsi. *Rake Sarasin*, 36.

- Norlita, W., Isnaniar, & Hardiyanti, R. (2023). Tingkat Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMK Abdurrah Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan As-Shiha*, 45–61. <https://ejournal.umri.ac.id/index.php/JKU/index>
- Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2021). Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 12(3), 153–160. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.153-160>
- Putri, N. (2024). *Gambaran Sikap dan Dukungan Guru terhadap Kepatuhan Remaja Putri Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di MAN Kota Palangka Raya*. Table 10, 4–6.
- Putri, N. W., Rahmawati, A., & Aru, D. (2020). *Jurnal Skripsi Hubungan dukungan orangtua dan dukungan sekolah dengan kepatuhan konsumsi TTD pada siswi SMAN 1 kokap*. 1–23. <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2298/>
- Riveldi, A. k. (2021). *Analisis Kondisi Psikis Remaja Pasca Perceraian Orang Tua Di Desa Gerbang Sari Tapung Hilir Kampar*. <https://repository.uin-suska.ac.id/57817/%0Ahttp://repository.uin-suska.ac.id/57817/2/SKRIPSI> ANDRE KRISNA RIVELDI.pdf
- Runiari, N., & Hartati, N. N. (2020). Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13(2), 103–110. <https://doi.org/10.33992/jgk.v13i2.1321>
- Salim, L. A., Nurmala, I., & Wartiningsih, M. (2025). *Kepatuhan Suplementasi Zat Besi dan Faktor Penentunya Gadis Remaja : Tinjauan Sistematis*. 52(1), 37–48.
- Sanaky, M. M. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432–439. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>
- Saridewi, W., & Ekawati, K. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMAN 1 Ngamprah. *Proceeding Publication of Creativity and Research MLT DIV*, 1(1), 87–92. <https://www.repository1.stikesayani.ac.id/index.php/PSKN/article/view/176>
- Sayiner, Z. A., Savas, E., Kul, S., & Morisky, D. E. (2020). Validity and Reliability of the Turkish Version of the 8-Item Morisky Medication Adherence Scale in Patients With Type 2

- Diabetes. *European Journal of Therapeutics*, 26(1), 47–52.
<https://doi.org/10.5152/eurjther.2020.19132>
- Setiani, L. A., Almasyhuri, & Hidayat, A. A. (2022). Evaluasi Kepatuhan Pasien Pada Penggunaan Obat Antidiabetik Oral Dengan Metode Pill-Count dan MMAS-8 Di Rumah Sakit PMI Kota Bogor. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi*, 6(1), 32–46.
<https://doi.org/10.22437/jiituj.v6i1.19329>
- Sirait, L. P., & Afrindo. (2021). Metode Penelitian. *Repository STEI. Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia (STEI) Jakarta*, 45.
- Suaib, F., Rowa, S. S., & Adwiah, W. (2024). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(1), 71–76. <https://doi.org/10.32382/medkes.v19i1.549>
- Suharmanto, S., Mutmainnah, S., & Zuraida, R. (2023). Pengetahuan dan Sikap Berhubungan dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1321–1328. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1832>
- Susanne Garverich, Christopher G. Prener, Margaret E. Guyer, A. K. L. (2021). *Akses Publik HHS Naskah*. 21287(7), 1–16. <https://doi.org/10.1093/jn/nxab024.J>
- Wahyuningsih, A., & Uswatun, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganom. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 1–12.
<https://doi.org/10.61902/involusi.v9i1.102>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta