

Determinan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri di SMAN 02 Gunung Putri Kabupaten Bogor

Fitri Damayanti¹, Kusharisupeni¹, Asyifa Robiatul Adawiyah¹, Hymawati²

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Universitas Respati Indonesia

²Puskesmas Ciangsana

Email: v3damyan1404@gmail.com

Abstrak

Kebutuhan zat besi meningkat secara signifikan pada masa remaja karena pertumbuhan yang cepat selama pubertas. Selama masa remaja, kebutuhan zat besi mencapai puncaknya karena pertumbuhan yang pesat terkait dengan pubertas. Ketika seseorang kekurangan zat besi, hal tersebut mengganggu sistem kekebalan tubuh dan menyebabkan produktivitas menurun, serta dapat menyebabkan anemia. Pemerintah memprioritaskan pelaksanaan program pemberian suplemen tablet tambah darah (TTD) untuk mencapai sasaran penurunan angka anemia pada wanita pada tahun 2025. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis determinan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 02 Gunung Putri. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, melibatkan 120 responden sebagai sampel. Variabel dependent yang diteliti meliputi pengetahuan, efek samping, motivasi, sikap, dan dukungan dari teman sebaya, orang tua, guru, serta tenaga kesehatan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai variabel independent dalam penelitian ini. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri tidak mematuhi konsumsi tablet tambah darah (90%), memiliki pengetahuan baik (80%), dan mengalami efek samping ringan (84.2%). Hasil analisis bivariat diuji dengan *Uji Chi-Square* menunjukkan bahwa efek samping, motivasi, dan dukungan teman sebaya memiliki korelasi yang signifikan dengan kepatuhan terhadap TTD sedangkan pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, dukungan guru, dan dukungan tenaga kesehatan tidak memiliki hubungan signifikan dengan kepatuhan. Analisis multivariat dengan regresi logistik menunjukkan bahwa motivasi merupakan faktor dominan yang memengaruhi kepatuhan dengan nilai OR 26.485. Kesimpulan penelitian ini adalah motivasi dan dukungan teman sebaya merupakan faktor yang berhubungan dengan kepatuhan remaja putri mengonsumsi TTD, dukungan dari tenaga kesehatan, efek samping, dukungan orang tua, pengetahuan, dukungan guru, dan sikap merupakan variabel *confounding* yang memengaruhi hubungan antara motivasi dan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi TTD.

Kata Kunci: Kepatuhan, Tablet Tambah Darah, Remaja Putri

Abstract

The need for iron increases significantly during adolescence due to the rapid growth during puberty. During this period, iron requirements peak as a result of the rapid growth associated with puberty. Iron deficiency can disrupt the immune system, reduce productivity, and may lead to anemia. The government has prioritized the implementation of the iron supplement tablet (TTD) program to meet the target of reducing anemia rates among women by 2025. This study aims to analyze the determinants of compliance with consuming iron tablets among female adolescents at SMAN 02 Gunung Putri. The research approach used was a quantitative method with a cross-sectional design, involving 120 respondents as the sample. The variables studied included knowledge, side effects, motivation, attitudes, and support from peers, parents, teachers, and healthcare workers. The univariate analysis results showed that the majority of female adolescents did not comply with consuming iron tablets (90%), had good knowledge (80%), and experienced mild side effects (84.2%). Bivariate analysis using the chi-square test indicated that side effects, motivation, and peer support had a significant correlation with compliance to TTD, while knowledge, attitudes, parental support,

teacher support, and healthcare worker support did not have a significant relationship with compliance. Multivariate analysis using logistic regression revealed that motivation was the dominant factor influencing compliance, with an OR value of 26.485. This study concludes that motivation and peer support are factors associated with compliance among female adolescents in consuming TTD. Healthcare worker support, side effects, parental support, knowledge, teacher support, and attitudes were confounding variables affecting the relationship between motivation, peer support, and compliance with TTD consumption.

****Keywords**:** Compliance, Iron *Supplement* Tablets, Female Adolescents

PENDAHULUAN

Anemia adalah masalah kesehatan yang umum dan sering dialami oleh remaja putri di berbagai belahan dunia, khususnya di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi anemia pada remaja putri dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk penurunan konsentrasi belajar, kelelahan, gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan, menurunnya produktivitas, serta meningkatkan risiko infeksi dan komplikasi kehamilan di masa depan (1).

Prevalensi anemia di kalangan wanita usia subur (WUS) secara global mencapai sekitar 29,9%, dengan rentang usia rata-rata 15-49 tahun (2). Di Asia Tenggara, anemia menjadi masalah kesehatan utama dengan prevalensi sebesar 46,6% pada wanita usia subur (2). Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja perempuan usia 15-24 tahun di Indonesia mencapai 32%, yang berarti sekitar tiga dari sepuluh remaja mengalami anemia. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Bogor tahun 2019, prevalensi anemia pada remaja perempuan di wilayah tersebut tercatat sebesar 25,2%, menunjukkan bahwa satu dari empat remaja

perempuan di Kabupaten Bogor menderita anemia. Sementara itu, prevalensi anemia di Kecamatan Gunung Putri mencapai 26,6%, sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi di seluruh Kabupaten Bogor.

Pemerintah Indonesia telah meluncurkan program pemberian suplemen tablet zat besi (TTD) yang ditujukan kepada remaja putri untuk mengatasi masalah anemia. Program ini bertujuan untuk menambah asupan zat besi dan mencegah terjadinya anemia.

Meskipun program ini sudah berjalan, tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) masih tergolong rendah yaitu hanya 1,4%. Rendahnya kepatuhan ini menjadi tantangan besar dalam upaya menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, cakupan pemberian TTD kepada remaja putri di Indonesia mencapai 80,9% di lingkungan sekolah, artinya 8 dari 10 remaja putri telah menerima tablet tersebut. Namun, hanya 1,4% dari mereka yang patuh mengonsumsi TTD sesuai anjuran, yaitu satu tablet per minggu selama 52

minggu. Tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD masih sangat rendah (3).

Berbagai faktor dapat berdampak pada kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Faktor-faktor tersebut meliputi pengetahuan tentang manfaat dan pentingnya TTD, motivasi, sikap, serta dukungan teman sebaya, orang tua, guru, dan tenaga kesehatan. (4). Efek samping yang mungkin timbul dari konsumsi TTD juga dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis determinan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD di SMAN 02 Gunung Putri, Kabupaten Bogor. Pengetahuan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan ini penting untuk membuat solusi yang lebih baik dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri terhadap program TTD. Dengan memahami faktor-faktor tersebut, diharapkan dapat dikembangkan strategi yang lebih tepat sasaran dalam mengedukasi dan memotivasi remaja putri agar lebih patuh dalam mengonsumsi TTD.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Univariat

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

Variabel	Mean $\pm$ SD(Range)	N	Persentase (%)
Usia (Tahun)	15,10 $\pm$ 0,301 (15-16)		
15 Tahun		108	90,0
16 Tahun		12	10,0
Kepatuhan (Butir Tablet)	3,18 $\pm$ 2,712 (0-10)		

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian terdiri dari 120 remaja putri dari SMAN 02 Gunung Putri yang memenuhi kriteria inklusi untuk penelitian ini. Mereka adalah remaja putri dari kelas X SMAN 02 Ciangsana yang bersedia menjadi subjek penelitian, telah memberikan tanda tangan pada persetujuan informasi, dan telah mengalami menstruasi pertama. Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah kepatuhan mengonsumsi TTD dengan Variabel *dependent* berupa pengetahuan, efek samping, motivasi, sikap, dukungan teman sebaya, orang tua, guru, dan tenaga kesehatan yang diukur menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan analisis univariat, bivariat (*chi-square*), dan multivariat (regresi logistik) dilakukan untuk mengidentifikasi determinan kepatuhan yang signifikan.

Variabel	Mean $\pm$ SD(Range)	N	Persentase (%)
Patuh		12	10,0
Tidak Patuh		108	90,0
Pengetahuan	12,06 $\pm$ 12,06 (5-15)		
Baik		80	66,7
Kurang Baik		40	33,3
Efek Samping	1,49 $\pm$ 1,115 (0-5)		
Ringan		101	84,2
Berat		19	15,8
Sikap	13,74 $\pm$ 3,866 (0-21)		
Baik		66	55,0
Kurang Baik		54	45,0
Motivasi	13,11 $\pm$ 5,331 (0-21)		
Baik		58	48,3
Kurang Baik		62	51,7
Dukungan Teman Sebaya	3,50 $\pm$ 1,335 (1-6)		
Baik		85	70,8
Kurang Baik		35	29,2
Dukungan Orang Tua	12,51 $\pm$ 6,740 (0-27)		
Baik		63	52,5
Kurang Baik		57	47,5
Dukungan Guru	13,55 $\pm$ 5,094 (0-24)		
Baik		60	50,0
Kurang Baik		60	50,0
Dukungan Tenaga Kesehatan	15,12 $\pm$ 5,600 (0-21)		
Baik		64	53,3
Kurang		56	46,7

(sumber : Data Primer, 2014)

Berdasarkan Tabel. 1 mayoritas responden, yakni 90% berusia 15 tahun, namun hanya 10% yang patuh dalam mengonsumsi TTD. Sebanyak 66,7% orang yang menjawab berpengetahuan baik tentang TTD dan 84,2% mengalami efek samping

ringan. Berdasarkan teori L. Green, faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor pendorong dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Tentu saja, ada banyak faktor yang dapat memengaruhi tingkat kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

2. Bivariat

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Kepatuhan TTD				Total		Pvalue	OR (95% CI)	
	Patuh		Tidak Patuh						
	F	%	F	%	f	%			
Pengetahuan									
Baik	11	13,8	69	86,3	80	100	0,059	-	
Kurang Baik	1	2,5	39	97,5	40	100			
Efek Samping									
Ringan	7	6,9	94	93,1	101	100	0,023	0,209	
Berat	5	26,3	14	73,7	19	100		(0,58-0,748)	
Sikap									
Baik	9	13,6	57	86,4	66	100	0,245	-	
Kurang Baik	3	5,6	51	94,4	54	100			
Motivasi									
Baik	11	19	47	81	58	100	0,004	14,277	
Kurang Baik	1	1,6	61	98,4	62	100		(1,780-114.524)	
Dukungan Teman Sebayak								0,039	0,250 (0,73-0,852)
Baik	5	5,9	80	94,1	85	100			
Kurang Baik	7	20	28	80	35	100			
Dukungan Orang Tua									
Baik	6	9,5	57	90,5	63	100	1,000	-	
Kurang Baik	6	10,5	51	89,5	57	100			
Dukungan Guru									
Baik	7	11,7	53	88,3	60	100	0,761	-	
Kurang Baik	5	8,3	55	91,7	60	100			
Dukungan Tenaga Kesehatan								0,059	-
Baik6333	10	15,6	54	84,4	64	100			
Kurang	2	3,6	54	96,4	56	100			

(sumber : Data Primer, 2014)

Pengetahuan

Salah satu komponen yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang adalah pengetahuan. Dari total responden dengan pengetahuan baik (13.8%), 86.3% patuh mengonsumsi TTD. Sebaliknya, dari responden dengan pengetahuan kurang baik (2.5%), 97.5% tidak patuh. Pengetahuan disini meliputi pedoman konsumsi TTD yang baik dan benar, serta manfaat dari TTD bagi remaja putri. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti ditemukan, rendahnya cakupan responden yang memiliki pengetahuan baik. Hal tersebut karena kurangnya sosialisasi yang diberikan dari pihak sekolah maupun dari tenaga kesehatan mengenai TTD. Selain itu, hasil observasi yang dilakukan pada lingkungan sekolah juga tidak terdapat media kesehatan pendukung seputar TTD bagi remaja putri. Hasil Uji Chi-Square menunjukkan tidak memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan kepatuhan dengan nilai *p value* sebesar 0.059.

Patofisiologi pengetahuan mencakup bagaimana tingkat pemahaman individu tentang suatu kondisi kesehatan atau intervensi mempengaruhi respons fisiologis dan perilaku mereka. Misalnya, tidak ada informasi yang memadai tentang manfaat zat besi untuk remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), risiko anemia, dan pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen dapat meningkatkan motivasi dan

kepatuhan mereka. Menurut Glanz, Rimer, dan Viswanath dalam "*Health Behavior: Theory, Research, and Practice*" pengetahuan yang baik sering kali dikaitkan dengan perubahan perilaku kesehatan yang positif karena individu lebih mampu mengerti pentingnya tindakan tersebut dan bagaimana cara melakukannya dengan benar (5). Dengan demikian, pengetahuan yang memadai adalah komponen penting dalam mempengaruhi perilaku kepatuhan terhadap intervensi kesehatan.

Hasil studi ini sesuai dengan penelitian sebelumnya (6) bahwa responden dengan 20erempu pengetahuan yang baik dan mengonsumsi TTD adalah 37,5%. Jumlah ini lebih rendah daripada 81,8% responden yang memiliki pengetahuan yang baik tetapi tidak mengonsumsi tablet tambah darah, dengan *P-Value* 0,267 yang menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara 20erempu pengetahuan dan 20erempu kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Penelitian ini juga sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya (7) bahwa tidak ada korelasi antara penelitian tentang kepatuhan terhadap penggunaan tablet darah tambahan. Hal ini diperoleh dengan uji statistik yang menunjukkan nilai *Pvalue* 0,930, Selain itu, penelitian pada remaja 20erempuan di SMPN 01 Brondong Lamongan pada tahun 2021 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dan konsumsi TTD pada

remaja 21 perempuan. Nilai *P-Value* sebesar 0,414 mendukung temuan (8).

Efek Samping

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa 6,9% remaja putri patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah dengan mengalami efek samping ringan sedangkan 73,7% tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah karena mengalami efek samping yang berat. Hasil analisis statistik dengan Uji Chi-Square didapatkan bahwa ada hubungan antara efek samping dengan kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja. Pada uji regresi logistik nilai OR efek samping 0,368 (95% CI 0,211-19,974) dapat disimpulkan bahwa remaja putri yang mengalami efek samping memiliki peluang lebih rendah 2,71 (1/0,368) kali untuk patuh.

Patofisiologi efek samping mencakup bagaimana reaksi fisiologis tubuh terhadap suatu obat atau intervensi mempengaruhi kepatuhan dan hasil klinis. Efek samping, yang merupakan respons tubuh terhadap zat asing, dapat mempengaruhi berbagai sistem organ dan menyebabkan gejala yang tidak diinginkan. Menurut Goodman dan Gilman dalam "The Pharmacological Basis of Therapeutics," efek samping obat muncul dari interaksi antara obat dan target non-spesifik dalam tubuh, yang dapat mengganggu fungsi normal dan menyebabkan reaksi yang merugikan (9). Pemahaman yang baik tentang

mekanisme efek samping ini dapat membantu dalam merancang strategi untuk mengurangi dampak negatifnya, meningkatkan kepatuhan pasien, dan mengoptimalkan hasil terapi. Efek samping dan kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja putri mencakup berbagai mekanisme biologis dan psikologis yang dipengaruhi oleh pengalaman efek samping. Efek samping Tablet Tambah Darah (TTD) dapat memengaruhi kepatuhan remaja putri untuk menggunakannya melalui mekanisme biologis dan psikologis. Efek samping seperti mual, muntah, sembelit, atau diare dapat menyebabkan ketidaknyamanan fisik yang signifikan, sementara rasa logam di mulut dapat mengganggu kenyamanan makan. Ketidaknyamanan ini seringkali menyebabkan stres dan kecemasan, yang dapat menurunkan motivasi untuk terus mengonsumsi TTD. Akibatnya, remaja putri menjadi tidak melanjutkan pengobatan karena mereka lebih fokus pada efek negatif jangka pendek daripada manfaat jangka panjang dari pencegahan anemia. Sangat penting untuk mendapatkan pengetahuan yang memadai tentang cara mengatasi efek samping. Selain itu, sangat penting untuk mendapatkan dukungan dari tenaga kesehatan, orang tua, dan guru, serta peningkatan kepatuhan (9).

Studi ini juga sejalan dengan studi oleh Silitonga et al. (2023) menemukan bahwa kepatuhan terhadap suplementasi zat besi di kalangan remaja putri bervariasi antara 26,2%

hingga lebih dari 80%, tergantung pada intervensi yang dilakukan. Efek samping gastrointestinal disebut sebagai salah satu 22tatis yang memengaruhi kepatuhan tersebut. Studi lain oleh Koc et al. (2016) melaporkan bahwa 66,6% pasien yang mengalami efek samping gastrointestinal menghentikan terapi suplemen zat besi. Hal ini menunjukkan bahwa efek samping dapat menjadi 22tatis signifikan dalam menurunnya kepatuhan terhadap terapi (10).

Sikap

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap dan kepatuhan remaja terhadap tablet tambah darah; 13,6% memiliki sikap yang positif, tetapi 94,4% memiliki sikap yang 22tatisti. Hasil analisis 22tastic dengan Uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara keduanya.

Patofisiologi sikap mencakup bagaimana sikap atau persepsi individu terhadap suatu kondisi kesehatan atau intervensi dapat mempengaruhi respons fisiologis dan perilaku mereka. Sikap yang positif atau negatif terhadap intervensi kesehatan, seperti mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), dapat mempengaruhi kepatuhan dan efektivitas intervensi tersebut. Menurut Ajzen tahun 2005 dalam "Theory of Planned Behavior," sikap terbentuk dari keyakinan tentang konsekuensi suatu tindakan

dan evaluasi dari konsekuensi tersebut, yang pada akhirnya mempengaruhi niat dan perilaku (11). Sikap dan kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri merujuk pada bagaimana sikap positif atau negatif terhadap TTD dapat mempengaruhi kepatuhan mereka melalui mekanisme biologis dan psikologis. Sikap positif terhadap TTD, yang didasarkan pada pengetahuan tentang manfaat kesehatan TTD, dapat meningkatkan motivasi remaja putri untuk mengonsumsi TTD secara teratur. Sikap ini mempengaruhi persepsi mereka terhadap pentingnya pencegahan anemia dan manfaat jangka panjang dari TTD, sehingga mereka lebih cenderung untuk tetap patuh meskipun mungkin mengalami efek samping ringan. Sebaliknya, sikap negatif, yang mungkin berasal dari kurangnya pemahaman atau pengalaman efek samping yang tidak menyenangkan, dapat menurunkan motivasi dan meningkatkan ketidakpatuhan. Oleh karena itu, intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan sikap positif melalui edukasi dan dukungan sosial sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD (11).

Tidak ada korelasi antara sikap terhadap kepatuhan konsumsi Fe pada remaja putri di SMA N 3 Kota Serang, menurut penelitian Lindawati. Hasil ini diperoleh dari hasil uji analisis, yang memiliki nilai *Pvalue* sebesar 0,138 (12). Penelitian yang

dilaksanakan oleh Putri, dkk menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara sikap dan kepatuhan konsumsi TTD. Hasil ini ditunjukkan dengan nilai *P-Value* sebesar 0,293. Studi yang dilakukan oleh Kim dkk, juga meneliti bagaimana sikap positif atau 23ingkat23 terhadap tablet tambah darah memengaruhi kepatuhan remaja di Korea Selatan terhadap penggunaan tablet tambah darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap positif atau 23ingkat23 terhadap tablet tambah darah tidak berhubungan signifikan dengan 23ingkat kepatuhan terhadap penggunaan tablet tambah darah.

Meskipun sikap positif terhadap konsumsi tablet tambah darah penting, tidak selalu ada hubungan langsung antara sikap dan kepatuhan dalam mengonsumsinya. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti kurangnya pengetahuan mengenai cara penggunaan yang benar, adanya efek samping yang mengganggu kenyamanan, serta rendahnya dukungan sosial (Horne & Weinman, 2002; Sadeghi & Esfahani, 2015). Selain itu, faktor kebiasaan pribadi dan motivasi internal yang kurang stabil juga berperan dalam menurunkan kepatuhan (Ajzen, 1991; Choo et al., 2016). Kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan pengetahuan, dukungan sosial, dan pengelolaan efek samping secara efektif (Galić & Benković, 2018).

Motivasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 19 persen patuh mengonsumsi tablet tambah darah dengan motivasi yang baik, sedangkan 98,4 persen tidak patuh mengonsumsinya dengan motivasi yang buruk. Hasil analisis statistik dengan Uji Chi-Square menunjukkan bahwa ada hubungan antara motivasi dan kepatuhan remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah. Pada uji regresi logistik, variabel motivasi berkontribusi pada kepatuhan remaja putri untuk mengonsumsi tablet darah tambahan. Jumlah OR sikap 26,485 (CI 1,793-391,141) menunjukkan bahwa remaja yang sangat termotivasi memiliki peluang 26,485 kali lebih besar untuk mengikuti protokol penggunaan tablet tambah darah. Ini menunjukkan bahwa motivasi adalah faktor dominan dalam kepatuhan.

Patofisiologi motivasi mencakup bagaimana proses fisiologis dan psikologis yang mendorong tindakan manusia mempengaruhi kepatuhan terhadap intervensi kesehatan. Motivasi adalah kekuatan internal atau eksternal yang mengarahkan dan mempertahankan perilaku. Menurut Deci dan Ryan dalam "Self-Determination Theory, motivasi intrinsik (yang berasal dari ketertarikan atau kesenangan terhadap tugas itu sendiri) dan motivasi ekstrinsik (yang dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti penghargaan atau tekanan) keduanya mempengaruhi kepatuhan individu terhadap

tindakan kesehatan (13). Motivasi yang tinggi, yang didorong oleh pemahaman akan manfaat kesehatan dari TTD, dapat meningkatkan keinginan dan komitmen remaja putri untuk mengonsumsi TTD secara teratur. Motivasi ini membantu mengatasi hambatan psikologis, seperti ketidaknyamanan akibat efek samping ringan, dan mendorong remaja untuk tetap patuh karena mereka fokus pada manfaat jangka panjang, seperti pencegahan anemia dan peningkatan daya tahan tubuh. Tanpa motivasi yang kuat, remaja putri mungkin lebih mudah terpengaruh oleh ketidaknyamanan jangka pendek atau persepsi negatif, sehingga menurunkan tingkat kepatuhan mereka. Dengan demikian, intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi, seperti edukasi tentang pentingnya TTD dan dukungan dari keluarga dan teman, sangat penting untuk memastikan kepatuhan yang optimal (13).

Penelitian ini sejalan dengan temuan yang diperoleh oleh Lisa yang menunjukkan adanya hubungan antara motivasi dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet TTD, yang didukung oleh uji statistik dengan nilai *P-Value* 0,014 (14). Selain itu, Ristanti juga menemukan hubungan antara motivasi dan kepatuhan konsumsi tablet TTD dalam persiapan reproduksi remaja putri di desa Ciherang pada tahun 2022, dengan hasil uji statistik yang menunjukkan *P-Value* 0,020 (15).

Dukungan Teman Sebaya

Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa 5,9% Kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah didukung dengan baik oleh teman sebaya, sementara 80% yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tersebut mengaku tidak mendapatkan dukungan dari teman-teman mereka. Analisis statistik menggunakan Uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Pada uji regresi logistik nilai OR dukungan teman sebaya 0,121 (CI 95% 0,020-0,730) menunjukkan nilai OR kurang dari 1 hal ini dapat diartikan bahwa variabel yang diteliti merupakan faktor protektif terhadap kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, yang menunjukkan bahwa remaja yang menerima dukungan dari teman sebaya memiliki kemungkinan 8,26 ($1/0,121$) kali untuk tidak patuh (13).

Patofisiologi dukungan teman sebaya mencakup bagaimana interaksi dan dukungan dari teman sebaya mempengaruhi perilaku kesehatan dan kepatuhan individu. Dukungan teman sebaya dapat memberikan rasa keterikatan, motivasi, dan kenyamanan emosional yang mendorong perilaku sehat. Menurut Berkman dan Glass dalam "*Social Integration, Social Networks, Social Support, and Health*," dukungan sosial dari teman sebaya dapat mengurangi stres dan

meningkatkan kemampuan individu untuk mengatasi tantangan kesehatan, yang pada gilirannya meningkatkan kepatuhan terhadap intervensi kesehatan seperti mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) (16). Dukungan ini dapat berupa dorongan verbal, teladan positif, atau bantuan praktis, yang semuanya berkontribusi pada kepatuhan yang lebih baik. Dukungan teman sebaya yang positif dapat meningkatkan kepatuhan remaja putri melalui peningkatan motivasi dan penurunan rasa takut atau cemas terhadap konsumsi TTD. Ketika remaja putri melihat teman-teman sebaya mereka mengonsumsi TTD dan mendukung tindakan tersebut, mereka merasa lebih terdorong dan yakin untuk mengikuti tindakan yang sama. Pengaruh positif ini dapat mengurangi hambatan psikologis, seperti ketakutan terhadap efek samping, dan meningkatkan persepsi tentang pentingnya kesehatan bersama. Sebaliknya, jika teman sebaya tidak mendukung atau bahkan menolak konsumsi TTD, remaja putri mungkin merasa ragu atau takut untuk patuh. Oleh karena itu, membangun lingkungan sosial yang mendukung di antara teman sebaya sangat penting agar dapat meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara dukungan teman sebaya dan kepatuhan, ini berarti bahwa perubahan dalam

dukungan teman sebaya berkaitan dengan perubahan tingkat kepatuhan. Efek protektif negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan dari teman sebaya, semakin rendah tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Dengan kata lain, dukungan yang lebih besar dari teman sebaya tidak meningkatkan kepatuhan, tetapi justru menurunkannya. Hal ini bisa terjadi jika teman sebaya memiliki sikap atau perilaku yang tidak mendukung konsumsi tablet tambah darah, sehingga dukungan mereka berpengaruh negatif. Misalnya, teman sebaya tidak menganggap penting mengonsumsi tablet tambah darah, mereka mungkin secara tidak langsung mendorong remaja putri lain untuk tidak patuh, kemudian adanya tekanan atau pengaruh negatif dari teman-teman dapat membuat remaja memilih untuk tidak patuh agar diterima dalam kelompok sosial mereka. Selain itu, jika teman sebaya berperilaku negatif terhadap konsumsi tablet tambah darah, mereka bisa menjadi model peran yang tidak mendukung kepatuhan, sehingga remaja lain meniru perilaku tersebut.

Dukungan Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa 9,5% remaja patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah berkat dukungan yang baik dari orang tua, sementara 89,5% tidak patuh karena kurangnya dukungan dari orang tua. Hasil analisis statistik

menggunakan Uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan orang tua dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Patofisiologi dukungan orang tua mencakup bagaimana dukungan emosional, instrumental, dan informasi dari orang tua mempengaruhi kesehatan dan perilaku kepatuhan anak-anak. Dukungan dari orang tua dapat meningkatkan rasa aman dan mengurangi tingkat stres, dan memberikan motivasi serta pengetahuan yang diperlukan untuk menjalani perilaku sehat. Menurut Repetti, Taylor, dan Seeman 2002 dalam "*Risky Families: Family Social Environments and the Mental and Physical Health of Offspring*," dukungan positif dari orang tua dapat mengurangi risiko masalah kesehatan mental dan fisik serta meningkatkan kemampuan anak-anak untuk mengikuti intervensi kesehatan, seperti mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) (17). Dukungan ini dapat berupa pengawasan, pengingat, dan penguatan positif, yang semuanya berkontribusi pada kepatuhan yang lebih baik. Orang tua yang memberikan dukungan emosional dan penguatan positif dapat meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri remaja, sementara lingkungan rumah yang mendukung dan akses yang mudah ke TTD memudahkan kepatuhan. Edukasi tentang manfaat TTD dan komunikasi terbuka antara orang tua dan remaja membantu

meningkatkan pemahaman serta mengatasi keraguan. Selain itu, bantuan praktis dalam mengatur jadwal konsumsi dan mengatasi hambatan juga berkontribusi pada kepatuhan yang lebih baik, yang pada akhirnya mendukung kesehatan remaja putri secara keseluruhan.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anisa di kalangan remaja putri kelas XI SMK Kartika X-2 Jakarta, ditemukan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri selama menstruasi, dengan nilai *P-Value* sebesar 1,000 ($p < 0,05$). Peneliti menjelaskan bahwa situasi ini mungkin disebabkan oleh orang tua yang hanya memberikan pengingat tanpa memastikan apakah remaja putri benar-benar mengonsumsi TTD (18). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Yuki di SMK Kristen 1 Surakarta juga sejalan dengan temuan ini, menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan kesadaran siswi untuk mengonsumsi TTD, dengan nilai *P-Value* 0,564 ($p < 0,05$) (19).

Dukungan Guru

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 11,7% remaja patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah berkat dukungan yang baik dari guru, sedangkan 91,7% tidak patuh karena kurangnya dukungan dari guru. Analisis statistik menggunakan Uji Chi-Square

mengungkapkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan guru dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Patofisiologi dukungan guru mencakup bagaimana dukungan yang diberikan oleh guru dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik serta perilaku kepatuhan siswa. Dukungan guru, yang meliputi bantuan akademik, emosional, dan sosial, dapat meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi stres, dan memberikan motivasi yang diperlukan bagi siswa untuk mengikuti perilaku sehat. Menurut Wentzel dalam "*Teacher-Student Relationships and Adolescent Competence at School*," hubungan positif antara guru dan siswa dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik dan kesehatan, serta meningkatkan kepatuhan mereka terhadap intervensi kesehatan seperti mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) (20). Dukungan guru memainkan peran penting dalam mengarahkan dan memotivasi remaja untuk mematuhi anjuran konsumsi TTD. Guru yang memberikan edukasi tentang pentingnya TTD dan dampak kekurangan zat besi dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai kebutuhan dan manfaat suplemen tersebut. Komunikasi efektif antara guru dan siswa, seperti diskusi di kelas atau sesi konseling, dapat memperjelas informasi, mengatasi kebingungan, dan memperkuat motivasi untuk

mengonsumsi TTD secara rutin. Selain itu, guru yang aktif memantau dan memberikan dukungan moral dapat membantu mengatasi tantangan dan hambatan yang mungkin dihadapi remaja, seperti kurangnya motivasi atau masalah dengan efek samping. Dengan menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan memberikan penguatan positif, guru berkontribusi pada peningkatan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD, yang pada akhirnya mendukung kesehatan dan kesejahteraan mereka (20).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anisa di remaja putri kelas XI SMK Kartika X-2 Jakarta, yang menemukan tidak ada hubungan antara dukungan guru dan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan nilai *P-Value* 0,433 (18). Penelitian lain oleh Tri juga mendukung temuan ini, menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan guru dan konsumsi TTD pada remaja putri di SMPN 9 Jember, dengan nilai *P-Value* sebesar 0,061. Peneliti menyebutkan bahwa kondisi ini mungkin disebabkan oleh kurangnya pengawasan guru saat konsumsi TTD di kelas, yang mengakibatkan banyak responden tidak teratur dalam mengonsumsinya (21).

Dukungan Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15,6% remaja patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah berkat dukungan yang

baik dari tenaga kesehatan, sementara 96,4% tidak patuh karena kurangnya dukungan dari tenaga kesehatan. Analisis statistik menggunakan Uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Patofisiologi dukungan tenaga kesehatan menurut para ahli mencakup bagaimana interaksi dan dukungan dari tenaga kesehatan, seperti dokter, perawat, dan ahli gizi, mempengaruhi kesehatan dan kepatuhan pasien terhadap intervensi medis. Dukungan yang diberikan oleh tenaga kesehatan dapat meningkatkan pemahaman, motivasi, dan rasa aman pasien dalam mengikuti rekomendasi kesehatan. Menurut DiMatteo dalam "*Social Support and Patient Adherence to Medical Treatment: A Meta-Analysis*," dukungan yang diberikan oleh tenaga kesehatan, termasuk komunikasi yang efektif, empati, dan penyediaan informasi yang jelas, dapat secara signifikan meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan intervensi kesehatan seperti mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) (22). Tenaga kesehatan, melalui edukasi dan konseling, berperan penting dalam memberikan informasi mendalam tentang manfaat TTD, cara kerja suplemen, serta dampak dari kekurangan zat besi. Pemahaman yang jelas tentang manfaat dan potensi efek samping dapat mengurangi kekhawatiran dan meningkatkan motivasi

remaja untuk mematuhi anjuran konsumsi. Selain itu, tenaga kesehatan yang menyediakan dukungan berkelanjutan, termasuk pengawasan dan tindak lanjut, dapat membantu mengidentifikasi dan mengatasi masalah yang mungkin timbul, seperti ketidaknyamanan atau efek samping. Penguatan positif dan dukungan emosional dari tenaga kesehatan dapat memperkuat motivasi dan memastikan remaja tetap pada jadwal konsumsi yang direkomendasikan. Dengan memberikan edukasi yang tepat dan dukungan yang konsisten, tenaga kesehatan membantu meningkatkan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi TTD, yang berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan pencegahan anemia (22).

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati pada tahun 2021, yang menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara dukungan tenaga kesehatan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan kuesioner yang disebarkan kepada remaja putri di beberapa sekolah menengah atas. Hasil analisis statistik dengan Uji Chi-Square menunjukkan bahwa meskipun dukungan tenaga kesehatan dianggap penting, hal ini tidak berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Penelitian lain oleh Choi pada tahun 2019 juga mendukung temuan ini,

dengan mengevaluasi berbagai faktor yang memengaruhi kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Korea Selatan. Hasil analisis regresi logistik

menunjukkan bahwa dukungan tenaga kesehatan tidak memiliki hubungan signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

3. Multivariat

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Logistik Model Akhir

Variabel	Pvalue	Exp (B)	95% C.I. for EXP(B)	
			Lower	Upper
Pengetahuan	0,536	2,052	0,211	19,974
Efek Samping	0,270	0,368	0,062	2,171
Sikap	0,723	0,712	0,110	4,628
Motivasi	0,017	26,485	1,793	391,241
Dukungan Teman Sebaya	0,021	0,121	0,020	0,730
Dukungan Orang Tua	0,319	0,456	0,097	2,137
Dukungan Guru	0,718	1,339	0,275	6,523
Dukungan Tenaga Kesehatan	0,195	3,623	0,516	25,426

(sumber : Data Primer, 2014)

Berdasarkan tabel 3. hasil permodelan multivariat regresi logistik didapat bahwa **Motivasi** merupakan faktor paling dominan terhadap kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja putri di SMAN 02 Gunung Putri, dengan nilai OR 26,485 artinya remaja putri yang tidak memiliki motivasi beresiko 26,485 kali tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Variabel dukungan teman sebaya dengan nilai OR 0,121 (CI 95% 0,020-0,730), nilai OR kurang dari 1 dapat diartikan sebagai faktor protektif yang artinya variabel yang diteliti menunjukkan bahwa remaja yang tidak mendapatkan dukungan dari teman sebaya memiliki peluang 8,26 (1/0,121) kali untuk patuh dalam mengonsumsi tablet tambah

darah. Variabel motivasi dan dukungan teman sebaya mempunyai hubungan dengan ketidakpatuhan mengonsumsi tablet tambah darah setelah dikontrol oleh dukungan tenaga kesehatan, efek samping, dukungan orang tua, pengetahuan, dukungan guru dan sikap. Variabel dukungan tenaga kesehatan, efek samping, dukungan orang tua, pengetahuan, dukungan guru dan sikap. Merupakan variabel *confounding* yang mempengaruhi hubungan variabel motivasi dan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah.

KESIMPULAN

Motivasi dan dukungan teman sebaya adalah determinan kritis kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja putri. Strategi untuk meningkatkan kepatuhan harus memperhatikan faktor-faktor ini, selain mengelola efek samping dan memberikan pendidikan yang komprehensif tentang manfaat TTD.

DISKUSI

Temuan ini menyoroti pentingnya motivasi dan dukungan teman sebaya dalam memastikan kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja putri. Meskipun pengetahuan dan efek samping berperan, mereka tidak seberpengaruh faktor motivasi. Intervensi harus berfokus pada peningkatan motivasi dan memanfaatkan dukungan teman sebaya untuk meningkatkan tingkat kepatuhan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala Sekolah SMAN 02 Gunung Putri yang dijadikan tempat penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arcanjo, F.P.N., Arcanjo, C.P.C. & Santos P. Schoolchildren with Learning Dif-ficulties Have Low Iron Status and High Anemia Prevalence. *J Nutr Metab* [Internet]. 2016;1–5. Available from: <https://doi.org/10.1155/2016/7357136>
- [2] WHO. Iron deficiency anemia. In 2021. Available from: <https://www.who.int/health-topics/anaemia>
- [3] Irianti, E., & Sahiroh S. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 dan 2 Karanganyar. *J Ilm Kesehat Masy*. 2019;11(1):1–7.
- [4] Aryanti, R., Hermawan, D., & Yanti DE. Analisis faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. *Holistik J Kesehat*. 2023;17(8):762–775.
- [5] Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath K. *Health Behavior: Theory, Research, and Practice*. Jossey-Bass. 2015;
- [6] Novia Fatmawati Putri, Winda Kurnia Astuti. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Mahasiswa Ekstensi FKM UI. *SEHATMAS J Ilm Kesehat Masy*. 2023;2(1):271–7.
- [7] Lismiana H, Indarjo S. Pengetahuan dan persepsi remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. *Indones J Public Heal Nutr*. 2021;1(1):22–30.
- [8] Ningtyas O, Ulfiana E, Yono N. Hubungan Pengetahuan tentang Anemia dan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMPN 01 Brondong Lamongan. *Indones J Midwifery*. 2021;4(2):128.
- [9] Goodman, L. S., & Gilman AG. *The Pharmacological Basis of Therapeutics*. McGraw-Hill Educ. 2017;
- [10] Silitonga HTH. Compliance of Iron Supplementation and Determinants among Adolescent Girls: A Systematic Review. *Iran J Public Heal*. 2023;52, No. 1:37–48.
- [11] Ajzen I. *Attitudes, Personality, and Behavior*. Milton Keynes: Open University Press. 2005.
- [12] Lindawati R. Analysis of Factors Associated with Fe Tablet Consumption Compliance in Young Girls at State Senior High School 3, Serang City, Banten Province in 2022. *J Inov Ris Ilmu Kesehat*. 2023;1(1):239–55.
- [13] Deci, E. L., & Ryan RM. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *Am Psychol*. 2000;55(1):68–

- 78.
- [14]Lisa, Hapsari R. Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Remaja Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Di Smpn 1 Bergas. *Angew Chemie Int Ed* 6(11), 951–952. 2019;1–10.
- [15]Ristanti YE, Fatimah J, KD M. Hubungan Peran Serta Kader, Peran Bidan Dan Motivasi Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Untuk Persiapan Reproduksi Remaja Putri Di Desa Ciherang Tahun 2022. *SENTRI J Ris Ilm.* 2023;2(5):1649–62.
- [16]Berkman, L. F., & Glass T. Social Integration, Social Networks, Social Support, and Health. In L. F. Berkman & I. Kawachi (Eds.), *Social Epidemiology*. Oxford Univ Press. 2000;137–73.
- [17]Repetti, R. L., Taylor, S. E., & Seeman TE. Risky Families: Family Social Environments and the Mental and Physical Health of Offspring. *Psychol Bull.* 2002;128(2):330–66.
- [18]Anisa IN, Widyaningsih EB, Wahyuni IS. Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Fe saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Indones J Midwifery Sci.* 2022;1(1):7–12.
- [19]Yuki R, Deny Eka, Yessy M. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesadaran Siswi SMK Kristen 1 Surakarta untuk Mengonsumsi Tablet zat Besi. *Pros Semin Nas Apl Sains Teknol.* 2019;70(8):827–38.
- [20]Wentzel KR. Teacher-Student Relationships and Adolescent Competence at School. In M. T. Pianta & S. J. Hadden (Eds.), *The Role of Context in the Development of Psychopathology: A Developmental Psychopathology Perspective*. Cambridge Univ Press. 1998;177–204.
- [21]Tri E, Utomo R, Rohmawati N. Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Ilmu Gizi Indones.* 2020;4(1):1–10.
- [22]DiMatteo MR. Social Support and Patient Adherence to Medical Treatment: A Meta-Analysis. *Heal Psychol.* 2004;23(2):207–18.