HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

sinta 3 Terakreditasi
Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: June, 06, 2026
Revised: August, 27, 2026
Available online: August, 31, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri: *A literature review*

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

Abstract

Background: Anemia among adolescent girls remains a significant public health problem in Indonesia. The government has implemented a school-based Iron Supplementation Program through the distribution of iron tablets as a strategy for anemia prevention; however, adherence to iron tablet consumption among adolescent girls remains varied. This condition creates a critical gap between program availability and utilization.
Purpose: To identify and comprehensively synthesize factors influencing adherence to iron tablet consumption among adolescent girls.
Method: A literature review was conducted using articles retrieved from PubMed, ScienceDirect, and ProQuest databases published between 2020 and 2026. The inclusion criteria were developed using the PEO (Population, Exposure, Outcome) framework, consisting of P : adolescent girls, E: factors influencing adherence to iron tablet consumption, O: adherence to iron tablet consumption. Quantitative and qualitative studies available in full text were included. The article selection process followed the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines.
Results: A total of 269 articles were identified in the initial search, and 7 articles met the inclusion criteria. The results of the literature review found that adherence to iron tablet consumption among adolescent girls was generally low. Factors influencing adherence included knowledge and attitudes, family support, peer and school support, perceptions of side effects, and the distribution and accessibility of the iron supplementation program. The main barriers identified were limited knowledge, perceived side effects, negative experiences with iron tablet consumption, and inadequate program monitoring.
Conclusion: Adherence to iron tablet consumption among adolescent girls is a multidimensional construct that requires comprehensive interventions through the simultaneous strengthening of cognitive, psychological, social, and institutional dimensions. Strengthening the school ecosystem, addressing psychological barriers, and building interpersonal trust are key components in designing effective and sustainable school-based anemia prevention programs.

Keywords: Adherence; Adolescent Girls; Anemia; Iron Tablets.

PENDAHULUAN

Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian penting, terutama di negara berkembang. Remaja putri termasuk kelompok rentan mengalami anemia dikarenakan berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan asupan zat besi lebih tinggi serta mengalami kehilangan darah secara berkala melalui menstruasi (Belay et al., 2025; World Health Organization, 2025a). Kondisi anemia pada remaja putri tidak hanya berdampak terhadap kesehatan fisik, seperti kelelahan, penurunan konsentrasi, dan gangguan daya tahan tubuh, tetapi juga berpengaruh terhadap prestasi belajar, produktivitas, serta kesehatan reproduksi pada masa mendatang (World

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

Health Organization, 2025a). Apabila tidak ditangani secara optimal, anemia pada remaja putri dapat meningkatkan risiko komplikasi pada masa kehamilan di kemudian hari, termasuk risiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah dan stunting (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2026). Oleh karena itu, anemia pada remaja putri tidak dapat dipandang hanya sebagai masalah gizi semata, melainkan juga sebagai masalah kesehatan reproduksi dan kualitas sumber daya manusia (Papakonstantinou et al., 2024). Salah satu upaya pencegahan anemia yang direkomendasikan adalah konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin. Namun, rendahnya kepatuhan konsumsi TTD menunjukkan bahwa keberhasilan program pencegahan anemia tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan tablet, tetapi juga dipengaruhi oleh perilaku kesehatan remaja putri dalam mengonsumsi TTD secara teratur (Astuti et al., 2025; Singh et al., 2020).

Berdasarkan laporan WHO, prevalensi anemia pada perempuan usia reproduktif secara global masih tergolong tinggi, yaitu sekitar 29.9% (World Health Organization, 2025b). Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri masih mencapai 15.5%, angka tersebut masih berada di atas ambang batas 10% yang ditetapkan WHO sebagai indikator masalah kesehatan masyarakat. Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius dan penanganan berkelanjutan. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap masih tingginya prevalensi anemia adalah rendahnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2026). Berdasarkan penelitian sebelumnya, hanya sekitar 1,4% remaja putri yang patuh mengonsumsi TTD sesuai anjuran pemerintah, jauh dari target kepatuhan nasional sebesar 58% pada tahun 2024 (Nurmalasari & Arlym, 2025).

Sebagai respons terhadap tingginya kejadian anemia pada remaja putri, pemerintah Indonesia telah mengembangkan program suplementasi TTD melalui sekolah yang diatur dalam Permenkes RI Nomor 88 Tahun 2014. Program tersebut merekomendasikan konsumsi satu tablet TTD setiap minggu sebagai upaya preventif untuk menurunkan kejadian anemia pada remaja putri. Meskipun program distribusi TTD telah dilaksanakan secara luas di lingkungan sekolah, pelaksanaannya masih menghadapi berbagai hambatan, terutama terkait kepatuhan konsumsi remaja putri. Rendahnya kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengetahuan, motivasi, persepsi terhadap efek samping, serta dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Wulandari & Pamungkas, 2025).

Melihat masih rendahnya kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri, diperlukan upaya dan implementasi program yang lebih efektif untuk mendukung pencegahan anemia. Keberhasilan program tersebut tidak hanya bergantung pada distribusi TTD, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor yang melatarbelakangi ketidakpatuhan konsumsi pada remaja putri. *Literature review* ini dilakukan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri sebagai dasar ilmiah dalam pengembangan strategi pencegahan anemia yang lebih efektif, holistik, dan berkelanjutan.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah *literature review* dengan tujuan melakukan kajian ilmiah yang bertujuan mengintegrasikan, menganalisis, dan menginterpretasikan temuan dari berbagai studi primer yang relevan secara sistematis dan komprehensif tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

Literatur yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh dengan pencarian komprehensif pada tiga basis data internasional: *ScienceDirect, PubMed*, dan *Proquest*. Pencarian literatur menggunakan metode *boolean search* yaitu dilakukan dengan menggunakan kata kunci melalui operator penghubung “AND”, “OR”, dan “NOT” agar lebih spesifik. Kata kunci yang digunakan meliputi *"iron folic acid supplementation" OR "iron tablet" AND “adherence” OR “compliance” AND "adolescent" OR "female adolescents" AND “factor” OR “determinant” OR “influence”*.

Studi yang memenuhi syarat dipilih sesuai keyword berdasarkan pendekatan PEO *(Population, Exposure, Outcome)*. *Population:* remaja putri usia sekolah (10–19 tahun), *Exposure:* berbagai faktor yang berkaitan dengan konsumsi tablet tambah darah, *Outcome:* kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Kelayakan artikel kemudian ditinjau berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel merupakan penelitian kuantitatif, kualitatif, maupun *mixed method*; (2) desain penelitian

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

mencakup *cross-sectional*, kuasi-eksperimental, studi kasus, dan kajian berbasis komunitas atau sekolah; (3) populasi penelitian adalah remaja putri usia sekolah (10-19 tahun); (4) variabel utama membahas kepatuhan konsumsi TTD beserta faktor-faktor yang mempengaruhinya; dan (5) artikel diterbitkan dalam rentang tahun 2020–2026 berbahasa Inggris. Kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel *literature review*, *systematic review*, *meta-analysis*, atau *scoping review*; serta (2) artikel yang tidak dapat diakses (*full-text*).

Pemilihan publikasi dilakukan berdasarkan pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Seluruh artikel yang diperoleh dikelola menggunakan aplikasi Mendeley untuk memudahkan identifikasi duplikasi dan pengelolaan referensi. Pada tahap identifikasi diperoleh sebanyak 269 artikel, kemudian dilakukan pemeriksaan duplikasi dan ditemukan 4 artikel duplikat yang dieliminasi. Selanjutnya, 74 artikel dikeluarkan karena tidak sesuai dengan rentang tahun publikasi atau tidak tersedia dalam bentuk *full-text.*

Tahap penyaringan dilakukan melalui penelaahan judul, abstrak, dan teks lengkap berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Sebanyak 184 artikel dieksklusi karena populasi penelitian bukan remaja putri, tidak membahas faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD, atau menggunakan desain penelitian berupa *systematic review, meta-analysis,* maupun *scoping review*. Berdasarkan keseluruhan proses seleksi, diperoleh 7 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis dalam penelitian ini. Data yang diekstraksi meliputi identitas penelitian, karakteristik responden, desain penelitian, faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD, serta temuan utama dari masing-masing artikel.

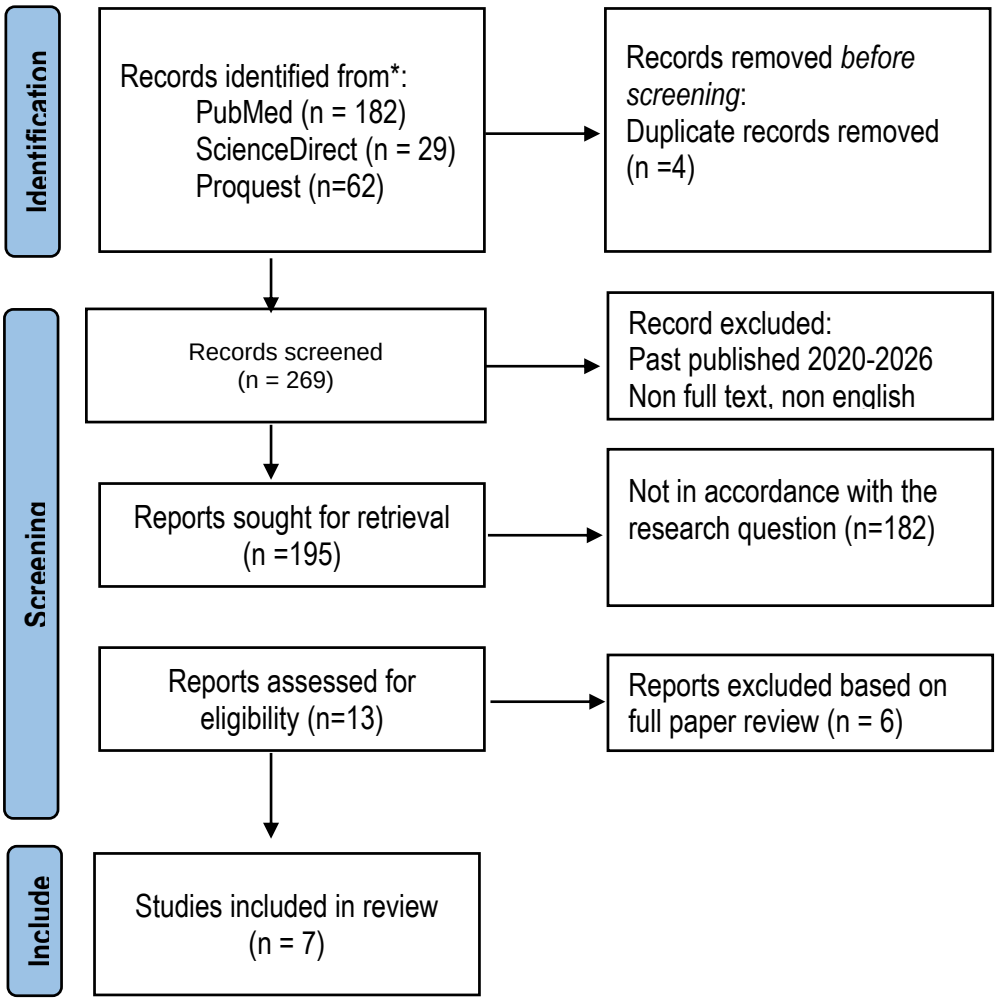
Ekstraksi data dilakukan terhadap 7 artikel terpilih menggunakan lembar ekstraksi data yang disusun secara sistematis. Informasi yang diekstraksi meliputi penulis dan tahun publikasi, negara penelitian, desain penelitian, karakteristik sampel, variabel penelitian, instrumen pengumpulan data, metode analisis data, serta hasil utama penelitian. Komponen desain penelitian, sampel, variabel, instrumen, dan analisis data diekstraksi menggunakan pendekatan DSVIA (*Design, Sample, Variable, Instrument, and Analysis*) untuk memberikan gambaran metodologis yang komprehensif dari setiap studi yang ditelaah. Data yang telah diekstraksi kemudian dibandingkan dan disintesis secara naratif untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Hasil sintesis digunakan untuk mengelompokkan faktor-faktor yang ditemukan berdasarkan kesamaan tema dan pola temuan antar penelitian, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai determinan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

HASIL



Gambar Diagram Alir PRISMA

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

Tabel Hasil Pemetaan Data Artikel

(Penulis)(Negara)	Tujuan	Metode	Hasil
(Maheswari et al., 2024) (India)	Untuk mengidentifikasi kesenjangan antara penyediaan dan tingkat konsumsi tablet IFA mingguan pada remaja putri dengan menggunakan kerangka kerja konseptual WHO dalam lingkup rumah tangga.	**Desain :** *Mixed-method cross-sectional explanatory study* **Sampel :** 972 Remaja Perempuan dan orang tua yang mendapatkan TTD **Variabel Independen:** ● Patient related factors ● Therapy-related factors ● *Helath system-related Factors* ***Varibel Dependen :*** Adherence to weekly iron folic acid supplementation **Instrumen :** Kuantitatif : Kuesioner terstruktur Kualitatif: Panduan *focus group* *discussions* dengan pertanyaan dan masukan. **Analisis data :** Kuantitatif : Analisis deskriptif, Analisis bivariat, regresi logistk Kualitatif : *Framework analysis* yang diintergrasikan dengan hasil kuantitatif	Kepatuhan konsumsi TTD masih rendah (13%). Faktor yang berkontribusi terhadap kepatuhan konsumsi TTD meliputi efek samping yang dirasakan(P=0.0009), manfaat yang dirasakan(P=0.006), edukasi kesehatan kepada orang tua (P=0.002), dan ketersediaan rutin TTD (P=0.000).
(Hidayanty et al., 2025) (Indonesia)	Untuk mengetahui persepsi mengenai hambatan dan faktor pendukung konsumsi rutin suplemen zat besi-asam folat pada remaja putri di Indonesia.	**Desain :** Kualitatif **Sampel :** 32 remaja wanita dari 4 sekolah menengah yang telah mengimplementasikan program TTD **Variabel** Persepsi hambatan dan faktor pendukung kepatuhan TTD **Instrumen**	Hambatan utama kepatuhan konsumsi TTD meliputi rasa dan bau tablet, larangan orang tua, pengalaman negatif konsumsi sebelumnya, persepsi efek samping dan faktor karena lupa sedang mengkonsumsi TTD.

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

		In-depth interview **Analisa** *Thematic analysis*	Sementara, faktor yang mendukung kepatuhan konsumsi adalah kesadaran diri terhadap manfaat, kepercayaan terhadap sekolah, Dukungan positif dari orang tua dan sebaya.
(Atinga et al., 2025) (South Africa)	Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan program suplementasi tablet tambah darah (zat besi dan asam folat) bagi remaja putril.	**Desain :** *Cross-sectional survey* **Sampel :** 132 remaja berusia 10 – 19 tahun **Variabel Independen :** Pemanfaatan TTD Pengetahuan tentang anemia dan program GIFTS Manfaat yang dirasakan Efek samping yang dirasakan **Variabel Dependen :** *Utilization / compliance IFA*: **Instrumen** Kuesioner **Analisis data :** Analisis deskriptif, cross-tabulation, dan uji Chi-square	Faktor yang menjadi hambatan kepatuhan konsumsi TTD meliputi kurangnya informasi, penolakan keluarga, ketakutan terhadap efek samping, peningkatan aliran menstruasi, dan heartburn. Faktor pendukung kepatuhan meliputi edukasi dan konseling, keterlibatan guru, dukungan tokoh masyarakat dan agama, serta pengurangan waktu tunggu pelayanan program.
(Haile et al., 2024) (Ethiopia)	Untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan terhadap suplementasi mingguan zat besi dan asam folat pada remaja putri usia sekolah.	**Desain :** *Cross-sectional* **Sampel :** 506 remaja putri usia 10-19 tahun yang menerima program TTD setiap minggu **Variabel Independen :** Usia, status pernikahan, sumber pendapatan keluarga, prestasi akademik, pekerjaan, akses materi pendidikan kesehatan, efek samping, ketersediaan minum, keputusan, diskusi dengan keluarga, **Variabel Dependen** Kepatuhan terhadap weekly IFAS (*compliance*) **Instumen :**	Sebanyak 47.9% remaja putri memiliki kepatuhan rendah terhadap konsumsi TTD setiap minggu. Faktor yang berhubungan dengan rendahnya kepatuhan meliputi status menikah (AOR=5.21), prestasi akademik rendah, pendapatan keluarga, kurangnya akses materi edukasi kesehatan, adanya efek samping,

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

		Kuesioner terstandar dan *pre-tested* menggunakan Open Data Kit (ODK) melalui wawancara tatap muka **Analisis data:** Analisis multivariat dengan regresi logistik dengan *adjusted odds ratio* (AOR) dan *confidence interval* 95%	lingkungan rumah yang tidak mendukung, dan rendahnya pengetahuan mengenai TTD. Alasan utama penghentian konsumsi TTD adalah ketidakhadiran di sekolah (55,7%), efek samping, kurangnya informasi program, serta larangan keluarga. Dukungan keluarga, akses edukasi kesehatan, dan monitoring program sekolah berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.
(Rai, 2022) (India)	Untuk mengevaluasi prevalensi dan faktor-faktor prediktor penerimaan suplemen zat besi dan asam folat (IFA) pada remaja laki-laki dan perempuan di dua negara bagian di India utara.	**Desain :** *Cross-sectional study (analisis sex-stratified* menggunakan data survei UDAYA 2015–2016) **Sampel :** 20,594 remaja *multi-stage systematic sampling design* **Variabel Independen :** Usia, area tempat tinggal, agama, grup sosial, tingkat pendidikan, tingkat pendidikan ibu, indeks kesejahteraan, provinsi **Variabel Dependen :** Penerimaan dan konsumsi suplemen IFA dalam satu tahun terakhir serta konsumsi dalam satu bulan terakhir **Instrumen :** Data sekunder dari suvei UDAYA (*Understanding the lives of adolescents and young adults in Bihar and Uttar Pradesh*) menggunakan kuesioner terstruktur wawancara rumah tangga **Analisis data :** Analisis deskriptif, bivariat, *unadjusted logistic regression (COR)*, dan *multivariate logistic regression* (AOR).	Kepatuhan konsumsi TTD pada remaja perempuan masih rendah. Faktor yang berhubungan dengan penerimaan dan konsumsi TTD meliputi tempat tinggal, agama, dan pendidikan ibu. Remaja perempuan di wilayah rural lebih berpeluang menerima TTD, sedangkan pendidikan ibu berkontribusi terhadap peningkatan konsumsi TTD

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

(Silitonga et al., 2023) (Indonesia)	Untuk mengetahui pengetahuan, sikap, dan niat remaja putri serta mengeksplorasi pelaksanaan program suplementasi zat besi pada remaja putri di SMA.	***Desain :*** *Mixed method* ***Sampel :*** Kuantitatif: 202 remaja putri dari 3 SMA di Sidoarjo. Kualitatif: 13 siswi, 2 perwakilan Dinas Kesehatan, dan 3 perwakilan puskesmas. **Variabel Independen :** Usia, kelas, distribusi suplemen di sekolah, sumber informasi (guru, orang tua, teman sebaya, media), panduan program, metode distribusi, serta hambatan dan fasilitator program (contoh: pandemi, kekurangan edukasi, metode distribusi) **Variabel Dependen :** pengetahuan, sikap, keinginan, dan implementasi program suplementasi zat besi pada remaja putri. **Instrumen** Kuesioner terstruktur *In-depth interview* dan *Focus Group Discussion* **Analisis data :** Analisis deskriptif Analisis tematik	Pengetahuan remaja putri tentang anemia, sikap, dan keinginan konsumsi TTD masih rendah. Faktor yang berkaitan dengan kepatuhan konsumsi TTD meliputi pengetahuan tentang anemia dan suplementasi zat besi, sikap, keinginan konsumsi TTD, metode distribusi TTD di sekolah, monitoring program, serta efek samping TTD.
(Rialine et al., 2026) (Indonesia)	Untuk menilai prevalensi anemia dan kepatuhan terhadap suplementasi IFA mingguan serta faktor-faktor yang memengaruhinya pada remaja putri di SMA yang berada di dua wilayah rawan stunting di Kota Ambon.	***Desain :*** *Cross-sectional study* ***Sampel :*** 654 remaja putri **Variabel Independen :** Usia, kelas, sekolah, residensi, gizi/BMI, *awareness* anemia & IFA, diet, infeksi **Variabel Dependen :** *Anaemia and adherence to weekly iron-folic acid supplementation* **Instrumen :** Kuesioner dan pemeriksaan kadar hemoglobin **Analisis data :** regresi logistik	Kepatuhan konsumsi mingguan tablet TTD pada remaja putri tergolong rendah. Remaja putri dengan tingkat kesadaran tinggi mengenai suplementasi TTD memiliki peluang lebih tinggi untuk patuh mengonsumsi tablet TTD.

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil seleksi, sebanyak 7 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis dalam *literature review* ini. Penelitian-penelitian tersebut berasal dari empat negara, yaitu Indonesia (3 artikel), India (2 artikel), Ethiopia (1 artikel), dan Afrika Selatan (1 artikel). Desain penelitian yang digunakan terdiri atas *cross-sectional study* (4 artikel), *mixed method* (2 artikel), dan penelitian kualitatif (1 artikel). Jumlah sampel yang terlibat bervariasi, mulai dari 32 hingga 20.594 responden, yang mencakup remaja putri usia sekolah sebagai populasi utama penelitian. Sebagian besar penelitian menggunakan kuesioner terstruktur sebagai instrumen pengumpulan data, sedangkan penelitian kualitatif menggunakan *in-depth interview*, *focus group discussion* (FGD), atau kombinasi keduanya. Metode analisis yang paling banyak digunakan adalah analisis regresi logistik, baik secara bivariat maupun multivariat, yang dikombinasikan dengan analisis deskriptif. Sementara itu, penelitian kualitatif menggunakan *thematic analysis* dan *framework analysis* untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

Hasil sintesis menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri masih tergolong rendah. Sebuah literatur melaporkan bahwa tingkat kepatuhan konsumsi TTD hanya mencapai 13% (Maheswari et al., 2024). Sementara itu, penelitian lainnya menemukan bahwa 47.9% remaja putri memiliki kepatuhan rendah terhadap konsumsi TTD mingguan (Haile et al., 2024). Temuan serupa juga dilaporkan pada literatur yang telah di review, bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri belum optimal meskipun program suplementasi telah diimplementasikan secara luas (Rai, 2022; Rialine et al., 2026).

Berdasarkan ekstraksi terhadap 7 artikel yang dianalisis, menunjukkan bahwa determinan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri di lingkungan sekolah bersifat berlapis dan saling memengaruhi satu sama lain secara dinamis. Faktor pengetahuan dan sikap menjadi determinan utama dalam kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Literature dalam penelitian ini menemukan bahwa pengetahuan remaja tentang anemia, sikap, dan keinginan konsumsi TTD masih rendah sehingga memengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (Silitonga et al., 2023; Haile et al., 2024). Literatur terakhir juga menunjukkan bahwa remaja putri dengan tingkat kesadaran tinggi mengenai suplementasi TTD memiliki peluang lebih besar untuk patuh mengonsumsi TTD (Rialine et al., 2026). Selain itu, penelitian dari Ethiopia menemukan bahwa akses terhadap materi pendidikan kesehatan berhubungan dengan peningkatan kepatuhan konsumsi TTD (Haile et al., 2024). Sementara literature dari India, menunjukkan bahwa pendidikan ibu turut berkontribusi terhadap peningkatan konsumsi TTD pada remaja perempuan (Rai, 2022).

Selain itu, dukungan sosial, dukungan teman sebaya (*peer support*) dan dukungan institusi sekolah juga berkontribusi terhadap kepatuhan tablet tambah darah. Literature dalam penelitian ini melaporkan bahwa dukungan positif dari orang tua dan teman sebaya menjadi faktor pendukung kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (Hidayanty et al., 2025). Sebaliknya, larangan dari keluarga menjadi salah satu hambatan utama terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Persepsi efek samping, seperti mual, peningkatan aliran darah menstruasi, rasa dan bau tablet yang tidak disukai, serta pengalaman negatif sebelumnya juga menjadi hambatan lain yang konsisten ditemukan.

Faktor lain yang ditemui adalah distribusi dan aksesibilitas tablet tambah darah. Ketersediaan rutin TTD berhubungan signifikan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (Maheswari et al., 2024). Metode distribusi TTD dan monitoring program di sekolah memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri (Silitonga et al., 2023). Selain itu, lingkungan rumah yang tidak mendukung program serta kurangnya akses terhadap materi pendidikan kesehatan menjadi faktor yang berhubungan dengan rendahnya kepatuhan konsumsi TTD (Haile et al., 2024).

Faktor Pengetahuan dan Sikap sebagai Determinan Kepatuhan

Pengetahuan merupakan determinan yang paling konsisten berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD. Remaja dengan pengetahuan yang baik mengenai anemia, manfaat zat besi, dan tujuan suplementasi cenderung memiliki kepatuhan lebih tinggi dibandingkan remaja dengan pengetahuan rendah. Pengetahuan yang memadai membantu remaja memahami dampak anemia terhadap

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

kesehatan, konsentrasi belajar, produktivitas, dan kesehatan reproduksi sehingga meningkatkan motivasi untuk mengonsumsi TTD secara rutin (Haile et al., 2024; Silitonga et al., 2023)

Pengetahuan yang baik mengenai anemia dan manfaat suplementasi zat besi dapat meningkatkan keyakinan remaja terhadap pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin. Remaja yang memahami manfaat suplementasi akan memiliki keyakinan lebih besar bahwa konsumsi TTD memberikan dampak positif bagi kesehatannya. Sebaliknya, kurangnya informasi menyebabkan munculnya persepsi bahwa TTD hanya diperlukan bagi individu yang sakit atau mengalami anemia berat (Efendi et al., 2025; Haile et al., 2024).

Selain pengetahuan, sikap terhadap TTD juga memengaruhi kepatuhan. Sikap positif terhadap suplementasi dapat meningkatkan penerimaan program dan membentuk intensi perilaku yang lebih baik. Penelitian terbaru menunjukkan, bahwa persepsi positif terhadap manfaat TTD meningkatkan kemungkinan remaja untuk patuh mengonsumsi TTD secara rutin (Efendi et al., 2025). Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang tidak hanya bersifat informatif tetapi juga mampu membangun persepsi positif menjadi penting dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD.

Peran Dukungan Teman Sebaya dan Lingkungan Sekolah

Di antara seluruh faktor sosial yang dieksplorasi dalam kajian ini, dukungan teman sebaya (*peer support*) dan orang tua secara konsisten tampil sebagai prediktor terkuat kepatuhan konsumsi TTD. Literatur dalam penelitian ini menemukan bahwa dukungan positif dari teman sebaya dan orang tua menjadi faktor pendorong utama kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (Hidayanty et al., 2025).

Teman sebaya memiliki pengaruh kuat pada fase remaja karena perilaku kelompok sering menjadi acuan dalam pengambilan keputusan (Ciranka & van den Bos, 2020; Yu et al., 2021). Hal ini menyebabkan situasi, di mana ketika konsumsi TTD menjadi norma positif di lingkungan sekolah, remaja cenderung merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk ikut mengonsumsi tablet secara rutin. Sebaliknya, lingkungan sosial yang tidak mendukung dapat menimbulkan rasa malu atau ketidaknyamanan dalam mengikuti program suplementasi. Efektivitas dukungan dari guru, orang tua, teman sebaya, maupun tenaga kesehatan tidak ditentukan semata-mata oleh keinginantas pemberian informasi atau pengingat, melainkan sangat bergantung pada kualitas *interpersonal trust* yang telah terbangun. Tanpa kepercayaan yang tulus dan autentik, pesan-pesan kesehatan yang disampaikan oleh berbagai pihak tersebut tidak akan diinternalisasi secara positif oleh remaja putri dan tidak akan menghasilkan perubahan perilaku yang bermakna.

Selain itu, lingkungan sekolah berperan sebagai tempat utama implementasi program TTD. Distribusi tablet secara langsung di sekolah mempermudah akses dan memungkinkan adanya monitoring konsumsi oleh guru maupun petugas kesehatan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan *school-based supplementation* lebih efektif dalam meningkatkan kepatuhan dibandingkan distribusi berbasis komunitas karena adanya pengawasan dan penguatan perilaku secara langsung (Helmyati et al., 2023).

Persepsi Risiko, Efek Samping, dan Hambatan Psikologis

Dimensi psikologis, terutama bagaimana remaja putri mempersepsikan risiko anemia dan hambatan konsumsi TTD, terbukti menjadi faktor penentu yang sangat signifikan dalam membentuk perilaku kepatuhan. Persepsi terhadap efek samping menjadi salah satu hambatan utama kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Dalam review ini, efek samping yang paling sering dilaporkan meliputi mual, nyeri lambung, heartburn, rasa dan bau tablet yang tidak disukai, serta persepsi bahwa TTD dapat meningkatkan volume menstruasi. Persepsi tersebut menimbulkan ketakutan terhadap konsumsi tablet tambah darah (Hidayanty et al., 2025; Maheswari et al., 2024). Pengalaman negatif yang dirasakan setelah konsumsi tablet dapat membentuk *avoidance behavior*, yaitu kecenderungan menghindari perilaku yang dianggap menimbulkan ketidaknyamanan (Labrenz et al., 2022).

Selain itu, sebagian remaja menganggap TTD sebagai "obat", sehingga muncul keyakinan bahwa suplementasi tidak diperlukan apabila tubuh terasa sehat. Sebuah studi melalui eksplorasi kualitatifnya, mengungkapkan sebagian siswi bahkan tidak pernah mengonsumsi TTD sama sekali karena tidak mempercayai manfaatnya atau menganggap diri

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

mereka tidak menderita anemia (Silitonga et al., 2023). Faktor lupa mengonsumsi tablet juga menunjukkan bahwa kepatuhan tidak hanya dipengaruhi motivasi, tetapi juga pembentukan kebiasaan perilaku kesehatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa persepsi individu terhadap risiko dan manfaat suplementasi sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial serta kualitas edukasi yang diterima

Faktor Distribusi dan Aksesibilitas Tablet Tambah Darah

Distribusi dan aksesibilitas TTD merupakan faktor struktural yang memengaruhi keberhasilan program suplementasi. Hasil *review* menunjukkan bahwa ketersediaan tablet secara rutin, monitoring program sekolah, dan kemudahan akses pelayanan kesehatan berhubungan dengan peningkatan kepatuhan konsumsi TTD. Sebaliknya, ketidakhadiran di sekolah, distribusi yang tidak konsisten, dan keterbatasan stok menjadi penyebab rendahnya kepatuhan (Haile et al., 2024; Silitonga et al., 2023). Distribusi yang dilakukan secara berkala di sekolah membantu membentuk rutinitas konsumsi pada remaja. Ketika tablet tersedia secara konsisten dan dikonsumsi bersama di sekolah, kemungkinan remaja untuk lupa atau menghentikan konsumsi menjadi lebih rendah. Sebaliknya, distribusi yang tidak teratur menyebabkan terputusnya pola konsumsi sehingga kepatuhan sulit dipertahankan.

Selain aspek distribusi, aksesibilitas program juga dipengaruhi oleh kualitas pelayanan kesehatan. Penelitian dalam kajian ini menunjukkan bahwa edukasi yang baik, keterlibatan tenaga kesehatan, dan efisiensi pelayanan program meningkatkan penerimaan remaja terhadap tablet tambah darah (Atinga et al., 2025). Temuan tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan program TTD memerlukan integrasi antara edukasi, monitoring, dan sistem distribusi yang efektif agar suplementasi dapat diterima secara optimal oleh remaja putri.

Implikasi terhadap Praktik Keperawatan

Temuan dalam literature review ini menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri dipengaruhi oleh faktor kognitif, psikologis, sosial, dan institusional. Hasil tersebut memberikan implikasi bagi praktik keperawatan komunitas, khususnya dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri melalui program kesehatan sekolah. Perawat komunitas perlu melakukan pengkajian secara komprehensif terhadap faktor-faktor yang berpotensi menyebabkan ketidakpatuhan konsumsi TTD, seperti tingkat pengetahuan mengenai anemia dan TTD, persepsi terhadap efek samping, dukungan keluarga, pengaruh teman sebaya, serta akses terhadap program suplementasi di sekolah.

Selain sebagai pemberi edukasi kesehatan, perawat komunitas berperan dalam merancang intervensi yang melibatkan berbagai pihak, termasuk sekolah, keluarga, dan kelompok sebaya untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD. Edukasi mengenai manfaat TTD dan manajemen efek samping perlu diberikan secara berkelanjutan, disertai pemantauan kepatuhan dan penguatan dukungan sosial. Perawat juga dapat berperan sebagai fasilitator dalam pengembangan program kesehatan sekolah yang mendukung konsumsi TTD secara rutin melalui kegiatan edukasi, konseling, dan monitoring berkala. Dengan demikian, intervensi keperawatan komunitas tidak hanya berfokus pada perubahan perilaku individu, tetapi juga pada penguatan lingkungan sosial dan institusional yang mendukung keberhasilan program pencegahan anemia pada remaja putri.

SIMPULAN

Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri masih tergolong rendah dan dipengaruhi oleh berbagai faktor multidimensional. Faktor pengetahuan dan sikap menjadi determinan penting karena pemahaman yang baik mengenai anemia dan manfaat suplementasi zat besi dapat meningkatkan kesadaran serta motivasi remaja untuk patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Dukungan teman sebaya, keluarga, guru, dan lingkungan sekolah berperan sebagai penguat perilaku kesehatan melalui pembentukan norma sosial positif dan monitoring program yang lebih optimal.

Persepsi terhadap efek samping, pengalaman negatif setelah konsumsi, serta hambatan psikologis seperti *avoidance behavior* dan rendahnya persepsi risiko menjadi faktor utama yang menyebabkan ketidakpatuhan. Selain itu, faktor distribusi dan aksesibilitas program juga memengaruhi keberhasilan suplementasi, terutama terkait ketersediaan tablet secara rutin, kemudahan akses pelayanan, dan efektivitas monitoring konsumsi di sekolah. Oleh karena itu, peningkatan kepatuhan

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri memerlukan pendekatan komprehensif yang tidak hanya berfokus pada edukasi individu, tetapi juga penguatan dukungan sosial, pengelolaan persepsi efek samping, serta optimalisasi sistem distribusi dan implementasi program berbasis sekolah.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan basis data literatur yang lebih luas, metode sintesis yang lebih kuat seperti *systematic review* dan meta-analisis, serta instrumen kepatuhan yang lebih seragam agar hasil antar studi dapat dibandingkan secara lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, S. S. W., Yuliastuti, E., Tunggal, T., & Kristiana, E. (2025). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia dengan kepatuhan minum tablet tambah darah di SMPN 8 Banjarmasin. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, *1*(8), 1215-1223.

Atinga, B. E., Henyo, A., Ayamga, C., Mensah, M. I., Gyan, B., Sarfo, H. M., & Kuupiel, D. (2025). Facilitators and barriers to the implementation of the Girls' Iron Folate Tablet Supplementation program among adolescent girls in the Bono Region: a cross-sectional survey. *The Pan African Medical Journal*, *50*, 57.

Belay, D. G., Amlak, B. T., Chilot, D., Alem, A. Z., & Merid, M. W. (2025). Pooled prevalence of anaemia and its associated factors among adolescent girls in East and West Africa: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, *25*(1), 2482.

Ciranka, S., & van den Bos, W. (2020). " Social influence in adolescent decision-making: A formal framework": Corrigendum. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.598347

Efendi, K. A., Yuniastuti, A., & Zainafree, I. (2025). Perceptions and beliefs of adolescent girls regarding adherence to iron supplementation: An analysis using the health belief model. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, *5*(3), 364-372.

Haile, B., Oumer, A., Negese, T., Temesgen, M., Kebede, A., Abdurahman, D., & Roba, K. T. (2024). Factors associated with compliance with weekly iron and folic acid supplementation among school adolescent girls in Debub Achefer district, northwest Ethiopia: school-based cross-sectional study. *Scientific Reports*, *14*(1), 9980.

Helmyati, S., Syarifa, C. A., Rizana, N. A., Sitorus, N. L., & Pratiwi, D. (2023). Acceptance of Iron Supplementation Program among Adolescent Girls in Indonesia: A Literature Review. *Amerta Nutrition*, *7*, 50.

Hidayanty, H., Nurzakiah, N., Irmayanti, I., Yuliana, Y., Helmizar, H., & Yahya, Y. (2025). Perceived barriers and enablers for taking iron–folic acid supplementation regularly among adolescent girls in Indonesia: A pilot study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *22*(2), 209.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2026, March 16). *Anemia In Adolescent Girls: The Challenge Of Prevention Through The Consumption Of Blood-Enhancing Tablets*. Diakses dari: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/en/anemia-pada-remaja-putri-tantangan-pencegahan-melalui-konsumsi-tablet-tambah-darah/

Labrenz, F., Woud, M. L., Elsenbruch, S., & Icenhour, A. (2022). The good, the bad, and the ugly—chances, challenges, and clinical implications of avoidance research in psychosomatic medicine. *Frontiers in psychiatry*, *13*, 841734.

Maheswari, N., Kandasamy, S., Subbiah, P., Davidson, P. D., Gopal, M., Velappan, L. K., & Kalyanaraman, S. (2024). Adherence to weekly iron folic acid supplementation and associated factors among adolescent girls–A mixed-method study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, *13*(6), 2416.

Nurmalasari, M., & Arlym, L. T. (2025). Analysis of Compliance With the Consumption of Fe Tablets Among Female Adolescents at Sman 1 Kalapanunggal, Sukabumi Regency, in 2025. *International Journal of Midwifery and Health Sciences*, *3*(3), 61-80.

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482

Papakonstantinou, E., Zacharodimos, N., Georgiopoulos, G., Athanasaki, C., Bothou, D. L., Tsitsou, S., & Tassou, C. C. (2024). Two-month consumption of orange juice enriched with vitamin D3 and probiotics decreases body weight, insulin resistance, blood lipids, and arterial blood pressure in high-cardiometabolic-risk patients on a westernized type diet: results from a randomized clinical trial. *Nutrients*, *16*(9), 1331.

Rai, R. K. (2022). Iron-and-folic-acid supplementation among adolescents (aged 10–19 years) in two North Indian States, 2015–2016: a sex-stratified analysis. *Public health nutrition*, *25*(3), 617-622.

Rialine, T. C., Vers, M. M. L., Fannia, I. R., Elpira, A., Ritha, T., Irene, D. S. A., & Hapsari, T. D. (2026). Anaemia and adherence to weekly iron-folic acid supplementation among female senior high school students in stunting-risk areas of Ambon city, Indonesia. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, *35*(2), 219.

Silitonga, H. T. H., Salim, L. A., Nurmala, I., Hargono, R., & Purwandini, S. (2023). Knowledge, attitude, intention, and program implementation of iron supplementation among adolescent girls in Sidoarjo, Indonesia. *Journal of Public Health in Africa*, *14*(2), 5.

Singh, M., Rajoura, O. P., & Honnakamble, R. A. (2020). Assessment of weekly iron–folic acid supplementation with and without health education on anemia in adolescent girls: A comparative study. *International Journal of Preventive Medicine*, *11*, 203.

World Health Organization. (2025a). *Anaemia*. Diakses dari: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia?utm_source=chatgpt.com

World Health Organization. (2025b). *WHO Global Anaemia Estimates : Key Findings 2025*. Diakses dari: https://www.who.int/publications/i/item/9789240113930

Wulandari, C., & Pamungkas, D. K. P. (2025). Literature review: Factors influencing knowledge and compliance in taking blood supplements among pregnant women. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, *7*(2), 125-135.

Yu, H., Siegel, J. Z., Clithero, J. A., & Crockett, M. J. (2021). How peer influence shapes value computation in moral decision-making. *Cognition*, *211*, 104641.

Putu Ria Laksmi Handayani, I Gede Putu Darma Suyasa*, Israfil, Ni Kadek Sriasih

Magister Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Korespondensi penulis: I Gede Putu Darma Suyasa. *Email: putudarma.stikesbali@gmail.com

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v20i6.3482