

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI

Factors Associated with Adherence to Iron Tablet Consumption among Adolescent Girls

Adhining Kartika Assyifa

Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Semarang, Semarang, Indonesia

Email: adhining17@students.unnes.ac.id

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi yang tinggi di Indonesia. Salah satu upaya pencegahannya adalah pemberian tablet tambah darah (TTD), meskipun kepatuhan konsumsi TTD masih rendah. Penelitian ini bertujuan menelaah faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri, khususnya pengetahuan, sikap, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur terhadap 15 artikel yang diterbitkan antara 2020–2025, diperoleh dari database Garuda, PubMed, dan Google Scholar. Hasil kajian menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menemukan hubungan signifikan antara pengetahuan, sikap, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi TTD. Namun, beberapa studi melaporkan tidak ditemukannya hubungan pada variabel tertentu, sehingga faktor lain seperti dukungan keluarga, persepsi ancaman, dan *self-efficacy* juga berperan. Disimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan, pembentukan sikap positif, serta penguatan dukungan sosial dari guru dan teman sebaya perlu dioptimalkan untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD.

Kata Kunci: anemia, dukungan guru, dukungan teman sebaya, kepatuhan, tablet tambah darah

ABSTRACT

Anemia in adolescent girls remains a public health problem with a high prevalence in Indonesia. One of the prevention efforts is the administration of iron tablets, although adherence to consumption of iron tablets is still low. This study aims to examine the factors associated with adherence to consumption of iron tablets in adolescent girls, particularly knowledge, attitude, teacher support, and peer support. The method used was a literature review of 15 articles published between 2020 and 2025, obtained from the Garuda, PubMed, and Google Scholar databases. The results of the study showed that most studies found a significant relationship between knowledge, attitude, teacher support, and peer support with adherence to consumption of iron tablets. However, several studies reported no relationship with certain variables, suggesting that other factors such as family support, threat perception, and self-efficacy also play a role. It was concluded that increasing knowledge, forming positive attitudes, and strengthening social support from teachers and peers need to be optimized to improve adolescent girls' adherence to iron tablet.

Key words: adherence, anemia, iron supplement, peer support, teacher support

PENDAHULUAN

Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 melaporkan bahwa prevalensi anemia pada anak usia 5-14 tahun mencapai 26,8%, sedangkan pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 32% (Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018). Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di Indonesia tercatat sebesar 73[A2.1],5%.

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia, baik karena asupan gizi yang tidak seimbang maupun kehilangan zat besi saat menstruasi (Andani et al., 2020). kondisi anemia biasanya ditandai dengan gejala 5L (lemah, letih, lesu, Lelah, dan lunglai) (Davidson et al., 2021).

Sebagai upaya pencegahan, pemerintah melaksanakan program pemberian TTD seminggu sekali sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No. 88 tahun 2014 dan Surat Edaran Kementerian Kesehatan RI No. HK.03.03/V/0595/2016. Meskipun demikian, masalah kepatuhan dalam mengonsumsi TTD masih menjadi hambatan (Ristanti et al., 2023).

Ketidakpatuhan konsumsi tablet tambah darah dapat meningkatkan risiko anemia pada remaja putri yang berdampak pada menurunnya konsentrasi belajar, kebugaran, serta pertumbuhan tinggi dan berat badan (Harlisa et al., 2023).

Sejumlah penelitian menunjukkan berbagai faktor yang berhubungan dengan kepatuhan

konsumsi TTD. Menurut (Nurjanah & Azinar, 2023), faktor-faktor tersebut mencakup pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, dukungan guru, serta dukungan teman sebaya. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Zamadi et al., 2022) yang mengidentifikasi adanya hubungan antara pengetahuan, peran tenaga kesehatan, dan dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi TTD.

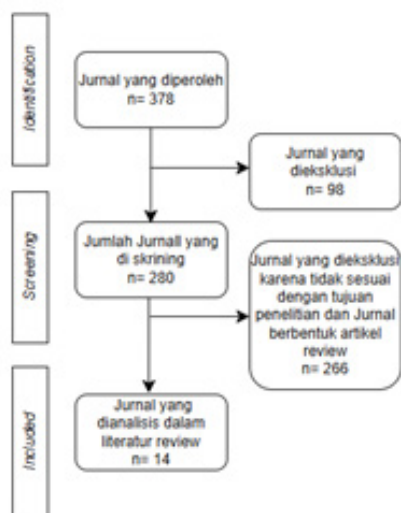
Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD, sehingga bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literatur review* atau kajian Pustaka. Jurnal-jurnal yang dipilih yaitu penelitian yang mencakup hubungan pengetahuan, sikap, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Melakukan pemilihan jurnal dengan kata kunci “tablet tambah darah”, “kepatuhan remaja putri”, “dukungan guru”, “dukungan teman sebaya”, “iron supplementation”, dan “*adolescent girls*” dan didapatkan jurnal sebanyak 378. Kriteria inklusi dalam pemilihan jurnal yaitu: remaja putri, rentang waktu penelitian 5 tahun (2020-2025), jurnal menggunakan bahasa indonesia dan Bahasa Inggris, dan dalam bentuk *full text*. Pencarian jurnal dilakukan pada website Garuda, PubMed, dan *Google Scholar*.

HASIL

Setelah melakukan pencarian jurnal pada *website* Garuda, Pubmed, dan *Google Scholar*, didapatkan 14 jurnal yang relevan dengan kriteria inklusi, antara lain, sebagai berikut:



Gambar 1. PRISMA Diagram

Tabel 1. Karakteristik Artikel yang Dianalisa

Nama Pengarang	Tahun	Negara	Tujuan Penelitian	Partisipan	Desain dan Metode Pengambilan Data	Temuan	Implikasi
Rudy Pou, Erika Siti Azhari, Ramsyifa Virzanisda	2023	Indonesia	Mengetahui apakah terdapat keterkaitan antara dukungan guru dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	170 siswi sekolah	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross-sectional</i> dengan pendekatan observasional analitik. Sampel diambil menggunakan teknik <i>consecutive sampling</i> . Data primer dikumpulkan melalui pemeriksaan kadar hemoglobin, pengisian kuesioner, serta wawancara dengan kepala UKM, beberapa guru, dan remaja putri. Sedangkan data sekunder diperoleh dari Laporan Capaian Program Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu tahun 2022.	Berdasarkan hasil uji berpasangan, diperoleh nilai $p = 0,011$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan guru dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	Peran guru dibutuhkan dalam memberikan dukungan kepada remaja putri agar patuh mengonsumsi tablet tambah darah.
A.Fasya Tenri Awaru Ilham, Yusriani, Nurdardiansyah Bur	2023	Indonesia	Untuk mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan konsumsi tablet tambah darah.	72 remaja putri	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan <i>cross-sectional</i> . Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji <i>Chi-square</i> . Sampel diambil dengan teknik <i>total sampling</i> , dan pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner mengenai dukungan teman sebaya.	Berdasarkan hasil uji <i>Chi-square</i> diperoleh nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya korelasi antara dukungan teman sebaya dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 1 Mamuju.	Peran teman sebaya diperlukan dengan tujuan dapat saling membantu dan memotivasi untuk kerutinan mengonsumsi tablet tambah darah.

Nama Pengarang	Tahun	Negara	Tujuan Penelitian	Partisipan	Desain dan Metode Pengambilan Data	Temuan	Implikasi
Putri Hilmiati, Yanti Ermalia, Nur Pelita Sembiring	2025	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan, sikap, dan dukungan teman sebaya dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah di SMAS Al Huda Pekanbaru.	135 orang remaja SMAS Al Huda Pekanbaru	Penelitian ini menggunakan desain studi <i>cross-sectional</i> dan analisis data dilakukan secara univariat serta bivariat menggunakan uji <i>Chi-square</i> . Pengumpulan data dilakukan dengan instrumen berupa data administrasi sekolah, kuesioner pengetahuan, kuesioner sikap, kuesioner dukungan teman sebaya, dan kuesioner konsumsi tablet tambah darah.	Berdasarkan hasil uji <i>Chi-square</i> , diperoleh nilai signifikansi untuk pengetahuan ($p = 0,036$), sikap ($p = 0,033$), dan dukungan teman sebaya ($p = 0,030$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara pengetahuan, sikap, dan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMAS Al Huda Pekanbaru.	Peningkatan pengetahuan, sikap, dan dukungan teman sebaya perlu dilakukan untuk meningkatkan kepatuh remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
Samsi Narti, Anne Rufaridah, Lailatul Husni, Yuni Surya Putri, Rika octriantiaskar	2025	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMAN 13 Kerinci.	45 siswi SMAN 13 Kerinci	Dalam penelitian ini, digunakan desain <i>analitic cross sectional</i> , menggunakan pendekatan observasi, dan melakukan analisis data menggunakan uji <i>Chi-square</i> . Sampel diambil menggunakan Teknik <i>total sampel</i> . Pengambilan data dilakukan dengan melakukan wawancara	Berdasarkan hasil uji <i>Chi-square</i> , diketahui bahwa pengetahuan ($p = 1,000$) dan sikap ($p = 0,591$) tidak memiliki hubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri dalam 3 bulan terakhir. Sebaliknya, dukungan guru ($p = 0,048$) dan dukungan keluarga ($p = 0,031$) menunjukkan adanya hubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri dalam periode yang sama.	Menunjukkan faktor lain, seperti dukungan guru dan dukungan keluarga perlu diperhatikan, upaya ini bertujuan untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
Erlina Tri Rahayu Utomo, Ninna Rohmawati, Sulistiyani	2020	Indonesia	Meneliti faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMP Negeri 9 Jember.	129 siswi SMP Negeri 9 Jember	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional dengan desain <i>cross-sectional</i> . Analisis data dilakukan menggunakan uji <i>Chi-square</i> , dan sampel diambil dengan teknik <i>total sampling</i> . Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner untuk menilai tingkat pengetahuan, sedangkan data dukungan diperoleh melalui wawancara.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ($p = 0,000$), dukungan keluarga ($p = 0,000$), dan dukungan teman sebaya ($p = 0,019$) memiliki hubungan dengan konsumsi tablet tambah darah, sedangkan dukungan guru ($p = 0,061$) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan konsumsi tablet tambah darah.	Peningkatan pengetahuan, serta memberikan dukungan dapat dilakukan sebagai upaya dalam kerutinan konsumsi tablet tambah darah.

Nama Pengarang	Tahun	Negara	Tujuan Penelitian	Partisipan	Desain dan Metode Pengambilan Data	Temuan	Implikasi
Dwi Susanti, Afi Lutfiyati, Ida Nursanti	2024	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	81 siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Godean	Penelitian ini menggunakan rancangan <i>cross sectional</i> . Pengambilan sampel menggunakan Teknik <i>purposive sampling</i> . Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat, analisis bivariat, dan analisis multivariat (uji regresi logistik). Data diambil dengan penyebaran kuesioner pengetahuan, kuesioner dukungan keluarga, kuesioner dukungan guru, kuesioner dukungan teman sebaya, dan kuesioner perilaku dari <i>Health Belief Model</i> (HBM).	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya, persepsi ancaman, dan <i>self-efficacy</i> dengan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Sementara itu, variabel pengetahuan, dukungan keluarga, dukungan guru, persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, dan persepsi hambatan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.	Faktor dukungan teman sebaya, persepsi ancaman, dan <i>self-efficacy</i> perlu menjadi fokus untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
Nengah Runiari, Nyoman Hartati	2020	Indonesia	Menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	Sampel penelitian terdiri dari 149 siswi kelas XI SMA Negeri 6 Denpasar.	Penelitian ini menggunakan rancangan analitik korelasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Analisis statistik dilakukan menggunakan uji <i>Kendall Tau</i> , sedangkan sampel diambil dengan teknik <i>total sampling</i> . Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner pengetahuan dan kuesioner kepatuhan yang menggunakan skala MMAS-8 (<i>Morisky Medication Adherence Scale</i>).	Berdasarkan uji <i>Kendall Tau</i> , diperoleh nilai $p = 0,03$, yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 6 Denpasar.	Peningkatan pengetahuan diperlukan agar mendorong remaja putri agar lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
Ni Made Widiastuti, Putu Mastiningsih, Pande Putu Novi Ekajayanti, Putu Wira	2024	Indonesia	Menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	Sampel penelitian terdiri dari 40 remaja putri yang terdaftar di Posyandu Remaja Banjar Sigaran, Desa Bhuwana.	Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Analisis data dilakukan melalui uji <i>Chi-square</i> , dan sampel dipilih menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ($p = 0,001$) dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	Diperlukan peningkatan edukasi kesehatan guna mendorong kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
Ni Putu Dewi Murdani, Ni Luh Gede Intan Saraswati, I Dewa Agung Ketut Sudarsana	2024	Indonesia	Menganalisis hubungan antara dukungan teman sebaya & kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	Sampel penelitian terdiri dari 232 siswi SMA Negeri 1 Bangli.	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Analisis data dilakukan menggunakan uji <i>Chi-square</i> , dan sampel dipilih melalui teknik stratified random	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya ($p = 0,000$) dan kepatuhan siswi SMA Negeri 1 Bangli dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	Meningkatkan peran dukungan teman sebaya, agar dapat memberikan pengaruh besar terhadap pembentukan perilaku remaja dalam kepatuhan

Nama Pengarang	Tahun	Negara	Tujuan Penelitian	Partisipan	Desain dan Metode Pengambilan Data	Temuan	Implikasi
					sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner yang menilai dukungan teman sebaya serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.		mengonsumsi tablet tambah darah.
Devika Rahayu ningtyas, Ratih Indraswari, Syamsulhuda Budi Musthofa	2021	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi praktik konsumsi tablet tambah darah.	225 remaja putri SMA/ sederajat	Penelitian ini merupakan studi analitik kuantitatif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . Analisis data dilakukan menggunakan uji <i>Chi-square</i> . Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik <i>simple random sampling</i> . Instrumen penelitian berupa kuesioner yang disebarakan secara <i>daring</i> melalui <i>google form</i> .	Faktor-faktor yang berkaitan dengan praktik konsumsi tablet tambah darah di wilayah kerja Puskesmas Gilingan, Kota Surakarta, meliputi pendidikan ayah, pendapatan orang tua, sikap, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, dukungan guru pembina UKS, dukungan petugas kesehatan, serta akses terhadap informasi. Sedangkan variabel umur responden, pekerjaan ayah, pekerjaan ibu, pengetahuan ibu, pengetahuan, dukungan sekolah, ketersediaan tablet tambah darah, serta ketersediaan kartu kontrol tidak menunjukkan adanya hubungan dengan praktik konsumsi TTD.	Faktor-faktor yang terkait dengan praktik konsumsi tablet tambah darah dapat dijadikan fokus dalam upaya meningkatkan kepatuhan remaja untuk mengonsumsi tablet tersebut.
Putri, Harpiana Rahman, Resky Aulia Yusuf	2025	Indonesia	Meneliti hubungan antara dukungan teman sebaya dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMAN 14 Makassar.	80 siswi SMAN 14 Makassar	Menggunakan rancangan kuantitatif dan metode <i>cross-sectional</i> . Analisis data menggunakan uji univariat, dan bivariat (<i>Chi-square</i>). Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>accidental sampling</i> .	Adanya hubungan antara variabel dukungan teman sebaya dengan variabel perilaku konsumsi tablet tambah darah.	Teman sebaya dapat berperan sebagai faktor yang mendorong peningkatan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.
Alfi Nurjanah, Muhammad Azinar	2023	Indonesia	Mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMPN 22 Semarang.	210 remaja putri	Metode survey analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Teknik pengambilan sampel yaitu <i>random sampling</i> . Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Data dianalisis dengan analisis univariat, bivariat (uji <i>Chi-square</i>), dan analisis multivariat (analisis regresi logistik).	Pengetahuan, sikap, dukungan guru, dukungan orang tua, dan dukungan tenaga kesehatan terbukti memiliki pengaruh terhadap kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Sedangkan kemudahan akses dan dukungan sekolah tidak berpengaruh terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. hasil uji multivariat menunjukkan pengetahuan sebagai faktor dominan dengan nilai ($p=0,000$; $OR=5,982$; $95\%CI=2,875-12,445$).	Selain pengetahuan, sikap, serta dukungan dari guru dan orang tua, dukungan tenaga kesehatan juga berperan dalam mempengaruhi kepatuhan remaja terhadap konsumsi tablet tambah darah.

Nama Pengarang	Tahun	Negara	Tujuan Penelitian	Partisipan	Desain dan Metode Pengambilan Data	Temuan	Implikasi
Hasti Savira Yudiana, Hashfi Khairuddin	2025	Indonesia	Bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Desa Kersaratu, Kabupaten Malingping.	12 siswi kelas VII SMPN 3 Malingping	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, dengan teknik pengambilan sampel total sampling, dan pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner.	Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi kelas VII SMPN 3 Malingping paling besar dipengaruhi oleh dukungan guru (75%), sedangkan dukungan orang tua hanya 25%.	Upaya peningkatan dukungan orang tua diharapkan dapat membuat konsumsi tablet tambah darah pada remaja menjadi lebih teratur, sehingga risiko terjadinya anemia dapat berkurang.
Christin Jayanti, Olvianny Ayu Anggraeni	2025	Indonesia	Penelitian ini bertujuan untuk menelaah hubungan antara dukungan keluarga, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah.	57 siswi SMP Negeri 79 Jakarta	Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode <i>cross-sectional</i> . Analisis data dilakukan melalui uji korelasi <i>Spearman Rank</i> , dengan sampel yang ditentukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner mengenai dukungan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.	Ditemukan keterkaitan yang signifikan antara dukungan keluarga, dukungan guru, serta dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP Negeri 79 Jakarta.	Peran dukungan keluarga juga perlu diperhatikan, selain dukungan dari guru dan teman sebaya, agar kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah dapat lebih optimal.

PEMBAHASAN

Hasil telaah dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa secara umum terdapat korelasi signifikan antara pengetahuan, sikap, dukungan guru, serta dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Green Lawrence dalam teorinya menyatakan bahwa kesehatan seseorang dipengaruhi oleh predisposisi, faktor pendukung, dan faktor pendorong (Nurjanah & Azinar, 2023).

Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Penelitian (Runiari & Hartati, 2020) menggunakan metode *cross-sectional* dan analisis

Kendall Tau menemukan adanya keterkaitan antara pengetahuan dengan kepatuhan konsumsi TTD. Temuan serupa dilaporkan oleh (Mastiningsih et al., 2024). Menurut Notoatmodjo (2010) dalam (Hilmiati et al., 2025), pengetahuan sangat memengaruhi sikap dan perilaku dalam mengonsumsi TTD. Pengetahuan tidak hanya sebatas mengetahui, tetapi juga memahami hingga mampu mengaplikasikannya. Namun, studi (Susanti et al., 2024) menemukan bahwa meskipun tingkat pengetahuan remaja tergolong baik, tidak selalu berhubungan signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah ($p=0,74$).

Hubungan Sikap dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Penelitian (Hilmiati et al., 2025) serta (Nurjanah & Azinar, 2023) dengan uji *Chi-square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap dengan kepatuhan konsumsi TTD. Sesuai dengan teori Green Lawrence, sikap merupakan faktor predisposisi yang dapat mendorong terbentuknya perilaku sehat. Remaja dengan sikap positif cenderung lebih terarah untuk berperilaku patuh dalam mengonsumsi TTD (Rahayuningtyas et al., 2021).

Hubungan Dukungan Guru dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Huang & Chen, 2015 dalam (Pou et al., 2024), Theory of Planned Behaviour menjelaskan bahwa terdapat tiga faktor yang memengaruhi niat seseorang, yaitu sikap terhadap perilaku, persepsi control perilaku, dan norma subyektif. Norma subyektif diartikan sebagai penilaian individu terhadap adanya tekanan sosial yang memengaruhi mereka melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku. Dukungan sosial yang semakin kuat akan memperbesar niat seseorang untuk bertindak. Remaja putri banyak menghabiskan waktu di sekolah, sehingga guru berperan penting dalam keputusan untuk patuh mengonsumsi tablet tambah darah (Pou et al., 2024).

Dua penelitian yang mendukung *Theory of Planned Behaviour*, yaitu adanya hubungan antara dukungan guru dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Penelitian (Jayanti & Anggraeni, 2025) dan dengan metode *cross sectional* dan uji *Spearman Rank* menunjukkan hasil yang signifikan ($p=0,001$), di mana dukungan guru berupa pengingat

yang konsisten dan Pendidikan Kesehatan dapat memperkuat kepatuhan remaja putri. Sedangkan (Yudiana & Khairuddin, 2025) melaksanakan penelitian pemberian tablet tambah darah dengan kartu pemantauan, serta kuesioner bantuan guru dalam penggunaan tablet tambah darah dengan waktu penelitian 1 bulan. Hasil menunjukkan 75% siswi memperoleh bantuan guru dan jumlah siswi anemia menurun dari 12 menjadi 1 orang.

Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Teman sebaya adalah kelompok dengan usia dan pola pikir yang relatif sama serta berperan sebagai lingkungan sosial pertama setelah keluarga. Persepsi remaja terhadap kelompok sebaya sangat memengaruhi perilaku mereka (Putri et al., 2025). Berdasarkan teori Green Lawrence, teman sebaya berfungsi sebagai faktor penguat dalam perilaku kesehatan, yang menjadi sumber informasi sekaligus motivasi (Susanti et al., 2024). Penelitian (Ilham et al., 2023) menemukan adanya hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi TTD. Dukungan ini penting karena keinginan remaja untuk diterima dalam kelompoknya sering membuat mereka meniru perilaku teman sebaya (Murdani et al., 2024).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan telaah terhadap 15 artikel yang dianalisis, dapat disimpulkan bahwa kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah

darah dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama pengetahuan, sikap, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya. Sebagian besar penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara keempat faktor tersebut dengan kepatuhan, meskipun terdapat beberapa hasil berbeda yang menekankan pentingnya faktor lain seperti dukungan keluarga, persepsi ancaman, serta *self-efficacy*. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor psikologis seperti motivasi dan *self-efficacy*.

DAFTAR PUSTAKA

- Andani, Y., Esmianti, F., Haryani, S., & Yusniarita. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di SMP Negeri I Kepahiang. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 5(2), 55–62.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*.
- Badan Penelitian dan Pengembangan, K. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. In Lembaga Penerbit Balitbangkes (p. 156).
- Davidson, S. M., Tampubolon, V. H. br, & Tampubolon, R. (2021). Pengetahuan, Sikap, Dukungan dan Persepsi Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Satya Wacana. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, XI(3), 111–115.
- Harlisa, N., Wahyurianto, Y., & Puspitadewi, T. R. (2023). *Pengetahuan, Motivasi, dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi TTD pada Remaja Putri di SMAN 5 Tuban*. 7, 20427–20435.
- Hilmiati, P., Ernalina, Y., & Sembiring, N. P. (2025). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Teman Sebayadengan Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMAS Al Huda Pekanbaru. *Seminar Nasional Integrasi Pertanian Dan Peternakan*, 3(1), 222–230.
- Ilham, A. F. T. A., Yusriani, & Bur, N. (2023). Dukungan Teman Sebaya Berhubungandengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Window of Public Health Journal*, 4, 267–273.
- Jayanti, C., & Anggraeni, O. A. (2025). The Role of Social Support in Iron Folic Acid Supplement Adherence Among Adolescent Girls in a Public Junior High School in Jakarta. *Scientific Periodical of Public Health and Coastal Health*, 7(1), 186–193.
- Mastiningsih, N. M., Mastiningsih, P., Ekajayanti, P. P. N., & Wira, P. (2024). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Banjar Sigaran Desa Mekar Bhuwana. *Jurnal Sakti Bidadari*, 8, 38–44.
- Murdani, N. P. D., Saraswati, N. L. G. I., & Sudarsana, I. D. A. K. (2024). Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Siswi SMA Negeri 1 Bangli. *Malahayati Nursing Journal*, 6(6), 2181–2187.
- Nurjanah, A., & Azinar, M. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas. *HIGEIA Journal of Public Health Research and Development*, 7(2).
- Pou, R., Azhari, E. S., & Virzanisda, R. (2024). Dukungan Guru Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Rutin Remaja Putri Sekolah. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Trisakti*, 97–105.
- Putri, K., Rahman, H., & Yusuf, R. A. (2025). Hubungan Teman Sebaya dengan Perilaku Konsumsi Tablet Tamba Darah pada Remaja Putru SMAN 14 Makassar. *Window of Public Health Journal*, 6(2), 370–376.
- Rahayuningtyas, D., Indraswari, R., & Musthofa, S. B. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan

- Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(3), 310–318.
- Ristanti, Y. E., Fatimah, J., & KD, M. (2023). Hubungan Peran Serta Kader, Peran Bidan Dan Motivasi Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Untuk Persiapan Reproduksi Remaja Putri Di Desa Ciherang Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(5), 1649–1662. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i5.858>
- Runiari, N., & Hartati, N. (2020). Pengetahuan dan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Jurnal Gema Keperawatan*, 13 (2), 103–110.
- Susanti, D. S., Lutfiyani, A., & Nursanti, I. (2024). Factors associated with adherence to the consumption of blood supplement tablets in female students at Senior High School 1 Godean Sleman Yogyakarta. *Riset Informasi Kesehatan*, 13(2), 248.
- Yudiana, H. S., & Khairuddin, H. (2025). Factors Influencing Adolescent Girl's Compliance in Consuming Iron Tablet Supplementation in Rural Areas in Indonesia. *Malahayati Nursing Journal*, 7(1), 366–376.
- Zamadi, Dhesa, D. B., & M, H. I. (2022). Analisis Penyebab Rendahnya Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di Daerah Pesisir Kecamatan Kabaena Timur. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 9, 27–34.