

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET
TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW****Kartipani Handina^{1*}, Musafaah², Fujiati³, Meitria Syahadatina Noor⁴
Ermina Istiqomah⁵**¹⁻⁵Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

Email Korespondensi: kartipanihandina14@gmail.com

Disubmit: 25 April 2026 Diterima: 19 Agustus 2026 Diterbitkan: 01 September 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i9.25748>**ABSTRACT**

Anemia among adolescent girls remains an important public health problem because it affects learning capacity, physical fitness, and reproductive health in later life. Iron Supplementation Tablets (Tablet Tambah Darah/TTD) programs have been widely implemented; however, the success of these programs is highly dependent on adherence to tablet consumption. This study aimed to synthesize scientific evidence regarding factors associated with adherence to iron supplementation tablet consumption among adolescent girls. This study was conducted as a systematic literature review using the PRISMA 2020 guidelines and the PECO framework. Literature searching was carried out through Google Scholar, ScienceDirect, and PubMed/PMC for primary research articles published in Indonesian or English between 2021 and 2026. A total of 20 articles met the inclusion criteria and were included in the qualitative synthesis. The review found that the factors most consistently associated with adherence were knowledge of anemia and iron supplementation tablets, understanding of tablet-taking instructions, information exposure, family support, peer support, teacher and health worker support, attitudes and motivation, tablet availability, and the quality of school-based program implementation. The most frequently reported barriers were forgetfulness, unpleasant taste, nausea or side effects, the perception of not needing the tablets, and inadequate reminders or counseling. Intervention studies also showed that digital reminders, app-based education, and strengthened school programs could improve adherence. Improving adherence to iron supplementation tablet consumption among adolescent girls requires a multilevel approach that integrates education, clear instruction communication, social support, tablet availability, and sustainable reminder strategies.

Keywords: Iron Supplementation, Adherence, Adolescent Girls, Anemia.**ABSTRAK**

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang penting karena berdampak pada kapasitas belajar, kebugaran, dan kesehatan reproduksi pada masa mendatang. Program suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) telah diterapkan secara luas, namun keberhasilan program sangat ditentukan oleh kepatuhan konsumsi. Penelitian ini bertujuan menyintesis bukti

ilmiah mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Penelitian disusun secara *systematic literature review* dengan acuan PRISMA 2020 dan kerangka PECO. Penelusuran dilakukan pada Google Scholar, Scencedirect, dan PubMed/PMC terhadap artikel primer berbahasa Indonesia atau Inggris tahun 2021-2026. Sebanyak 20 artikel diinklusi dalam sintesis kualitatif. Hasil review menunjukkan bahwa faktor yang paling konsisten berhubungan dengan kepatuhan adalah pengetahuan tentang anemia dan TTD, pemahaman instruksi minum tablet, paparan informasi, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, dukungan guru/tenaga kesehatan, sikap dan motivasi, ketersediaan tablet, serta kualitas implementasi program sekolah. Hambatan yang paling sering muncul adalah lupa, rasa tidak enak, mual/efek samping, persepsi tidak membutuhkan tablet, dan lemahnya pengingat atau konseling. Studi intervensi menunjukkan bahwa pengingat digital, edukasi berbasis aplikasi, dan penguatan program sekolah dapat meningkatkan kepatuhan. peningkatan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri memerlukan pendekatan multilevel yang menggabungkan edukasi, komunikasi instruksi yang jelas, dukungan sosial, ketersediaan tablet, dan strategi pengingat yang berkelanjutan.

Kata Kunci: Tablet Tambah Darah, Kepatuhan, Remaja Putri, Anemia.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah daripada nilai normal sesuai kelompok umur dan jenis kelamin, dan pada remaja putri kadar Hb normal umumnya berada pada rentang 12-15 g/dL (Kurniati et al., 2025). Pada masa remaja, kebutuhan zat besi meningkat karena pertumbuhan yang cepat, pembentukan massa tubuh, dan mulai terjadinya menstruasi secara teratur, sehingga remaja putri menjadi kelompok yang sangat rentan mengalami anemia defisiensi besi (Kurniati et al., 2025). Kerentanan ini menjadikan anemia pada remaja putri sebagai masalah kesehatan masyarakat yang penting karena dapat berdampak pada kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, penurunan daya tahan tubuh, serta risiko gangguan kesehatan reproduksi pada masa mendatang (Sobari et al., 2023).

Secara global, anemia masih menjadi masalah besar pada

perempuan usia reproduktif dan remaja putri. World Health Organization (2023) melaporkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif usia 15-49 tahun di dunia mencapai sekitar 28% pada tahun 2023. Selain itu, pada tahun 2024 diperkirakan terdapat sekitar 191 juta remaja putri di dunia yang mengalami anemia, sehingga kondisi ini menunjukkan bahwa beban anemia pada kelompok remaja masih sangat tinggi secara internasional. Di kawasan Asia, Indonesia bahkan disebut menempati peringkat ke-8 dari 11 negara dengan jumlah penderita anemia sekitar 7,5 juta orang, yang menunjukkan bahwa anemia masih menjadi tantangan serius di tingkat nasional maupun regional Asia (Kemenkes RI, 2024). Data-data tersebut menegaskan bahwa anemia bukan hanya masalah klinis individual, tetapi telah menjadi persoalan gizi dan kesehatan masyarakat yang

memerlukan intervensi pencegahan yang efektif dan berkelanjutan.

Di Indonesia, masalah anemia pada remaja putri juga masih cukup tinggi dan perlu mendapat perhatian khusus (Kemenkes RI, 2024). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 16,3% pada kelompok usia 5-14 tahun dan 15,5% pada kelompok usia 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2024). Temuan ini menunjukkan bahwa anemia masih dialami oleh proporsi remaja putri yang besar, termasuk pada kelompok usia sekolah dan usia transisi menuju dewasa muda (Kemenkes RI, 2024). Untuk mengatasi masalah tersebut, pemerintah Indonesia telah menjalankan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) secara masif sejak tahun 2014 berdasarkan Permenkes Nomor 88 Tahun 2014, dengan anjuran konsumsi satu tablet per minggu dan satu tablet per hari selama menstruasi sesuai kebijakan program yang berlaku (Kemenkes RI, 2024). Namun demikian, tantangan utama program TTD tidak hanya terletak pada distribusi tablet, tetapi juga pada apakah tablet tersebut benar-benar dikonsumsi secara teratur oleh remaja putri sesuai anjuran.

Permasalahan tersebut terlihat dari capaian program di Indonesia yang menunjukkan bahwa cakupan pemberian TTD memang meningkat, tetapi konsumsi aktual dan kepatuhan remaja putri masih belum optimal. Data nasional menunjukkan bahwa cakupan pemberian TTD pada remaja putri di Indonesia sebesar 50,0% pada tahun 2022 dan meningkat menjadi 78,9% pada tahun 2023, tetapi berdasarkan SKI 2023 remaja putri yang benar-benar mendapatkan TTD tercatat sebesar 45,2% (Kemenkes

RI, 2024). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa distribusi tablet tidak selalu sejalan dengan kepatuhan konsumsi, karena dalam program Weekly Iron Folic Acid Supplementation (WIFAS) di beberapa wilayah Indonesia hanya sekitar 9-18% remaja putri yang melaporkan telah mengonsumsi setidaknya satu tablet dalam enam bulan terakhir meskipun tablet telah dibagikan (Alfiah et al., 2020). Studi lain juga menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan, motivasi, dan dukungan lingkungan menyebabkan sebagian besar remaja putri tidak patuh mengonsumsi TTD secara rutin walaupun telah menerima tablet tersebut (Helmyati et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa keberhasilan program TTD tidak dapat dinilai hanya dari cakupan distribusi, tetapi harus dilihat dari kepatuhan konsumsi remaja putri sebagai sasaran utama program (Sobari et al., 2023).

Pada tingkat regional, masalah anemia pada remaja putri juga tampak nyata di Kalimantan Tengah. Data Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah menunjukkan bahwa pada tahun 2022 terdapat 30,8% remaja putri yang menderita anemia, dan angka tersebut meningkat menjadi 35,1% pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah, 2024). Angka tersebut memperlihatkan bahwa beban anemia pada remaja putri di Kalimantan Tengah tidak hanya tinggi, tetapi juga menunjukkan kecenderungan peningkatan dari tahun ke tahun. Dengan demikian, konteks regional Kalimantan menjadi sangat penting untuk dibahas dalam pendahuluan karena memperlihatkan bahwa masalah anemia pada remaja putri masih menjadi isu kesehatan yang mendesak di tingkat daerah.

Kabupaten Barito Timur termasuk salah satu wilayah dengan masalah anemia remaja putri yang cukup menonjol di Kalimantan Tengah. Kabupaten Barito Timur dilaporkan sebagai salah satu kabupaten dengan angka kejadian anemia remaja putri tertinggi ketiga di Kalimantan Tengah, dan angkanya terus meningkat setiap tahun. Data menunjukkan bahwa angka kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Barito Timur sebesar 4,8% pada tahun 2022, meningkat menjadi 7,1% pada tahun 2023, dan kembali naik menjadi 8,4% pada tahun 2024 (Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah, 2025). Peningkatan ini menunjukkan bahwa persoalan anemia pada remaja putri di wilayah tersebut belum tertangani secara optimal dan membutuhkan penguatan program pencegahan yang lebih efektif, termasuk pada aspek kepatuhan konsumsi TTD.

Hasil rekapan pemeriksaan anemia remaja putri di tingkat SMP dan SMA di Kabupaten Barito Timur tahun 2024 menunjukkan bahwa wilayah kerja Puskesmas Unsum menempati urutan ketiga tertinggi dengan prevalensi sebesar 8,1% (Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah, 2025). Puskesmas Unsum Kecamatan Raren Batuah memberikan pelayanan kesehatan kepada tujuh institusi pendidikan tingkat SMP dan SMA di wilayah kerjanya, yang terdiri atas empat sekolah tingkat SMP dan tiga sekolah tingkat SMA atau sederajat. Berdasarkan hasil rekapan pemeriksaan anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Unsum, SMAN 1 Raren Batuah dan SMKN 1 Raren Batuah merupakan sekolah dengan kasus anemia tertinggi pada remaja putri, masing-masing sebesar 4,8% dan 5,4%. Data ini memperlihatkan bahwa masalah

anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Unsum bersifat nyata, terlokalisasi, dan relevan untuk diteliti lebih lanjut, khususnya dalam kaitannya dengan pelaksanaan program TTD di sekolah.

Pemberian Tablet Tambah Darah merupakan salah satu intervensi yang efektif untuk mencegah dan menanggulangi anemia pada remaja putri apabila dikonsumsi sesuai aturan (Sobari et al., 2023). Secara konseptual, anemia pada remaja putri banyak dipicu oleh defisit zat besi akibat kehilangan darah saat menstruasi dan asupan zat besi yang tidak memadai, sehingga suplementasi Fe-folat melalui TTD diharapkan dapat memperbaiki cadangan besi dan kadar hemoglobin (Sobari et al., 2023). Namun, efektivitas program TTD tidak hanya ditentukan oleh cakupan distribusi tablet, melainkan sangat bergantung pada kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet sesuai dosis dan tata cara yang dianjurkan (Sobari et al., 2023). Kepatuhan konsumsi TTD menjadi isu sentral karena tanpa konsumsi yang konsisten, tablet yang telah dibagikan tidak akan memberikan efek fisiologis yang optimal dalam menurunkan kejadian anemia (Sobari et al., 2023; Alfiah et al., 2020).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri masih rendah dan dipengaruhi oleh banyak faktor, baik faktor individu, sosial, maupun program. Di SMPN 22 Semarang, proporsi remaja putri yang patuh mengonsumsi TTD masih rendah dan dipengaruhi oleh pengetahuan serta dukungan orang tua dan tenaga kesehatan (Nurjanah & Azinar, 2023). Penelitian pada siswi SMK Batik 2 Surakarta juga

menunjukkan bahwa walaupun TTD telah diberikan melalui sekolah, tingkat kepatuhan konsumsi masih rendah dan proporsi siswi yang mengalami anemia tergolong tinggi, yaitu sebanyak 26 orang atau 46,7% (Septiani & Setiyaningrum, 2023). Thifal et al. (2023) juga menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD dipengaruhi oleh akses informasi, penerimaan atau ketersediaan tablet, pemeriksaan hemoglobin, serta pemanfaatan media atau aplikasi pendukung program suplementasi zat besi pada remaja putri. Damayanti et al. (2025) dan Hidayanty et al. (2025) menegaskan bahwa motivasi pribadi dan dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk perilaku patuh, karena remaja cenderung lebih mudah mengikuti kebiasaan yang didukung oleh lingkungan sosial terdekatnya. Ketidakepatuhan sering disebabkan oleh lupa minum tablet, rasa tidak enak, bau tablet, takut efek samping, serta anggapan bahwa TTD tidak terlalu diperlukan ketika remaja merasa dirinya sehat (Maheswari et al., 2024).

Di sisi lain, studi intervensi Laurence et al. (2025) dan Pasamba et al. (2026) menunjukkan bahwa edukasi yang berulang dan pengingat berbasis media digital, seperti WhatsApp reminder atau aplikasi edukasi kesehatan, dapat meningkatkan pengetahuan sekaligus memperbaiki kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Secara umum, temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD dipengaruhi oleh pengetahuan, pemahaman terhadap instruksi, akses terhadap sumber daya kesehatan, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, dukungan tenaga kesehatan, serta kualitas pelaksanaan program di

sekolah dan layanan kesehatan. Oleh karena itu, penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri sangat penting dilakukan, terutama pada wilayah dengan beban anemia yang masih tinggi seperti wilayah kerja Puskesmas Unsum, agar intervensi yang dikembangkan dapat lebih tepat sasaran.

KAJIAN PUSTAKA

Anemia pada Remaja Putri

Anemia adalah kondisi kadar hemoglobin (Hb) darah rendah. Perempuan usia subur, termasuk remaja putri, rentan mengalami anemia defisiensi besi akibat pertumbuhan cepat dan menstruasi bulanan (Sobari et al., 2023). Anemia remaja berdampak buruk: penurunan energi, gangguan belajar, dan risiko kesehatan reproduksi di masa depan. Menurut WHO (2025), sekitar 30,7% wanita usia 15-49 tahun global menderita anemia. WHO menyoroti perlunya intervensi gizi mikronutrien untuk memutus siklus anemia pada wanita muda.

Tablet Tambah Darah (TTD)

TTD atau suplementasi zat besi-asam folat mingguan (WIFAS) merupakan kebijakan nasional penanggulangan anemia remaja (Kemenkes RI, 2018). Program ini menargetkan remaja putri konsumsi TTD minimal 90 tablet setahun. Pedoman Kemenkes menjelaskan dosis (60 mg Fe + 0,4 mg folat) dan interval pemberian (mingguan). Keberhasilan program ini bergantung pada kepatuhan remaja minum tablet secara kontinu. Hasil studi di beberapa negara menyatakan pemberian WIFAS efektif menurunkan prevalensi anemia bila kepatuhan baik. Misalnya, studi di Sekolah Sierra Leone menunjukkan

peningkatan HB signifikan setelah distribusi WIFAS yang dipadukan edukasi gizi (Gosdin et al., 2021). Namun meski sarana TTD tersedia di sekolah-sekolah, Alfiah et al. (2020) dan Helmyati et al. (2024) menemukan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja masih rendah. Kebijakan pemerintah seperti sosialisasi guru dan tenaga kesehatan penting mendukung program ini.

Kepatuhan Konsumsi TTD

Kepatuhan adalah tingkatan konsisten pasien mengikuti rekomendasi pengobatan atau suplemen. Dalam konteks TTD, kepatuhan berarti minum tablet besi-asam folat sesuai jadwal tanpa terputus. Studi Runiari dan Hartati (2020) mendefinisikan kepatuhan sebagai konsumsi $\geq 75\%$ tablet yang disediakan selama periode program. Kepatuhan tergantung pada faktor predisposisi, enabling, dan reinforcing. Sari dan Safriana (2023) menegaskan bahwa kepatuhan diukur dari jumlah tablet yang benar-benar dikonsumsi terhadap jumlah tablet yang seharusnya. Tingkat kepatuhan yang tinggi diperlukan agar suplementasi efektif mencegah anemia. Faktor-faktor yang umum diidentifikasi berpengaruh termasuk pengetahuan, sikap, dukungan sosial, motivasi pribadi, serta kualitas pelaksanaan program (Runiari & Hartati, 2020; Sari & Safriana, 2023).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain systematic literature review dengan sintesis naratif-tematik. Pelaporan proses review mengacu pada PRISMA 2020, sedangkan perumusan pertanyaan kajian mengikuti kerangka PECO. *Population* pada review ini adalah

remaja putri atau siswi sekolah menengah pertama/atas dan sederajat. *Exposure* mencakup faktor-faktor yang diduga berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD, meliputi pemahaman instruksi, pengetahuan, sikap, motivasi, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, dukungan guru atau tenaga kesehatan, paparan informasi, akses/ketersediaan tablet, serta intervensi pengingat digital. *Comparison* dinyatakan sebagai paparan tinggi vs rendah atau dukungan baik vs kurang, sesuai definisi pada masing-masing studi. *Outcome* utama adalah kepatuhan atau *adherence/compliance* terhadap konsumsi TTD.

Pencarian literatur dilakukan pada April 2026 melalui Google Scholar, Scencedirect, dan PubMed/PMC. Kata kunci yang digunakan disusun secara kombinatorial, misalnya: (“tablet tambah darah” OR “iron folic acid”) AND (adolescent girls OR female students OR remaja putri) AND (adherence OR compliance OR kepatuhan) AND (knowledge OR family support OR peer support OR health worker support OR teacher support OR motivation OR information exposure). Kriteria inklusi meliputi: (1) studi primer kuantitatif, kualitatif, *mixed-method*, atau intervensi; (2) terbit tahun 2021-2026; (3) berbahasa Indonesia atau Inggris; (4) melibatkan remaja putri atau siswi sebagai populasi utama; (5) menilai kepatuhan konsumsi TTD atau perilaku konsumsi tablet zat besi yang setara; dan (6) memiliki full text atau halaman artikel yang dapat diakses. Kriteria eksklusi meliputi review non-sistematis, editorial, opini, artikel tanpa akses full text yang dapat dilacak, dan studi yang

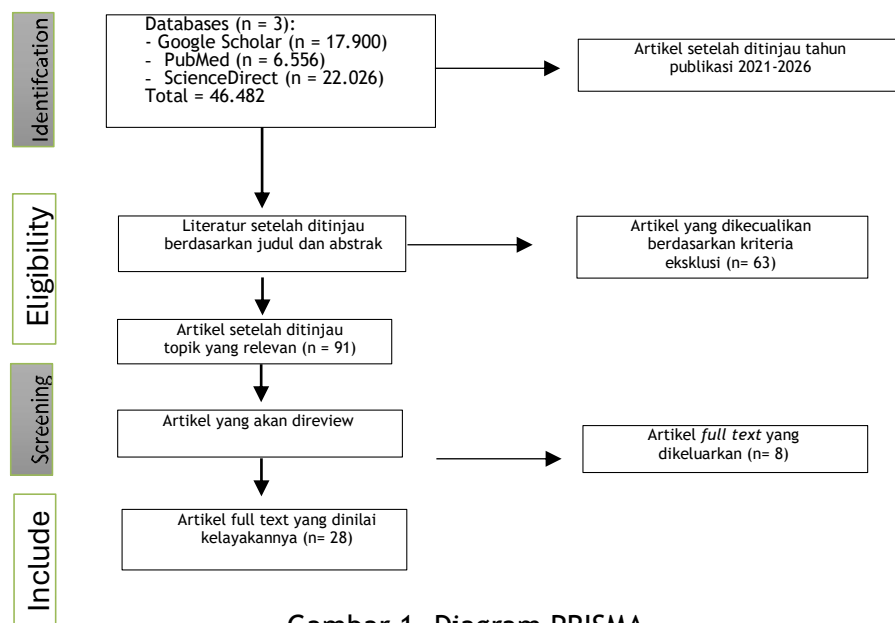
berfokus pada ibu hamil atau populasi di luar remaja putri.

Ekstraksi data dilakukan terhadap penulis dan tahun, lokasi, desain penelitian, faktor yang diteliti, hasil utama, serta tautan artikel. Karena tujuan utama review ini adalah penyusunan draf SLR tesis,

penilaian risiko bias mendalam belum dilakukan dengan alat appraisal khusus, oleh karena itu, temuan perlu dibaca sebagai sintesis bukti yang menekankan pola asosiasi, bukan kepastian hubungan kausal.

HASIL PENELITIAN

Alur pemilihan artikel ilmiah menggunakan diagram PRISMA sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram PRISMA

Hasil pencarian awal tanpa pembatasan tahun menghasilkan 46.482 artikel dari tiga basis data, yaitu Google Scholar (17.900), PubMed (6.556), dan ScienceDirect (22.026). Setelah dilakukan peninjauan berdasarkan tahun publikasi 2021-2026, diperoleh 91 artikel, yang terdiri atas Google Scholar (24), PubMed (9), dan ScienceDirect (58). Selanjutnya, artikel ditinjau berdasarkan topik yang relevan, dengan jumlah tetap 91 artikel. Pada tahap ini tidak ditemukan duplikasi judul artikel,

sehingga jumlah artikel yang tersisa tetap 91 artikel. Setelah dilakukan penelaahan berdasarkan judul dan abstrak, diperoleh 28 artikel untuk dinilai dalam bentuk full text, sedangkan 63 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria eksklusi. Selanjutnya, sebanyak 28 artikel full text dinilai kelayakannya, dan 8 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi. Dengan demikian, sebanyak 20 artikel memenuhi syarat dan dimasukkan ke dalam sintesis kualitatif atau direview lebih lanjut.

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Komponen	Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Jenis publikasi	Studi primer kuantitatif, kualitatif, mixed-method, atau intervensi	Review, editorial, komentar, opini
Tahun	2021-2026	Sebelum 2021
Bahasa	Indonesia atau Inggris	Bahasa lain tanpa akses teks yang memadai
Populasi	Remaja putri/siswi sekolah	Ibu hamil atau populasi nonremaja
Outcome	Kepatuhan konsumsi	Outcome tidak terkait kepatuhan konsumsi
Akses artikel	Full text atau halaman artikel dapat dilacak	Tidak tersedia/terverifikasi

Proses pencarian literatur pada Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect menghasilkan 46.482 rekaman awal. Setelah dilakukan peninjauan berdasarkan tahun publikasi 2021-2026, diperoleh 91 artikel. Pada tahap ini, tidak ditemukan artikel duplikat, sehingga jumlah artikel tetap 91. Selanjutnya, artikel disaring berdasarkan judul dan abstrak, dan sebanyak 63 artikel dikeluarkan

karena tidak relevan dengan topik, populasi, atau variabel penelitian. Dengan demikian, 28 artikel ditelaah dalam bentuk full text. Pada tahap penilaian kelayakan, sebanyak 8 artikel dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria inklusi, seperti topik yang tidak sesuai, variabel yang tidak relevan, atau ketidaksesuaian dengan tujuan penelitian.

Tabel 2. Hasil Seleksi Artikel per Database

No	Database	Teridentifikasi (n)	Dieksklusi awal	Dinilai full text	Diinklusi akhir
1	Google Scholar	17.900	24	9	7
2	PubMed	6.556	9	5	4
3	ScienceDirect	22.026	58	14	9
Total		46.482	91	28	20

Sebanyak 20 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dimasukkan ke dalam sintesis kualitatif. Mayoritas artikel menggunakan desain *cross-sectional*, dengan sebagian kecil studi *mixed-method*, kualitatif, *quasi-experimental*, intervensi digital, dan *prospective cohort*. Secara geografis, sebagian besar bukti berasal dari Indonesia, sementara studi pembandingan berasal dari Ghana, Ethiopia, dan India.

Pola temuan menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri bersifat multikausal. Faktor yang paling konsisten berhubungan dengan kepatuhan adalah pengetahuan tentang anemia dan manfaat TTD, pemahaman instruksi minum tablet, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, dukungan guru/tenaga kesehatan, paparan informasi, motivasi, dan ketersediaan tablet.

Selain itu, studi-studi yang menilai pengingat digital atau aplikasi menunjukkan bahwa strategi

teknologi dapat menjadi penguat kepatuhan yang menjanjikan.

Tabel 3. Karakteristik 20 Studi Yang Diinklusi

N o	Penulis (Tahun)	Lokasi/Des ain	Desain	Faktor utama	Temuan ringkas
1	Runiari & Hartati (2020)	Indonesia (Denpasar)	<i>Cross- sectional</i>	Pengetahuan	Pengetahuan berhubungan signifikan dengan kepatuhan minum TTD; mayoritas kepatuhan masih rendah/sedang.
2	Nurjana h & Azinar (2023)	Indonesia	<i>Cross- sectional</i>	Pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, dukungan guru, dukungan tenaga kesehatan	Pengetahuan menjadi faktor paling dominan; dukungan orang tua, guru, dan tenaga kesehatan juga berhubungan dengan kepatuhan.
3	Nurdin et al. (2024)	Indonesia (Pangkep)	<i>Cross- sectional</i>	Pengetahuan, sikap	Pengetahuan dan sikap berhubungan signifikan dengan kepatuhan konsumsi TTD.
4	Nurhayani et al. (2024)	Indonesia (Lahat)	<i>Cross- sectional</i>	Pengetahuan, sikap, paparan informasi, ketersediaan tablet	Paparan informasi, pengetahuan, sikap, dan ketersediaan tablet berhubungan dengan kepatuhan.

5	Nasir et al. (2024)	Indonesia (Turikale)	<i>Cross-sectional</i>	Pengetahuan anemia	Pengetahuan anemia berhubungan signifikan dengan kepatuhan mengonsumsi TTD.
6	Thifal et al. (2023)	Indonesia (Kalimantan Timur)	<i>Cross-sectional</i>	Tempat tinggal, cek Hb, akses informasi, penerimaan tablet, pengetahuan, aplikasi CERIA	Kepatuhan lebih baik pada siswi yang lebih mudah memperoleh tablet, melakukan cek Hb, memiliki pengetahuan baik, dan menggunakan aplikasi CERIA.
7	Jayanti & Anggraeni (2025)	Indonesia (Jakarta)	<i>Cross-sectional</i>	Dukungan sosial	Dukungan sosial multi-level menjadi penguat penting kepatuhan konsumsi tablet Fe/TTD pada siswi.
8	Damayanti et al. (2025)	Indonesia (Bogor)	<i>Cross-sectional</i>	Motivasi, dukungan teman sebaya, faktor sosial lainnya	Motivasi merupakan faktor dominan, sedangkan dukungan teman sebaya berperan protektif terhadap ketidakpatuhan.
9	Anggraeni et al. (2025)	Indonesia	<i>Cross-sectional</i>	Pengetahuan, peran tenaga kesehatan	Pengetahuan berhubungan dengan perilaku

					konsumsi TTD, dan peran tenaga kesehatan muncul sebagai faktor dominan.
10	Lubis et al. (2025)	Indonesia (Cileungsi)	<i>Cross-sectional</i>	Pengetahuan, sikap, paparan media, dukungan teman, orang tua, tenaga kesehatan, guru	Konsumsi TTD dipengaruhi secara multilevel oleh faktor individu, media, dan dukungan lingkungan sekolah-keluarga.
11	Alfiah et al. (2020)	Indonesia (Jawa Timur dan NTT)	<i>Cross-sectional</i>	Cakupan distribusi dan kepatuhan program WIFAS	Cakupan penerimaan tablet dan kepatuhan konsumsi WIFAS masih sangat rendah; lupa, merasa tidak perlu, dan takut efek samping menjadi alasan utama.
12	Hidayan et al. (2025)	Indonesia (Makassar dan Padang)	Pilot kualitatif	Hambatan enabler dan	Hambatan yang dominan meliputi rasa tidak enak, efek samping, lupa, persepsi risiko rendah, dan penguatan yang lemah; enabler mencakup edukasi

						jelas, dukungan sosial, dan pengingat.
1 3	Pasamb a et al. (2025)	Indonesia (Maluku)	Intervensi digital	Intervensi Jaga Diri	digital	Intervensi digital berbasis edukasi berhasil meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi WIFAS.
1 4	Laurenc e et al. (2025)	Indonesia (Maluku)	<i>Quasi-experimental</i>	Pengingat WhatsApp		Pesan pengingat WhatsApp efektif meningkatkan pengetahuan, proporsi konsumsi tablet, dan kadar Hb dibanding kelompok kontrol.
1 5	Titaley et al. (2026)	Indonesia (Ambon); <i>cross-sectional</i>	<i>Cross-sectional</i>	Kesadaran dan kesadaran IFA	anemia	Prevalensi anemia dan ketidakpatuhan masih tinggi; kepatuhan meningkat pada siswi dengan kesadaran tinggi terhadap IFA, sehingga penguatan program sekolah dan orang tua diperlukan.
1 6	Gosdin et al. (2021)	Ghana	<i>Prospective cohort</i>	Program berbasis WIFA	sekolah	Program sekolah mingguan

					efektif menurunkan anemia dan menunjukkan pentingnya implementasi program yang konsisten.
17	Haile et al. (2024)	Ethiopia; school-based <i>cross-sectional</i>	<i>Cross-sectional</i>	Determinan kepatuhan IFAS	Studi ini menegaskan bahwa kepatuhan dalam konteks sekolah dipengaruhi oleh kombinasi faktor individu, pengetahuan, dan dukungan program.
18	Maheswari et al. (2024)	India	<i>Mixed-method</i>	Pengetahuan, efek samping, konseling	Ketidaktahuan dampak anemia, takut efek samping, pengalaman tidak nyaman, dan konseling yang tidak memadai menurunkan kepatuhan.
19	Bali & Alok (2022)	India	<i>Cross-sectional</i>	Pengetahuan/awareness program WIFS	Kurangnya pengetahuan tentang skema WIFS menjadi faktor penting di balik utilisasi yang rendah dan kepatuhan yang tidak optimal.

20	Tando et al. (2024)	Indonesia (Ambon)	Cross-sectional	Pengetahuan aturan minum IFA, riwayat cacingan, konteks stunting locus	Kepatuhan sangat rendah; pengetahuan tentang aturan minum IFA meningkatkan peluang kepatuhan.
----	---------------------	-------------------	-----------------	--	---

Sebanyak 20 artikel yang diinklusi menunjukkan bahwa penelitian tentang kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri masih didominasi oleh desain *cross-sectional*, terutama pada studi-studi di Indonesia yang menilai pengetahuan, sikap, dukungan sosial, dan faktor program sebagai penentu kepatuhan (Runiari & Hartati, 2020; Nurjanah & Azinar, 2023; Nurdin et al., 2024; Nasir et al., 2024; Thifal et al., 2023). Studi pembandingan dari luar Indonesia juga memperlihatkan pola yang serupa, yaitu kepatuhan dipengaruhi oleh kombinasi faktor individu, keluarga,

Sintesis Hasil Berdasarkan Variabel Pengetahuan dan Pemahaman Instruksi

Pengetahuan merupakan faktor yang paling konsisten dan dominan berhubungan dengan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Berbagai studi menunjukkan bahwa remaja yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia, manfaat TTD, serta konsekuensi jika tidak mengonsumsi tablet secara teratur cenderung memiliki perilaku kepatuhan yang lebih tinggi dibandingkan remaja dengan tingkat pengetahuan yang rendah (Runiari & Hartati, 2020; Nurjanah & Azinar, 2023; Nurdin et al., 2024; Nasir et al., 2024). Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan

sekolah, dan program suplementasi yang dijalankan secara rutin (Haile et al., 2024). Selain studi observasional, literatur yang diinklusi juga memuat studi kualitatif, *mixed-method*, kohort prospektif, *quasi-experimental*, dan intervensi digital, sehingga sintesis hasil tidak hanya menggambarkan faktor yang berhubungan dengan kepatuhan, tetapi juga memperlihatkan mekanisme hambatan dan peluang intervensi untuk meningkatkannya (Hidayanty et al., 2025; Maheswari et al., 2024; Gosdin et al., 2021; Laurence et al., 2025; Pasamba et al., 2026). merupakan faktor predisposisi yang mendasari terbentuknya perilaku kesehatan seseorang.

Namun demikian, hasil sintesis menunjukkan bahwa pengetahuan tidak berdiri sendiri sebagai satu-satunya faktor penentu kepatuhan. Pada beberapa studi, pengetahuan yang baik baru memberikan dampak signifikan terhadap kepatuhan apabila disertai dengan pemahaman yang memadai mengenai aturan konsumsi TTD, termasuk waktu minum, frekuensi, cara mengatasi efek samping, serta tujuan program secara keseluruhan (Thifal et al., 2023; Maheswari et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara mengetahui dan memahami secara aplikatif.

Selain itu, Sumardilah et al. (2025) studi berbasis *Theory of Planned Behavior* juga menunjukkan

bahwa perilaku kepatuhan konsumsi TTD dipengaruhi oleh sikap individu terhadap perilaku tersebut, norma subjektif yang berkembang di lingkungan sosial, serta persepsi kontrol diri terhadap kemampuan untuk melaksanakan perilaku tersebut. Dengan demikian, pengetahuan perlu diintegrasikan dengan pendekatan edukasi yang kontekstual, aplikatif, dan berulang agar mampu mendorong perubahan perilaku yang nyata.

Implikasi dari temuan ini adalah bahwa intervensi edukasi tidak cukup hanya memberikan informasi satu arah, tetapi harus mencakup penjelasan yang jelas, demonstrasi cara konsumsi, serta penguatan pesan secara berkala agar remaja putri benar-benar memahami dan menerapkan perilaku konsumsi TTD secara konsisten.

Dukungan Keluarga, Teman Sebaya, Guru, dan Tenaga Kesehatan

Faktor dukungan sosial muncul sebagai tema besar kedua yang secara konsisten berhubungan dengan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Dukungan ini meliputi dukungan dari orang tua, teman sebaya, guru, serta tenaga kesehatan yang berperan sebagai penguat (*reinforcing factor*) dalam perilaku kesehatan (Nurjanah & Azinar, 2023; Damayanti et al., 2025; Anggraeni et al., 2025).

Dukungan keluarga, khususnya orang tua, berperan dalam memberikan izin, dorongan, serta pengawasan terhadap perilaku konsumsi TTD. Remaja putri yang mendapatkan dukungan dari orang tua cenderung memiliki keyakinan yang lebih tinggi terhadap keamanan dan manfaat TTD, sehingga lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tersebut (Nurjanah & Azinar, 2023; Anggraeni et al., 2025).

Dukungan teman sebaya juga memiliki pengaruh yang sangat signifikan, mengingat pada masa remaja, individu cenderung lebih dipengaruhi oleh kelompok sebayanya. Remaja putri lebih mudah mengikuti perilaku yang dianggap normal dalam kelompoknya, sehingga keberadaan teman yang patuh mengonsumsi TTD dapat menjadi model perilaku sekaligus pengingat bagi remaja lainnya (Damayanti et al., 2025; Hidayanty et al., 2025). Bahkan dalam beberapa studi, pengaruh teman sebaya ditemukan lebih kuat dibandingkan faktor pengetahuan formal.

Selain itu, guru dan tenaga kesehatan memiliki peran penting sebagai sumber informasi yang kredibel dan fasilitator program. Kehadiran guru dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi, pengawasan, serta penguatan pesan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman dan kepatuhan remaja terhadap program TTD (Nurjanah & Azinar, 2023; Anggraeni et al., 2025).

Dengan demikian, kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri tidak dapat dipandang sebagai perilaku individual semata, tetapi merupakan hasil interaksi antara individu dan lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, strategi intervensi perlu melibatkan keluarga, sekolah, dan komunitas secara aktif.

Faktor Pemungkin: Akses Tablet, Informasi, dan Kualitas Implementasi Program

Selain faktor predisposisi dan penguat, kepatuhan konsumsi TTD juga sangat dipengaruhi oleh faktor pemungkin (*enabling factors*), yaitu faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi seseorang untuk melakukan suatu perilaku. Faktor ini meliputi ketersediaan tablet, akses

informasi, kemudahan memperoleh layanan kesehatan, pemeriksaan hemoglobin (Hb), serta kualitas implementasi program di sekolah dan fasilitas kesehatan (Thifal et al., 2023; Haile et al., 2024; Gosdin et al., 2021).

Studi Thifal et al.(2023) di Kalimantan Timur menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki akses yang lebih baik terhadap informasi, kemudahan memperoleh tablet, serta keterlibatan dalam pemeriksaan Hb memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku kepatuhan tidak hanya bergantung pada niat individu, tetapi juga pada ketersediaan sarana dan prasarana yang mendukung.

Studi Haile et al. (2024) di Ethiopia juga menunjukkan bahwa kepatuhan dalam konteks sekolah sangat dipengaruhi oleh bagaimana program TTD diimplementasikan, termasuk konsistensi distribusi tablet, keteraturan pemberian, serta mekanisme pengawasan. Sementara itu, studi kohort di Ghana menunjukkan bahwa program sekolah yang dijalankan secara sistematis dan berkelanjutan mampu menurunkan prevalensi anemia, sehingga kualitas implementasi program menjadi faktor kunci dalam keberhasilan intervensi (Gosdin et al., 2021).

Di Indonesia, studi Alfiah et al. (2020) menunjukkan bahwa meskipun cakupan distribusi TTD cukup tinggi, kepatuhan konsumsi masih rendah karena distribusi tidak selalu diikuti dengan edukasi dan pengawasan yang memadai. Hal ini menegaskan bahwa keberhasilan program tidak hanya diukur dari distribusi, tetapi juga dari konsumsi aktual. Dengan demikian, kepatuhan konsumsi TTD harus dipahami sebagai hasil dari interaksi antara individu dan sistem program.

Program yang tidak berjalan konsisten, tidak menyediakan tablet secara kontinu, atau tidak memberikan edukasi yang cukup akan berdampak pada rendahnya kepatuhan.

Hambatan yang Sering Muncul

Sintesis hasil menunjukkan bahwa terdapat berbagai hambatan yang secara konsisten muncul dalam hampir semua studi yang ditinjau. Hambatan tersebut meliputi faktor kognitif, pengalaman fisik, serta faktor sosial dan programatik. Hambatan yang paling sering dilaporkan adalah lupa mengonsumsi tablet, rasa tidak enak, bau tablet yang menyengat, mual, serta kekhawatiran terhadap efek samping (Hidayanty et al., 2025; Maheswari et al., 2024; Bali & Alok, 2022). Selain itu, beberapa remaja juga memiliki persepsi bahwa mereka tidak membutuhkan TTD karena merasa sehat, sehingga tidak melihat urgensi untuk mengonsumsi tablet secara rutin.

Studi kualitatif di Indonesia menunjukkan bahwa mitos dan kepercayaan yang salah juga menjadi hambatan, seperti anggapan bahwa TTD dapat meningkatkan volume darah menstruasi atau menyebabkan efek negatif lainnya (Hidayanty et al., 2025). Selain itu, kurangnya konseling dan edukasi yang memadai juga menyebabkan remaja tidak memahami cara mengatasi efek samping yang muncul. Studi di India juga menegaskan bahwa ketidakpatuhan diperparah oleh kurangnya pemahaman tentang dampak anemia, ketakutan terhadap efek samping, serta kurangnya komunikasi antara tenaga kesehatan dan remaja (Maheswari et al., 2024). Dengan demikian, hambatan kepatuhan tidak hanya bersifat individual, tetapi merupakan hasil

interaksi antara faktor kognitif, pengalaman fisik, serta dukungan sosial dan program yang belum optimal. Oleh karena itu, intervensi harus mampu menjawab semua aspek tersebut secara komprehensif.

5. Peluang Intervensi Digital

Intervensi dalam sintesis hasil juga muncul dalam beberapa penelitian yaitu peluang penggunaan teknologi digital sebagai strategi inovatif untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Studi *quasi-experimental* di Maluku menunjukkan bahwa penggunaan pengingat berbasis WhatsApp dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol (Laurence et al., 2025). Pengingat digital membantu mengatasi masalah lupa yang merupakan salah satu hambatan utama dalam kepatuhan. Selain itu, intervensi berbasis aplikasi seperti

“Jaga Diri” juga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja terhadap konsumsi TTD (Pasamba et al., 2026). Aplikasi ini memberikan edukasi yang interaktif, pengingat rutin, serta monitoring perilaku konsumsi.

Penggunaan teknologi digital menjadi sangat relevan karena remaja merupakan kelompok yang sangat akrab dengan teknologi dan media sosial. Oleh karena itu, intervensi berbasis digital memiliki potensi besar untuk menjangkau remaja secara lebih efektif dibandingkan metode konvensional. Dengan demikian, integrasi teknologi digital dalam program TTD dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kepatuhan, terutama dalam mengatasi hambatan lupa, meningkatkan motivasi, serta memperkuat edukasi secara berkelanjutan.

PEMBAHASAN

Hasil *review* ini menegaskan bahwa pengetahuan dan pemahaman instruksi merupakan fondasi utama kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Temuan tersebut menunjukkan bahwa remaja tidak cukup hanya mengetahui bahwa TTD “baik untuk kesehatan”, tetapi perlu memahami secara konkret mengapa tablet harus diminum, kapan waktu yang tepat untuk mengonsumsinya, bagaimana cara mengurangi rasa mual, dan apa manfaat jangka pendek maupun jangka panjang dari kepatuhan tersebut (Maheswari et al., 2024; Thifal et al., 2023). Dalam kerangka perilaku, situasi ini dapat dijelaskan karena pengetahuan membentuk keyakinan awal, sedangkan pemahaman instruksi memperkuat *perceived behavioral control* atau

rasa mampu menjalankan perilaku yang dianjurkan (Sumardilah et al., 2025).

Review ini juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga, teman sebaya, guru, dan tenaga kesehatan tidak dapat diposisikan sebagai faktor pelengkap semata, melainkan sebagai determinan penting yang menguatkan atau melemahkan kepatuhan remaja putri terhadap TTD. Dalam fase remaja, keputusan kesehatan sangat dipengaruhi oleh norma sosial dan dukungan dari lingkungan terdekat, sehingga perilaku minum TTD akan lebih mudah terbentuk bila remaja memperoleh persetujuan, pengawasan, dan dorongan dari figur yang dianggap penting (Sumardilah et al., 2025; Hidayanty et al., 2025). Dukungan keluarga penting karena

orang tua dapat memperkuat keyakinan bahwa TTD aman dan perlu dikonsumsi, sedangkan dukungan teman sebaya penting karena teman berfungsi sebagai pengingat dan model perilaku yang dianggap wajar di kelompoknya (Damayanti et al., 2025; Hidayanty et al., 2025). Peran guru dan tenaga kesehatan juga sangat penting karena kedua aktor ini berada pada posisi strategis untuk menyampaikan instruksi yang benar, melakukan supervisi rutin, dan mengoreksi misinformation yang beredar di kalangan siswi (Nurjanah & Azinar, 2023; Anggraeni et al., 2025).

Temuan *review* ini selanjutnya memperlihatkan bahwa kepatuhan TTD tidak bisa dilepaskan dari kualitas implementasi program di sekolah dan layanan kesehatan (Thifal et al., 2023; Haile et al., 2024; Gosdin et al., 2021). Remaja yang memiliki pengetahuan baik tetap dapat menjadi tidak patuh apabila tablet tidak tersedia secara konsisten, distribusi tidak teratur, tidak ada pemantauan, atau informasi yang diberikan tidak jelas dan tidak berulang (Thifal et al., 2023; Hidayanty et al., 2025). Artinya, ketidakpatuhan bukan semata-mata masalah “kemauan individu”, tetapi juga cerminan dari apakah sistem program telah memudahkan remaja untuk patuh melalui jadwal tetap, pemantauan, konseling, dan penguatan pesan yang sederhana (Haile et al., 2024; Gosdin et al., 2021). Implikasi praktis dari temuan ini adalah bahwa hasil analisis tesis Anda nantinya perlu dibaca dalam konteks sekolah dan puskesmas, sehingga hubungan antarvariabel tidak hanya dijelaskan dari sisi perilaku remaja, tetapi juga dari sisi kesiapan lingkungan untuk mendukung perilaku tersebut.

Hambatan kepatuhan perlu dimaknai secara lebih luas daripada

sekadar “lupa minum tablet”. Lupa memang sering muncul sebagai alasan langsung, tetapi di balik itu terdapat masalah yang lebih mendasar, seperti rasa tidak enak, pengalaman efek samping, mitos tentang TTD, rendahnya persepsi kerentanan terhadap anemia, dan konseling yang belum cukup meyakinkan (Hidayanty et al., 2025; Maheswari et al., 2024). Hal ini berarti bahwa intervensi peningkatan kepatuhan harus menasar dua sisi sekaligus, yaitu sisi kognitif melalui edukasi dan klarifikasi informasi, serta sisi praktis melalui strategi mengatasi efek samping, penguatan motivasi, dan pengingat yang mudah dijalankan (Maheswari et al., 2024; Laurence et al., 2025). Dengan kata lain, pendekatan yang terlalu menekankan penyuluhan satu arah tanpa pendampingan praktis kemungkinan tidak akan cukup untuk menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan pada remaja putri.

Temuan mengenai intervensi digital pada *review* ini menunjukkan bahwa pengingat berbasis teknologi dapat menjadi solusi yang sesuai dengan keseharian remaja putri masa kini (Laurence et al., 2025; Pasamba et al., 2026). *WhatsApp reminder* dan intervensi digital Jaga Diri tidak hanya meningkatkan kepatuhan, tetapi juga membantu memperkuat pengetahuan dan menjaga keterpaparan pesan kesehatan secara berulang, sehingga efeknya lebih besar daripada edukasi sekali waktu (Laurence et al., 2025; Pasamba et al., 2026). Temuan ini relevan untuk dibahas pada bagian implikasi, karena sekolah dan puskesmas dapat mengembangkan strategi yang sederhana seperti grup pengingat mingguan, kartu pantau digital, atau media edukasi singkat

berbasis telepon genggam untuk memperkuat program TTD.

Keunikan penelitian ini antara lain, penelitian ini mengumpulkan bukti terkini khusus terkait remaja putri di Indonesia dan kontekstualisasi global. Pendekatan kajian lintas wilayah (multi-lokasi) dan memasukkan literatur *digital health* menjadi kekuatan unik. Topik TTD remaja yang dikaji secara sistematis relatif sedikit dalam literatur Indonesia, sehingga sintesis ini membuka perspektif baru. Studi-terkait analisis faktor dari sudut program (mis. WIFAS) dan dukungan sosial dijadikan titik integrasi. Kombinasi subjek sosial dan medis menghasilkan insight komprehensif untuk praktik kesehatan masyarakat.

Review ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, sebagian besar studi menggunakan desain cross-sectional sehingga hubungan yang ditemukan lebih kuat untuk menjelaskan asosiasi daripada kausalitas. Kedua, definisi kepatuhan dan indikator konsumsi tablet tidak sepenuhnya seragam antarstudi. Ketiga, penilaian risiko bias belum dilakukan secara formal dengan instrumen appraisal tertentu.

KESIMPULAN

Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura Barat berhubungan signifikan dengan pengetahuan ibu tentang pemenuhan kebutuhan gizi ($p = 0,037$; $OR = 3,872$) dan ketersediaan bahan pangan ($p = 0,008$; $OR = 6,345$), sementara dukungan keluarga dan pola konsumsi protein tidak menunjukkan hubungan yang bermakna ($p > 0,05$). Analisis multivariat menegaskan bahwa ketersediaan bahan pangan

merupakan faktor paling dominan yang berhubungan dengan kejadian KEK ($p = 0,014$; $OR = 5,796$), sehingga pemenuhan gizi ibu hamil lebih ditentukan oleh ketahanan pangan rumah tangga dibandingkan faktor perilaku semata. Oleh karena itu, upaya pencegahan KEK perlu diarahkan pada penguatan ketersediaan dan akses pangan bergizi melalui optimalisasi program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal, integrasi lintas sektor kesehatan dan ketahanan pangan, serta peningkatan konseling gizi yang aplikatif oleh tenaga kesehatan. Selain itu, pemerintah daerah diharapkan mendukung kebijakan penguatan ketahanan pangan rumah tangga dan pemberdayaan masyarakat, sementara penelitian selanjutnya disarankan mengkaji lebih mendalam pemanfaatan pangan lokal dan faktor sosial budaya dengan pendekatan yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiah, E., Briawan, D., Khomsan, A., Dewi, M., Ekayanti, I., Mardewi, Raut, M. K., Zakaria, A., & Roche, M. L. (2020). Coverage and adherence of weekly iron folic acid supplementation among school going adolescent girls in Indonesia. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*, 66(Supplement), S118-S121. DOI: 10.3177/jns.v.66.S118
- Amir, N., & Djokusujono, K. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di Indonesia: Literatur review. *Jurnal Kedokteran dan*

- Kesehatan, 15(2), 119-129.
DOI: 10.24853/jkk.15.2.119-129
- Anggraeni, T., Setiaji, B., Irianto, S., & Budiati, E. (2025). Analisis perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP dan SMA/ sederajat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 14(1), 19-28. DOI: 10.33475/jikmh.v14i1.414
- Bali, S., & Alok, Y. (2022). Is ignorance of the weekly iron and folic acid scheme among adolescents the deciding factor for its suboptimal utilization and ineffectiveness? A cross-sectional study. *Journal of Education and Health Promotion*, 11, 178. DOI: 10.4103/jehp.jehp_371_21
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2024). *Laporan tematik Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023: Potret kesehatan Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Damayanti, F., Kusharisupeni, K., Adawiyah, A. R., & Hymawati, H. (2025). Determinan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di SMAN 02 Gunung Putri Kabupaten Bogor. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 9(1), 15-31.
- Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah. (2024). [Sesuaikan dengan judul laporan/profil kesehatan yang Anda pakai di tesis]. Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah.
- Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah. (2025). [Sesuaikan dengan judul laporan rekapan anemia remaja putri Kabupaten Barito Timur/Puskesmas Unsum yang Anda pakai di tesis]. Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah.
- Feriyanti, A., Deviatin, N. S., Nurmala, I., Widati, S., & Atmaka, D. R. (2022). Determinant of adherence to iron supplementation in adolescent girl in specific intervention for stunting prevention: Systematic review. *Media Gizi Indonesia*, 17(1SP), 90-96. DOI: 10.20473/mgi.v17i1SP.90-96
- Gosdin, L., Sharma, A. J., Tripp, K., Amoafu, E. F., Mahama, A. B., Selenje, L., Jefferds, M. E., Martorell, R., Ramakrishnan, U., & Addo, O. Y. (2021). A school-based weekly iron and folic acid supplementation program effectively reduces anemia in a prospective cohort of Ghanaian adolescent girls. *The Journal of Nutrition*, 151(6), 1646-1655. DOI: 10.1093/jn/nxab024
- Haile, B., Oumer, A., Negese, T., Temesgen, M., Kebede, A., Abdurahman, D., Motuma, A., & 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. DOI: 10.1038/s41598-024-60800-5
- Helmyati, S., Syarif, C. A., Rizana, N. A., Sitorus, N. L., & Pratiwi, D. (2024). Acceptance of iron supplementation program among adolescent girls in Indonesia: A literature review. *Amerta Nutrition*, 7(3SP), 50-61. DOI: 10.20473/amnt.v7i3SP.2023.50-61
- 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. DOI: 10.3390/ijerph22020209
- Jayanti, C., & Anggraeni, O. A. (2025). The role of social support in iron folic acid supplement adherence among adolescent girls in a public junior high school in Jakarta. *Contagion: Scientific Periodical of Public Health and Coastal Health*, 7(1), 186-193. DOI: 10.30829/contagion.v7i1.24085
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurniati, dkk. (2025). [Cek kembali judul artikel/sumber asli yang Anda maksud dalam naskah].
- Laurence, M. C., Titaley, C. R., Tahitu, R., Asmin, E., Kailola, N. E., Istia, S. S., Tando, Y. D., Pasamba, L. A., & Sara, L. S. (2025). The effect of WhatsApp-based reminders on enhancing knowledge and adherence to weekly iron-folic acid supplementation among adolescent girls in Maluku, Indonesia. *Frontiers in Digital Health*, 7, 1542006. DOI: 10.3389/fdgth.2025.1542006
- Lubis, I. A. P., Silaban, E. D. C., Jairani, E. N., & Lubis, P. R. V. (2025). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri di SMA Negeri 1 Uluan Toba. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(3), 33202-33208. DOI: 10.31004/jptam.v9i3.32855
- Maheswari, N., Kandasamy, S., Ramya, E., 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), 2416-2424. DOI: 10.4103/jfmpc.jfmpc_1526_23
- Nasir, Y., Masithah, S., Yusuf, K., Nurcahyani, I. D., & Syafruddin. (2024). Hubungan pengetahuan anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Turikale. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), 93-100. DOI: 10.22487/ghidza.v8i1.1158
- Nurdin, W., Ma'rufi, Zamli, & Nurhikmah. (2024). Analisis faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 06 Pangkep Kecamatan Liukang Tangaya Kab. Pangkep 2024. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 11(1), 70-77.
- Nurhayani, dkk. (2024). [Cek kembali judul artikel/sumber asli yang Anda maksud dalam naskah].

- 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. DOI: 10.15294/higeia.v7i2.64227
- 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: 10.14710/mkmi.21.1.69-73
- Sari, N., & Safriana, R. E. (2023). Literatur review: Hubungan pengetahuan dan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia defisiensi besi pada remaja putri. *Indonesian Journal of Midwifery Today*, 2(2), 29-34. DOI: 10.30587/ijmt.v2i2.5729
- Septiani, F. R., & Setyaningrum, Z. (2025). Hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Batik 2 Surakarta. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 25(1), 345-350. DOI: 10.33087/jiubj.v25i1.5759
- Sobari, D. M., Permatasari, T. A. E., & Purnamawati, D. (2023). Analisis determinan kejadian anemia remaja putri Sekolah Menengah Atas wilayah kerja Puskesmas Sentul Kabupaten Bogor. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(2), 95-103. DOI: 10.58185/jkr.v14i2.96
- Tando, Y. D., Titaley, C. R., Tahitu, R., Asmin, E., & Sara, L. S. (2024). Anemia and adherence to weekly iron-folic acid supplementation among adolescent girls in a stunting locus of Ambon City, Indonesia. *Journal of Health Research*, 38(6), 467-479. DOI: 10.56808/2586-940X.1103
- Thifal, F., Noviasty, R., Ulfa, U. M., Farahita, L., Utari, A., Kurniawati, E. R., & Wisnuwardani, R. W. (2023). Factors related to the compliance to consuming iron-folic acid in young women in East Kalimantan, Indonesia. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 8(2), 260-269. DOI: 10.30867/action.v8i2.928
- Titaley, C. R., Malakauseya, M. L. V., Iwan, R. F., Asmin, E., Tahitu, R., Dea, S. A. I., Tando, Y. D., Sara, L. S., Kusriani, I., & Tjandrarini, D. H. (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), 219-230.
- World Health Organization. (2025). *Anaemia*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2025). *Anaemia in women and children*. World Health Organization.