



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph6214>

HUBUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI SMAN 14 MAKASSAR

^KPutri¹, Harpiana Rahman², Rezky Aulia Yusuf³

^{1,2}Peminatan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

³Peminatan Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi/penulis pertama (^K): putriharining@gmail.com

putriharining@gmail.com¹, harpianarahman@umi.ac.id², rezkyauliyusuf@umi.ac.id³

ABSTRAK

Anemia adalah problem Kesehatan Masyarakat yang signifikan di seluruh dunia. Anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya yaitu kurangnya konsumsi makanan yang tinggi zat besi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan teman sebaya dengan kebiasaan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 14 Makassar. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan rancangan *cross-sectional study* dengan jumlah sampel 80 responden. Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan metode komputerisasi dengan bantuan Software SPSS untuk menghasilkan informasi yang jelas dan benar sesuai dengan tujuan penelitian. Metode analisis data menggunakan Univariat, Bivariat dengan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara teman sebaya dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 14 Makassar dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$. Kesimpulan dari penelitian bahwa variable teman sebaya memiliki hubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 14 Makassar tahun 2024. Penelitian ini menyarankan agar remaja untuk saling mengajak teman sebayanya untuk meningkatkan minat dalam hal positif, seperti rutin mengkonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran yang telah ditetapkan.

Kata kunci : Remaja Putri, Perilaku, Tablet Tambah Darah

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history :

Received : 9 Maret 2024

Received in revised form : 7 Juni 2024

Accepted : 16 April 2025

Available online : 30 April 2025

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Anemia is a significant Public Health problem worldwide. Anemia in adolescent girls can be caused by various factors, one of which is a lack of consumption of foods high in iron. This study, which used a quantitative method and a cross-sectional study design with a sample of 80 respondents, aimed to determine the relationship between peers and the habit of consuming iron tablets in adolescent girls at SMAN 14 Makassar. The data processing in this study was computerized, using SPSS Software to produce clear and correct information in accordance with the objectives of the study. The data analysis method used was Univariate and Bivariate with the Chi-square test. The study results showed a significant relationship between peers and the behavior of consuming iron tablets in adolescent girls at SMAN 14 Makassar, which has practical implications for public health interventions, with a p-value of $0.000 < 0.05$. The conclusion of the study is that peer variables have a relationship with the behavior of consuming iron tablets in adolescent girls at SMAN 14 Makassar in 2024. This study suggests that adolescents invite their peers to increase interest in positive things, such as routinely consuming iron tablets according to the recommendations that have been set, thereby empowering them to take control of their health.

Keywords : Teenage Girl, Behavior, Blood Increasing Tablets

PENDAHULUAN

Anemia adalah posisi di mana hemoglobin (Hb), hematokrit, dan penurunan jumlah sel darah merah tidak sesuai dengan batas normal. Batas normal hemoglobin pada remaja putri adalah lebih dari 12 g/dl. Kurangnya zat gizi makro misalnya protein, dan zat gizi mikro seperti besi, dapat menyebabkan anemia. Defisiensi zat besi diperkirakan sekitar 50-80% penyebab terjadinya kasus anemia di seluruh dunia.¹

Anemia adalah problem kesehatan masyarakat yang signifikan di seluruh dunia. Organisasi Kesehatan dunia (WHO) mengatakan bahwa sekitar 1,62 miliar orang, atau 24,8% dari populasi global, menderita anemia. Anemia pada wanita berusia 15-45 tahun di Asia adalah masalah kesehatan yang serius. Dengan jumlah mencapai 191 juta orang dan Prevalensi anemia yang tinggi pada wanita usia 15-45 tahun di Asia adalah masalah kesehatan yang serius. Dengan jumlah mencapai 191 juta orang.²

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa anemia sering terjadi pada remaja perempuan berusia 15-24 tahun. di Indonesia secara keseluruhan mencapai 32%, sementara prevalensi anemia pada remaja putri usia sekolah menengah atas (SMA) di Sulawesi Selatan mencapai 34,5%. Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan tahun 2017 menunjukkan bahwa anemia adalah masalah medis yang signifikan di wilayah tersebut, khususnya di Kabupaten Takalar. Adanya anemia pada ibu hamil sebesar 13,4% merupakan angka yang cukup tinggi dan memiliki implikasi serius terhadap kesehatan ibu dan bayi yang dikandung.³

Remaja putri yang memiliki anemia bisa menjadi persoalan yang serius dengan konsekuensi jangka Panjang yang signifikan. Selain itu, remaja putri mempunyai resiko yang lebih banyak terkena anemia dibanding dengan remaja putra. Ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja putri mengalami anemia akibat menstruasi bulanan, yang dapat menyebabkan kehilangan darah yang signifikan.³

Anemia pada remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor, namun kurangnya konsumsi makanan sehat khususnya makanan yang tinggi zat besi, merupakan salah satu unsur utama penyebabnya.⁴ Ini jelas mendukung gagasan bahwa kesehatan remaja memiliki peran penting dalam mengevaluasi hasil pembangunan kesehatan, terutama dalam hal menciptakan mutu untuk generasi muda bangsa.⁵

Anemia memiliki dampak negatif yang signifikan pada produktifitas kerja, fokus belajar, dan

kesehatan pada remaja. Remaja juga lebih rentan terhadap anemia, terutama pada remaja memiliki efek negatif pada kesehatan reproduksi, perkembangan motorik, kecerdasan, dan mental, perkembangan kecerdasan, penurunan kinerja akademik dan tingkat kebugaran dan ketidakmampuan untuk mencapai tinggi badan ideal.⁶ Program TTD untuk remaja tidak efektif Menurut Riskesdas 2018, 98% remaja tidak mengkonsumsi TTD sesuai anjuran Pada remaja putri yang menderita anemia, 70% sampai 89% tidak patuh dalam mengkonsumsi TTD, dengan berbagai alasan seperti lupa, tidak tahu, tidak tertarik, dan efek samping yang dihasilkan dari penggunaan TTD.⁷

Remaja membutuhkan dukungan baik dari guru, keluarga ataupun teman sebaya. Peran dari teman sebaya sangat penting untuk mendukung dan mengingatkan remaja putri lainnya untuk teratur dalam mengkonsumsi tablet tambah darah karena sebagian remaja menghabiskan lebih banyak waktu dengan informasi bersama teman-temannya.^{8,9}

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dan rancangan *cross-sectional study* untuk mengetahui informasi mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 14 Makassar tahun 2024. Instrument yang digunakan adalah kuesioner, kuesioner adalah lembaran yang digunakan untuk mengukur variabel independent dalam penelitian ini yaitu teman sebaya. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan accidental sampling, dengan penentuan sampel didasarkan pada ketersediaan. Artinya, siapa saja orang yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dan dianggap cocok sebagai sumber data dapat digunakan sebagai sampel Data diolah menggunakan aplikasi SPSS dan disajikan dalam bentuk tabel dilengkapi dengan narasi atau penjelasan. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 14 Makassar. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 80 orang. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi-square* dengan $\alpha = 0,05$. Data dikumpulkan menggunakan hasil dari pengisian kuesioner.

HASIL

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur dan Kelas Pada Remaja Putri SMAN 14 Makassar

Karakteristik	n	%
Jenis kelamin		
Perempuan	80	100
Umur	n	%
16	30	37,5
17	40	50
18	10	12,5
Kelas	n	%
12	80	100
Total	80	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 80 responden, responden semuanya berjenis kelamin perempuan yaitu 80 responden (100%), responden terbanyak berumur 17 tahun yaitu 40 responden (50%) dan semua responden kelas 12 yaitu 80 responden (100%).

Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah Darah \ Pada Remaja Putri SMAN 14 Makassar

Minum TTD	n	%
Tidak pernah	9	11,3
Kadang-kadang	56	70
Sering	13	16,3
Selalu	2	2,5
Total	80	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 80 responden sebagian besar responden remaja belum mengkonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran yang sudah ditetapkan. Yaitu tidak pernah dengan jumlah 9 responden (11,3%), kadang-kadang dengan jumlah 56 responden (70%). Sering dengan jumlah 13 responden (16,3%), selalu dengan jumlah 2 responden (2,5%).

Temam Sebaya

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Teman Sebaya Remaja Putri SMAN 14 Makassar

Temam Sebaya	n	%
Tidak terpengaruh	11	13,8
Terpengaruh	69	86,3
Total	80	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa teman sebaya dengan kategori tidak terpengaruh sebanyak 11 responden (13,8%) dan teman sebaya dengan kategori terpengaruh sebanyak 69 responden (86,3%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Teman Sebaya Dengan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri SMAN 14 Makassar

Teman sebaya	Kebiasaan konsumsi TTD				total	P-value
	kurang		baik			
	n	%	n	%	N	
Tidak terpengaruh	6	54,5%	5	45,5%	11	100%
Terpengaruh	1	1,4%	68	98,6%	69	100%
Total	7	8,8%	73	91,3%	80	100%

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 80 siswi remaja putri yang memiliki teman sebaya terpengaruh dengan kategori baik terhadap kebiasaan konsumsi TTD sebanyak 68 orang (98,6%), remaja putri yang memiliki teman sebaya terpengaruh dengan kategori kurang terhadap kebiasaan konsumsi TTD sebanyak 1 orang (1,4%), siswi remaja putri yang memiliki teman sebaya tidak terpengaruh dengan kategori baik terhadap kebiasaan konsumsi TTD sebanyak 5 (45,5%), siswi remaja putri yang memiliki teman

sebayu tidak terpengaruh dengan kategori kurang terhadap kebiasaan konsumsi TTD sebanyak 6 orang (4,5%).

PEMBAHASAN

Teman sebaya adalah individu yang memiliki kedudukan, usia, status, dan pola pikir yang hampir sama. Hubungan teman sebaya merupakan hubungan individu yang melibatkan keakraban yang relative besar dalam kelompoknya. Terpengaruh atau tidaknya seseorang dalam kelompok teman sebaya tergantung pada persepsi individunya terhadap kelompoknya, sebab persepsi individu terhadap kelompok teman sebaya menentukan keputusan yang diambil oleh dirinya sendiri.⁸

Hal ini menunjukkan bahwa teman sebaya juga berfungsi sebagai tempat berkomunikasi sehingga terjadi perubahan perilaku.¹⁰ Teman sebaya memiliki peranan yang penting bagi remaja. Karena teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama setelah keluarga. teman sebaya merupakan tempat yang kondusif bagi perkembangan remaja.¹¹

Teman sebaya sangat mempengaruhi perilaku remaja satu sama lain hal ini terjadi karena perkembangan pada masa remaja lebih sering melibatkan kelompok teman sebaya dibanding orang tua atau keluarga.¹² Remaja lebih banyak melakukan kegiatan diluar rumah seperti kegiatan sekolah, ekstrakurikuler, dan bermain dengan temannya.⁹

Sangat penting bagi guru dan orang tua untuk memberi tahu remaja putri tentang anemia dan tablet tambah darah sehingga mereka dapat berbagi pengetahuan ini dengan teman sebayanya. Jika ini dilakukan, remaja putri akan lebih sering mengonsumsi tablet tambah darah karena termotivasi oleh kebiasaan teman sebayanya.¹³

Siswi yang mendapatkan dukungan yang tinggi dari teman sebaya lebih cenderung untuk memperhatikan kebutuhan gizi mereka serta lebih termotivasi untuk mengonsumsi TTD sesuai anjuran. Sementara itu, siswi yang memiliki dukungan teman sebaya yang rendah kurang menyadari pentingnya mengonsumsi TTD sesuai anjuran.¹⁴

Menurut teori perubahan perilaku Lawrence Green, tiga faktor memengaruhi perilaku kesehatan seseorang: predisposing, enabling, dan reinforcing. Faktor enabling atau penguat (dukungan) adalah salah satu metode awal dalam pendidikan kesehatan untuk mengubah perilaku kesehatan dengan memberikan informasi tentang kesehatan. Akan meningkatkan pengetahuan seseorang dengan memberikan informasi. Selanjutnya, remaja putri akan menjadi sadar dan berperilaku sesuai dengan pengetahuan tersebut.¹⁵

Berdasarkan uji statistic *chi-square* diperoleh nilai $p=0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan antara teman sebaya dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMAN 14 Makassar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan A. Fasya tahun 2023 dimana berdasarkan hasil uji statistic *chi-square* diperoleh nilai $p=0,001 < 0,05$ maka diartikan H_0 ditolak H_a diterima berarti ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMP Negeri 1 Mamuju.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Indri Wulandari tahun 2023 dimana berdasarkan hasil uji statistic *chi-square* diperoleh nilai $p=0,002 < 0,05$ maka diartikan H_0 ditolak H_a

diterima berarti ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMP Negeri 6 Padang

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sri Nurafiaturohmah tahun 2023 dimana berdasarkan hasil uji statistic *chi-square* diperoleh nilai $p=0,024 < 0,05$ maka diartikan H_0 diterima H_a ditolak berarti ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri SMP Negeri 1 Karawang Timur.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMAN 14 Makassar mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri dapat disimpulkan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan antara teman sebaya dengan kebiasaan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 14 Makassar. Diharapkan kepada remaja untuk saling mengajak teman sebayanya untuk meningkatkan minat dalam hal positif, seperti rutin mengkonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran yang telah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Angrainy R, Fitri L, Wulandari V. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet FE Pada Saat Menstruasi Pengan Anemia. *J Endur*. 2019;4(2):343.
2. WHO. Prevalence of anaemia in children aged 6–59 months. Website [Internet]. 2019;12:2021. Available from: <https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imr-details/4801>
3. Aryanti N, Kalsum U, Syah J, Khatimah H. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Nutr Sci Heal Res*. 2023;2(1):1–8.
4. Rahayuningtyas D, Indraswari R, Musthofa SB. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta. *J Kesehat Masy*. 2021;9(3):310–8.
5. Tonasih T, Rahmatika SD, Irawan A. Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) Di STIKes Muhammadiyah Cirebon. *J SMART Kebidanan*. 2019;6(2):106.
6. Jaswadi J. Hubungan Sikap Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMAN 9 Mataram. *JISIP (Jurnal Ilmu Sos dan Pendidikan)*. 2020;4(3):12–5.
7. Syah MNH, Novianti H, Asna AF, Perdana SM. Studi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Dan Asupan Zat Gizi Terkait Anemia Pada Siswa Perempuan Di Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Kota Bekasi, Indonesia. *Media Gizi Mikro Indones*. 2022;13(2):105–16.
8. Iverson BL, Dervan PB. Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. 2020;7823–30.
9. Ilham AFTA, Yusriani Y, Bur N. Dukungan Teman Sebaya Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Wind Public Heal J*. 2023;4(2):267–73.

10. Wijaya AAAR, Widiyasavitri PN. Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap motivasi berprestasi pada remaja awal di Kota Denpasar. *J Psikol Udayana*. 2019;6(02):261.
11. Amir N, Djokosujono K. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur Review. *J Kedokt dan Kesehat*. 2019;15(2):119.
12. Nurafiaturahmah S, Mencegah, Smp DI, Karawang N. 1* , 2 1-2. 2024;6:273–84.
13. Samputri FR, Herdiani N. Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Media Kesehat Masy Indones*. 2022;21(1):69–73.
14. Dinas KS. Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Dinas Kesehat Surakarta*. 2021;(0271):1–6.
15. Sulaeman ES, Murti B, Kunci K. Aplikasi Model PRECEDE-PROCEED Pada Perencanaan Program Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan Berbasis Penilaian Kebutuhan Kesehatan Masyarakat. *J Kedokt Yars* [Internet]. 2019;23(3):149–64. Available from: <http://academicjournal.yarsi.ac.id/ojs-2.4.6/index.php/jurnal-fk-yarsi/article/view/230/166>