

HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KEPATUHAN MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH PADA SISWI SMA NEGERI 1 BANGLI

Ni Putu Dewi Murdani¹, Ni Luh Gede Intan Saraswati^{2*}, I Dewa Agung Ketut
Sudarsana³

¹⁻³STIKes Wira Medika Bali

Email Korespondensi: intansaras@stikeswiramedika.ac.id

Disubmit: 19 September 2023

Diterima: 03 Mei 2024

Diterbitkan: 01 Juni 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i6.12259>

ABSTRACT

Adolescent girls are the age that requires good nutrition, and one of them is iron intake. Iron intake is very important to prevent anemia. The Adherence of young women to consuming Blood Supplement Tablets is an indicator of preventing anemia in adolescents which can be influenced by internal and external factors. External factors include peer support. The purpose of this study was to determine the relationship between peer support with adherence to consuming BST (Blood Supplement Tablet) in students of SMAN 1 BANGLI. This research used a cross-sectional approach. It was 232 respondents, Sampling technique used is stratified random sampling. The results of this study showed that the majority of respondents had peer support in the good category, there were 166 respondents (71.6%), and 175 respondents (75.4%) adhered to consuming BST. Based on the results of the Chi-Square statistical test, a p-value of 0.000 (<0.05) was obtained, which means that there is a relationship between peer support and adherence in consuming BST in the students of SMAN 1 Bangli. The OR value obtained was 20.29, which means that respondents with unfavorable peer support were 20.29 times more likely to be disobedient in consuming BST than female students who received good peer support. Activities outside the home tend to be more actively carried out by adolescents with peers, so peers have a great influence on adolescent behavior.

Keywords: Peer Support, Adherence, Blood Supplement Tablets

ABSTRAK

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 internal dan eksternal. Faktor eksternal diantaranya adalah dukungan teman sebaya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi TTD (Tablet Tambah Darah) pada siswi SMA Negeri 1 Bangli. Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah responden sebanyak 232 orang, yang diambil menggunakan teknik *stratified random sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden

memiliki dukungan teman sebaya dalam kategori baik yaitu sebanyak 166 responden (71,6%) dan terdapat 175 responden (75,4%) patuh mengonsumsi TTD. Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 (< 0,05), yang berarti ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi SMA Negeri 1 Bangli. Nilai OR yang diperoleh sebesar 20,29 artinya responden dengan dukungan teman sebaya yang kurang baik berpeluang 20,29 kali lebih besar untuk tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah dibandingkan dengan siswi yang mendapatkan dukungan teman sebaya yang baik. Aktivitas di luar rumah cenderung lebih aktif dilakukan oleh remaja dengan teman sebaya, sehingga teman sebaya memiliki pengaruh besar terhadap perilaku remaja.

Kata Kunci: Dukungan Teman Sebaya, Kepatuhan, Tablet Tambah Darah

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari tahap perkembangan anak-anak menuju ke tahap dewasa. Pada masa remaja akan banyak mengalami perubahan, salah satunya berkaitan dengan kebutuhan nutrisi. Peningkatan laju metabolisme diikuti dengan peningkatan kebutuhan akan nutrisi dan oksigen, oleh karena itu kadar Hemoglobin pada masa remaja sangat penting (Wisudawati, W 2022). Kadar Hb yang rendah memiliki dampak negatif terhadap kinerja dan pertumbuhan kognitif remaja (Kemenkes, 2018). Kurangnya cadangan zat besi di dalam tubuh yang cukup lama akan menyebabkan kadar Hb terus berkurang dan mengakibatkan masalah gizi seperti, anemia gizi besi dan *stunting*. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi dan membentuk sel darah merah/eritrosit (Bakta, 2015)

Remaja yang mengalami anemia dapat mengalami dampak buruk pada aktivitas sehari-harinya terutama dalam imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, dan tumbuh kembang (Prasetya, 2019)

Kondisi anemia yang dialami oleh remaja putri akan meningkatkan risiko anemia pada saat hamil, apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik berisiko terjadinya pendarahan saat

persalinan, bayi berat badan lahir rendah, dan cenderung melahirkan bayi *stunting* (Dieny, 2019). Pemberian gizi spesifik suplementasi tablet tambah darah adalah upaya prioritas yang dilakukan kepada remaja putri untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD (Tablet Tambah Darah) pada remaja putri dilakukan melalui UKS di Institusi Pendidikan (SMP dan SMA sederajat) dengan dosis yang diberikan adalah 1 tablet setiap minggu selama sepanjang tahun (Kemenkes, 2017). Konsumsi TTD secara rutin saat menstruasi dianjurkan pada remaja putri sebanyak 1 tablet tiap hari (Depkes, 2020).

Kepatuhan mengonsumsi TTD merupakan suatu bentuk perilaku patuh yang berasal dari niat individu tersebut untuk mengonsumsi TTD. Kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal menurut penelitian Utomo (2020), faktor eksternal yang memiliki hubungan dengan kepatuhan mengonsumsi TTD, salah satunya adalah dukungan teman sebaya. Dukungan teman sebaya merupakan faktor yang berpengaruh dalam kehidupan remaja dikarenakan remaja lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah

bersama dengan teman-teman sebaya (Raharjo, 2020). Berdasarkan latar belakang peneliti merumuskan masalah apakah dukungan teman sebaya berhubungan dengan kepatuhan mengonsumsi TTD pada siswi SMA Negeri 1 Bangli. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi TTD

KAJIAN PUSTAKA

Dalam dunia medis remaja dikenal sebagai suatu tahap perkembangan fisik, pada masa ini remaja akan mengalami perubahan serta kematangan organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi (Sarwono, 2015)

Anemia merupakan masalah kesehatan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (Hb) tidak mencukupi dalam rentang normal, pada wanita umur 15-49 tahun rentang normal Hb yaitu 12 gr/dl (Kemenkes RI, 2021). Ani (2013), dalam penelitiannya menyatakan, tanda dan gejala yang dapat dikenali dan dirasakan oleh penderita anemia pada remaja yaitu:

- 1) Lemah, letih, lesu, Lelah, dan lungai (5L)
- 2) Sering mengeluh pusing, mata berkunang-kunang, dan konjungtiva tampak pucat.
- 3) Gejala lebih lanjut adalah kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat.
- 4) Nyeri tulang pada tingkat anemia yang lebih parah, takikardi dan pingsan.

Pada kondisi anemia defisiensi besi dapat diberikan pemberian zat besi secara oral, intramuscular, atau tranfusi darah Fitriany et al. (2018).

Kepatuhan merujuk pada situasi perilaku seorang individu sepadan dengan Tindakan yang telah

dianjurkan atau nasehat yang telah diberikan oleh seorang tenaga kesehatan (Notoadmodjo, 2017). Faktor pengetahuan, sikap, dukungan orang tua dan guru menjadi beberapa hal yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri (Nurjanah & Azinar, 2023), dan dukungan teman sebaya juga diperkirakan memberikan kontribusi pada kemauan remaja putri dalam konsumsi TTD

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif korelasional* dengan rancangan *cross-sectional*.

Populasi yang digunakan pada penelitian ini ialah siswi SMA Negeri 1 Bangli berjumlah 548 siswi dilakukan pada bulan April 2023. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah siswi yang bersedia menjadi responden. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 232 responden teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*.

Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner dukungan teman sebaya dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah.

Data dianalisis menggunakan uji statistik *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Hasil uji validitas dan reliabilitas instrument

Kuesioner yang digunakan merupakan pembaharuan dari penelitian Utomo dan Ruqoiyah (2019). Hasil uji validitas kuesioner dukungan teman sebaya menunjukkan nilai r hitung sebesar 0.485-0.730 dan hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai r alpha 0,664 > 0,60 sehingga dinyatakan *reliable*. Hasil uji validitas kuesioner kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah

menunjukkan rentang r hitung 0.299-0.553 sehingga disimpulkan valid, dan hasil uji reliabilitas menunjukkan hasil $0,747 > 0,60$ maka dapat dinyatakan instrumen tersebut reliabel.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Umur	15 tahun	36	15,5%
	16 tahun	88	37,9%
	17 tahun	66	28,4%
	18 tahun	41	17,7%
	19 tahun	1	0,4%
	Jumlah	232	100%

Berdasarkan karakteristik responden dapat dilihat bahwa, dari 232 responden yang diteliti didapatkan bahwa mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 88 orang (37,9%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi dukungan teman sebaya

Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi (f)	Persentase %
Kurang Baik	66	28,4
Baik	166	71,6
Total	232	100

Table 3. Distribusi frekuensi kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah

Kepatuhan Mengonsumsi TTD	Frekuensi (f)	Persentase %
Tidak Patuh	57	24,6
Patuh	175	75,4
Total	232	100

Berdasarkan Tabel 2 & 3 diketahui sebagian besar responden dikategorikan memiliki dukungan teman sebaya yang baik yaitu sebanyak 166 (71,6%) responden dan didapatkan sebanyak 175 (75,4%) responden dikategorikan patuh dalam mengonsumsi TTD.

Tabel 4. Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Siswi SMA Negeri 1 Bangli

Dukungan Teman Sebaya	Kepatuhan Mengonsumsi TTD						OR	p-value
	Tidak Patuh		Patuh		Total			
	F	%	f	%	F	%		
Kurang Baik	43	18,54	23	9,91	66	28,45	20,29	0,000
Baik	14	6,03	152	65,52	166	71,55		
Total	57	24,57	175	75,43	232	100		

Berdasarkan tabel 4, diketahui dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi TTD didapatkan hasil $p = 0,000 (<0,05)$,

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi SMA Negeri 1 Bangli. Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan angka *p-value* sebesar $0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya hipotesa dalam penelitian ini diterima dimana secara statistic ada hubungan positif dan signifikan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Bangli. Hasil Uji *Chi-Square* juga menunjukkan nilai Odd Ratio sebesar 20,29 yang menunjukkan responden dengan dukungan teman sebaya yang kurang baik 20,29 kali lebih besar untuk tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kasmawardah (2019) dengan judul "Hubungan Dukungan Sekolah, Dukungan Keluarga, dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMPN 3 Banjarbaru" dalam penelitian ditemukan bahwa nilai *p-Value* pada dukungan teman sebaya sebesar $0,001 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi TTD. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyani, (2020) dengan judul "Peer Group Support Dalam Upaya Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri" dengan hasil penelitian didapatkan nilai *p-Value* sebesar $0,007 (<0,05)$ sehingga dapat

yang berarti ada hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi SMA Negeri 1 Bangli.

disimpulkan terdapat hubungan signifikan antara *Peer Group Support* terhadap kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

Dukungan teman sebaya merupakan dukungan sosial yang diberikan langsung oleh teman seusianya. Pada masa remaja pengaruh kelompok sebaya sangat besar dikarenakan remaja cenderung menghabiskan waktu di luar rumah bersama dengan temannya, hal ini dapat mempengaruhi pola pikir remaja dalam wawasan sosial mereka terkait penyesuaian diri pada situasi sosial. Dukungan teman sebaya bagi remaja sangat penting hal tersebut berkaitan dengan remaja memiliki keinginan untuk diterima dalam kelompoknya, apa yang disampaikan oleh teman atau digunakan temannya akan menjadikan remaja ingin menirunya (Jahja, 2013). Kepatuhan adalah suatu perubahan perilaku yang menaati peraturan. Tingkat kepatuhan dapat dimulai dari tindakan mengindahkan setiap aspek anjuran hingga mematuhi rencana (Notoadmodjo, 2017).

Teori ini sejalan dengan hasil penelitian yang didapatkan mayoritas responden dengan dukungan teman sebaya yang baik dengan responden patuh dalam mengonsumsi TTD sebanyak 152 (65,52%). Hasil *p-Value* $0,000$ yang berarti $< 0,05$ sehingga hasil menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi SMA Negeri 1 Bangli. Nilai OR diperoleh 20,29 yang berarti responden dengan dukungan teman sebaya yang kurang baik berpeluang 20,29 kali lebih besar untuk tidak

patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hasil uji *crosstab* menunjukkan dari 232 65.2% responden memiliki dukungan

teman sebaya kurang dan 8.4% responden patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo & Definta Sari (2020) yang menyatakan terdapat hubungan antara Peer Group Support terhadap kepatuhan minum obat tablet tambah darah pada remaja putri.

Dukungan teman sebaya erat kaitannya dengan kepatuhan mengonsumsi TTD pada remaja putri hal itu berkaitan dengan tingkat keaktifan siswa dalam mengikuti kegiatan organisasi yang menjadikan interaksi teman sebaya lebih besar yang menjadikan wawasan sosial siswa semakin baik. Pada masa remaja dengan adanya teman sebaya menjadikan individu mampu mengekspresikan minat serta kemampuan yang dimilikinya dalam hal ini teman sebaya memiliki pengaruh terhadap perilaku satu sama lainnya. Menurut peneliti perlu memperhatikan dukungan sosial yang didapat oleh setiap remaja karena setiap dukungan yang diberikan dapat mendorong remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur maupun mempengaruhi remaja untuk tidak patuh mengonsumsi TTD

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui ada hubungan dukungan teman sebaya dengan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada siswi SMA Negeri 1 Bangli. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian terkait dukungan keluarga, pengetahuan, sikap, serta dukungan guru yang menjadi faktor pendukung dalam kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah.

Kedepannya diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti terkait faktor lain yang dapat mempengaruhi keluhan anemia pada remaja

DAFTAR PUSTAKA

- Ani, Dr. L. S. (2013). *Anemia Defisiensi Besi: Masa Prahamil dan Hamil, Buku Saku*. Katalog Dalam Terbitan
- Bakta, I. M. (2015). *Hematologi Klinik Ringkas*. Buku Kedokteran EGC
- Depkes. (2020). *Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pedoman-pemberian-tablet-tambah-darah-ttd-bagi-remaja-putri-pada-masa-pandemi-covid-19-bagi-tenaga-kesehatan>
- Dieny, F. F. (2019). Kualitas diet, kurang energi kronis (KEK), dan anemia pada pengantin wanita di Kabupaten Semarang. In *The Indonesian Journal of Nutrition* (Vol. 8, Issue 1). <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jgi/>
- Fitriany et al. (2018). Anemia Defisiensi Besi. In *Jurnal Averrous* (Vol. 4, Issue 2). <https://ojs.unimal.ac.id/averrous/article/view/1033>
- Jahja, Y. (2013). *Psikologi Perkembangan* (3rd ed.). Kencana.
- Kasmawardah, inanda. (2019). Hubungan dukungan sekolah, keluarga, teman sebaya dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMP N 3 Banjarbaru. *Jurnal Universitas Lambong Mangkurat*. <http://digilib.ulm.ac.id/archive/digital/detailed.php?code=24093>
- Kemenkes. (2017). *Pemberian TTD Pada Remaja Putri*.

- Kemenkes RI. (2021). *Remaja Putri Sehat Bebas Anemia di Masa Pandemi Covid-19*
- Mulyani, R. (2020). Peer Group Support Dalam Upaya Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. [https://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=23144&keywords=](https://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=23144&keywords=diakses%20pada%2013%20juni%202023) diakses pada 13 juni 2023
- Ningtyas, O., Ulfiana, E., & Yono, N. (2021). Hubungan Pengetahuan tentang Anemia dan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMPN 01 Brondong Lamongan. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(2), 128. <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i2.1185>
- Notoadmodjo, S. (2017). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurjanah, Alfi., & Azinar, Muhammad. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development* (Vol.7, 2023) <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeiahttps://doi.org/10.15294/higeia/v7i2/64227>
- Prasetya, et al. (2019). Hubungan Antara Anemia Dengan Prestasi Belajar Pada Siswi Kelas Xi Di Sman I Abiansemal Badung. In *Jurnal Medika* (Vol. 8, Issue 1). <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum46>
- Raharjo, Defintasari., Indrayani. (2020). Dukungan Peer Group Terhadap Kepatuhan Konsumsi Minum Obat Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Banguntapan. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2186553>
- Sarwono, S. W. (2014). *Psikologi Sosial*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, S. W. (2015). *Psikologi Remaja* (17th ed.). PT RajaGrafindo Persada.
- Sukaesih. 2023. Pengaruh interaksi sosial teman sebaya terhadap kemandirian remaja di sekolah menengah atas. Bogor.
- Utomo, Erlina (2020). *ILMU GIZI INDONESIA Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri Knowledge, family, and peer support associated with iron tablet consumption on female adolescent*.
- Wisudawati, W.(2022). Pengaruh Pendidikan Gizi dan Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Pencegahan Anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*. <https://ojs.stikesmi.ac.id/index.php/ojs/article/view/56>