



HUBUNGAN KEPATUHAN MENGGONSUMSI TABLET FE DENGAN KUALITAS HIDUP SISWI SMP NEGERI 1 BOYOLALI

Ashifa Miftakhul Fatwa¹, Dewi Kartika Sari²

^{1,2}Universitas 'Aisyiyah Surakarta
 email : ashifa.miftakhulftw@gmail.com

Abstrak	Info Artikel
<p><i>Anemia akibat kekurangan zat besi merupakan masalah kesehatan yang banyak dialami remaja putri, terutama karena kebiasaan makan yang tidak seimbang serta gaya hidup kurang aktif. Di Indonesia, prevalensi anemia pada perempuan sebesar 18,0%. Di Jawa Tengah, 30,45% remaja putri teridentifikasi anemia. Salah satu upaya pemerintah dalam mencegah anemia adalah pemberian tablet Fe secara rutin kepada remaja putri. Namun, rendahnya tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe dapat berdampak pada menurunnya kualitas hidup dari segi fisik, psikologis, hubungan sosial, lingkungan. Tujuan: Mengetahui hubungan antara kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali. Metode: Penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi seluruh siswi SMP Negeri 1 Boyolali sebanyak 521, teknik pengambilan sample acidental sampling. Instrumen menggunakan kuesioner, analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan mayoritas siswi memiliki kepatuhan mengonsumsi tablet Fe rendah (78,6%) dan kualitas hidup kategori sedang (57,1%). Hasil analisis antara kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi sebesar $0,000 < 0,05$ artinya terdapat hubungan signifikan antara mengonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup. Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan antara kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali.</i></p>	<p>Diajukan : 25-06-2025 Diterima : 13-07-2025 Diterbitkan : 08-8-2025</p> <p>Kata kunci: <i>Anemia, kepatuhan, kualitas hidup, remaja putri, tablet fe.</i></p> <p>Keywords: <i>Anemia, compliance, iron tablets, quality of life, teenage girls.</i></p>
<p>Abstract</p> <p><i>Iron deficiency anemia is a common health issue among teenage girls, mostly caused by lifestyle and unbalanced diet. In Indonesia, 18.0% of females and 30.45% of teenage girls in Central Java are affected. The government provides iron (Fe) tablets to prevent anemia. However, noncompliance in taking Fe tablets can lower physical, mental, social, and environmental quality of life. Objective: To determine the relationship between Fe tablet compliance and the quality of life among female students at SMP Negeri 1 Boyolali. Method: This quantitative study used a correlational design. The population was all 521 female students SMP Negeri 1 Boyolali, selected using accidental sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed with the Spearman Rank test. Result: Most students had a moderate quality of life (57.1%) and low compliance in taking Fe tablets (78.6%). Statistical analysis showed a significant correlation between quality of life and Fe tablet compliance ($p = 0.000 < 0.05$). Conclusion: There is a significant relationship between the quality of life and compliance in taking Fe tablets among female students at SMP Negeri 1 Boyolali. Keywords: Anemia, compliance, iron tablets, quality of life, teenage girls.</i></p>	

Cara mensitasi artikel:

Fatwa, A.M., & Sari, D.K. (2025). Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kualitas Hidup Siswi SMP Negeri 1 Boyolali . *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 3(3), hal 538-549 <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>

PENDAHULUAN

Perubahan fisik remaja dipengaruhi oleh kebiasaan gaya hidup yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada remaja. Kebiasaan buruk remaja masa kini banyak menghabiskan waktunya untuk bermain game online sehingga tidak melakukan aktivitas fisik di rumah, lupa waktu makan, lupa waktu tidur sampai begadang sehingga menurunkan kualitas hidupnya (Kumayas *et al.*, 2022). Kebiasaan makan yang kurang tepat dapat mempengaruhi kesehatan remaja hasil penelitian Aspihani *et al.*, (2023) menunjukkan remaja putri yang sering kali tidak mengonsumsi sayur mayur dan buah-buahan. Remaja lebih cenderung mengonsumsi nasi dan lauk tanpa memperhatikan asupan gizi lain. Kondisi ini menyebabkan kurangnya asupan zat besi serta zat yang dapat membantu penyerapan zat besi, yang seharusnya ditemukan dalam sayur dan buah-buahan yang kaya Vitamin C. Akibatnya, remaja rentan mengalami anemia.

Anemia merupakan keadaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari kadar normal. Pada remaja perempuan, kadar Hb normalnya adalah 12-15 gr/dl, dan pada remaja laki-laki 13-17 gr/dl (Aulya *et.al.*, 2022). Hemoglobin diperlukan untuk membawa oksigen, tetapi jika sel darah merah terlalu sedikit atau jika hemoglobin terlalu sedikit, kemampuan darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh berkurang (Fitria *et al.*, 2024). Remaja Wanita rentan terkena anemia karena pada saat menstruasi akan mengeluarkan darah 16-33,2 cc dan kehilangan zat besi sebanyak $\pm 1,3$ mg setiap hari (Hamranani *et.al.*, 2020).

Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) melaporkan data penderita anemia secara global pada tahun 2021 adalah 31,2% perempuan menderita anemia, dibandingkan dengan 17,5% laki-laki. Perbedaan gender semakin lebih jelas terlihat pada masa reproduksi, pada usia 15 sampai 49 tahun. Pada kelompok usia ini, prevalensi anemia pada perempuan sebesar 33,7% dibandingkan 11,3% pada laki-laki. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia di Indonesia adalah 16,2%, pada kelompok usia 5-14 tahun 16,3%, 15-24 tahun 15,5%, pada laki-laki 14,4%, perempuan 18,0% (Kemenkes BKPK, 2023). Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Jawa Tengah tahun 2023 remaja putri yang teridentifikasi anemia sebesar 30,45% dan prevalensi anemia berdasarkan data Dinas Kesehatan Boyolali tahun 2025 remaja putri kelas 7 dan 10 yang teridentifikasi sebesar 3.681 siswi/22,2%.

Anemia akibat kekurangan zat besi pada remaja dapat menjadi masalah serius jika tidak ditangani dengan baik, khususnya terkait dengan persiapan kehamilan atau persalinan. Remaja putri yang tidak mencegah anemia berisiko mengalami kehamilan dengan komplikasi seperti berat badan lahir rendah (BBLR), bayi prematur, bahkan kematian ibu dan anak saat melahirkan akibat kekurangan darah saat hamil. Memantau status darah dan memastikan kebutuhan zat besi adalah hal yang sangat penting guna mencegah kekurangan darah pada masa kehamilan (Guarango, 2022).

Pada penelitian Porajow *et al.*, (2021) mengungkapkan bahwa kualitas hidup kesehatan remaja berhubungan dengan aktivitas fisik, sedangkan status gizi buruk menurunkan aspek lingkungan remaja. Anemia pada remaja dapat mengganggu

pertumbuhan, perkembangan psikologis sehingga mempengaruhi kualitas hidupnya, Pada penelitian Yuliawati *et al.*, (2024) menyatakan bahwa, 42,9% responden tanpa anemia tidak mengalami depresi, 50% mengalami kecemasan sedang, 25% dengan status anemia berada di Tingkat normal stres, sementara sisanya mengalami stres dalam berbagai tingkat (ringan hingga berat). Peneliti mengatakan kondisi anemia pada remaja mungkin tidak langsung terlihat, tetapi efeknya dapat dirasakan seperti melemahkan kemampuan belajar, mengurangi interaksi sosial, menghalangi remaja dalam mencapai cita-cita, menyebabkan kelelahan berkepanjangan, Remaja yang menderita anemia menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja tanpa anemia.

Mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh merupakan hal penting untuk mempersiapkan remaja putri yang sehat dan berkualitas. Salah satu cara mencegahnya adalah dengan mencukupi kebutuhan zat besi (Fe) dengan mengkonsumsi obat tambah darah/Fe. Pemerintah memiliki program untuk remaja putri dengan memberikan satu tablet Fe setiap minggu sepanjang tahun, yang totalnya mencapai 52 tablet.

Data SKI tahun 2023 Proporsi jumlah tablet Fe yang diperoleh remaja putri usia 10-19 tahun secara nasional bervariasi, dengan 7,9% didapatkan melalui fasilitas kesehatan, 6,1% melalui sekolah, dan 4,9% diperoleh secara mandiri. Dari jumlah tersebut, proporsi remaja yang mengonsumsi lebih dari 52 tablet dalam setahun adalah 4,2% (diperoleh dari fasilitas kesehatan), 3,0% (diperoleh dari sekolah), dan 4,3% (diperoleh secara mandiri). Proporsi remaja putri usia 10-19 tahun yang mendapat/membeli tablet tambah darah dalam 12 bulan terakhir di Jawa Tengah 72,6% (Kemenkes BKPK, 2023). Data pada Kabupaten Boyolali jumlah remaja putri mendapatkan tablet Fe 46.011 siswi. Data tertinggi pada wilayah puskesmas Boyolali I sebesar 5.829 siswi. Data peneliti sebelumnya kepatuhan remaja putri di Desa Senting Sambi Boyolali 89,3% berada pada tingkat rendah, 10,7% memiliki tingkat kepatuhan sedang, dan tidak ada yang menunjukkan kepatuhan tingkat tinggi (Maesaroh *et al.*, 2023).

Pada penelitian Rachmawati (2024) mengungkapkan bahwa remaja putri yang patuh mengonsumsi tablet Fe rutin akan membawa dampak positif bagi tubuh salah satunya kadar Hb akan meningkat. Pemberian tablet Fe minimal 16 minggu dengan dosis 1 tablet seminggu sekali dan 1 tablet setiap hari selama menstruasi. Pada penelitian lainnya yang dilakukan Septina (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi tablet Fe dengan kadar Hb saat menstruasi dengan nilai $p=0,004 < \alpha = 0,05$. Dengan hasil 54,2% mengalami anemia, 75,0% remaja putri yang mengonsumsi tablet Fe tidak mengalami anemia sedangkan 83,3% yang tidak mengonsumsi tablet Fe mengalami anemia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 1 Boyolali pada bulan Januari tahun 2025 dengan metode wawancara kepada 10 orang siswi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 7 siswi tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, dengan alasan yang bervariasi, seperti malas, lupa dan merasa tablet Fe amis. Satu siswi patuh mengonsumsi tablet Fe. Dua orang siswi yang memiliki riwayat penyakit anemia mengatakan sering mengalami pusing, kesulitan tidur, kelelahan, dan kesulitan berkonsentrasi dan tidak pernah mengonsumsi tablet Fe. Sebagian besar siswi mengatakan jarang berolahraga, sering mengonsumsi makanan cepat saji, pola makan tidak teratur dan sering begadang.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kualitas Hidup Siswi SMP Negeri 1 Boyolali”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Tujuan dilakukan penelitian dengan menggunakan metode korelasional adalah untuk mengetahui hubungan dua variabel. Penelitian ini meneliti tentang hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe Siswi SMP Negeri 1 Boyolali

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa mayoritas responden siswi SMP Negeri 1 Boyolali memiliki kepatuhan rendah dalam mengkonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 66 orang atau sebesar 78,6%, tidak ada yang memiliki kepatuhan tinggi dalam mengkonsumsi tablet Fe sedangkan yang memiliki kepatuhan sedang 18 orang atau sebesar 21,4%. Hal ini menunjukkan bahwa siswi yang diberikan tablet Fe dari sekolah setiap hari jum'at belum patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Monika *et al.*, (2023) hampir seluruh dari responden memiliki kepatuhan rendah dalam mengkonsumsi tablet Fe sebesar 108 orang atau 77,7%, hal ini menurut Monika *et al.*, (2023) disebabkan oleh perilaku remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe tidak sesuai dengan instruksi petugas Kesehatan dan kurangnya pemantauan serta dukungan langsung dari tenaga Kesehatan, guru maupun keluarga. Rendahnya kesadaran remaja mengenai pentingnya asupan Fe bagi kesehatan terutama dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dapat menyebabkan remaja mengabaikan kepatuhannya dalam mengkonsumsi tablet Fe.

Hal ini sejalan pada penelitian Riski *et al.*, (2023) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe yaitu pengetahuan, sikap, motivasi, dukungan teman sebaya, dukungan nakes dan dukungan guru. Berdasarkan hasil penelitian ini siswi SMP Negeri 1 Boyolali belum mengetahui manfaat konsumsi tablet Fe, siswi belum pernah menerima edukasi atau penyuluhan tentang tablet Fe. Sebagian besar siswi memiliki sikap kepatuhan konsumsi tablet Fe rendah, sikap siswi dipengaruhi oleh lingkungan sosial, terutama dengan teman sebaya karena siswi cenderung meniru perilaku teman sebayanya. Individu yang memahami dampak anemia dan manfaat tablet Fe cenderung memiliki kesadaran untuk patuh mengkonsumsi tablet fe.

Berdasarkan penelitian Ihsan, (2022) yang menganalisis penyebab rendahnya kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe didapatkan bahwa Tingkat pengetahuan, peran petugas Kesehatan dan dukungan keluarga saling berkaitan dan berperan penting dalam membentuk perilaku patuh remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe secara rutin. Pada penelitian Lovendra dan Olla, (2023) Terdapat faktor lain yang turut mempengaruhi remaja putri dalam mengkonsumsi

tablet Fe seperti remaja putri yang belum tertarik mengkonsumsi tablet fe karena persepsi Kesehatan pribadi. Individu merasa tidak mengalami gejala penyakit sehingga menganggap tidak perlu tablet Fe, selain itu saat mengkonsumsi tablet Fe terjadi efek samping seperti mual, rasa amis, dan warna tablet Fe yang tidak dapat diterima.

Peneliti berasumsi, remaja tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe karena remaja belum memiliki kesadaran mandiri dalam menjaga Kesehatan, sehingga tanpa pengawasan langsung remaja cenderung abai dalam mengkonsumsi tablet Fe.

2. Kualitas Hidup Siswi SMP Negeri 1 Boyolali

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa mayoritas responden siswi SMP Negeri 1 Boyolali memiliki kualitas hidup sedang yaitu sebanyak 48 orang atau 57,1% sedangkan responden yang memiliki kualitas hidup tinggi 36 orang atau sebesar 42,9%, tidak ada yang memiliki kualitas hidup rendah. Individu yang memiliki kualitas hidup tinggi dapat memberi dampak positif bagi kehidupannya. Seperti pada kondisi fisik yang sehat, kondisi psikologis yang sejahtera hubungan sosial yang baik dan lingkungan yang aman dan nyaman membuat individu dapat mencapai kepuasan hidup yang tinggi. Pada masa remaja, Kualitas hidup cenderung menurun pada remaja perempuan terlihat pada kesejahteraan fisik dan mental yang memburuk seiring bertambahnya usia. Hal ini dapat disebabkan oleh perkembangan pada masa remaja, seperti perubahan biologis, psikologis, dan sosial (Arsastha *et al.*, 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian Mikkelsen *et al.*, (2022) pada remaja yang menunjukkan bahwa stres, rasa kesepian, dan nyeri memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kualitas hidup sedangkan harga diri dan efikasi diri berdampak positif. Kualitas hidup akan menurun seiring bertambahnya usia namun, hanya signifikan pada aspek Kesehatan fisik dan psikologis. Pada remaja Wanita ditemukan memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Kualitas hidup merupakan konsep multidimensional yang mencerminkan persepsi individu terkait kondisinya dalam kehidupan yang dipengaruhi oleh 4 aspek kehidupan meliputi aspek Kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan (Ichsan, 2022). Pada penelitian ini kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali mayoritas responden memiliki Kesehatan fisik yang rendah karena dari 4 aspek kualitas hidup nilai terendah didapatkan pada aspek Kesehatan fisik. Sebagian siswi merasakan keluhan terkait kondisi fisik seperti mudah Lelah, kurangnya energi untuk beraktivitas yang menghambat kegiatan sehari-hari.

Hal ini sejalan pada penelitian Aura *et al.*, (2024) siswa mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari karena responden memiliki Kesehatan fisik yang buruk. Kesehatan fisik memiliki peran penting bagi remaja untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal, Gambaran Kesehatan remaja saat ini dapat mencerminkan kesehatannya pada usia dewasa dan lanjut (Tita *et al.*, 2025).

Berdasarkan penelitian Sadza *et al.*, (2024), menyatakan rendahnya kualitas hidup remaja dipengaruhi oleh kondisi kesehatan fisik dan faktor lingkungan. Pada aspek kesehatan fisik, para siswa mengalami kesulitan dalam mengelola kondisi

tubuh Ketika mengalami gangguan Kesehatan. Pada aspek lingkungan, para siswa menyatakan bahwa lingkungan tempat tinggalnya tidak memberikan rasa aman dan nyaman serta memiliki keterbatasan terhadap akses layanan Kesehatan.

Menurut asumsi peneliti rendahnya aspek Kesehatan fisik disebabkan karena kurang optimalnya pemenuhan gizi, nutrisi, dan kurang aktivitas fisik yang teratur, meskipun siswi berada dalam lingkungan yang aman dan mendukung, jika tidak adanya motivasi untuk beraktivitas membuat siswi mudah mengalami kelelahan.

3. Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kualitas Hidup

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.3 menunjukkan bahwa hasil tabulasi silang dapat dilihat bahwa mayoritas siswi SMP Negeri 1 Boyolali memiliki kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe rendah dan kualitas hidup sedang yaitu sebanyak 45 siswi atau 68,2%.

Kepatuhan mengkonsumsi Fe berhubungan dengan kualitas hidup dikarenakan pada saat ini remaja putri mengalami pertumbuhan yang pesat sehingga membutuhkan kebutuhan gizi yang lebih tinggi, termasuk zat besi. Ketidapatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe dapat menyebabkan kekurangan zat besi yang berdampak pada penurunan kadar hemoglobin yang akan menyebabkan anemia. Penelitian Ramadhon *et al.*, (2020) menyatakan bahwa remaja putri yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe memiliki risiko lebih tinggi menderita anemia dibandingkan dengan mereka yang patuh mengonsumsi tablet Fe.

Menurut penelitian Putri *et al.*, (2024) menyatakan bahwa mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dapat berkontribusi dalam menurunkan kejadian anemia, sedangkan ketidapatuhan mengkonsumsi tablet Fe dapat meningkatkan resiko terjadinya anemia. Hal ini disebabkan oleh peran zat besi dalam tablet Fe. Saat individu mengkonsumsi tablet Fe secara teratur, membuat kadar zat besi dalam tubuh dapat meningkat secara konsisten dan dapat membantu mencegah defisiensi zat besi. Meskipun demikian, Putri *et al.*, (2024) menegaskan bahwa kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe tidak sepenuhnya menjamin dalam mencegah anemia. Faktor-faktor lain seperti asupan nutrisi sehari-hari, kondisi Kesehatan individu secara keseluruhan dan faktor-faktor genetik juga perlu diperhatikan dalam pencegahan anemia.

Hasil penelitian statistik menggunakan uji *sperman rank* didapatkan nilai p-value atau signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga signifikan secara statistik maka, H_0 ditolak dan H_a diterima berarti terdapat hubungan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali. Ketika kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe meningkat maka kualitas hidup juga cenderung meningkat. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali, hal ini dibuktikan dari hasil analisa pada tabel 4.4 yang menunjukkan hubungan signifikan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyu *et al.*, (2024) yang menyatakan bahwa siswi yang tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe mempunyai kemungkinan 3 kali mengalami anemia dibandingkan siswi yang patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe hal ini karena Remaja putri tergolong kelompok rentan menderita anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini disebabkan

oleh adanya siklus menstruasi setiap bulan, yang menyebabkan kehilangan darah rutin, sehingga membuat kebutuhan zat besi akan relatif lebih tinggi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sudarti *et al.*, (2023) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja perempuan. Pemberian tablet Fe terbukti meningkatkan kadar hemoglobin, sehingga dapat menjadi salah satu cara efektif dalam mencegah kejadian anemia dan pencegahan berbagai gangguan Kesehatan. Kadar hemoglobin yang optimal dapat membantu menjaga sistem imun tubuh, meningkatkan konsentrasi belajar, serta menunjang prestasi akademik dan kebugaran fisik. kadar hemoglobin yang optimal pada masa remaja juga berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi di masa mendatang seperti membantu menurunkan resiko komplikasi saat kehamilan.

Hal ini didukung dengan penelitian Sari *et al.*, (2022) diketahui bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam aspek hubungan sosial remaja Perempuan yang mengalami anemia dan tidak mengalami anemia, dengan $p=0,024$. Perbedaan tersebut kemungkinan disebabkan oleh gejala klinis anemia yang menyebabkan kelemahan, kelelahan, dan penurunan energi yang dapat menghambat interaksi sosial dan partisipasi individu dalam lingkungan sosialnya. Maka dari itu, Anemia pada remaja dapat memberi dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan seperti pada Kesehatan fisik, kemampuan belajar, produktivitas, kesejahteraan psikologis.

Menurut asumsi peneliti meningkatkan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe merupakan salah satu Upaya yang penting untuk meningkatkan kualitas hidup remaja karena kualitas hidup remaja yang baik akan mendukung terbentuknya generasi yang sehat secara fisik dan mental, produktif dalam menjalankan kegiatan sehari-hari dan siap menghadapi masa depan..

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, maka kesimpulan yang diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kepatuhan siswi SMP Negeri 1 Boyolali dalam mengkonsumsi tablet Fe mayoritas termasuk pada kategori kepatuhan rendah.
2. Kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali mayoritas termasuk pada kategori kualitas hidup sedang.
3. Terdapat hubungan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan kualitas hidup siswi SMP Negeri 1 Boyolali

DAFTAR RUJUKAN

- Addzaky, K.U. (2024) 'Perkembangan peserta didik sekolah menengah', *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 1(3), p. vii+184. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.61722/jinu.v1i3.1532>.
- Amira, I. *et al.* (2023) 'Penyuluhan tentang Kesehatan Jiwa Remaja di Pondok Pesantren Miftahul Hidayah Kelurahan Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), pp. 1693-1704. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.9479>.

- Anugrah, S.V.R. (2020) *Hubungan kepuasan hidup terhadap tingkat kebahagiaan pada volunteer sosial di Kota Pekanbaru*. Skripsi. Universitas Islam Riau Pekanbaru.
- Arsastha, Liang Kevin, Jimmy Posangi, A.E.M. (2022) 'Gambaran Kualitas Hidup Kesehatan Siswa Smp Dan Sma Di Kota Bitung Pada Masa Pascapandemi Coronavirus Disease 2019', *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 11(1).
- Artama, I.K.D., Citrawati, N.K. and Pramesti, T.A. (2020) 'Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pada Pasien PPOK di Puskesmas Mengwi I', *Repository Stikes Wira Medika*, 23, pp. 1-8. Available at: <https://repository.stikeswiramedika.ac.id/20/>.
- Aspihani, G.M., Kabuhung, E.I. and Ulfa, I.M. (2023) 'Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Kelumpang Tengah', *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 3(3), pp. 40-52. <https://doi.org/10.55606/jikki.v3i3.2129>.
- Aulya, Y., Siauta, J.A. and Nizmadilla, Y. (2022) 'Analisis Anemia pada Remaja Putri', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), pp. 1377-1386. Available at: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.
- Aura Sadza, Mery Ramadani, S.M.N. (2024) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Remaja Di SMKN 1 Kecamatan Pangkalan Koto Baru' *Jurnal Kesehatan Medika Saintika* 15, pp. 243-248.
- Bidayah, S.I. (2022) 'Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur', *Journal Of Social Science Research*, 4(3), pp. 541-555.
- Budiarty, S. and Nafianti, S. (2020) 'Menilai Kualitas Hidup Anak Penyandang Hemofilia', *Cermin Dunia Kedokteran*, 47(8), p. 466. Available at: <https://doi.org/10.55175/cdk.v47i8.784>.
- Cherry, K. (2024) *The 6 Stages of Change, Very Well Mind*. Available at: <https://www.verywellmind.com/the-stages-of-change-2794868>.
- Dewi, F.I.R. et al. (2021) 'Gambaran Kualitas Kehidupan Remaja (Studi Pada Remaja Di Daerah Gempa Bumi)', *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 5(1), p. 170. Available at: <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i1.11030.2021>.
- Diskes (2023) *Manfaat Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Putri, Dinas Kesehatan Kabupaten Badung*, <<https://diskes.badungkab.go.id/artikel/52764-seberapa-pentingkah-tablet-tambah-darah-bagi-remaja-putri->>>. Diakses 8 Januari 2025.
- Elizar et al. (2022) 'Hubungan Peran Petugas Kesehatan dan Sikap Remaja dengan Konsumsi Tablet Fe di Dayah Terpadu', *indonesia Trust Health Journal*, 5(2), pp. 72-77.
- Ewumi, O. (2022) 'Apa Hubungan Antara Anemia Dan Depresi?', *Medical News Today*. Available at: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/anemia-and-depression>.
- Guarango, P.M. (2022) "'Gambaran Ketidapatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Penderita Anemia (Case Series Pada Mahasiswi Kesehatan Masyarakat Peminatan Epidemiologi Uin Syarif Hidayatullah Jakarta 2022)'"', *Jurnal Kesehatan*, (8.5.2017), pp. 2003-2005.
- Hamid, O.G. And Garus, V.A. (2023) 'Hubungan Peran Pengawas Minum Obat Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Tuberkulosis Paru Di Puskesmas Makassar', *Jurnal stella maris makassar 2022*, pp. 10-80.

- Hamranani, S.S.T., Permatasari, D. and Murti, S.A. (2020) 'Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Minum Tablet Fe Pada Remaja', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(5474), pp. 1333–1336. Available at: <http://repository.umkla.ac.id/2921/1>.
- Harap, I.K. (2024) *Anemia dan Remaja: Penyebab, Gejala, dan Cara Mengatasi*, UNESA. Available at: <https://s1kedokteran.fk.unesa.ac.id/post/anemia-dan-remaja-penyebab-gejala-dan-cara-mengatasi>.
- Hardiani, R. (2023) 'Tingkat Kepatuhan Ibu Hamil Mengkonsumsi Tablet Fe (Ferrum) Di Puskesmas Gunung Sari', *Nucl. Phys.*, 13(1), Pp. 104–116.
- Ichsan, A. (2022) 'Model pemeriksaan kesehatan berdasarkan komposisi tubuh terhadap peningkatan aktifitas fisik dan kualitas hidup lanjut usia' *Jurnal Sago Gizi dan Kesehatan*.
- Ihsan M, Z.D.B.D.H. (2022) 'Analisis Penyebab Rendahnya Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe', *Jurnal Gizi Ilmiah*.
- Institute for Health Metrics and Evaluation (2023) *The Lancet: New study reveals global anemia cases remain persistently high among women and children. Anemia rates decline for men, IHME*, <<https://www.healthdata.org/news-events/newsroom/news-releases/lancet-new-study-reveals-global-anemia-cases-remain-persistently>>.Diakses 3 Januari 2025.
- Islamiyah, A.F. (2023) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di SMP Negeri 6 Kota Kupang', *Nucl. Phys.*, 13(1), pp. 104–116.
- Jugueta, W. (2025) Alat Penilaian Standar Yang Dikembangkan Oleh Organisasi Kesehatan Dunia Untuk Mengukur Kesehatan Dan Disabilitas Dalam Berbagai Konteks Budaya. Berdasarkan Klasifikasi Internasional Tentang Fungsi, Disabilitas, Dan Kesehatan (ICF), Instrumen Ini Menilai , Carepatron. <https://www.carepatron.com/templates/world-health-organization-disability-assessment-schedule-whodas-2-0-12-item-version>.
- Kemendes BKKP (2023) 'Survey Kesehatan Indonesia SKI', *Kota Bukittinggi Dalam Angka*, p. 907.
- Kementrian Kesehatan RI (2014) 'Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014' *Upaya Kesehatan Anak*, pp. 1–203.
- Kiling, indra yohanes (2021) 'Tinjauan Tempat Tinggal dan jenis kelamin pada kualitas hidup orang lanjut usia', (May).
- Kumayas, M. *et al.* (2022) 'Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Kesehatan Remaja Di Kabupaten Minahasa Selatan', *Jambura Journal pf Health Sciences and Research*, 4(3), pp. 880–885. Available at: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>.
- Lovendra Naingalis, A. and Olla, S.I. (2023) 'Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet FE dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literature Review', *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 8(2), pp. 48–54.
- Lutfya, Z. *et al.* (2024) 'Perkembangan Moral Remaja', *Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(3), pp. 108–119. Available at: <https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i3.2851>.
- Magdalena, H. (2020) *Epidemiologi Sosial, CV. Media Sains Indonesia*. Available at: <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017->

- Eng8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0A.
- Mariati, A. (2020) '*Gambaran pendapatan orang tua, sanitasi lingkungan dan asupan zat besi pada remaja putri di pulau barrang lombo kota makassar*'. Skripsi. Universitas Hasanudin Makasar.
- Mikkelsen, H.T. *et al.* (2022) 'Changes in health-related quality of life in adolescents and the impact of gender and selected variables: a two-year longitudinal study', *Health and Quality of Life Outcomes*, 20(1), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12955-022-02035-4>.
- Monika, A. *et al.* (2023) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe di SMP Negeri 36 Samarinda', *Mutiara: Multidisciplinary Scientific Journal*, 1(5), pp. 201–208. Available at: <https://doi.org/10.57185/mutiara.v1i5.28>.
- Nasir, Y. *et al.* (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), pp. 93–100. Available at: <https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1158>.
- Ninik Mas Ulfa; Rizky Darmawan (2021) 'Analysis Of The Effect Of Age On Medication Adherence With Oral Antidiabetes And Oral Antihypertension Drugs Using Pill Count Method', *Journal of Pharmacy and Science*, 6(2), pp. 63–68. Available at: <https://doi.org/10.53342/pharmasci.v6i2.216>.
- Nurjanah, A. and 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), <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i2.64227>.
- Pane, M.D.C. (2023) *Zat Besi, Alodokter Kemenkes*. Available at: <https://www.alodokter.com/besi#:~:text=Zat besi adalah suplemen mineral,darah%2C atau penderita sindrom malabsorbsi>.
- Porajow, Z.C.J.G. *et al.* (2021) 'Hubungan Kualitas Hidup Kesehatan dengan Aktivitas Fisik dan Status Gizi Remaja di Era Pandemi COVID-19', *Jurnal Biomedik:JBM*, 13(3), p. 358. <https://doi.org/10.35790/jbm.v13i3.34417>.
- Puspa Sari, Dewi Marhaeni Diah Herawati, Meita Dhamayanti, D.H. (2022) 'Anemia among Adolescent Girls in West Java, Indonesia: Related Factors and Consequences on the Quality of Life', *National Library Of Medicine(INI)*: <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu14183777>.
- Putri, P.H. (2023) 'Hubungan Status Depresi Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Kertosari Kecamatan Geger Kabupaten Madiun', *repository software*, 33(1), pp. 1–12. Available at: <https://repository.stikes-bhm.ac.id/1682/>.
- Putri, R.H., Kamillah, S. and Gunardi, S. (2024) 'Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dan Sarapan Bergizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Putra Juang Cianjur Tahun 2023 The Relationship Between Compliance With The Consumption Of Blood Supplement Tablets And Nutritious Breakf', *Jurnal Intellect dan Cendikiawan Nusantara* pp. 6984–6997.

- Putro, F.N. (2021) 'Hubungan Nyeri Punggung Bawah dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Desa Cimandala, Kabupaten Bogor, Jawa Barat Tahun 2021', p. 6. Skripsi. Universitas Binawan Jakarta.
- Rachmaningtyas, S.C. and Novitasari, R. (2024) 'Hubungan Antara Spiritualitas Islam Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Masa Transisi Remaja Menuju Dewasa', *Skripsi*, 6, pp. 1–103. Available at: <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/40874>.
- Rachmawati, A.A.M.M.U.D. (2024) 'Optimalisasi Kesehatan Remaja Putri: Peningkatan Hemoglobin melalui Tablet Tambah Darah (Fe)', *Journal of Borneo Holistic Health*, 7(1), pp. 65–71. Available at: <https://doi.org/10.35334/borticalth.v7i1.4978>.
- Rahmi Fitria *et al.* (2024) 'Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Kepenuhan Hulu', *Jannatul Makwa Health : Jurnal Ilmiah Kesehatan (Scientific Journal of Health)*, 2(1), pp. 14–20. Available at: <https://doi.org/10.69886/jmh.v2i1.17>.
- Ramadhana, B. and Meitasari, I. (2023) 'Kajian Tingkat Pendidikan Terhadap Kualitas Hidup Masyarakat', *Jurnal Penelitian Pendidikan Geografi*, 8(2), pp. 38–45. Available at: <https://doi.org/10.36709/jppg.v8i2.1>.
- Ramadhanty, F.N. and Kinanthi, M.R. (2021) 'Kualitas Hidup Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah: Bagaimana Kontribusi Resiliensi Keluarga?', *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), pp. 31–46. Available at: <https://doi.org/10.15575/psy.v8i1.8707>.
- Ramadhon, K.S., Rahfiludin, M.Z. and Pradigdo, S.A. (2020) 'Hubungan Konsumsi Suplemen Tablet Fe Dengan Kebugaran Jasmani (Studi Pada Siswi Di Sma Negeri 15 Semarang)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 8(2), pp. 263–267.
- Riski Aryanti, Dessy Hermawan, D.E.Y. (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), pp. 239–255. Available at: <https://doi.org/10.55606/detector.v1i1.1519>.
- Rodrigues, C. *et al.* (2021) 'Quality of life among adults with repaired tetralogy of fallot: A literature review', *Revista Portuguesa de Cardiologia (English Edition)*, 40(12), pp. 969–974. <https://doi.org/10.1016/j.repce.2021.11.016>.
- Septina, Y. (2020) 'Hubungan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kadar Hb Saat Menstruasi Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Lebakwangi Kecamatan Lebakwangi Kabupaten Kuningan', *Journal of Midwifery Care*, 1(1), pp. 51–58. Available at: <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i1.181>.
- Sinaga, P. (2020) 'Hubungan Self Efficacy dan Kualitas Hidup Terhadap Kualitas Hidup Pasien yang Menjalani Hemodialisis di Unit Hemodialisa RS Royal Progress Jakarta Utara', *Kaos GL Dergisi*, 8(75), pp. 147–154. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020>.
- Siti Maesaroh, Aris Widiyanto, Sri Sayekti Heni Sunaryati, Ani Nur Fauziah, A. (2023) 'Pengetahuan Tentang Anemia Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Penambah Darah Pada Remaja Perempuan', *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14 No 2, pp. 136–143. Available at: <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/download/865/479>.

- Sudarti, F., Bahriyah, F. and Putri, M. (2023) 'Hubungan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri', *Journal Of Infant And Child Healthcare*, 2(1), pp. 40–44.
- Suryana, E. *et al.* (2022) 'Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan', *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), pp. 1917–1928. Available at: <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>.
- Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria and Linda Linda (2024) 'Perkembangan Masa Remaja', *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), pp. 259–273. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>.
- Taufiqqa, Z., Ekawidyani, K.R. and Sari, T.P. (2020) *Aku Sehat Tanpa Anemia; Buku Saku Anemia untuk Remaja Putri*, *Wonderland Publisher*. Available at: https://www.researchgate.net/publication/356188384_Aku_Sehat_Tanpa_Anemia_Buku_Saku_Anemia_untuk_Remaja_Putri/link/618fe21107be5f31b77830eb/download?tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19.
- Tita Diah Alia Putri, D.A. and Usiono, S.R.H. (2025) 'Analisis Gaya Hidup Sehat Dengan Konsumsi Makanan Instan Pada Remaja', 2(2), *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia* pp. 282–286.
- Wahyu Tri Astuti, Ida Rianawati, Evy Tri Susanti, M.O.E. (2024) 'Kepatuhan Minum Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri', *Journal Balance*, 10(1), pp. 34–44.
- WHO (2023) 'Stress', *World Health Organization* [Preprint]. Available at: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>.
- Yuliawati, D., Putri, V.N. and Salsabila, S.C. (2024) 'Jurnal Studi Keperawatan Pengaruh Anemia Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja Gen Z Poltekkes Kemenkes Malang', pp. 2022–2025.
- Yuwindry, I., Wiedyaningsih, C. and Widodo, G.P. (2020) 'Pengaruh Pengetahuan terhadap Kualitas Hidup dengan Kepatuhan Penggunaan Obat sebagai Variabel antara pada Pasien Diabetes Melitus', *Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi*, 6(4), pp. 249–254.