

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA REMAJA PUTRI DI KOTA DEPOK

Bening Fitria Dewi^{1*}, Widyatuti¹

¹⁾ Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia

Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Kampus UI Depok, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424, Indonesia

*E-mail korespondensi : beningfitria30@gmail.com

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius. Pencegahan dini melalui suplementasi tablet tambah darah (TTD) penting, namun kepatuhan konsumsi seringkali belum optimal. Salah satu faktor yang memengaruhi rendahnya kepatuhan adalah kurangnya pengawasan dan dukungan keluarga, yang memiliki peran sentral dalam membentuk perilaku kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri di Kota Depok. Penelitian ini menggunakan metode penelitian cross sectional untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan konsumsi TTD. Sampel penelitian ditentukan dengan teknik purposive sampling, yaitu penentuan sampel mempertimbangkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian, terdiri dari 111 remaja putri berusia 13–18 tahun di Kota Depok, pernah mendapatkan kunjungan puskesmas di sekolah, serta bersedia mengisi kuesioner. Responden yang mengalami gangguan kognitif atau tidak tinggal bersama keluarga (seperti tinggal di panti asuhan atau hidup sendiri) dieksklusikan dari penelitian. Instrumen yang digunakan adalah instrumen dukungan keluarga dan instrumen kepatuhan konsumsi TTD. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri ($p=0,019$; $\alpha=0,05$), dengan odds ratio sebesar 2,478. Keterlibatan keluarga dan edukasi berkelanjutan penting untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD.

Kata Kunci : Anemia, Dukungan Keluarga, Kepatuhan TTD.

ABSTRACT

Anemia among adolescent girls remains a public health issue that requires serious attention. Early prevention through iron and folic acid (IFA) supplementation is essential; however, adherence to IFA tablet consumption is often suboptimal. One contributing factor to low adherence is the lack of supervision and family support, which plays a central role in shaping health behavior. This study aimed to determine the relationship between family support and adherence to IFA tablet consumption among adolescent girls in Depok City. A cross-sectional design was employed to analyze the association between family support and IFA consumption adherence. The sample was selected using purposive sampling based on predetermined criteria aligned with the research objective, consisting of 111 adolescent girls aged 13–18 years residing in Depok City, who had previously received school-based community health center (puskesmas) visits and agreed to complete the questionnaire. Respondents with cognitive impairments or those not living with their families (such as those residing in orphanages or living independently) were excluded from the study. Family support and IFA adherence were measured using validated instruments. The results revealed a significant relationship between family support and adherence to IFA tablet consumption among adolescent girls ($p = 0.019$; $\alpha = 0.05$), with an odds ratio of 2.478. These findings highlight the importance of family involvement and continuous education in improving adherence to IFA supplementation.

Keywords: Anemia; Family Support; TTD Adherence.

A. PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi tantangan besar kesehatan masyarakat. Menurut data yang dilaporkan World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, lebih dari 29,9% atau sekitar 571 juta perempuan usia 15-49 tahun mengalami anemia (WHO, 2023). Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) tahun 2013 menunjukkan prevalensi anemia sebesar 21,7%, dengan prevalensi pada kelompok usia 5-14 tahun sebanyak 26,40% dan 15-24 tahun 18,4%. Pada tahun 2018, menunjukkan terdapat peningkatan prevalensi anemia menjadi 23,7%, dengan 26,80% pada usia 5-14 tahun dan 32% pada usia 15-24 tahun (Riskesdas, 2018). Sementara itu, pada tahun 2019, prevalensi anemia di Indonesia pada perempuan usia 15-49 sebesar 31%, menjadikan Indonesia termasuk 4 besar negara dengan prevalensi anemia tertinggi di Asia Tenggara, setelah Malaysia (32%), Laos (40%), dan Myanmar (42%) (WHO, 2019). Artinya, sekitar 3 dari 10 perempuan usia produktif di Indonesia masih berisiko mengalami anemia.

Mengacu pada tren nasional tersebut, prevalensi anemia di tingkat lokal juga menunjukkan angka yang signifikan, di Kota Depok, prevalensi anemia remaja putri tercatat sebesar 42,93% pada tahun 2022, meskipun menurun menjadi 36,34% pada tahun 2023 (Dinkes Kota Depok, 2024). Meski terlihat menurun, angka ini tetap menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga remaja putri masih rentan mengalami anemia. Penurunan ini juga tetap belum memenuhi target prevalensi anemia yang ditetapkan Kemenkes, yaitu 30%. Selain itu, anemia menjadi salah satu 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit Depok, dengan jumlah kasus dan kunjungan rawat inap akibat anemia melebihi penyakit ginjal dan penyakit lainnya (Dinkes Kota Depok, 2023). WHO menyatakan bahwa anemia termasuk masalah kesehatan moderat apabila prevalensinya berkisar 20,0-39,9% (WHO, 2024). Penelitian oleh Simanjorang et al. (2024) menemukan bahwa 25% remaja putri di Kota Depok mengalami anemia ringan hingga sedang. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Nurrahmawati et al. (2023) menemukan bahwa 84,6% remaja putri sudah pernah mendapatkan informasi TTD, namun hanya 38,5% yang mengonsumsi selama menstruasi, dan 70,8% sering lupa mengonsumsinya. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri masih menjadi masalah di Kota Depok. Meskipun Kota Depok sebagai wilayah urban sudah memiliki akses terhadap pendidikan dan program suplementasi seperti TTD, kenyataannya tingkat kepatuhan tetap rendah dan prevalensi anemia masih tinggi.

Remaja putri berisiko anemia karena mengalami menstruasi dan percepatan pertumbuhan, yang dapat semakin buruk jika asupan gizi tubuh rendah (Madestria et al., 2021). Umumnya remaja putri mengalami berbagai proses pematangan fisik, kognitif, maupun psikososial yang menjadi bagian dari transisi menuju fase dewasa (Lowdermilk et al., 2016). Proses menuju kematangan emosional, psikososial, dan seksual dimulai dengan berfungsinya organ reproduksi dan segala konsekuensinya (Gustina & Djannah, 2015). Proses tersebut dikenal sebagai pubertas, yang merupakan suatu perubahan yang dipengaruhi oleh hormon dan dikendalikan oleh kelenjar hipofisis anterior sebagai respons terhadap rangsangan dari hipotalamus. Selama masa pubertas, remaja putri mengalami perubahan seksual primer berupa produksi sel telur dan menstruasi pertama (menarche) (Hockenberry & Wilson, 2015).

Anemia pada remaja putri dapat memengaruhi prestasi akademik, dengan menyebabkan masalah perkembangan dan perilaku seperti penurunan aktivitas motorik, interaksi sosial, serta kemampuan berkonsentrasi (WHO, 2023). Anemia menurunkan produktivitas dan kualitas hidup secara keseluruhan. Apabila anemia pada remaja putri tidak segera diatasi, dapat berisiko berlanjut hingga dewasa yang kemudian memengaruhi kesehatan ketika masa kehamilan (Amir & Djokosujono, 2019). Remaja putri yang menderita anemia apabila telah menjadi ibu hamil akan berisiko melahirkan bayi prematur, berat badan lahir bayi rendah, serta meningkatkan angka kematian ibu (Astuti & Ertiana, 2018). Selain itu, juga turut berkontribusi terhadap kejadian stunting, isu kesehatan yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia (Tupriliany, 2020). Selain dampak kesehatan, anemia membawa konsekuensi finansial yang signifikan bagi individu, keluarga, masyarakat, dan negara. Diperkirakan bahwa setiap investasi sebesar US\$ 1 untuk mengurangi anemia pada perempuan menghasilkan manfaat ekonomi hingga US\$ 12 (WHO, 2023).

Upaya menjaga kadar Hb dalam rentang normal dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan kaya zat besi (Kemenkes, 2018). Namun, asupan makanan sumber zat besi hanya memenuhi 40% dari kebutuhan yang diperlukan (Kemenkes, 2016). Dengan demikian, perlu adanya upaya lain melalui pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri guna mencegah anemia sejak dini, karena membantu menjaga kadar hemoglobin normal dan mencegah efek buruk akibat kekurangan zat besi (Kemenkes, 2018). Amalia et al. (2024) dan Antares et al. (2020) menemukan bahwa mengonsumsi TTD meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri. Selain itu, mampu menstabilkan kadar hemoglobin dalam waktu cepat (Febriana et al. (2021).

Pemerintah berupaya mencegah anemia melalui distribusi TTD kepada remaja putri berusia 12–18 tahun (Kemenkes, 2018). Pada tahun 2022, distribusi di Jawa Barat termasuk Kota Depok mencapai 53,54%. Sayangnya, tahun 2023, menurun menjadi 30% dan di Depok sebesar 18,5%. Lebih lanjut, kepatuhan konsumsi remaja putri di Kota Depok masih rendah, hanya 21,2% yang mengonsumsi sesuai anjuran (Dinkes Prov. Jawa Barat, 2023). Alasan remaja putri tidak mengonsumsi secara teratur karena lupa hingga merasa belum perlu (Risksdas, 2018). Penelitian oleh Nurrahmawati et al. (2023) menemukan bahwa 60% remaja putri di Kota Depok mengalami gejala anemia, 84,6% remaja putri sudah pernah mendapatkan informasi TTD, namun hanya 38,5% yang mengonsumsi selama menstruasi, dan 70,8% sering lupa mengonsumsinya. Penelitian lain oleh Rachmadia (2024) juga menemukan bahwa 34,7% remaja putri di Kota Depok tidak patuh mengonsumsi sesuai anjuran.

Kepatuhan menjadi faktor penting dalam efektivitas program pencegahan anemia dan memastikan efektivitas dari suplementasi zat besi (Fe) (Yuniarti & Tunggal, 2015). Salah satu determinan yang dapat memengaruhi kepatuhan adalah dukungan keluarga. Dukungan ini berupa dorongan emosional, pengawasan, hingga pengingat. Keluarga berperan penting membentuk kebiasaan kesehatan remaja putri (Samputri & Herdiani, 2022). Namun, penelitian oleh Apriningsih et al. (2019) terkait peranan orang tua dalam meningkatkan kepatuhan siswi minum tablet zat besi folat di Kota Depok menunjukkan bahwa 57,8% orang tua tidak pernah terlibat secara aktif, bahkan tidak sekadar mengawasi putrinya dalam mengonsumsi TTD di rumah. Dukungan keluarga memengaruhi motivasi dan persepsi terhadap pentingnya menjaga

kesehatan mencegah anemia. Health Belief Model (HBM) oleh Rosenstock et al. (1974), menyatakan bahwa “cue to action” seperti dorongan keluarga memicu perilaku sehat. Meski demikian, penelitian di Kota Depok menunjukkan masih minimnya keterlibatan keluarga dalam mendukung kebiasaan konsumsi TTD.

Keluarga berinteraksi dengan remaja setiap hari, memberikan pengawasan langsung, dan dapat memotivasi remaja untuk menjaga pola hidup sehat dalam jangka panjang. Sebaliknya, guru atau teman sebaya hanya berperan dalam konteks tertentu seperti ketika di sekolah atau di luar rumah, dan pada dasarnya tidak selalu hadir secara intensif dalam kehidupan sehari-hari remaja (Dubik et al., 2019). Keterbatasan pengawasan di sekolah, pendistribusian yang tidak optimal, dan edukasi yang kurang efektif menjadikan peran keluarga semakin penting sebagai pengawas utama dalam membentuk perilaku patuh. Studi terdahulu telah menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan konsumsi TTD, tetapi konteks lokal di Kota Depok masih jarang dikaji. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan konsumsi TTD remaja putri di Kota Depok. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam optimalisasi program dengan pendekatan yang lebih menyeluruh, terutama melibatkan peran aktif keluarga sebagai lingkungan terdekat dalam membentuk perilaku kesehatan.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini adalah remaja putri yang masih bersekolah yang berusia 13-18 tahun sejumlah 111 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari-Juli 2025. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan keluarga dengan variabel terikat adalah kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Non-probability* menggunakan metode *purposive sampling*, dimana sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi penelitian ini yaitu remaja putri berusia 13-18 tahun yang masih bersekolah, berdomisili di Kota Depok, pernah mendapatkan kunjungan puskesmas di sekolah, dan memiliki dukungan keluarga yang stabil, dan memiliki dukungan keluarga yang stabil, yang didefinisikan secara operasional sebagai tinggal bersama orang tua (tidak tinggal sendiri) dan bukan yatim/piatu. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu remaja putri yang memiliki gangguan kesehatan seperti down syndrome atau kondisi serupa, sehingga kesulitan memahami informasi kesehatan, termasuk memahami dan merespons pertanyaan kuesioner dengan akurat atau sesuai dengan yang diharapkan dalam pengisian kuesioner.

Kuesioner dukungan keluarga terdiri dari 11 pernyataan positif dan 1 negatif, dikembangkan dari penelitian Priyani (2024), yang mengukur tingkat dukungan emosional, pengawasan, dan keterlibatan orang tua dalam konsumsi TTD remaja. Instrumen ini diuji validitas dan reliabilitas pada 30 responden, dengan semua item valid ($r = 0,610-0,778 > r$ tabel 0,361) dan Cronbach's Alpha sebesar 0,898, sehingga dinyatakan reliabel. Kuesioner kepatuhan konsumsi TTD dikembangkan dari penelitian Rachmadia (2024), terdiri dari 2 pertanyaan positif dan 7 negatif, menilai frekuensi dan konsistensi remaja dalam mengonsumsi TTD, dengan seluruh item valid ($r = 0,592-0,757 > r$ tabel 0,361) dan reliabel (Cronbach's Alpha 0,810). Uji normalitas dilakukan

terlebih dahulu untuk menentukan distribusi data sebelum dilakukan kategorisasi variabel. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan kedua variabel tidak berdistribusi normal, sehingga kategorisasi variabel dilakukan berdasarkan nilai median. Nilai median diperoleh dari analisis descriptive, yaitu 37 untuk dukungan keluarga (baik/kurang) dan 30 untuk kepatuhan konsumsi TTD (patuh/tidak patuh).

Data dianalisis menggunakan komputer dengan analisis univariat dan bivariat, termasuk uji Chi-square untuk menguji hubungan antara variabel dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Penelitian ini telah memperoleh perizinan kode etik dengan SK No. 042/UN2.F12.D1.2.1/PPM.00.02/2025. Prinsip etika penelitian yang diterapkan mencakup penghormatan terhadap harkat dan martabat peserta, privasi dan kerahasiaan, keadilan, serta pertimbangan manfaat dan risiko bagi subjek penelitian.

C. HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Frekuensi Usia Remaja Putri di Kota Depok Tahun 2025 (n=111)

Karakteristik	Mean	Median	Modus	Standar Deviasi	Min-Max
Usia	15,89	16	17	1,551	13-18

Usia responden memiliki rata-rata (mean) sebesar 15,89 tahun, dengan median sebesar 16 tahun dan modus sebesar 17 tahun dan simpangan baku yang kecil (1,551).

Tabel 2. Frekuensi Ketersediaan Tablet Tambah Darah (TTD) di Rumah dan Keluhan Efek Samping Yang dirasakan Remaja Putri di Kota Depok Tahun 2025

Ketersediaan TTD di Rumah	n	%
Tidak Ada	11	9,9
Ada	100	90,1
Total	111	100
Keluhan Efek Samping	n	%
Ada	33	29,7
Tidak Ada	78	70,3
Total	111	100

Sebagian besar remaja putri di Kota Depok memiliki persediaan tablet tambah darah (TTD) di rumah sebanyak 90,1% (n=100), sementara 9,9% lainnya tidak. Mayoritas remaja putri (70,3%) tidak mengalami keluhan efek samping, dan 29,7% lainnya mengalami.

Tabel 3. Frekuensi Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Remaja Putri di Kota Depok Tahun 2025

Dukungan Keluarga	n	%
Baik	58	52,3
Kurang	53	47,7
Tota;	111	100
Kepatuhan Konsumsi TTD	n	%
Patuh	61	55,0
Tidak Patuh	50	45,0
Total	111	100

Sebanyak 52,3% (n=58) remaja putri memperoleh dukungan keluarga yang baik dalam konsumsi suplemen zat besi, sementara 47,7% (n=53) lainnya berada dalam kategori kurang. Pada variabel kepatuhan, sebanyak 55,0% (n=61) remaja putri patuh, sedangkan 45,0% (n=50) tidak patuh.

Tabel 4. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Remaja Putri di Kota Depok Tahun 2025

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Konsumsi TTD				Total		P Value	Odds Ratio
	Tidak Patuh		Patuh		n	%		
	n	%	n	%				
Kurang	30	27,0	23	20,7	53	47,7	0,019	2,478
Baik	20	18,0	38	34,2	58	52,3		
Jumlah	50	45,0	61	55,0	111	100		

Kelompok dukungan keluarga kategori kurang (27,0%), mayoritasnya justru tidak patuh, menunjukkan bahwa tanpa dukungan, kepatuhan cenderung runtuh. Sebaliknya, pada kelompok dukungan baik (34,2%), dua dari tiga remaja patuh, menunjukkan efektivitas nyata dukungan keluarga dalam menopang konsistensi perilaku sehat. Hasil uji chi-square menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri di Kota Depok ($p = 0,019$), dengan odds ratio (OR) sebesar 2,478, menunjukkan bahwa remaja putri dengan dukungan keluarga yang kurang memiliki peluang 2,478 kali lebih besar untuk tidak patuh dibandingkan dengan remaja putri yang mendapatkan dukungan keluarga baik.

D. PEMBAHASAN

Responden berusia 13–18 tahun, dengan rata-rata usia 15,89 tahun, median 16 tahun, dan modus 17 tahun. Rentang ini sesuai dengan target program pencegahan anemia remaja putri oleh Kemenkes (2018), yang menyasar kelompok usia 12–18 tahun melalui institusi pendidikan.

Sejalan dengan penelitian terdahulu, bahwa program TTD memang ditujukan pada usia remaja, 13-18 tahun (Wardani, 2024; Rachmadia, 2024; Rizkiana, 2022).

Masa remaja merupakan fase transisi menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial, termasuk menarche yang meningkatkan kebutuhan zat besi (Hockenberry & Wilson, 2015). Risiko anemia meningkat akibat menstruasi, aktivitas tinggi, dan pola makan yang tidak seimbang (Hilamuhu, 2021; Hamidi et al., 2022). Oleh karena itu, remaja putri menjadi kelompok rentan sekaligus penting mendapatkan intervensi pencegahan anemia. Mayoritas berusia 17 tahun. Usia berkaitan dengan kemampuan remaja memahami informasi kesehatan dan mengambil keputusan secara mandiri. Namun, meskipun bertambahnya usia cenderung meningkatkan kesadaran, pengaruh sosial dan emosional tetap dapat memengaruhi kepatuhan remaja putri dalam konsumsi TTD (Muthia, 2023).

Mayoritas remaja putri (90,1%) memiliki ketersediaan TTD di rumah. Ketersediaan didukung oleh distribusi rutin dari sekolah serta kesadaran keluarga. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mukaromah et al. (2024) dan Wardani (2024), yang menyebutkan bahwa mayoritas memiliki persediaan TTD. Persediaan yang memadai dapat disebabkan oleh dukungan program pemerintah dan sekolah yang rutin membagikan TTD. Selain itu, tingkat kesadaran orang tua dan remaja putri terhadap pentingnya konsumsi zat besi juga mungkin berkontribusi pada upaya penyediaan stok di rumah. Hutasuht dan Siregar (2024) menyatakan bahwa persediaan yang memadai meningkatkan kepatuhan karena mempermudah dan mengurangi hambatan logistik.

Rahayuningtyas et al. (2021) mengungkapkan ketersediaan TTD belum tentu menjamin kepatuhan, berarti adanya kesenjangan antara ketersediaan dan perilaku konsumsi, yang dapat dipengaruhi oleh faktor, seperti jenuh, efek samping, serta minimnya edukasi atau motivasi. Perbedaan ini bisa disebabkan oleh persepsi remaja terhadap pentingnya TTD yang belum terbentuk secara menyeluruh. Menurut Mukaromah et al. (2024), perilaku kesehatan tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan fasilitas, tetapi oleh pengetahuan, sikap, dan dukungan lingkungan. Jika remaja tidak memahami manfaat TTD atau takut terhadap efek samping, maka meskipun tersedia, konsumsi bisa tetap tidak dilakukan.

Sebesar 29,7% remaja putri melaporkan mengalami keluhan efek samping, sedangkan mayoritas (70,3%) tidak. Sejalan dengan studi Rachmadia (2024) dan Masfufah et al. (2022) yang menemukan mayoritas remaja tidak merasakan efek samping. Efek samping umumnya bersifat ringan dan sementara, seperti mual atau konstipasi, dan dapat diminimalkan dengan cara konsumsi yang tepat, misalnya setelah makan atau sebelum tidur (Kemenkes, 2018). Persepsi positif terhadap manfaat TTD juga mendorong kepatuhan meskipun ada sedikit ketidaknyamanan (Masfufah et al., 2022). Persepsi terhadap tingkat keparahan efek samping memengaruhi keberlanjutan konsumsi. Jika efek samping dirasakan ringan atau tidak mengganggu aktivitas sehari-hari, remaja putri cenderung tetap melanjutkan konsumsi (Nadillah et al., 2023).

Zamadi dan Habib (2022) mencatat mayoritas remaja putri mengalami efek samping (67,7%). Keluhan seperti muntah, nyeri ulu hati, diare, BAB berwarna hitam menjadi alasan remaja putri

menghentikan konsumsi TTD (Rachmadia, 2024). Perbedaan proporsi ini menandakan adanya variasi individual dan kontekstual, yang dapat disebabkan oleh cara konsumsi, tingkat edukasi dan kesiapan mengelola efek samping. Berdasarkan perspektif Health Belief Model oleh Rosenstock et al. (1974), persepsi manfaat dan keparahan efek samping berperan penting dalam pengambilan keputusan kesehatan.

Sebanyak 52,3% remaja putri memperoleh dukungan keluarga dalam kategori baik dalam konsumsi TTD. Nurhali et al. (2022) dan Prayudhistya et al. (2023) juga menemukan bahwa mayoritas mendapatkan dukungan keluarga yang baik. Remaja putri yang mendapat dukungan keluarga cenderung patuh mengonsumsi TTD, karena adanya dorongan emosional, pengingat konsumsi, serta informasi yang membentuk kesadaran. Wardani (2024) mengonfirmasi bahwa keluarga yang memberikan dorongan dan perhatian secara langsung akan mendorong berperilaku patuh. Hubungan keluarga yang harmonis memungkinkan komunikasi terbuka, rasa percaya, dan kontrol yang sehat, yang dapat berkontribusi pada kepatuhan dalam konsumsi suplemen zat besi. Ini penting mengingat remaja berada pada masa transisi dari ketergantungan menuju kemandirian dan memerlukan bimbingan lingkungan terdekat. Jenis dukungan paling dominan adalah dukungan emosional (66,7%), yang penting bagi remaja karena berada pada masa pencarian identitas dan sangat membutuhkan penerimaan serta perhatian dari orang terdekat. Dukungan emosional memperkuat motivasi internal.

Utomo et al. (2020) dan Savitry et al. (2017) menemukan bahwa mayoritas remaja justru kurang mendapat dukungan keluarga. Perbedaan ini bisa disebabkan oleh persepsi remaja terhadap dukungan yang diberikan, konteks sosial keluarga, serta komunikasi yang terjalin. Dukungan yang terlalu dominan atau kaku bisa dianggap sebagai bentuk tekanan, bukan dukungan. Menurut Swarjana (2022), efektivitas dukungan sosial bergantung pada persepsi individu terhadap bentuk dan intensi dari dukungan tersebut. Selain itu, status pekerjaan, waktu bersama, kesamaan tujuan dalam keluarga, kerjasama ayah dan ibu dalam pengasuhan, serta ketersediaan media komunikasi untuk menunjang kesempatan berkomunikasi dan kualitas komunikasi yang baik, mempengaruhi interaksi keluarga dan keterlibatan dalam upaya kesehatan anak (Dewi & Ginanjar, 2019).

Sebanyak 55,0% remaja putri menunjukkan kepatuhan, sejalan dengan temuan Rachmadia (2024) dan Antares et al. (2020) yang menemukan bahwa mayoritas remaja putri patuh mengonsumsi TTD. Hasil ini mencerminkan bahwa perilaku kesehatan remaja putri telah cukup terbentuk, yang kemungkinan dipengaruhi oleh motivasi, kontrol perilaku, edukasi dan dukungan lingkungan (Us et al., 2023; Wardani, 2024). Namun, tidak selaras dengan hasil penelitian Wahyuningsih dan Uswatun (2019) dan Pou et al. (2024), bahwa ketidakpatuhan lebih tinggi. Perbedaan ini disebabkan oleh rendahnya pengetahuan, persepsi negatif terhadap TTD, kurangnya motivasi, hingga efek samping yang tidak tertangani. Selain itu, pendekatan edukatif dan psikososial yang tidak merata di berbagai wilayah juga memengaruhi hasil.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di Kota Depok ($p = 0,019$), dengan odds ratio (OR) sebesar 2,478 yang berarti bahwa remaja putri dengan dukungan keluarga yang kurang memiliki peluang 2,478 kali lebih besar untuk tidak patuh dibandingkan

dengan yang mendapatkan dukungan keluarga baik. Dengan demikian, dukungan keluarga yang baik berperan sebagai faktor protektif terhadap kepatuhan konsumsi TTD. Nurhali et al. (2022) dan Prayudhistya et al. (2023) mengungkapkan bahwa dukungan emosional, instrumental, dan informasional keluarga dapat meningkatkan motivasi dan rasa tanggung jawab dalam menjaga kesehatan. Hal ini sesuai dengan Health Belief Model, di mana dukungan keluarga sebagai “cue to action” mendorong perilaku sehat. Dalam konteks budaya Indonesia yang menjunjung tinggi nilai kekeluargaan, komunikasi dan kedekatan emosional dalam keluarga menjadi kunci keberhasilan intervensi kesehatan. Namun, Utomo et al. (2020) dan Savitry et al. (2017) menemukan bahwa tidak semua remaja memperoleh dukungan keluarga yang memadai. Perbedaan ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran orang tua, waktu interaksi yang terbatas, atau bentuk dukungan yang terlalu mengontrol sehingga memicu resistensi dari remaja. Oleh karena itu, kualitas dukungan yang bersifat fleksibel, empatik, dan komunikatif lebih berpengaruh dibanding keberadaan keluarga secara fisik semata.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Form dan disebarluaskan melalui jejaring media sosial, sehingga hanya menjangkau remaja putri yang memiliki akses internet dan aktif di media sosial. Kondisi ini dapat membatasi cakupan sampel yang merata dan mengurangi representativitas populasi remaja putri di Kota Depok secara menyeluruh. Selain itu, penelitian ini belum mengkaji secara mendalam faktor-faktor yang menyebabkan remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi TTD. Variabel efek samping dan ketersediaan TTD hanya ditanyakan secara umum melalui kuesioner, tanpa menggali lebih detail mengenai jenis efek samping yang dirasakan, frekuensi, dampaknya terhadap perilaku konsumsi, mekanisme penanganannya, maupun faktor lain seperti motivasi, kesadaran kesehatan, atau pengaruh lingkungan dan keluarga. Keterbatasan ini dapat memengaruhi pemahaman yang lebih mendalam terkait hambatan konsumsi TTD yang mungkin dialami responden. Hal ini dapat memengaruhi pemahaman lebih mendalam terkait hambatan konsumsi TTD yang mungkin dialami responden.

E. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, penelitian ini menyimpulkan bahwa rata-rata usia remaja putri di Kota Depok adalah 15,89 tahun, dengan sebagian besar memiliki ketersediaan TTD di rumah dan tidak mengalami keluhan efek samping. Mayoritas responden memperoleh dukungan keluarga yang baik, serta patuh dalam konsumsi TTD. Uji bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi TTD ($p=0,019$). Temuan ini menegaskan peran strategis keluarga dalam membentuk perilaku kesehatan remaja putri, khususnya dalam memastikan kepatuhan suplementasi zat besi. Sekolah dan layanan kesehatan dapat merancang program edukasi dan konseling berbasis keluarga, seperti workshop partisipatif, yang menekankan keterlibatan aktif orang tua dalam mendampingi konsumsi TTD remaja. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji intervensi spesifik yang menargetkan peningkatan keterlibatan keluarga, misalnya program edukasi keluarga berkelanjutan, serta mengevaluasi pengaruh jangka panjang dukungan keluarga terhadap kepatuhan konsumsi TTD. Selain itu, penelitian longitudinal dapat memberikan gambaran perubahan kepatuhan dari waktu ke waktu dan mengidentifikasi faktor

penghambat, termasuk keluhan efek samping, sehingga solusi yang lebih tepat sasaran dapat diterapkan.

F. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini, khususnya Dinas Kesehatan Kota Depok, seluruh remaja putri di Kota Depok, serta rekan-rekan yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian ini dengan baik.

G. REFERENSI

- Amalia, N. R., Jamil, M. U., Dewi, H. A., & Hidayatulloh, A. I. (2024). Analisis Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Anyar. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 9(1), 311-320. Retrieved From <https://www.jurnal.unar.ac.id/index.php/health/article/view/1399>
- Antares, A. A., Mutiyani, M. & Hapsari, A. I. (2020). Efektivitas Program Pemberian Tablet Tambah Darah (Ttd) Disertai Penyuluhan Dalam Upaya Menurunkan Anemia Pada Remaja Putri (Rematri) 13-18 Tahun Di Wilayah Uptd Puskesmas Garawangi Kabupaten Kuningan Jawa Barat. Diploma Thesis, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Retrieved From <http://repo.poltekkesbandung.ac.id/id/eprint/201>
- Apriningsih, Apriningsih & Madanijah, Siti & Dwiriani, Cesilia & Kolopaking, Risatianti. (2019). Peranan Orangtua Dalam Meningkatkan Kepatuhan Siswi Minum Tablet Zat Besi Folat di Kota Depok. *Gizi Indonesia*. 42. 71. DOI: [10.36457/gizindo.v42i2.459](https://doi.org/10.36457/gizindo.v42i2.459)
- Dewi, K. S., & Ginanjar, A. S. (2019). Peranan faktor-faktor interaksional dalam perspektif teori sistem keluarga terhadap kesejahteraan keluarga. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 245-263. DOI: <https://doi.org/10.14710/jp.18.2.245-263>
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2024). Aksi Bergizi Serentak Se-Kota Depok Untuk Atasi Masalah Kesehatan Remaja. Retrieved From <https://dinkes.depok.go.id/user/news/aksi-bergizi-serentak-se-kota-depok-untuk-atasi-masalah-kesehatan-remaja>
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2024). Profil Kesehatan Kota Depok 2023.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2023). Percepatan Penurunan Stunting Provinsi Jawa Barat. Retrieved from <https://ppid-diskes.jabarprov.go.id/assets/unduh/52b89e34ec601d49cbba68a3928d4bd9.pdf>
- Dubik, S. D., Amegah, K. E., Alhassan, A., Mornah, L. N., & Fiagbe, L. (2019). Compliance With Weekly Iron And Folic Acid Supplementation And Its Associated Factors Among Adolescent Girls In Tamale Metropolis Of Ghana. *Journal Of Nutrition And Metabolism*, 2019(1), 8242896. doi: [10.1155/2019/8242896](https://doi.org/10.1155/2019/8242896).
- Febriana, E., Asmawati, A., Efendi, P., Mardiani, M., & Khelifitria, K. (2021). Pengaruh Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Dengan Air Jeruk Lemon Plus Madu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia Di Pondok Pesantren Harsallakum Dan Darussalam Kota Bengkulu Tahun 2021. Doctoral Dissertation. Retrieved from <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/851/1/SKRIPSI%20ERNA%20FEBRIANA.pdf>

- Hamidi, M. N. S., & Dhillon, D. A. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Assalam Naga Beralih Kecamatan Kampar Utara Tahun 2021. *Sehat: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(2), 43-60.
- Hilamuhu, F. F. (2021). Studi Literatur: Hubungan Pola Menstruasi Dan Tingkat Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(2). Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/492912305.pdf>
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2015). *Wong's Nursing Care Of Infants And Children* (10th Ed.). Missouri: Elsevier.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Surat Edaran Tentang Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (Wus)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Masfufah, M., Kandarina, I., & Padmawati, R. S. (2022). Penerimaan Remaja Putri Terhadap Tablet Tambah Darah Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(3), 145-151. Doi: <https://doi.org/10.22146/ijcn.37031>
- Mukaromah, F. L., Sitoayu, L., Melani, V., Nadiyah, N., & Nuzrina, R. (2024). Hubungan Pengetahuan, Perilaku, Dukungan Lingkungan, Dan Akses Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pasca Pandemi. *Ilmu Gizi Indonesia*, 8(1), 25-36. Doi: <https://doi.org/10.20473/mgi.v8i1.2024.25-36>
- Muthia Cahyani, P. (2023). *Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap, Paparan Media Sosial, dan Peran Teman Sebaya terhadap Perilaku Pemilihan Jajanan pada Remaja di SMAN 10 Padang* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas). Retrieved from <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/460078>
- Nadillah, A. S., Dewi, R., & Mulyana, B. (2023). Hubungan Efek Samping Obat Anti Tuberkulosis (Oat) Terhadap Kepatuhan Pengobatan Pasien Tb Paru Di Puskesmas Baja Kota Tangerang. *Indonesian Journal Of Nursing Health Science Issn (Print)*, 8(2), 123-131. DOI: <https://doi.org/10.47007/ijnhs.v8i2.6899>
- Nurhali, Alya., Idriani., Anggraini, Dewi. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Mts Al-Muhajirin Jakarta Utara Tahun 2022 (Skripsi). Retrieved from http://repositori.ubs-pelni.ac.id:8080/bitstream/handle/123456789/3426/202101045_PENDAHULUAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Nurjanah, A., & Azinar, M. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi Dan Seksualitas. *Higeia (Journal Of Public Health Research And Development)*, 7(2), 244-254.
- Nurrahmawati, Kaaffah, S., & Samodra, G. (2023). Peningkatan Pengetahuan Anemia Melalui Penyuluhan Dan Pemberian Tablet Tambah Darah Di Smp Muhammadiyah 29 Sawangan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat-Pimas*, 2(4), 244-252. DOI: <https://doi.org/10.35960/pimas.v2i4.1289>
- 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 Universitas Trisakti, 97-105. Doi: <https://doi.org/10.51933/health.v10i1.1699>
- Prayudhistya, B. A., Noor, M. S., Istiana, I., Juhairina, J., & Skripsiana, N. S. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Konsumsi Obat Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Sma It Ukhuwah Banjarmasin. *Homeostasis*, 6(1), 9-16. Doi: <https://doi.org/10.20473/mgi.v8i1.2024.25-36>
- Rachmadia, Salsabila. (2024). Gambaran Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Dan Efek Samping Yang Dirasakan Di Kota Depok. Skripsi, Universitas Indonesia. Retrieved from <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920547990&lokasi=lokal>
- 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*, 9(3), 310-318. Doi: <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i3.29231>
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Utama Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Badan Penelitian Dan Pengembangan Republik Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rizkiana, E. (2022). Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai Pencegahan Stunting. *Jurnal Ilmu Kebidanan*. Vol.9(1), 24-29. Retrieved from <https://pdfs.semanticscholar.org/9cb0/03401668b9897383a52ae6e61ecdf67f929b.pdf>
- Rosenstock, I. M. (1974). Historical Origins Of The Health Belief Model. *Health Education Monographs*, 2(4), 328-335. [Http://www.jstor.org/stable/45240621](http://www.jstor.org/stable/45240621)
- Samputri, F. R., & Herdiani, N. (2022). Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 69-73. Doi: <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.69-73>.
- Savitry, N. S. D., Arifin, S. And Asnawati, A. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Niat Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Puteri. *Berkala Kedokteran*, 13(1), 113. DOI: <http://dx.doi.org/10.20527/jbk.v13i1.3447>
- Simanjorang, C., Sirada, A., Ramadhanti, I., Fitri, A. E. R., & Ariantini, A. D. (2024). Edukasi Dan Screening Kesehatan Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Perempuan Di Mts Nurul Falah Areman, Depok. *Warta Lpm*, 185-195. Doi: <https://doi.org/10.23917/warta.v27i2.4305>
- Swarjana, I. K. (2022). Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner. Penerbit Andi (Anggota Ikapi). Yogyakarta.
- Us, Hafsa & Fitriani, Aida & Fatiyani, Fatiyani. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fe Pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*. 7. 167-174. Doi:10.37294/Jrkn.V7i2.531.
- Utomo, E. T. R., Rochmawati, N., & Sulistyani, S. (2020). Pengetahuan, Dukungan Keluarga, Dan Teman Sebaya Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Ilmu Gizi Indonesia*. 4(1), 1. DOI: <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i1.147>
- Wahyuningsih, A., & Uswatun, A. (2019). Hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMA Negeri 1

- Karanganom. INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan, 9(1), 1-12. DOI: <https://doi.org/10.61902/involusi.v9i1.102>
- Wardani, D. S. S. J. (2024). Literature Review: Factors Related To Iron Tablets Consumption Compliance Among Adolescent Girls In Indonesia. *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 878-897. <https://doi.org/10.20473/Mgk.V13i2.2024.878-897>
- Wardani, Nabila. (2021). Gambaran Pelaksanaan Program Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Kota Depok Selama Kegiatan Belajar dari rumah. (Skripsi, Universitas Indonesia).
- World Health Organization (Who). (2019). Prevalence Of Anemia Among Women Of Reproductive Age (% Of Women Ages 15-49) - Indonesia. Retrieved From <https://data.worldbank.org/indicator/SH.ANM.ALLW.ZS?locations=ID>
- World Health Organization (Who). (2023). Anaemia. Retrieved From <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>
- World Health Organization (Who). (2024). Guideline On Haemoglobin Cutoffs To Define Anaemia In Individuals And Populations. Geneva: World Health Organization. Licence: Cc By-Nc-Sa 3.0 Igo.
- World Health Organization (Who). (2024). Guideline On Haemoglobin Cutoffs To Define Anaemia In Individuals And Populations. Geneva: World Health Organization. Licence: Cc By-Nc-Sa 3.0 Igo.
- Yuniarti, R., & Tunggal, T. (2015). Hubungan Antara Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Ma Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 31-36. DOI : 10.20527/jpkmi.v2i1.2707
- Zamadi, Dhesa, D., & Habib, M. (2022). Analisis Penyebab Rendahnya Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di Daerah Pesisir Kecamatan Kabaena Timut. *Jurnal Gizi Ilmiah*. Vol.9(2), 27-34. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JGI/article/view/747/356>