

BEBERAPA FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE

Sekar Handayani¹

¹Prodi Diploma III Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kaltim
email: sekarhanda43@gmail.com

***Aisyah²**

²Prodi Kebidanan, Akademi Kebidanan Bandung
*email: aisyahbdn79@gmail.com

Susilo Wirawan³

³Prodi Diploma Tiga Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
email: susilo.wirawan@poltekkesjogja.ac.id

Notesya Astri Amanupunnyo⁴

⁴Prodi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Maluku
email: anoesyaastri@gmail.com

Coresspondence Author: Aisyah; aisyahbdn79@gmail.com

Abstract: *Anemia in adolescents can occur due to malnutrition. Adolescent girls experience a lot of nutrient deficiencies in their daily consumption. consumption on a daily basis. Based on document searches, Lampung province is one of the provinces with the highest province with the proportion of adherence to consumption of blood supplement tablets in adolescents below the national average. Below the national average. The aim of the study was to determine several factors affecting Fe tablet consumption compliance. Research design The research design used in this study was cross sectional. The study was conducted in 10 junior high schools in the working area of the Natar Health Center in July 2024. Population population was all adolescent girls totaling 315 respondents with a sample of 108 respondents. 108 respondents. The sampling technique used Stratified Random sampling. The research instrument used research questionnaire. Data analysis was carried out univariate and bivariate. Results The results showed that there was a relationship between motivation (p value: 0.040) and peer support (p value: 0.019) on compliance with Fe tablet consumption in adolescent girls. It is recommended for adolescent girls to proactively seek information on the benefits of Fe tablets as an effort to prevent anemia early on. tablets as an effort to prevent anemia early on.*

Keywords: *Motivation, Adolescent Girls, Fe Tablets.*

Abstrak: Anemia pada remaja dapat terjadi karena kurang gizi. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi sehari-harinya. Berdasarkan penelusuran dokumen, provinsi Lampung salah satu provinsi dengan proporsi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja di bawah rata-rata nasional. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi tablet Fe. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional. Penelitian dilakukan di 10 SMP wilayah kerja Puskesmas Natar pada bulan Juli tahun 2024. Populasi merupakan seluruh remaja putri berjumlah 315 responden dengan sampel berjumlah 108 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Stratified Random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan motivasi (p value: 0,040) dan dukungan teman sebaya (p value: 0,019) terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Disarankan kepada remaja putri untuk proaktif mencari informasi manfaat tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia sejak dini.

Kata Kunci: Motivasi, Remaja Putri, Tablet Fe.

A. Pendahuluan.

Menurut data yang dikeluarkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi anemia di kalangan wanita usia subur di seluruh dunia tercatat sekitar 29,9% pada kelompok usia 15 hingga 49 tahun (WHO, 2021). Angka ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga dari wanita dalam rentang usia tersebut mengalami kekurangan darah, yang dapat berdampak signifikan pada kesehatan mereka. Selain itu, anemia juga merupakan masalah kesehatan yang cukup serius di kawasan Asia Tenggara, dengan prevalensi yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata global. Di wilayah ini, sekitar 46,6% wanita usia subur dilaporkan menderita anemia, suatu angka yang mencerminkan tantangan besar dalam upaya menjaga kesehatan masyarakat. Masalah ini tidak hanya mencakup aspek kesehatan fisik, tetapi juga dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas, mengingat pentingnya kesehatan ibu dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan generasi mendatang.

Menurut laporan terbaru dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sekitar 45,2% remaja putri di Indonesia mendapatkan asupan tablet Fe (zat besi) sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia. Meskipun demikian, terdapat perbedaan signifikan dalam proporsi remaja putri yang menerima tablet Fe berdasarkan wilayah. Di beberapa provinsi, angka penerimaan tablet Fe sangat rendah, seperti yang terlihat di Provinsi Papua Pegunungan yang hanya mencapai 14%, Papua Tengah dengan 16,4%, dan Papua Barat Daya yang mencatatkan angka sebesar 23%. Rendahnya angka penerimaan tablet Fe berdampak terhadap tingginya kasus anemia pada remaja. Anemia pada remaja dapat terjadi karena kurang gizi. Remaja putri banyak mengalami kekurangan zat-zat gizi dalam konsumsi sehari-harinya (Safitri, 2024). Jika seorang remaja putri telah mengalami anemia, ada kemungkinan besar bahwa kondisi tersebut akan berlanjut hingga kehamilan, yang dapat membawa dampak buruk bagi kesehatannya dan juga kesehatan janin yang sedang dikandung. Anemia pada masa kehamilan memiliki potensi untuk mempengaruhi tumbuh kembang janin secara negatif, mengingat tubuh ibu hamil membutuhkan jumlah darah yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin. Selain itu, anemia selama kehamilan dapat memperburuk risiko komplikasi serius lainnya, termasuk peningkatan kemungkinan kematian ibu dan bayi, serta masalah yang dapat terjadi selama proses persalinan, seperti pendarahan berlebihan atau kesulitan dalam melahirkan. (Kemenkes, 2018).

Untuk mencapai target penurunan persentase remaja putri dan wanita usia subur (WUS) yang menderita anemia pada tahun 2025, pemerintah Indonesia telah menetapkan prioritas utama dalam melaksanakan program pemberian tablet tambah darah (TTD). Program ini bertujuan untuk mencegah dan mengobati anemia dengan memberikan satu tablet Fe (zat besi) setiap minggu kepada remaja putri dan wanita usia subur. Langkah ini merupakan bagian dari upaya pemerintah untuk mengatasi masalah kesehatan yang berkaitan dengan defisiensi zat besi, yang cukup tinggi di Indonesia, terutama di kalangan kelompok rentan seperti remaja putri dan WUS (Kemenkes, 2018). Sebagai panduan, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 Tahun 2014 mengenai Standar Pemberian TTD pada Ibu Hamil dan Wanita Usia Subur menetapkan dosis anjuran pemberian TTD untuk ibu hamil dan WUS adalah satu tablet per minggu, serta pemberian setiap hari selama haid bagi WUS. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa kebutuhan zat besi mereka terpenuhi secara optimal, sehingga dapat mencegah terjadinya anemia yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan bayi, khususnya pada masa kehamilan (Kemenkes RI, 2014). Selain itu, untuk mendukung keberhasilan program ini, Kementerian Kesehatan (Kemenkes) juga mengimplementasikan program suplementasi melalui Unit Kesehatan Sekolah (UKS), yang memiliki peran penting dalam memberikan suplemen zat besi kepada remaja putri berusia antara 12 hingga 18 tahun di seluruh sekolah di Indonesia. Program

ini diharapkan dapat menjangkau sebanyak mungkin remaja putri di Indonesia, memastikan mereka mendapatkan asupan zat besi yang cukup untuk mencegah anemia sejak dini. Sebagai bagian dari evaluasi dan pemantauan program, Kemenkes RI menetapkan target pencapaian pendistribusian TTD kepada remaja putri sebesar 30 persen pada tahun 2019, yang menjadi salah satu indikator keberhasilan dalam mendorong perbaikan gizi masyarakat secara keseluruhan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Dengan adanya upaya sistematis ini, diharapkan prevalensi anemia dapat menurun secara signifikan, membawa dampak positif terhadap kesehatan ibu dan anak serta kualitas hidup masyarakat Indonesia pada umumnya.

Berdasarkan penelusuran dokumen, provinsi Lampung salah satu provinsi dengan proporsi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja di bawah rata-rata nasional. Menurut laporan pemantauan pemberian tablet tambah darah (TTD) kepada remaja putri yang dilakukan di Puskesmas Natar pada tahun 2022, program pemberian TTD di 13 sekolah yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Natar belum mencapai angka 100%. Dari data yang diperoleh, sekitar 85,9% remaja putri mendapatkan TTD sesuai dengan anjuran, yaitu satu tablet setiap minggu dan satu kali sehari selama haid. Sementara itu, 14,1% remaja putri lainnya tidak mendapatkan atau menolak pemberian TTD. Selain itu, dari kelompok remaja putri yang menerima TTD, hanya 18,8% yang meminum tablet tersebut secara teratur sesuai petunjuk. Sebaliknya, 81,2% remaja putri yang mendapatkan TTD tidak meminumnya, dengan alasan utama bahwa 78% dari mereka lupa untuk meminumnya dan 22% merasa tidak perlu mengonsumsi TTD tersebut. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi tablet Fe.

B. Metodologi Penelitian.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di 10 SMP wilayah kerja Puskesmas Natar pada bulan Juli tahun 2024. Populasi merupakan seluruh remaja putri berjumlah 315 responden dengan sampel berjumlah 108 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Stratified Random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

C. Hasil dan Pembahasan

Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe, Motivasi dan Dukungan Teman Sebaya

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe, Motivasi dan Dukungan Teman Sebaya

No	Variabel uji	Frekuensi	Persentase(%)
1	Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe		
	Tidak Patuh	40	37,0
	Patuh	68	63,0
	Jumlah	108	100.0
2	Motivasi		
	Kurang	42	39,0
	Tinggi	66	61,0
	Jumlah	108	100.0
3	Dukungan Teman Sebaya		
	Kurang Mendukung	44	40,0
	Mendukung	68	60,0
	Jumlah	108	100.0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 108 responden, terdapat 40 remaja putri (37,0%) yang tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe dengan motivasi yang kurang berjumlah 42 remaja putri (39,0%). Sementara itu menurut dukungan teman sebaya, terdapat 44 remaja putri (40,0%) memiliki teman sebaya yang kurang mendukung.

Hubungan Motivasi Terhadap Kepatuhan Konsumsi tablet Fe

Tabel 2. Hasil Analisis Hubungan Motivasi Terhadap Kepatuhan Konsumsi tablet Fe

Motivasi	Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe						value
	Tidak Patuh		Patuh		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	16	38,0	26	62,0	42	100	0,040
Tinggi	24	36,3	42	64,7	66	100	
Jumlah	40	37,0	68	63,0	108	100	

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 42 remaja putri dengan motivasi kurang, terdapat 16 remaja putri (38,0%) yang tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Adapun dari 66 remaja putri dengan motivasi tinggi, terdapat 24 remaja putri (36,3%) yang tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Hasil uji statistik, Chi-Square di peroleh nilai kemaknaan $p = 0,040$ ($<0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan motivasi terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Ristanti (2023) yang melakukan penelitian terkait motivasi dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara motivasi dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri (p value 0,020).

Merujuk hasil penelitian, adanya hubungan motivasi remaja putri terhadap kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe disebabkan secara univariate terdapat 42 remaja putri yang memiliki motivasi kurang, sehingga berimplikasi terhadap kepatuhan dan konsumsi tablet Fe. Ketidakpatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe (tablet zat besi) sering kali disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah keterbatasan waktu yang dimiliki atau kelalaian mereka dalam mengingat untuk mengonsumsinya. Mengonsumsi tablet Fe secara teratur memang memerlukan komitmen yang tinggi serta usaha ekstra, karena remaja harus meluangkan waktu secara khusus untuk mematuhi aturan konsumsi tersebut. Namun, banyak remaja yang merasa enggan atau tidak memiliki cukup waktu untuk menjalankan rutinitas ini secara konsisten. Hal ini semakin diperburuk oleh kebiasaan remaja yang sering kali lupa mengonsumsi tablet Fe, terlebih jika tidak ada anggota keluarga yang mengingatkan atau mendukung mereka untuk menjaga kepatuhan tersebut. Tanpa adanya dukungan atau pengingat, rasa lupa akan semakin menghambat upaya remaja untuk mengonsumsi tablet Fe sesuai dengan jadwal yang ditentukan, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif terhadap efektivitas pengobatan dan kesehatan mereka secara keseluruhan.

Hubungan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Kepatuhan Konsumsi tablet Fe

Tabel 3. Hasil Analisis Hubungan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Kepatuhan Konsumsi tablet Fe

Dukungan Teman Sebaya	Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe						value
	Tidak Patuh		Patuh		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang Mendukung	28	64,0	16	36,0	44	100	0,019
Mendukung	12	17,6	56	82,4	68	100	
Jumlah	40	37,0	68	63,0	108	100	

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari 44 remaja putri dengan dukungan teman sebaya yang kurang, terdapat 28 remaja putri (63%) yang tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Adapun dari 68 remaja putri yang didukung teman sebaya, terdapat 12 remaja putri (1,6%) yang tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Hasil uji statistik, Chi-Square di peroleh nilai kemaknaan $p = 0,019 (<0,05)$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan teman sebaya terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Awaru (2023) yang melakukan penelitian terkait hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Hasil penelitian menunjukkan hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan p value 0,001.

Merujuk hasil penelitian, ada hubungan dukungan teman sebaya terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe disebabkan secara univariat terdapat 44 remaja putri yang kurang didukung teman sebaya dalam konsumsi tablet Fe. Hubungan antara remaja putri dengan teman sebaya mereka merupakan jenis hubungan interpersonal yang sering kali menciptakan kedekatan emosional yang lebih kuat di dalam kelompok mereka. Kedekatan ini menunjukkan bahwa teman sebaya bukan hanya sekadar individu dengan siapa mereka berinteraksi, tetapi juga berperan sebagai saluran komunikasi yang memengaruhi proses perubahan perilaku pada diri remaja. Teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan, terutama setelah lingkungan keluarga, yang merupakan faktor utama dalam membentuk perilaku seseorang. Dalam konteks ini, lingkungan teman sebaya menjadi salah satu aspek penting yang memengaruhi perkembangan kepribadian dan sikap remaja. Jika teman sebaya yang dimiliki remaja tersebut adalah individu yang memiliki sikap dan nilai positif, maka hal itu akan memberikan dampak yang baik terhadap perilaku remaja. Sebaliknya, jika teman sebaya memiliki perilaku yang kurang baik, maka pengaruh tersebut bisa berisiko mengarah pada perubahan perilaku yang tidak diinginkan. Oleh karena itu, hubungan dengan teman sebaya dapat memainkan peran yang sangat penting dalam membentuk arah kehidupan sosial dan psikologis seorang remaja.

D. Penutup.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan terdapat hubungan motivasi (p value: 0,040) dan dukungan teman sebaya (p value: 0,019) terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Disarankan kepada remaja putri untuk proaktif mencari informasi manfaat tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia sejak dini.

Daftar Pustaka.

- Adventus, Jaya, I. M. M., & Mahendra, D. (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Universitas Kristen Indonesia.
- Awaru, A, F, T., Yusriani., Bur, N. (2023). *Dukungan Teman Sebaya Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri*. Window of Public Health Journal. Vol 4. No. 2.
- Kemenkes RI. (2024). *Laporan Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Laurensius Arliman S (2024), *Cabang Kekuasaan Keempat: The New Separation of Power*, Ensiklopedia of Journal, Vol. 6, No. 3, 10-12
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. PT. Rineka Cipta: Jakarta.
- Safitri, E, D., Aritonang, I., Wirawan, S., Sitasari, A. (2024). Efektivitas Penggunaan Media Video Animasi Tentang Anemia Pada Remaja Putri. Jurnal Ilmu Gizi Indonesia. Vol 7. No. 2.

- Rista Andaruni NQ, Nurbaety B. (2018). *Effectiveness of Giving Iron (Fe) Tablets, Vitamin C and Guava Fruit Juice on Increasing Hemoglobin (Hb) Levels of Young Women at Muhammadiyah Mataram University. Midwifery J J Kebidanan UM Mataram*. Vol 3 No. 2.
- Ristanti, Y, E., Fatimah, J., Meinasari, Kd. (2023). *Hubungan Peran Serta Kader, Peran Bidan Dan Motivasi Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Untuk Persiapan Reproduksi Remaja Putri Di Desa Ciherang Tahun 2022*. Senti: Jurnal Riset Ilmiah. Vol 2. No. 5.