Journal of Language and Health
Volume 6 No 2, June 2025
e-ISSN 2722-3965; p-ISSN 2722-0311
http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH

GAMBARAN FAKTOR-FAKTOR KETIDAKPATUHAN REMAJA PUTRI

Maria Sofia Anita Aga*, Yustina Wela, Clara Yosefina Francis, Diana Febrianti Mone
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan St. Elisabeth Keuskupan Maumere, Jl. Mapitara No.02 Maumere, Kabor, Alok, Sikka, Nusa Tenggara Timur 86211, Indonesia
*sofiaaga1320@gmail.com

ABSTRAK

Faktor-faktor ketidakpatuhan remaja putri, terutama dalam konteks kepatuhan diet atau konsumsi suplemen seperti tablet tambah darah (TTD), meliputi berbagai aspek yang bersifat fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran faktor-faktor ketidakpatuhan remaja putri kelas III SMA Negeri 1 Nita dalam mengomsumsi tablet tambah darah. Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif, dengan menggunakan metode penelitian deskriptif, populasi pada penelitian ini adalah remaja putri kelas III SMA Negeri 1 Nita dengan jumlah sampel sebanyak 127 siswa.Teknik sampling yang digunakan adalah kuota sampling, dan pengumpulan data menggunakan kuesioner faktor-faktor ketidakpatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Berdasarkan hasil penelitian diperoleh usia remaja pertengahan merupakan kelompok umur dengan persentasi tertinggi tidak patuh dalam mengonsumsi TTD, Jumlah tablet terbanyak yang dikonsumsi remaja dalam satu bulan adalah 1 tablet, faktor yang menyebabkan remaja putri tidak mengomsumsi tablet tambah darah adalah Lupa sebanyak 83%, tidak memperoleh TTD (5%), Pusing (4%), takut (4%), tidak menyukai bau (4%) Faktor ketidapatuhan remaja putri dalam mengomsumsi tablet tambah darah yaitu karena Lupa sebanyak 106 (83%). tidak memperoleh TTD (5%), Pusing (4%), takut (4%), tidak menyukai bau (4%).

Kata kunci: gambaran; faktor-faktor ketidapatuhan; tablet tambah darah

DESCRIPTION OF FACTORS CONTRIBUTING TO NON-COMPLIANCE OF FEMALE ADOLESCENTS

ABSTRACT

The factors of nonadherence among adolescent girls, especially regarding diet compliance or supplement intake like iron tablets, include various physical, psychological, social, and environmental aspects.. *The purpose of this study was to understand the factors affecting the non-compliance of adolescent girls in Class III at SMA Negeri 1 Nita in consuming iron tablets. This research is quantitative in nature, using a descriptive research method. The population for this study consisted of adolescent girls in Class III at SMA Negeri 1 Nita, with a sample size of 127 students. The sampling technique used was quota sampling, and data collection was done using a questionnaire about the factors influencing non-compliance in consuming iron tablets. Based on the results, it was found that middle-aged adolescents had the highest non-compliance rate in consuming iron tablets. The most common number of tablets consumed by adolescents in a month was 1 tablet. The main reasons adolescent girls did not consume iron tablets included forgetting (83%), not receiving the tablets (5%), dizziness (4%), fear (4%), and dislike of the smell (4%). The non-compliance factors in consuming iron tablets among adolescent girls were: Forgetting (83%), not receiving the tablets (5%), dizziness (4%), fear (4%), and dislike of the smell (4%).*

Keywords: description; factors of non-compliance; iron tablet supplementation

PENDAHULUAN

Anemia pada remaja putri adalah kondisi kekurangan hemoglobin dalam darah yang biasanya disebabkan oleh kekurangan zat besi, karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan, sehingga kehilangan darah secara teratur. (Gofir, 2018). Data *World Health Organization* (WHO), sekitar 29,9% remaja putri di dunia mengalami anemia, dan di Indonesia sendiri angka kejadian anemia pada remaja putri masih

cukup tinggi. Anemia pada remaja berdampak terhadap produktivitas, prestasi belajar, perkembangan otak, serta meningkatkan risiko komplikasi saat kehamilan di kemudian hari.

Prevelensi anemia remaja di NTT tahun 2021 sebesar 72,2% ini berarti kira-kira dari empat anak sekolah menengah atas menderita anemia. Remaja putri dengan anemia jika menikah cenderung mengalami kehamilan yang beresiko, hal ini dapat berdampak pada lahirnya stunting-stunting baru. Di sikka hasil screening di SMK Talibura 10 % dari 70 orang remaja putri menderita anemia dan setelah minum TTD rematri, rutin selama 8 minggu dan hasil screening menunjukkan ke-70 anak tidak ada yang menderita anemia (Jurnal Global Health Sains Grup, 2021). Kepatuhan remaja putri dalam mengomsumsi TTD merupakan salah satu indikator keberhasilan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS (kementrian kesehatan RI, 2016). Ketidakpatuhan dalam mengomsumsi TTD menghambat manfaat suplementasi zat besi (fe). Remaja putri diwajibkan untuk mengomsumsi TTD dikarenakan mereka mengalami siklus menstruasi yang datang setiap bulannya. Tablet tambah darah ini sangat bermanfaat dalam meregenerasi zat besi yang telah hilang di karenakan menstruasi serta untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang belum terpenuhi dari makanan yang dikomsumsi sehari-hari. Rendahnya kepatuhan remaja putri terhadap komsumsi TTD merupakan permasalahan yang perlu segera ditangani, mengingat remaja putri merupakan seorang calon ibu yang kelak akan hamil dan menghasilkan keturunanan dari sebuah generasi, sehingga apabila tidak di tangani maka akan memperbesar resiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur dan berat bayi lahir rendah.

Berdasarkan hasil wawancara pada 33 remaja putri di SMA Negeri 1 Nita saat studi pendahuluan mereka mengatakan bahwa sering tidak patuh dalam mengomsumsi TTD karena : 3 remaja putri mengatakan merasa pusing kalau sehabis minum TTD, 19 remaja putri mengatakan lupa untuk minum TTD, 9 remaja putri mengatakan merasa takut untuk minum TTD, dan 2 remaja putri mengatakan tidak di bagikan secara teratur. Di Sikka untuk mengoptimalkan cakupan remaja putri minum TTD maka tanggal 1 Oktober 2023 Bupati telah *melaunching* kegiatan Aksi bergizi di sekolah Dan Telah Menetapkan Setiap Hari Sabtu Sebagai Hari Aksi Bergizi Di Sekolah Dengan Kegiatan olahraga bersama, makan bersama dan minum TTD rematri bersama.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas III SMA Negeri 1 Nita dengan jumlah 140 remaja putri, Penarikan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan jumlah sampel 127 siswa dengan kriteria remaja putri dengan rentang usia 11-14 tahun (remaja awal, 15-18 tahun (remaja tengah), 18-22 tahun remaja akhir, remaja putri yang rutin mengonsumsi tablet tambah darah < 4 tablet. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran faktor-faktor ketidakpatuhan remaja putri kelas III SMA Negeri 1 Nita Dalam Mengomsumsi Tablet tambah Darah" Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian deskriptif. Data yang dikumpulkan diklarifikasi dan ditabulasi, kemudian diolah serta disajikan dalam bentuk tabel frekwensi atau variabel penelitian di interprestasikan dengan menggunakan faktor yang lebih dominan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur

Umur	f	%
Remaja awal (11-14 tahun)	0	0
Remaja pertengahan (15-18 tahun)	105	83
Remaja akhir (19-22 tahun)	22	17

Berdasarkan tabel 4.1 diatas usia responden pada penelitian ini sebagian besar berada pada kategori usia remaja pertengahan yaitu usia 15-18 tahun sebanyak 105 responden (83%) dan remaja akhir (19-22 tahun) (17%)

Tabel 2.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah TTD yang di minum dalam 1 bulan terakhir

Jumlah TTD yang di minum dalam 1 bulan terakhir	f	%
1 tablet	86	68
2 tablet	37	29
3 tablet	4	3

Berdasarkan tabel 2 diatas terdapat remaja putri yang minum tablet tambah darah dalam 1 bulan terakhir tertinggi sebanyak 1 tablet yaitu 86 responden (68%) , 2 tablet (29%) dan 3 tablet (3%)

Tabel 3.
Distribusi frekuensi responden berdasarkan faktor ketidakpatuhan remaja putri dalam mengomsumsi TTD

Faktor Ketidakpatuhan Remaja Putri Dalam Mengomsumsi TTD	f	%
Pusing	5	4
Lupa	106	83
Takut	4	3
Nyeri ulu hati	0	0
Tidak suka baunya	4	3
Tidak suka manfaatnya	2	2
Tidak peroleh TTD	6	5

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat disimpulkan bahwa penyebab ketidakpatuhan remaja putri dalam mengomsumsi Tablet Tambah Darah adalah karena Lupa yaitu sebanyak 106 responden (83%), Tidak memperoleh tablet tambah darah (TTD) 6 Responden (5%), Pusing 5 responden(4%), Takut 4 responden (3 %) dan Tidak menyukai bau tablet tambah darah (2%)

Umur

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Banyak perubahan yang terjadi pada masa ini antara lain perubahan hormonal, fisik, psikologis dan social (Simangusong,2024). Seiring dengan perubahan yang dialami, remaja dapat mengalami anemia. Anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, menstruasi, atau terlambat makan, anemia dapat menyebabkan perkembangan otak terganggu, prestasi akademik rendah, dan gagal tumbuh kembang saat remaja. Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan di SMA Negeri 1 Nita menunjukkan bahwa responden terbanyak berusia 15-18 tahun (kelompok usia remaja pertengahan /*early adolescent* yaitu sebanyak 83%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Uswatun (2024) bahwa usia 15-18 tahun remaja Putri sering mengalami anemia.

Faktor Ketidakpatuhan Berdasarkan Umur

Remaja merupakan suatu proses tumbuh kembang yang berkesinambungan dan merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa muda. Remaja putri rentan terkena anemia. Anemia pada remaja putri disebabkan karena kehilangan zat besi, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia yaitu mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) (Rahman,2024). Dari segi umur remaja di bagi menjadi beberapa tahapan yaitu remaja awal/*early adolescent* (11-14) tahun, remaja pertengahan/*middle adolescent* (15-18) tahun, remaja akhir /*late adolescent*(19-22) tahun. Berdasarkan penelitian remaja yang tidak patuh berusia 15-18 tahun (Remaja Pertengahan) sebanyak 105 siswa dengan persentasi 83% dan usia 19-22 tahun (remaja akhir) berjumlah 23 siswa dengan persentasi 17%. Ketidakpatuhan dalam konteks kesehatan merupakan kondisi dimana seseorang tidak mengikuti anjuran atau program kesehatan yang telah ditetapkan untuk mengonsumsi TTD. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wardani (2024) yang menyatakan bahwa terdapat kendala kepatuhan konsumsi TTD sebesar 1,4% pada Remaja Putri. Ketidakpatuhan mengonsumsi TTD pada usia remaja disebabkan oleh beberapa hal salah satunya adalah remaja lupa mengonsumsi TTD, Lupa merupakan suatu mekanisme pengendalian biologis yang membantu manusia untuk mempertahankan keseimbangan dalam dunia yang di penuhi oleh rangsangan sensor, ketika seseorang lupa, yang terjadi adalah seseorang tersebut tidak dapat membedakan informasi yang penting dengan yang tidak penting baginya,

berdasarkan penelitian dan hasil wawancara remaja memiliki berbagai aktifitas dan kepentingan baik di sekolah, ,di luar sekolah, teman maupun keluarga hal ini dapat menyebabkan remaja lupa dan tidak sempat untuk mengonsumsi obat TTD.

Jumlah TTD Yang Diminum Dalam 1 Bulan Terakhir

Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri dalam program ini dilakukan sebanyak 1 tablet setiap hari Sabtu, sehingga secara ideal remaja putri seharusnya mengonsumsi sebanyak 52 tablet dalam 1 tahun, artinya dalam 1 bulan seharusnya remaja mengonsumsi minimal 4 tablet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata responden hanya mengonsumsi 1 tablet dalam 1 bulan terakhir, dengan persentase sebesar 68%. Artinya, hanya sebagian kecil yang mengonsumsi sesuai jadwal yang dianjurkan. Penyebab utama rendahnya konsumsi TTD tersebut adalah faktor lupa, yang dilaporkan oleh 83% remaja putri sebagai alasan utama tidak mengonsumsi TTD. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mira Krisna Yudina dan Adhila Fayasari (2020), yang menemukan bahwa jumlah konsumsi TTD dalam satu bulan terakhir didominasi oleh remaja yang hanya mengonsumsi 1 tablet (32%), 2 tablet sebanyak 6,5%,3 tablet sebanyak 3,2%,4 tablet sebanyak 3,2%, dan sisanya tidak mengonsumsi TTD sama sekali. Tingkat kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD masih sangat rendah pada penelitian ini, dan faktor internal seperti lupa menjadi kendala utama. Intervensi yang melibatkan pengingat berkala, edukasi berulang, dan dukungan lingkungan sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD di kalangan remaja putri.

Faktor Ketidakpatuhan Remaja Putri Dalam Mengomsumsi TTD

Ketidakpatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) masih menjadi permasalahan serius dalam upaya pencegahan anemia pada remaja (Labot,2021). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Nita, ditemukan bahwa tingkat ketidakpatuhan remaja putri cukup tinggi. Faktor utama yang menyebabkan ketidakpatuhan adalah lupa, yang dilaporkan oleh 106 responden (83%). Ketidakpatuhan ini paling banyak ditemukan pada remaja usia 15–18 tahun, dengan persentase sebesar 68%. Hasil ini menunjukkan bahwa lupa merupakan hambatan utama dalam konsumsi TTD secara teratur, hal ini bisa dikaitkan dengan ciri khas perkembangan remaja yang cenderung memiliki sikap prokrastinasi (menunda-nunda tugas), kurang disiplin, dan belum memiliki kesadaran penuh terhadap pentingnya menjaga kesehatan.

Proses lupa juga merupakan bagian dari fungsi kognitif remaja yang belum berkembang secara optimal dalam hal pengelolaan waktu dan tanggung jawab pribadi, termasuk dalam mengingat jadwal minum tablet. Temuan ini tidak sejalan dengan penelitian Fatmawati dan Subagja (2020), yang justru menunjukkan bahwa ketidakpatuhan remaja lebih banyak disebabkan oleh efek samping setelah mengonsumsi TTD, seperti pusing (50%), mual (39%), nyeri ulu hati (8,4%), muntah (3%). Perbedaan ini dapat disebabkan oleh persepsi individu terhadap efek samping, pengalaman masing-masing responden, serta tingkat pemahaman dan edukasi yang diterima remaja di masing-masing lokasi penelitian. Pada penelitian ini, efek samping tidak menjadi keluhan utama, melainkan kurangnya kesadaran dan kebiasaan untuk mengingat mengonsumsi TTD secara rutin.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian faktor yang mempengaruhi ketidakpatuhan remaja putri kelas III SMA Negeri 1 Nita dalam mengomsumsi Tablet Tambah Darah dengan faktor yang paling banyak yaitu faktor lupa dengan responden sebanyak 106 dengan persentase nya (83%), tidak memperoleh TTD (5%), Pusing (4%), takut (4%), tidak menyukai bau (4%)

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan Terima kasih kepada Terima kasih penulis ucapkan kepada Stikes St. Elisabeth Keuskupan Maumere , SMA Negeri 1 Nita dan Siswa remaja putri kelas III yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk untuk melakukan penelitian. Terima kasih kepada Tim LPPM STIKES St.

Elisabeth Keuskupan Maumere yang telah memfasilitasi dan berkontribusi penuh untuk tim peneliti dalam melakukan penelitian dan penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Gofir, Ghazali Malueka Ruzdy, Sri sutarni. *Buku Bunga Rampai Vertigo,* Mei 2018, Gajah Mada University Press

Buku kedokteran, 2020. *Aku Sehat Tanpa Anemia* Depkes RI, 2019*,* Tahapan Remaja

Evelyn Hayes, R dan Kee L. Joyce,. Farmakologi Pendekatan Prosese Keperawatan

Herminisih, Rismawanti Adelheid, s,kep., Ns., M,Kep. *Psikologi Keperawatan,* Oktober 2021, Bandung Jawa Barat

Kementrian kesehatan RI , 2016, Buku Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur

Kementrian kesehatan 2018, Asupan Gizi Dan Gaya Hidup Remaja Putri

Kementrian kesehatan RI, 2018 dan Millenium Challenge Acount Indonesia, Definisi Tablet Tambah Darah

Kementrian kesehatan RI, 2020, Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Putri

Labot, Helena Kidi, 2021 *Upaya Penecegahan Anemia Melalui Kampanye Kesehatan Rabu Minum Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Putri , Jurnal Global Health Sains Grup,* Sikka

Sugiono, 2021, Metodelogi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif dan R&D, Bandung Alfabeta

World Health Organitation, 2014, *Remaja Dan Penduduk*

Wulandari, S, Perilaku Remaja, Aplikasi Digital Nasional Republik Indonesia

Jubaedah, & Pratiwi, A. (2021). *Kemampuan koping dengan tingkat kecemasan klien*. *7*(2), 99–106.

Khairunniza, Susanto, Edy, A. N. (2020). *Hubungan kebiasaan merokok terhadap penyakit tidak menular*. 2017–2020.

Nuraini, B. (2015). *Risk factors of hypertension*. *4*, 10–19.

Pebriyani, U., Triswanti, N., Prawira, W. F., & Pramesti, W. (2022). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung Relationship Between Stress Level And The Event Of Hypertension At Productive Age At Kedaton Public Health Center , Bandar Lampung*. *12*, 261–267.

Pusat Pendidikan Tenaga Kesehatan Departemen Kesehatan. 1993. Penerbit : Buku Kedokteran EGC.

RD. HALIM, A. S. (2022). *studi restrospektif gaya hidup dan kejadian hipertensi pada usia produktif retrospective study of lifestyle andincidenceofhypertension in productive age*. *10*(1), 121–128.

Remaja, P., Gresik, D. I., Imron, A., & Sos, S. (n.d.). *Memanfaatkan Usia Produktif dengan Usaha Kreatif Industri Pembuatan Kaos pada Remaja*. 1–6.

Sari, E. P. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Bullying Pada Anak Usia Sekolah Di Sekolah Dasar Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*, *8*(3), 1–10.

Shaumi, N. R. F., & Achmad, E. K. (2019). Kajian literatur: faktor resiko hipertensi pada remaja di Indonesia. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 29*(2), 115-122.

Tri, Y., & Arum, G. (2019). *higeia journal of public health*. *3*(3), 345–356.

Wahyudi, I., Bahri, S., & Handayani, P. (2019). Aplikasi Pembelajaran Pengenalan Budaya Indonesia. V(1), 135-138