

HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN TINGKAT KEPATUHAN MENGGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI DI MTSN 2 JEMBER

Mareta Maeky¹, Susi Wahyu Ning Asih², Sri Wahyuni³

fauzan.200160118@mhs.unimal.ac.id¹, effan@unimal.ac.id², erisaputra@unimal.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja putri merupakan kelompok usia yang membutuhkan asupan nutrisi yang baik, salah satunya asupan zat besi. Asupan zat besi sangat penting untuk mencegah terjadinya anemia. Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah merupakan salah satu indikator dalam mencegah anemia pada remaja yang dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal. Faktor eksternal diantaranya adalah dukungan teman sebaya. Metode: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah 135 remaja putri kelas IX MTsN 2 Jember, dengan 101 responden sebagai sampel yang dipilih menggunakan stratified random sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dukungan teman sebaya dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Rank dengan $\alpha = 0,05$. Hasil: Mayoritas responden memiliki dukungan teman sebaya dalam kategori baik dan patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Kesimpulan dan Implikasi Keperawatan: Terdapat hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 2 Jember. Dukungan teman sebaya dapat menjadi faktor penguat perilaku sehat dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Perawat anak dan perawat kesehatan masyarakat dapat mengembangkan edukasi berbasis teman sebaya melalui peer educator dan promosi kesehatan di sekolah sebagai upaya pencegahan anemia.

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

ABSTRACT

Background: Adolescent girls were an age group that required adequate nutritional intake, particularly iron. Adequate iron intake was essential for preventing anemia. Adherence to iron tablet consumption among adolescent girls was one of the indicators of anemia prevention and could be influenced by external factors, including peer support. Methods: This study used a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The study population consisted of 135 ninth-grade female students at MTsN 2 Jember, with 101 respondents selected using stratified random sampling. Data were collected using questionnaires measuring peer support and adherence to iron tablet consumption, which had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test with $\alpha = 0.05$. Results: Most respondents had good peer support and were adherent to iron tablet consumption. Conclusion and Nursing Implications: There was a significant relationship between peer support and adherence to iron tablet consumption among adolescent girls at MTsN 2 Jember. Peer support could serve as a reinforcing factor for healthy behavior and improve adherence to iron tablet consumption. Pediatric and community health nurses could develop peer-based education through peer educators and school health promotion as an effort to prevent anemia.

Keywords: Peer Support, Adherence, Iron Supplement Tablets, Adolescent Girls, Anemia.

PENDAHULUAN

Ketidakmampuan tubuh dalam memenuhi standar fungsi fisiologisnya akibat minimnya populasi eritrosit merupakan manifestasi dari kondisi anemia (Hastuty & Nitia, 2022). Kelompok remaja putri tercatat sebagai salah satu populasi yang paling rentan terpapar gangguan anemia. Pesatnya proses tumbuh kembang serta siklus bulanan menstruasi menjadi pemicu utama melonjaknya konsumsi mikronutrien zat besi di usia

remaja (Doni et al., 2024). Dampak jangka panjang dari defisiensi zat besi yang terabaikan adalah timbulnya kondisi anemia, yang berakibat pada penurunan konsentrasi belajar, pusing, serta berisiko terhadap gangguan perkembangan otak dan produktivitas di masa depan (Ratri, 2024).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa terdapat lebih dari 30% atau 2 miliar orang di dunia berstatus anemia (WHO, 2024). Wilayah Asia Tenggara terdapat 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan dan berat (Sakti et al., 2025). Prevelensi anemia di Indonesia mencapai 16,2% pada 2023, lebih tinggi di pedesaan 16,9% dibandingkan perkotaan 15,6%. Prevelensi anemia lebih tinggi pada perempuan sekitar 18,0% dibandingkan laki-laki 14,4% (Zuleha et al., 2025). Provinsi Jawa Timur menyumbang angka kejadian anemia pada wanita usia subur sebesar 8,7% (Dinas Kesehatan, 2025). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember menunjukkan jumlah remaja putri kelas VII dan X yang teridentifikasi mengalami anemia mencapai 6.179 orang (Dinas Kesehatan, 2026). Distribusi Tablet Tambah Darah (TTD) menjangkau 76,2% remaja putri. Dari total penerima tersebut, mayoritas yaitu sebesar 80,9% perolehan TTD-nya terfasilitasi langsung melalui institusi pendidikan tempat mereka menimba ilmu. Sebagian besar remaja putri (98,6%) tercatat belum memenuhi target konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebanyak 52 butir di sekolah, dengan hanya 1,4% yang berhasil mencapainya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tingkat kepedulian remaja putri terhadap peran TTD dalam pencegahan anemia masih tergolong minim (Puspikawati et al., 2021). Penelitian menunjukkan bahwa di SMPN 2 Sukapura, terdapat 20 remaja putri tidak berminat minum tablet Fe, 15 (75%) remaja mengaku masih banyak teman sebaya tidak minum tablet tambah darah, 3 (15%) remaja mengaku pengalaman temannya yang minum tablet tambah darah (mengalami efek samping setelah minum tablet tambah darah seperti mual, dan feses warnanya berubah), 2 (10%) remaja mengaku tidak terbiasa minum obat atau tablet tambah darah dan mereka merasa tidak mengalami anemia (Nilawati, 2023).

Pemerintah telah meluncurkan program yang dibuat oleh PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) yaitu pemberian tablet tambah darah sejak tahun 2016 melalui kerja sama antara kementerian kesehatan, Dinas Pendidikan, dan pihak sekolah. Tablet tambah darah diberikan seminggu sekali bagi remaja putri di sekolah melalui kerja sama UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) dan puskesmas (Pusat Kesehatan Masyarakat). Meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa menstruasi sering kali memicu timbulnya anemia defisiensi besi pada remaja putri. Untuk mengatasi kondisi tersebut dan memicu kenaikan kadar hemoglobin, formulasi tablet tambah darah ini dikembangkan (Nurfika & Putri, 2025). Penyelenggaraan program ini diimbangi dengan promosi kesehatan yang dilakukan oleh guru UKS bersumber dari kerja sama dengan petugas puskesmas (Ilham et al., 2023). Terdapat banyak kendala yang ditemukan dalam pelaksanaannya, seperti kurangnya sosialisasi, pengawasan yang lemah, dan minimnya partisipasi aktif dari siswa sendiri. Keberhasilan program kesehatan bagi kelompok usia muda salah satunya sangat dipengaruhi oleh partisipasi aktif dari teman sebaya. Remaja lebih mudah terpengaruh oleh lingkungannya, terutama oleh teman sebayanya yang menjadi sumber informasi dan motivasi.

Fakta empiris mengindikasikan bahwa komitmen remaja perempuan terhadap konsumsi suplemen zat besi belum optimal. Rendahnya kesadaran sebagian remaja putri terhadap fungsi TTD sebagai upaya pencegahan anemia mengakibatkan belum optimalnya dorongan internal untuk bersikap patuh dalam menjalankan program (Oktaviani & Sari, 2024). Informasi yang disampaikan oleh rekan sebaya umumnya lebih intuitif dan gampang diterima oleh kalangan remaja daripada paparan dari pendidik atau staf medis, yang dipicu oleh tingginya ikatan emosional di antara mereka (Ilham et al., 2023). Dukungan ini bisa

seperti saling mengingatkan untuk minum tablet tambah darah, memberi semangat, atau berbagi pengalaman positif setelah mengonsumsi TTD (Sari et al., 2025).

Pola hidup sehat di kalangan remaja sangat ditentukan oleh keterlibatan serta dorongan positif dari kelompok usianya, sebagaimana dikonfirmasi dalam berbagai literatur ilmiah terdahulu. Remaja cenderung mengikuti kebiasaan kelompoknya, sehingga ketika teman sebaya mendukung perilaku sehat, kepatuhan mereka meningkat (Nilawati, 2023). Dukungan ini terbukti berkaitan dengan peningkatan perilaku pencegahan anemia, termasuk kesiapan remaja mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian (Murdani et al., 2024) menunjukkan kepatuhan atau ketidakpatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dipengaruhi oleh faktor psikologis dan perilaku, seperti takut efek samping, kurangnya kebiasaan, dan kontrol diri yang rendah. Remaja dengan dukungan sosial, terutama dari teman sebaya, cenderung lebih patuh mengonsumsi tablet tambah darah.

Keterkaitan antara dorongan rekan sejawat dan kedisiplinan minum tablet penambah darah pada siswi SMP serta SMA negeri telah banyak dianalisis dalam berbagai studi terdahulu, seperti pada penelitian (Murdani et al., 2024) di SMA Negeri 1 Bangli, penelitian (Hasanah et al., 2024) di SMA Negeri 10 Makassar, dan penelitian (Ilham et al., 2023) di SMP Negeri 1 Mamuju. Sementara itu, penelitian yang secara khusus meneliti remaja putri di lingkungan madrasah (MTs) masih sangat terbatas. Secara umum, madrasah dan sekolah negeri memiliki perbedaan pada sistem pengelolaan, kurikulum, serta lingkungan pendidikan. Tata kelola madrasah berada di bawah naungan Kementerian Agama, sementara satuan pendidikan formal seperti SMP dan SMA diselenggarakan di bawah kewenangan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Kurikulum di sekolah madrasah mengintegrasikan pendidikan umum dengan pendidikan agama Islam secara lebih intensif dibandingkan sekolah umum. Lingkungan sosial di madrasah cenderung menekankan nilai-nilai religius, kedisiplinan, serta pembinaan karakter berbasis agama dalam aktivitas sehari-hari di sekolah. Perbedaan lingkungan pendidikan tersebut dapat memengaruhi pola interaksi sosial, pembentukan perilaku, serta pengaruh teman sebaya pada siswa. Berdasarkan pada konteks kesehatan remaja, lingkungan sosial dan budaya sekolah hal tersebut berpotensi mempengaruhi perilaku kesehatan, di antaranya yaitu kedisiplinan asupan suplemen zat besi dalam rangka menekan risiko terjadinya anemia.

Data studi pendahuluan berdasarkan keterangan pada siswa MTs Negeri 2 Jember pada tanggal 25 Januari 2026, hasil penelitian mendapatkan 26 dari 30 siswi kelas 9E dan 9F tidak mengonsumsi TTD minimal 1 minggu sekali dengan alasan lupa, malas, dan rasanya tidak enak. Terdapat 4 siswi lainnya yang mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin karena merasa ada dampak positif yang dirasakan. Hasil studi pendahuluan juga mendapatkan bahwasanya terdapat 17 siswi yang mendapatkan pengingat dari teman sebaya untuk mengonsumsi TTD, akan tetapi 17 siswi tersebut tidak mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Terdapat 9 siswi yang tidak mendapatkan pengingat dari teman sebaya dan juga tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Terakhir, sebanyak 4 siswi diingatkan oleh teman sebaya sehingga rutin mengonsumsi TTD. Data diatas menjadi dasar ketertarikan peneliti untuk melakukan penelitian. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di MTs Negeri 2 Jember sebagai langkah pencegahan anemia pada remaja putri.

Kebutuhan akan pendekatan berbasis dukungan sosial teman sebaya selaras dengan teori perilaku kesehatan Lawrence Green. Teori ini mengklasifikasikan determinan perilaku ke dalam tiga ranah: predisposing, enabling, serta reinforcing. Faktor reinforcing (penguat) yang salah satunya bersumber dari kawan sebaya memegang peranan penting dalam pembentukan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi tablet tambah darah.

Kecenderungan untuk melakukan konformitas membuat remaja putri sangat rentan terpengaruh oleh kebiasaan kelompoknya. Apabila lingkaran pertemanan cenderung mengabaikan konsumsi tablet tambah darah, risiko ketidakpatuhan akan meningkat. Apabila lingkungan sebaya memberikan penguatan positif melalui pembagian informasi dan ajakan mengikuti edukasi anemia, kepatuhan remaja putri dalam meminum tablet tambah darah juga akan meningkat secara signifikan (Hilmiati et al., 2025).

Motivasi yang diberikan oleh sesama remaja dapat membentuk perilaku positif dan memperkuat komitmen untuk menjaga kesehatan. Dengan menggunakan pendekatan ini diharapkan terbentuk komunitas remaja sehat yang saling mendukung dalam menjalankan perilaku hidup sehat, terutama dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dan tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar dalam penyusunan strategi intervensi kesehatan remaja di sekolah.

METODE

Desain Metodologi penelitian berperan sebagai panduan terstruktur dalam menjawab setiap rumusan masalah yang diajukan (Syapitri et al., 2021). Studi ini menerapkan metode korelasional melalui pendekatan cross-sectional. Rancangan korelasional dimanfaatkan untuk mengidentifikasi keterkaitan antavariabel tanpa adanya intervensi terhadap subjek penelitian. Sementara itu, pendekatan cross-sectional mengandalkan pengumpulan data variabel bebas dan terikat secara serentak dalam satu waktu. Strategi ini dipilih guna mengevaluasi keterkaitan antara tingkat dukungan kawan sebaya dan kedisiplinan remaja putri di MTsN 2 Jember dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menguraikan analisis komprehensif mengenai makna dari hasil penelitian yang dikaitkan langsung dengan capaian tujuan penelitian. Temuan mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 2 Jember. Pembahasan dilakukan dengan menginterpretasikan hasil penelitian sesuai dengan tujuan penelitian, kemudian membandingkannya dengan hasil penelitian terdahulu serta mengaitkannya dengan teori-teori yang relevan untuk memperkuat makna dan validitas temuan. Bagian ini menguraikan hasil analisis hubungan antarvariabel, faktor-faktor yang kemungkinan memengaruhi kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, keterbatasan penelitian yang ditemui selama proses pelaksanaan, serta implikasi hasil penelitian bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri melalui penguatan dukungan teman sebaya.

Interpretasi dan Diskusi Hasil

Dukungan Teman Sebaya pada Remaja Putri di MTsN 2 Jember

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa mayoritas responden memiliki dukungan teman sebaya dalam kategori baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di MTsN 2 Jember memperoleh dukungan positif dari teman sebayanya dalam kaitannya dengan konsumsi tablet tambah darah. Dukungan tersebut dapat berupa saling mengingatkan untuk mengonsumsi tablet tambah darah, memberikan motivasi, berbagi informasi mengenai manfaat tablet tambah darah, serta memberikan dorongan agar tetap mematuhi anjuran mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan pertemanan memiliki peran yang penting dalam membentuk perilaku kesehatan remaja, khususnya dalam meningkatkan kepatuhan terhadap program pemberian tablet tambah darah (Adila et al., 2022).

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya kebutuhan individu untuk diterima oleh kelompok sebayanya. Pada fase ini, hubungan dengan teman sebaya menjadi lebih intens dibandingkan dengan masa kanak-kanak sehingga pendapat, sikap, maupun perilaku teman sering dijadikan sebagai acuan dalam mengambil keputusan (Hasanah et al., 2024). Remaja cenderung lebih terbuka untuk berbagi pengalaman, berdiskusi, serta saling memberikan dukungan dengan teman yang memiliki usia dan pengalaman yang relatif sama. Teman sebaya memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan perilaku kesehatan, termasuk perilaku kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penjelasan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang mampu memengaruhi perilaku individu dalam menjaga kesehatannya (Murdani et al., 2024). Dukungan tersebut dapat diwujudkan dalam bentuk dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi, dan dukungan instrumental (Rusiana et al., 2021). Dukungan emosional diberikan melalui perhatian dan kepedulian terhadap teman, dukungan penghargaan berupa pemberian motivasi atau pujian, dukungan informasi melalui penyampaian manfaat konsumsi tablet tambah darah, sedangkan dukungan instrumental diberikan dalam bentuk tindakan nyata seperti mengingatkan jadwal minum tablet tambah darah atau mengajak teman mengonsumsinya secara bersama-sama. Berbagai bentuk dukungan tersebut dapat meningkatkan motivasi dan keyakinan remaja untuk mempertahankan perilaku kesehatan yang positif.

Temuan penelitian ini dapat dijelaskan melalui teori Lawrence Green, yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor pendukung (*enabling factors*), dan faktor penguat (*reinforcing factors*). Dalam penelitian ini dukungan teman sebaya termasuk dalam faktor penguat karena keberadaan teman yang memberikan motivasi, dukungan, dan penguatan positif dapat memperkuat terbentuknya perilaku patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Dukungan tersebut mendorong remaja untuk mempertahankan perilaku kesehatan yang telah dimiliki sehingga kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dapat berlangsung secara berkelanjutan (Santoso & Desi, 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Murdani et al., 2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Penelitian (Ilham et al., 2023) juga menyatakan bahwa remaja yang memperoleh dukungan teman sebaya yang baik memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan dengan remaja yang kurang memperoleh dukungan. Selain itu, penelitian (Nilawati, 2023) menemukan bahwa dukungan teman sebaya berhubungan dengan meningkatnya minat remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe, sedangkan penelitian (Hilmiati et al., 2025) menegaskan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki peran penting sebagai sumber informasi, motivasi, dan penguatan perilaku kesehatan pada remaja.

Hasil penelitian menunjukkan tingginya dukungan teman sebaya pada remaja putri di MTsN 2 Jember dipengaruhi oleh lingkungan sekolah yang memungkinkan interaksi sosial berlangsung secara intensif setiap hari. Aktivitas belajar bersama, komunikasi antarsiswi, serta pelaksanaan program pemberian tablet tambah darah di sekolah memberikan kesempatan bagi remaja untuk saling mengingatkan, saling memotivasi, dan berbagi informasi mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Kedekatan hubungan antarteman menyebabkan informasi maupun dorongan yang diberikan lebih mudah diterima.

sehingga dapat meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Penguatan peran teman sebaya melalui pembentukan peer educator atau kelompok pendukung sebaya dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan keberhasilan program suplementasi tablet tambah darah di lingkungan sekolah. Pendekatan ini juga telah direkomendasikan dalam berbagai program promosi kesehatan remaja sebagai upaya meningkatkan kepatuhan perilaku kesehatan secara berkelanjutan.

Tingkat Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di MTsN 2 Jember

Hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dalam kategori patuh. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di MTsN 2 Jember telah melaksanakan anjuran konsumsi tablet tambah darah sesuai dengan program yang diberikan di sekolah. Kepatuhan tersebut mencerminkan adanya kesadaran responden terhadap pentingnya konsumsi tablet tambah darah sebagai salah satu upaya pencegahan anemia, khususnya pada remaja putri yang memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia akibat kehilangan darah selama menstruasi (Murdani et al., 2024).

Kepatuhan merupakan perilaku seseorang dalam melaksanakan anjuran atau rekomendasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks penelitian ini, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah diartikan sebagai kesediaan remaja putri untuk mengonsumsi TTD secara rutin sesuai dengan dosis dan jadwal yang dianjurkan. Perilaku patuh tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh motivasi, persepsi terhadap manfaat tablet tambah darah, dukungan sosial, serta kemudahan dalam memperoleh tablet tersebut (Ilham et al., 2023). Kepatuhan merupakan perilaku yang terbentuk melalui interaksi berbagai faktor yang saling memengaruhi.

Tingginya tingkat kepatuhan responden dalam penelitian ini diduga dipengaruhi oleh pelaksanaan program pemberian TTD di sekolah yang dilakukan secara rutin disertai dengan edukasi mengenai manfaat konsumsi TTD. Program tersebut memberikan kesempatan kepada remaja putri untuk memperoleh tablet secara mudah serta meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya pencegahan anemia (Adila et al., 2022). Pemberian edukasi secara berkelanjutan mampu meningkatkan kesadaran remaja sehingga mereka lebih termotivasi untuk mengonsumsi TTD secara teratur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ilham et al., 2023) yang menyatakan bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengetahuan, sikap, dukungan sosial, serta akses terhadap tablet. Penelitian (Oktaviani & Sari, 2024) TTD juga menunjukkan bahwa remaja yang memiliki pemahaman yang baik mengenai manfaat tablet tambah darah cenderung lebih patuh dalam mengonsumsinya. Penelitian (Lindawati, 2023) menemukan bahwa kepatuhan konsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal maupun eksternal, sehingga diperlukan dukungan dari berbagai pihak agar perilaku tersebut dapat dipertahankan secara berkelanjutan.

Meskipun mayoritas responden termasuk dalam kategori patuh, masih terdapat sebagian remaja putri yang belum patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti lupa mengonsumsi tablet, munculnya efek samping setelah mengonsumsi tablet tambah darah, kurangnya motivasi, rasa tablet yang kurang disukai, maupun persepsi bahwa dirinya tidak berisiko mengalami anemia (Oktaviani & Sari, 2024). Faktor-faktor tersebut dapat menurunkan kemauan remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin apabila tidak disertai dengan edukasi dan dukungan yang memadai.

Hasil penelitian menunjukkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 2 Jember tidak hanya dipengaruhi oleh kesadaran individu, tetapi juga oleh lingkungan sekolah yang mendukung pelaksanaan program suplementasi tablet tambah darah. Adanya pembagian tablet tambah darah secara berkala, penyampaian informasi mengenai manfaat tablet tambah darah, serta dukungan dari guru, tenaga kesehatan, orang tua, dan teman sebaya memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan perilaku patuh. Upaya peningkatan kepatuhan tetap perlu dilakukan melalui edukasi yang berkesinambungan, pemantauan konsumsi tablet tambah darah, serta pemberdayaan teman sebaya sebagai peer educator agar kepatuhan dapat dipertahankan dan ditingkatkan secara optimal.

Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Tingkat Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di MTsN 2 Jember

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 2 Jember. Hubungan yang terbentuk bersifat positif dengan tingkat kekuatan hubungan yang kuat. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin baik dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Sebaliknya, semakin rendah dukungan teman sebaya yang diterima, maka kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah juga cenderung menurun. (Murdani et al., 2024).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan remaja. Pada masa remaja, teman sebaya merupakan kelompok sosial yang paling sering berinteraksi dengan individu sehingga pengaruhnya terhadap sikap dan perilaku menjadi sangat besar. Kedekatan emosional yang terjalin di antara teman sebaya menyebabkan informasi, saran, maupun motivasi yang diberikan lebih mudah diterima dibandingkan dengan nasihat dari orang lain (Raharjo & Indrayanti, 2020). Ketika teman sebaya memberikan dorongan untuk mengonsumsi tablet tambah darah, mengingatkan jadwal konsumsi, atau memberikan contoh perilaku yang baik, remaja akan lebih terdorong untuk mengikuti perilaku tersebut sebagai bagian dari norma dalam kelompoknya.

Hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui teori perilaku kesehatan Lawrence Green, yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh predisposing factors, enabling factors, dan reinforcing factors (Santoso & Desi, 2024). Dukungan teman sebaya termasuk ke dalam reinforcing factors, yaitu faktor yang memperkuat atau mempertahankan perilaku kesehatan setelah individu memiliki pengetahuan dan kesempatan untuk melakukannya. Remaja yang memperoleh penguatan berupa motivasi, perhatian, maupun ajakan dari teman sebaya akan memiliki kecenderungan lebih besar untuk mempertahankan perilaku patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan remaja yang tidak memperoleh dukungan tersebut. Keberadaan teman sebaya menjadi salah satu faktor yang memperkuat keberhasilan program pencegahan anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Oktaviani & Sari, 2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja putri. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa remaja yang mendapatkan dukungan positif dari teman sebayanya cenderung memiliki kepatuhan yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang kurang memperoleh dukungan. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Ilham et al., 2023) yang menyatakan bahwa dukungan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri, serta penelitian (Hilmiati et al., 2025) yang menemukan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan konsumsi

tablet tambah darah di kalangan siswi sekolah menengah. Penelitian (Nilawati, 2023) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya mampu meningkatkan minat remaja putri untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Kesamaan hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa teman sebaya memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

Kekuatan hubungan yang termasuk dalam kategori kuat ($r = 0,624$) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki keterkaitan yang cukup besar dengan kepatuhan mengonsumsi TTD pada responden penelitian ini. Meskipun demikian, nilai korelasi tersebut tidak mencapai angka 1,00, sehingga menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan teman sebaya. Masih terdapat berbagai faktor lain yang dapat memengaruhi kepatuhan, seperti tingkat pengetahuan mengenai anemia dan manfaat TTD, sikap terhadap konsumsi TTD, dukungan keluarga, dukungan guru, dukungan tenaga kesehatan, motivasi pribadi, pengalaman mengalami efek samping, maupun kemudahan memperoleh TTD. Peningkatan kepatuhan konsumsi TTD memerlukan pendekatan yang komprehensif dengan melibatkan berbagai pihak, tidak hanya mengandalkan dukungan teman sebaya.

Hasil penelitian ini mencerminkan kondisi yang terjadi di MTsN 2 Jember, di mana remaja putri memiliki interaksi sosial yang tinggi selama berada di lingkungan sekolah. Hubungan pertemanan yang terjalin setiap hari memungkinkan terjadinya proses saling berbagi informasi, saling mengingatkan, dan saling memberikan motivasi mengenai pentingnya mengonsumsi TTD. Kedekatan hubungan tersebut menyebabkan teman sebaya menjadi salah satu sumber dukungan yang efektif dalam membentuk perilaku kesehatan. Ketika seorang siswi melihat teman-temannya mengonsumsi TTD secara rutin atau memperoleh dorongan untuk melakukan hal yang sama, maka akan muncul kecenderungan untuk mengikuti perilaku tersebut sebagai bentuk penyesuaian terhadap kelompok. Sebaliknya, apabila lingkungan pertemanan kurang memberikan perhatian terhadap konsumsi TTD, maka motivasi remaja untuk mengonsumsi tablet tersebut juga dapat menurun.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah tidak hanya bergantung pada ketersediaan tablet, tetapi juga memerlukan dukungan sosial yang kuat, khususnya dari teman sebaya. Dengan pembentukan peer educator atau kader remaja di sekolah dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah melalui pemberian informasi, motivasi, dan saling mengingatkan antar teman. Kerja sama antara pihak sekolah, tenaga kesehatan, guru, orang tua, dan teman sebaya perlu terus ditingkatkan guna menciptakan lingkungan yang mendukung terbentuknya perilaku patuh dalam mengonsumsi TTD. Dukungan yang diberikan secara berkelanjutan diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah sehingga risiko anemia dapat diminimalkan dan status kesehatan remaja menjadi lebih baik.

Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan, antara lain:

Penelitian ini hanya mengkaji dukungan teman sebaya sebagai faktor yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah. Padahal, kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah merupakan perilaku yang bersifat multifaktorial dan dipengaruhi oleh berbagai determinan lain, seperti tingkat pengetahuan mengenai anemia, sikap terhadap konsumsi tablet tambah darah, motivasi intrinsik, persepsi terhadap manfaat dan efek samping tablet tambah darah, serta dukungan dari keluarga, guru, maupun tenaga kesehatan. Tidak diikutsertakannya faktor-faktor

tersebut menyebabkan analisis mengenai determinan kepatuhan belum dapat menggambarkan seluruh faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi tablet tambah darah secara komprehensif.

Pengukuran tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah dilakukan menggunakan kuesioner self-report yang bergantung pada jawaban responden. Penggunaan metode ini rentan memicu terjadinya bias ingatan (recall bias), mengingat partisipan dapat mengalami keterbatasan dalam mengingat secara pasti riwayat konsumsi tablet tambah darah yang pernah dilakukan. Potensi kemunculan social desirability bias turut menjadi tantangan, di mana terdapat kecenderungan subjek untuk memberikan respons yang sekadar memenuhi norma ideal atau selaras dengan ekspektasi peneliti. Faktor-faktor tersebut berisiko mengompromikan presisi dan validitas data terkait tingkat kepatuhan yang dihimpun dalam studi ini.

Pendekatan kuantitatif dalam riset ini mengadopsi desain cross-sectional, di mana evaluasi terhadap variabel dukungan kawan sebaya dan tingkat ketataan minum tablet tambah darah dieksekusi secara serentak dalam satu titik waktu (one-point in time). Penggunaan desain ini berimplikasi pada keterbatasan analisis yang hanya sebatas memotret asosiasi antarvariabel, namun tidak memiliki kapasitas untuk membuktikan pola hubungan sebab-akibat (kausalitas) secara eksplisit.

Hasil penelitian tidak dapat diinterpretasikan bahwa dukungan teman sebaya merupakan penyebab meningkatnya kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, melainkan hanya menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik.

Penelitian ini hanya dilakukan pada remaja putri di MTsN 2 Jember dengan jumlah responden sebanyak 101 orang, sehingga karakteristik responden, lingkungan sekolah, budaya, maupun pelaksanaan program pemberian tablet tambah darah yang menjadi lokasi penelitian dapat berbeda dengan sekolah lain. Hasil penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi dan perlu dilakukan penelitian pada populasi yang lebih luas dengan karakteristik yang beragam agar diperoleh gambaran yang lebih representatif mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

Implikasi dalam Bidang Keperawatan

Adanya korelasi bermakna antara dukungan teman sebaya dan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi MTsN 2 Jember memberikan kontribusi implikatif yang krusial bagi bidang keperawatan komunitas. Temuan ini mempertegas bahwa pembentukan kebiasaan patuh minum tablet tambah darah tidak semata-mata bertumpu pada faktor internal individu, melainkan turut dibentuk oleh ekosistem sosial terdekat, yaitu teman sebaya. Berdasarkan keterangan tersebut praktisi keperawatan komunitas perlu memperluas cakupan intervensi promotif dan preventif dengan tidak sekadar berfokus pada edukasi personal, melainkan juga mengoptimalkan kelompok sebaya sebagai mitra strategis demi menyukseskan program penanggulangan anemia remaja. Pendekatan tersebut dapat diwujudkan melalui pengembangan peer support atau peer educator di lingkungan sekolah yang berfungsi sebagai fasilitator, motivator, sekaligus pengingat bagi teman sebayanya dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin. Melalui strategi tersebut, perawat komunitas berperan sebagai koordinator yang menjembatani kolaborasi antara sekolah, puskesmas, guru, dan kelompok sebaya untuk menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung terbentuknya perilaku kesehatan secara berkelanjutan.

Hasil penelitian ini memberikan implikasi terhadap perlunya optimalisasi program kesehatan remaja berbasis sekolah melalui penguatan edukasi kesehatan yang lebih interaktif dan sesuai dengan karakteristik perkembangan remaja. Perawat komunitas dapat

mengembangkan metode pendidikan kesehatan yang memanfaatkan dinamika kelompok sebaya, seperti diskusi kelompok, pendampingan oleh kader kesehatan remaja, maupun kampanye kesehatan melalui media yang menarik bagi remaja. Strategi tersebut diharapkan mampu meningkatkan pemahaman mengenai manfaat tablet tambah darah, mengurangi persepsi negatif terhadap efek samping konsumsi tablet tambah darah, serta membentuk norma sosial yang positif sehingga perilaku patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah menjadi budaya yang berkembang di lingkungan sekolah. Dengan demikian, keberhasilan program suplementasi tablet tambah darah tidak hanya bergantung pada distribusi tablet secara rutin, tetapi juga pada terciptanya dukungan sosial yang konsisten dari lingkungan sebaya.

Hasil studi ini memberikan kontribusi implikatif terhadap pelayanan keperawatan anak, khususnya pada pendekatan asuhan pencegahan dan promosi kesehatan di usia remaja. Periode remaja yang dipenuhi dinamika perubahan fisik, kejiwaan, dan interaksi sosial secara langsung membentuk perilaku kesehatan mereka. Kondisi ini menuntut perawat anak untuk memperluas perannya; tidak hanya sebagai penyampai edukasi, melainkan juga memosisikan diri sebagai fasilitator konseling dan advokat dalam mengarahkan remaja menuju pembentukan perilaku sehat yang berkelanjutan. Berdasarkan temuan penelitian ini, perawat anak perlu mengintegrasikan pendekatan psikososial ke dalam setiap kegiatan edukasi mengenai pencegahan anemia dengan mempertimbangkan besarnya pengaruh teman sebaya terhadap pengambilan keputusan remaja. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui konseling kelompok, pendampingan pada remaja yang memiliki kepatuhan rendah, serta pemberian edukasi yang mendorong remaja untuk saling memberikan dukungan dan motivasi dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran.

Hasil penelitian ini secara eksplisit memperlihatkan bahwa dukungan teman sebaya memang menjadi salah satu elemen yang berkaitan dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, tidak berkedudukan sebagai faktor tunggal yang memengaruhi tindakan partisipan. Perawat perlu menerapkan pendekatan yang holistik dengan melibatkan keluarga, guru, tenaga kesehatan, serta teman sebaya dalam setiap upaya peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. Sinergi berbagai pihak tersebut diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi remaja untuk mempertahankan perilaku sehat secara berkelanjutan. Berlandaskan optimalisasi fungsi perawat sebagai educator, fasilitator, counselor, advocate, dan collaborator, luaran riset ini diharapkan mampu menjadi pijakan strategis dalam merumuskan tindakan keperawatan berbasis jejaring sosial. Upaya tersebut berorientasi pada peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, reduksi prevalensi anemia remaja, serta pembentukan pilar generasi remaja yang kian sehat dan berdaya saing.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan teman sebaya dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 2 Jember, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Dukungan teman sebaya yang diterima remaja putri terkait perilaku mengonsumsi tablet tambah darah di MTs Negeri 2 Jember mayoritas teridentifikasi terkategori tinggi.
2. Tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di MTs Negeri 2 Jember mayoritas teridentifikasi terkategori tinggi.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di MTsN 2 Jember. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin baik dukungan teman sebaya yang diterima, semakin tinggi pula tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah

darah

Saran

1. Sekolah

Sekolah diharapkan dapat mempertahankan dan mengoptimalkan dukungan teman sebaya yang telah terbentuk dengan melibatkan remaja putri dalam kegiatan peer educator atau kader kesehatan remaja. Program ini dapat diarahkan untuk saling mengingatkan antar remaja, memberikan motivasi, dan berbagi informasi mengenai manfaat serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin. Dengan demikian, dukungan teman sebaya yang sudah baik dapat terus dipertahankan dan menjadi bagian dari upaya sekolah dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah serta mencegah anemia pada remaja putri

2. Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya perawat komunitas dan petugas puskesmas, diharapkan dapat meningkatkan kegiatan promotif dan preventif melalui penyuluhan mengenai anemia, manfaat tablet tambah darah, serta pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Tenaga kesehatan juga diharapkan dapat bekerja sama dengan pihak sekolah dalam melakukan pendampingan, monitoring, serta evaluasi pelaksanaan program suplementasi tablet tambah darah, sehingga kepatuhan remaja putri dapat terus ditingkatkan dan kejadian anemia dapat dicegah sejak dini.

3. Remaja Putri

Remaja putri diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin sebagai upaya pencegahan anemia. Diharapkan remaja putri dapat menjaga konsistensi perilaku dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

4. Peneliti Selanjutnya

Riset mendatang diharapkan dapat memperluas cakupan variabel determinan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, meliputi ranah, motivasi, persepsi risiko efek samping, aksesibilitas fasilitas kesehatan, hingga dinamika dukungan sosial dari ranah keluarga, , dan tenaga kesehatan. Untuk memperoleh simpulan sebab-akibat yang lebih valid, peneliti selanjutnya disarankan mentransformasi desain riset menjadi longitudinal atau kuasi-eksperimen serta melipatgandakan variasi lokasi sekolah sebagai basis pengambilan sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, M., Ramadhan, N., Mufida, Z., Surury, I., & H, S. R. (2022). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 13(1), 39–46.
- Chaerani, E., Maunaturrohman, A., Permatasari, D., Hardiningsih, & Wijaya, Y. A. (2025). *Permasalahan Kesehatan Pada Remaja* (H. Syauckani (ed.); 1st ed.).
- Dewi, R., Burhan, R., Widiyanti, D., Yulyana, N., & Jumiyanti. (2025). *Anemia Pada Remaja Putri* (M. Nasrudin (ed.); 1st ed.). PT Nasya Expanding Management.
- DinasKesehatan. (2025). *PROFIL KESEHATAN PROVINSI JAWA TIMUR*.
- DinasKesehatan. (2026). *DATA ANEMIA REMAJA PUTRI KABUPATEN JEMBER*.
- Doni, A. W., Susanti, D., & Hayati, N. F. (2024). Promosi Kesehatan Dan Pencegahan Anemia Melalui Video Animasi Dan Pemberian Suplementasi Besi Pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Cendikia Jenius*, 2, 9–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.70920/pengabmaskes.v2i2.186>
- Febrianti, N. R., Surur, N., & Kholili, I. (2023). Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dengan

- Stres Akademik pada Siswa. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/http://doi.org/10.20961/jpk.v7i1.66632>
- Fuady, A., Pakasi, T. P., Fitry, yani F., Asiah, N. H. M., Feranindhya, Anindhita, A. M., Karnasih, A., & Aliska, I. (2024). *Dukungan Teman Sebaya* (S. K. M. M. P. . Matsna Haniifah & dr. M. Anindhita (eds.)). UI Publishing.
- Hasanah, U., Rezki Amelia, & Septiyanti. (2024). FAKTOR YANG MEMENGARUHI TINGKAT KEPATUHAN REMAJA PUTRI DALAM MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH. *Jurnal Window of Public Health*, 5(5), 602–612. <https://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/1625>
- Hastuty, Y. D., & Nitia, S. (2022). Ekstrak Daun Kelor Dan Efeknya Pada Kadar Hemoglobin Remaja Putri Moringa Leaf Extract and Its Effect on Hemoglobin Levels in Young Girls. *JPP) Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 17(1), 2654–3427. <https://doi.org/10.36086/jpp.v17i1>
- Herawati, N. P., Ariyani, N., Nuriyyatiningrum, H., & Nurfitri, A. D. (2024). *Jurnal Dinamika Sosial Budaya Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Konsep Diri Remaja di Panti Asuhan At-Taqwa Kota Semarang*. 26(1), 19–26. <https://doi.org/https://journals.usm.ac.id/index.php/jdsb>
- Hilmiati, P., Ernalina, Y., & Sembiring, N. P. (2025). HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMAS AL HUDA PEKANBARU: The Relationship Between Knowledge, Attitudes, and Peer Support with Iron Tablet Consumption at Al Huda High School, Pekanbaru. *Prosiding Seminar Nasional Integrasi Pertanian Dan Peternakan*, 3(1), 222–230. <https://doi.org/https://semnasfpp.uin-suska.ac.id/index.php/snipp>
- Hilmy, M., Shiddiq, A., Lestari, I. A., & Putri, N. A. (2025). Jurnal Biologi Tropis Factors Associated with Compliance to Iron Supplementation Tablet Consumption Among Adolescent Girls in Coastal Area of West Lombok. *Jurnal Biologi Tropis*, 25, 5722–5730. <https://doi.org/http://doi.org/10.29303/jbt.v25i4.10188>
- Ilham, A. F. T. A., Yusriani, & Bur, N. (2023). DUKUNGAN TEMAN SEBAYA BERHUBUNGAN DENGAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI. *Publication Issue*, 72(2), 161–177. <https://doi.org/http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph4213>
- DUKUNGAN
- Isroani, F., yahrudin Mahmud, M.Ed., P. D., Dr. H. Ahmad Qurtubi, M. ., & Putri Hana Pebrini, M. P. (2023). *Psikologi Perkembangan*. Mitra Cendikia Media.
- Lindawati, refi. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Kota Serang Provinsi Banten Tahun 2022. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), 239–255. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i1.1519>
- Marandof, K. D. B., Sarajar, & Karema, D. (2024). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA RANTAU DARI WILAYAH 3T DAERAH PAPUA. *Jurnal Ilmiah Hospitality* 61, 13(1), 61–72. <https://doi.org/http://stp-mataram.e-journal.id/JIH>
- Marzuki, dian S., Abadi, M. Y., Rahmadi, S., Al Fajrin, M., Juliarti, R. E., Pebrianti, A., & Afifah. (2019). ANALISIS KEPATUHAN PENGGUNAAN MASKER DALAM PENCEGAHAN COVID-19 PADA PEDAGANG PASAR TRADISIONAL DI PROVINSI SULAWESI SELATAN. *UWAIS INSPIRASI INDONESIA*.
- Murdani, N. P. D., Saraswati, N. L. G. I., & Sudarsana, I. D. A. K. (2024). HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA SISWI SMA NEGERI 1 BANGLI. *MALAHAYATI NURSING JOURNAL*, 6, 1–23. <https://doi.org/Doi: https://doi.org/10.33024/mnj.v6i6.12259>
- Mustikaati, W., Nurista, A. S., Yudistira, C. P., & Oktaviani, M. (2025). Efektivitas Kelompok Sebaya Terhadap Perkembangan Perilaku Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(June), 69–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.15527841> Efektivitas
- Nasif, H., & Nursyafni. (2023). HUBUNGAN PENGETAHUAN TERHADAP KEPATUHAN PENGGUNAAN OBAT PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 (N. Duniawati (ed.);

- pertama). CV. Adanu Abimata.
- Nilawati, Y. (2023). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Minat Remaja Putri Minum Tablet Fe Di SMPN 2 Sukapura: The Correlation Between Peer Support and Young Girls' Interest in Drinking Fe Tablets at SMPN 2 Sukapura. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 191–200. <https://doi.org/http://assyifa.forindpress.com/index.php/assyifa/index>
- Noerfitri, Rohayati, Nur Sartika, A., Hilal, M., Puspita Dewi, F., Zulfi, S., & Rahmadhani, N. (2024). UPAYA MENINGKATKAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA Nutritional Education and Formation of Peer Educators for Adolescent Girls as an Effort to. *Jurnal Abdi Insani*, 11 (4)(September), 2564–2576. <https://doi.org/https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i4.2141>
- Nuraisa, W., Luqmanasari, E., & Setyowati, A. (2019). Efektivitas Pemberian TTD Melalui Program Gelang Mia Terhadap Tingkat Anemia Remaja (1st ed.). Media Nusa Creative.
- Nurfika, M., & Putri, N. T. (2025). ANALISIS PROGRAM PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KINALI KABUPATEN PASAMAN BARATTAHUN 2024. *JAKIA : Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 1(2), 96–110.
- Nurzannah, Nengsih, E., Hastuti, tulita. nurhidayah., & Al, dede et. (2025). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Factors Related to the Incidence of Anemia in Adolescent Girls. *Jurnal Cihams*, 1(1), 114–129. <https://doi.org/10.31001/cihams.v1i1.18>
- Oktaviani, & Sari, D. K. (2024). Ubungan Sikap Remaja Putri Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Setabelan Kota Surakarta. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 01(02), 1–6. <https://doi.org/https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>
- Puspikawati, S. I., Sebayang, S. K., Dewi, D. M. S. K., Fadzilah, R. I., Alfayad, A., Wrdoyo, D. A. H., Pertiwi, R., Adnin, A. B. A., Devi, S. I., Manggali, T. R., Septiani, M., & Yunita, D. (2021). Nutrition Education about Anemia in Adolescents in Banyuwangi District, East Java. *Media Gizi Kesmas*, 10(2), 278–283.
- Raharjo, D. S., & Indrayanti. (2020). PEER GROUP SUPPORT FOR IRON TABLET MEDICATION ADHERANCE UN FEMALE TEENAGERS OF SMA N 1 BANGUNTAPAN IN 2020. *Journal of Health*, 8(1), 36–41.
- Ratri, T. H. (2024). Pendidikan Kesehatan Anemia Pada Mahasiswa Putri Dengan Konsumsi Tablet Fe Menggunakan Vidio Edukasi. *Bhakti Sabha Nusantara*, 3(2), 68–74. <https://doi.org/10.58439/bsn.v3i2.277>
- Riskiyah, L., Wiantina, N. A., & Siregar, F. (2025). Peran Teman Sebaya Dalam Pembentukan Perilaku Asertif Pada Peserta Didik SMAIT Asy-Syukriyyah. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Dan Madrasah Ibtidaiyah*, 04(01), 41–49. <https://doi.org/https://doi.org/10.36769/tarqiyatuna.v4i1.942>
- Rusiana, H. putri, Supinganto, H. P. I., Agus Suharmanto Setyawati, I., Budiana, Irwan Purqoti, Dewi Nur Sukma Zulfiana, Yesvi Herlina, S., & Maya Thoyibah, Z. (2021). Pendidikan Teman Sebaya (M. Nasrudin (ed.); 1st ed.)). PT> Nasya Expanding Management (Penerbit NEM-Anggota IKAPI).
- Rusmaningrum, santi wahyu. (2023). Volume 2 Nomor 8 Agustus 2023 PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG FAKTOR PENYEBAB. *Jurnal Multidisplin Indonesia*, 2, 1994–2000. <https://doi.org/https://jmi.rivierapublishing.id/index.php/rp> PENGETAHUAN
- Sakti, E., Rizki, Kesehatan Masyarakat, F., & Halu Oleo Kendari, U. (2025). Efektivitas Pemberian Edukasi Melalui Media Video Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet Tambah Darah (Fe) Di Smk Negeri 4 Kendari. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Indonesia*, 6, 2797–5894. <https://doi.org/10.37887/jgki.v2i4>
- Santoso, B. E., & Desi, M. N. (2024). Buku Ajar Promosi Kesehatan Dan Pendidikan Kesehatan. Basya Media Utama.
- Sari, R. Y., Wisnuwardani, W., Ratih, Hasnidar, Wibowo, Y., & Citra. (2025). Edukasi Dan Pengawasan Konsumsi Tablet Tambah Darah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri: Studi Quasi Eksperimen. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 19(1), 8–16.

- <https://doi.org/10.36082/qjk.v19i1.2065>
- Swarjana, K. (2022). Konsep Pengetahuan, Sikap, PERILAKU, PERSEPSI, STRESS, KECEMASAN, NYERI, DUKUNGAN SOSIAL, KEPATUHAN, MOTIVASI, KEPUASAN, PANDEMI COVID-19, AKSES PELAYANAN KESEHATAN (R. Indra (ed.); Ed.1). CV ANDI OFFSET.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). BUKU AJAR METODOLOGI PENELITIAN KESEHATAN (A. Hawa (ed.); pertama). Ahlimedia.
- WHO. (2024). WorldHealthOrganization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240088542>
- Wulandari, A., Natasya, A., Safanah, A. N., Febriana, L., Anugrah, R., Aini, Y. N., & Dolifah, D. (2024). PENDIDIKAN KESEHATAN MENGENAI PENTINGNYA KONSUMSI TABLET. JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT. <https://doi.org/https://doi.org/10.30999/jpkm.v14i1.3138>
- Yaniarti, S., Yorita, E., & Efriani, R. (2024). Anemia Pada Remaja dan Cara Menanganinya (M. Nasrudin (ed.); 1st ed.). PT Nasya Expanding Management.
- Zuleha, Handayani, L., Yunita, L., & Kabuhung, E. I. (2025). Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Madrasah Aliyah Swasta Normal Islam Puteri Rakha Amuntai. Health Research Journal of Indonesia, 3(4), 249–256. <https://doi.org/10.63004/hrji.v3i4.651>