

FAKTOR PENYEBAB KETIDAKPATUHAN REMAJA PUTRI DALAM KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH

Siti Kistimbar¹, *Yulianti Anwar², Farihah Indriani³, Hermita Bus Umar⁴

¹Prodi Keperawatan Blora, Poltekkes Kemenkes Semarang, ²Prodi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Mamuju, ³Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Al Qur'an,

⁴Prodi Gizi, Poltekkes Kemenkes Padang

¹sitikistimbar@poltekkes-smg.ac.id, ²yuliantianwar345@gmail.com,

³farihah@unsiq.ac.id, ⁴hermita1809@gmail.com

Coresspondence Author: Yulianti Anwar.

Abstract: Adolescent girls are one of the groups at high risk for iron-deficiency anemia. Adolescent girls during puberty are particularly vulnerable to iron-deficiency anemia. This vulnerability is primarily due to increased iron requirements during periods of rapid growth, as well as regular blood loss through menstruation. The purpose of this study was to identify the factors contributing to non-compliance among adolescent girls regarding the consumption of iron supplements. The study design used in this research was cross-sectional. The study was conducted at a high school in Mamuju. The research was carried out in April 2025. The study sample consisted of 65 female students. Simple random sampling was used as the sampling technique. The research instrument used was a questionnaire. Data analysis was performed using univariate and bivariate methods. The results indicated an association between knowledge (p -value: 0.000) and exposure to information (p -value: 0.025) with non-compliance in iron tablet consumption. It is recommended that female students proactively seek information regarding the benefits of iron tablets to reduce the risk of anemia among adolescents.

Keywords: Information, Noncompliance, Knowledge.

Abstrak: Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami anemia defisiensi besi. Remaja putri pada masa pubertas merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami anemia gizi besi. Kerentanan ini terutama disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan zat besi selama periode pertumbuhan yang pesat, serta adanya kehilangan darah secara rutin melalui menstruasi. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor penyebab ketidakpatuhan remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di salah satu SMA di Mamuju. Penelitian dilakukan pada bulan April tahun 2025. Sampel penelitian berjumlah 65 remaja siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan (p value: 0,000) dan keterpaparan informasi (p value: 0,025) dengan ketidakpatuhan konsumsi tablet Fe. Disarankan kepada siswi dapat secara proaktif mencari informasi terkait manfaat tablet Fe sehingga dapat menurunkan risiko anemia pada remaja

Kata Kunci: Informasi, Ketidakpatuhan, Pengetahuan.

A. Pendahuluan

Usia remaja merupakan usia yang beresiko terhadap masalah kesehatan. Hal ini disebabkan karena remaja merupakan populasi yang memiliki ciri tertentu dan mobilitas aktivitas yang cukup padat, yang dapat meningkatkan potensi untuk mengalami penyakit, cedera, atau masalah kesehatan lainnya. Kesehatan secara fisik, mental dan psikologis sangat penting untuk terpenuhi pada saat usia remaja, sebab dengan kondisi fisik, mental,

dan psikologis remaja yang sehat, maka produktivitas remaja akan meningkat. Oleh karena itu asupan gizi yang optimal sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan aspek-aspek tersebut.

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami anemia defisiensi besi. Menurut WHO, prevalensi anemia pada remaja putri secara global mencapai 29%, sedangkan di negara berkembang prevalensinya lebih tinggi, yaitu sekitar 41,5% pada kelompok usia 10–18 tahun. Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan, kehilangan darah akibat menstruasi, serta pola konsumsi makanan yang kurang memenuhi kebutuhan zat besi harian. Kondisi ini menjadi perhatian penting karena anemia pada masa remaja dapat berdampak pada pertumbuhan, perkembangan kognitif, prestasi belajar, serta kesehatan reproduksi di masa mendatang.

Indonesia sebagai salah satu negara berkembang juga masih menghadapi permasalahan anemia yang cukup tinggi. Berdasarkan data WHO, prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia mencapai 37%, lebih tinggi dibandingkan prevalensi anemia secara global. Selain itu, prevalensi anemia defisiensi besi pada berbagai kelompok usia menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan, yaitu sebesar 40,5% pada balita, 50,5% pada ibu hamil, 45,1% pada ibu nifas, 57,1% pada remaja putri usia 10–18 tahun, dan 39,5% pada wanita usia subur (WUS) usia 19–45 tahun. Dari berbagai kelompok tersebut, remaja putri usia 10–18 tahun merupakan kelompok dengan prevalensi tertinggi dan risiko terbesar mengalami anemia defisiensi besi.

Remaja putri pada masa pubertas merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami anemia gizi besi. Kerentanan ini terutama disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan zat besi selama periode pertumbuhan yang pesat, serta adanya kehilangan darah secara rutin melalui menstruasi. Kehilangan zat besi yang terjadi setiap bulan dapat meningkatkan risiko terjadinya defisiensi zat besi apabila tidak diimbangi dengan asupan makanan yang mengandung zat besi dalam jumlah yang cukup. Kondisi tersebut menjadi lebih berisiko apabila remaja putri memiliki pola makan yang kurang beragam atau rendah sumber zat besi, sehingga kebutuhan tubuh terhadap zat gizi tersebut tidak dapat terpenuhi secara optimal.

Pada masa remaja, zat besi memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan tubuh. Zat besi diperlukan untuk pembentukan hemoglobin, yaitu protein dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Selain itu, zat besi juga berperan dalam pembentukan massa tubuh, peningkatan kapasitas fisik, perkembangan fungsi kognitif, serta menjaga daya tahan tubuh. Kebutuhan zat besi pada remaja putri mengalami peningkatan yang cukup signifikan, terutama pada usia 14–15 tahun, di mana kebutuhan zat besi dapat meningkat sekitar 30% dibandingkan periode sebelumnya sebagai akibat dari pertumbuhan yang cepat dan dimulainya siklus menstruasi.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di salah satu SMA di Mamuju, diketahui bahwa sebagian besar responden masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai anemia. Keterbatasan pengetahuan tersebut mencakup pemahaman tentang pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, serta dampak yang dapat ditimbulkan akibat kondisi tersebut. Hasil studi juga menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri tidak mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin. Dari 10 responden yang diwawancarai, sebanyak delapan orang menyatakan tidak patuh dalam mengonsumsi TTD sesuai anjuran. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor penyebab ketidakpatuhan remaja putri dalam konsumsi tablet tambah darah.

B. Metodologi Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di salah satu SMA di Mamuju. Penelitian dilakukan pada bulan April tahun 2025. Sampel penelitian berjumlah 65 remaja siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi tablet Fe, Pengetahuan dan Keterpaparan Informasi

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Konsumsi Tablet Fe			
1	Tidak Patuh	42	65
2	Patuh	23	35
Total		65	100,0
Pengetahuan			
1	Rendah	53	82
2	Tinggi	12	18
Total		65	100,0
Keterpaparan Informasi			
1	Tidak Terpapar	39	60
2	Terpapar	26	49
Total		65	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat 42 responden (65%) yang tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe dengan mayoritas memiliki pengetahuan rendah berjumlah 53 responden (82%). Menurut keterpaparan informasi, terdapat 39 responden (60%) menyatakan tidak terpapar informasi.

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Pengetahuan dengan Ketidapatuhan Konsumsi Tablet Fe

Pengetahuan	Ketidapatuhan Konsumsi Tablet Fe						P value
	Tidak Patuh		Patuh		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	32	60	21	40	53	100	0,000
Tinggi	10	83	2	17	12	100	
Jumlah	42	65	23	35	65	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 53 siswi dengan pengetahuan rendah, terdapat 32 siswi (60%) tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Sementara itu dari 12 siswi pengetahuan tinggi, terdapat 10 siswi (83%) tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan ketidapatuhan konsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Maayah (2026) yang menyatakan adanya hubungan antara pengetahuan dengan penggunaan tablet tambah darah pada remaja putri. Hasil penelitian diperoleh $p\text{ value} 0,001$.

Merujuk hasil penelitian, pengetahuan merupakan salah faktor penyebab ketidapatuhan konsumsi tablet Fe. Berdasarkan analisis univariat, terdapat 82% siswi memiliki pengetahuan yang rendah. Sementara itu berdasarkan analisis bivariante menunjukkan terdapat 60% siswi memiliki pengetahuan rendah dan tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Pengetahuan remaja mengenai anemia dan tablet tambah darah (TTD)

merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi perilaku konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang akan menentukan bagaimana individu memahami pentingnya pencegahan anemia, manfaat suplementasi zat besi, serta konsekuensi yang dapat timbul apabila kebutuhan zat besi tidak terpenuhi. Informasi yang diperoleh remaja, khususnya siswi, melalui berbagai sumber seperti tenaga kesehatan, guru, media massa, maupun kegiatan penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman mereka mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD (Anggraeni, 2024). Peningkatan pengetahuan tersebut secara tidak langsung dapat berkontribusi terhadap penurunan angka kejadian anemia melalui peningkatan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe. Dalam teori perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan domain kognitif yang menjadi dasar terbentuknya sikap dan tindakan seseorang. Pengetahuan yang baik akan mendorong individu untuk memahami manfaat suatu perilaku kesehatan dan meningkatkan kesadaran dalam menerapkannya. Pada konteks pencegahan anemia, remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai penyebab, gejala, dampak, serta cara pencegahan anemia cenderung memiliki persepsi yang lebih positif terhadap konsumsi tablet tambah darah dibandingkan dengan remaja yang memiliki tingkat pengetahuan rendah. Dengan demikian, pengetahuan yang memadai mengenai anemia dan tablet tambah darah dapat meningkatkan motivasi serta kesadaran remaja putri untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin sebagai upaya pencegahan anemia. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan rendahnya kepatuhan konsumsi tablet Fe karena remaja tidak memahami manfaat yang diperoleh maupun risiko kesehatan yang dapat terjadi akibat anemia (Madu, 2023).

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat Keterpaparan Informasi dengan Ketidakpatuhan Konsumsi Tablet Fe

Keterpaparan Informasi	Ketidakpatuhan Konsumsi Tablet Fe					P value	
	Tidak Patuh		Patuh		Total		
	n	%	n	%	n		%
Tidak Terpapar	25	64	14	36	39	100	0,025
Terpapar	17	65	9	35	26	100	
Jumlah	42	65	23	35	65	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 39 siswi yang tidak terpapar informasi, terdapat 25 siswi (64%) tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Sementara itu dari 26 siswi yang terpapar informasi, terdapat 17 siswi (65%) tidak patuh dalam konsumsi tablet Fe. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,025 < \alpha 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara keterpaparan informasi dengan ketidakpatuhan konsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Marfiah (2023) yang menyatakan adanya hubungan keterpaparan informasi dengan konsumsi tablet Fe. Hasil penelitian diperoleh $p\text{ value} 0,018$.

Merujuk hasil penelitian, keterpaparan informasi merupakan salah satu faktor penyebab ketidakpatuhan konsumsi tablet Fe pada siswi. Berdasarkan analisis univariat, terdapat 60% siswa yang tidak terpapar informasi terkait manfaat tablet Fe. Sementara itu berdasarkan analisis bivariat, terdapat 64% siswi tidak terpapar informasi dan tidak patuh konsumsi tablet Fe. Keterpaparan informasi memiliki hubungan yang erat dengan tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Tablet Fe). Informasi yang diperoleh melalui tenaga kesehatan, guru, media massa, media sosial, keluarga, maupun kegiatan penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman individu mengenai manfaat, cara konsumsi, serta pentingnya tablet Fe dalam mencegah

dan mengatasi anemia. Semakin sering seseorang terpapar informasi yang benar dan memadai, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut memiliki kesadaran dan motivasi untuk mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran. Sebaliknya, rendahnya keterpaparan informasi dapat menyebabkan kurangnya pengetahuan mengenai anemia dan manfaat tablet Fe, sehingga individu cenderung tidak mematuhi program suplementasi zat besi. Remaja putri yang tidak memperoleh informasi yang cukup sering kali menganggap bahwa konsumsi tablet Fe tidak penting, tidak memahami dampak anemia terhadap kesehatan, atau memiliki persepsi yang keliru mengenai efek samping tablet Fe. Kondisi ini dapat menimbulkan sikap negatif terhadap konsumsi tablet Fe dan pada akhirnya menyebabkan ketidakpatuhan dalam mengonsumsinya secara rutin. Selain itu, kurangnya informasi yang diterima juga dapat menyebabkan remaja putri tidak mengetahui cara mengatasi efek samping ringan yang mungkin muncul setelah mengonsumsi tablet Fe, seperti mual atau rasa tidak nyaman pada saluran pencernaan. Akibatnya, mereka cenderung menghentikan konsumsi tablet Fe tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Sebaliknya, remaja yang memperoleh edukasi yang baik akan lebih memahami bahwa efek samping tersebut umumnya bersifat sementara dan dapat diminimalkan dengan cara konsumsi yang tepat.

D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan ada hubungan antara pengetahuan dan keterpaparan informasi dengan ketidakpatuhan konsumsi tablet Fe pada siswi. Disarankan kepada siswi dapat secara proaktif mencari informasi terkait manfaat tablet Fe sehingga dapat menurunkan risiko anemia pada remaja

Daftar Pustaka

- Anggraeni, A, K., Rahayu, A, M. (2024). *Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Xii Di SMK Negeri 23 Jakarta*. Journal of Health Science Leksia. Vol 2. No. 4.
- Kemendes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kemendes RI.
- Madu, L, O, P. (2023). *Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri*. Jurnal Promotif Preventif. Vol 6. No. 2.
- Marfiah., Putri, R., Yolandia, R, A. (2023). *Hubungan Sumber Informasi, Lingkungan Sekolah, Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Amaliyah Srengseng Sawah Tahun 2022*. SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah. Vol 2. No. 2.
- Maayah, N., Burdah., Subki., Pertiwi, N, S. (2026). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri*. Indonesian Trust Health Journal. Vol 9. No. 1.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sab'ngatun., Riawati, D. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri*. Avicenna : Journal of Health Research. Vol 4. No. 2.
- Siyami, A, S., Achyar, K., Kusuma, I, R. (2023). *Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri*. Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat. Vol 3. No. 2.