

HUBUNGAN LINGKUNGAN DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN MOTIVASI REMAJA PUTRI DALAM MENGONSUMSI TABLET Fe

(THE RELATIONSHIP BETWEEN ENVIRONMENT AND FAMILY SUPPORT WITH THE MOTIVATION OF ADOLESCENT GIRLS IN CONSUMING IRON (Fe) TABLETS)

Nova Adelia Ahmadhani¹, Ratih Kusuma Wardhani^{2*}, Retno Dumilah³, Ni Wayan
Dwi Rosmala⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, Jl. Besar
Ijen 77C, Oro-oro Dowo, Klojen Malang, Jawa Timur 65119, Indonesia
Email: wardhanipc@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia defisiensi besi merupakan masalah kesehatan yang banyak dialami oleh remaja putri akibat menstruasi rutin dan masa pertumbuhan yang meningkatkan kebutuhan zat besi. Pemerintah telah mengupayakan pencegahan melalui pemberian tablet Fe di sekolah, namun tingkat kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tersebut masih rendah. Lingkungan dan dukungan keluarga diduga berperan dalam membentuk motivasi remaja untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara lingkungan dan dukungan keluarga dengan motivasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe. **Metodologi:** Penelitian menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah 540 siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Tumpang, dengan sampel sebanyak 85 responden yang dipilih melalui teknik *stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan Uji Spearman Rank dengan taraf signifikansi 0,1 **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan nilai p-value = 0,001 (<0,1) dan koefisien korelasi (r) = 0,349; nilai p-value 0,000 (<0,1) dan koefisien korelasi (r) = 0,416 termasuk dalam kategori sedang dan positif. Artinya, semakin baik lingkungan remaja dan dukungan orang tua, maka semakin termotivasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe. **Diskusi:** lingkungan dan dukungan keluarga berperan penting dalam meningkatkan motivasi remaja putri untuk mengonsumsi tablet Fe. Berdasarkan hasil tersebut, disarankan remaja putri untuk menjalin komunikasi yang baik dan terbuka dengan orang tua sehingga akan tercipta lingkungan sehat.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Lingkungan, Motivasi

ABSTRACT

Introduction: Iron deficiency anemia is a health problem that is often experienced by adolescent girls due to regular menstruation and growth periods that increase the need for iron. The government has attempted prevention by providing Fe tablets in schools, but the level of adolescent compliance in consuming these tablets is still low. The environment and family support are thought to play a role in shaping adolescent motivation to consume Fe tablets regularly. The purpose to determine the relationship between the environment and family support with the motivation of adolescent girls in consuming Fe tablets. **Method:** The study used a correlation analytic design with a cross-sectional approach. The study population was 540 female students in grades X and XI at SMAN 1 Tumpang, with a sample of 85 respondents selected through stratified random sampling technique. Data were collected using a closed questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis used the Spearman Rank Test with a significance level of 0,1.

Results: The results showed a $p\text{-value} = 0.001 (<0.1)$ and a correlation coefficient (r) = 0.349; The $p\text{-value}$ of 0.000 (<0.1) and the correlation coefficient (r) = 0.416 are included in the moderate and positive category. This means that the better the adolescent environment and parental support, the more motivated the adolescent girls are to consume Fe tablets. **Discuss:** The environment and family support play an important role in increasing the motivation of adolescent girls to consume Fe tablets. Based on these results, it is recommended that adolescent girls establish good and open communication with their parents to create a healthy environment.

Keywords: *Environment, Family Support, Motivation*

PENDAHULUAN

Masa remaja mengalami perubahan pertumbuhan dan perkembangan yang begitu pesat. Pertumbuhan fisik sekunder, seperti perubahan pada bentuk tubuh, payudara membesar, dan mulai berfungsinya alat reproduksi terjadi menstruasi. Kesehatan pun menjadi aspek penting dalam faktor pertumbuhan dan perkembangan tubuh, salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi yaitu anemia, sering terjadi pada remaja Perempuan (Putri, 2024). Hal ini disebabkan karena pada remaja putri sedang mengalami pertumbuhan yang cepat namun kurang asupan zat besi dan protein dalam makanan hariannya, serta mengalami menstruasi setiap bulan, sehingga kehilangan banyak darah dan zat besi (Ainaya et al, 2022).

Menurut WHO 2023, bahwa sekitar 30% wanita usia 15–49 tahun di seluruh dunia menderita anemia. Menurut beberapa penelitian yang ada di Indonesia menunjukkan prevalensi remaja putri yang mengalami anemia berkisar 32,4% hingga 61% (Kemenkes RI, 2018). Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2020) ditemukan 42% remaja putri di Jawa Timur mengalami anemia (Laili et.al, 2023). Prevalensi kejadian anemia di Kabupaten Malang menurut data pendahuluan dari baseline survey menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja puteri di Kabupaten Malang sebesar 20,28% (Hapsari et al., 2019). Kasus anemia di Indonesia berhubungan erat dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe,

dimana sebanyak 8,3 juta dari 12,1 juta remaja putri di Indonesia tidak mengonsumsi tablet Fe dan membuat remaja putri tersebut rentan mengalami anemia (Kementerian Kesehatan, 2022). Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara yang dilakukan di SMAN 1 Tumpang, ditemukan bahwa 6 dari 10 siswi mengungkapkan rutin untuk diberikan tablet tambah darah dari sekolah, namun seringkali tidak diminum.

Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja merupakan salah satu upaya pemerintah untuk memenuhi asupan zat besi untuk mencegah anemia. Program tersebut berdasarkan Surat Edaran (SE) Kementerian Kesehatan RI No. HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan wanita usia subur. Pemberian TTD dilakukan pada remaja putri dari usia 12-18 tahun di Institusi Pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) melalui UKS/M. Dosis pencegahan dengan memberikan satu tablet tambah darah setiap minggu selama 52 (lima puluh dua) minggu (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Keberhasilan mengonsumsi TTD dipengaruhi beberapa faktor yang dapat mendorong dan menghambat dalam mengonsumsi tablet Fe seperti lingkungan, dukungan keluarga dan motivasi. Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil penelitian menurut Larsiani & Safaah, 2019 menyatakan bahwa motivasi dalam diri seseorang berkembang

melalui pengetahuan, keyakinan, dan sarana yang ada di sekitarnya. Motivasi yang baik apabila remaja memiliki hasrat dan keinginan untuk menjaga kesehatan tubuh serta mencegah anemia. Dorongan dan kebutuhan untuk mendapatkan dukungan dalam menjaga asupan nutrisi yang tepat, memiliki harapan dan cita-cita untuk tumbuh sehat. Hal ini menunjukkan pengaruh besar motivasi terhadap kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe sehingga semakin baik motivasi maka semakin patuh dalam mengonsumsi tablet Fe dan dapat menekan angka kejadian anemia. Pada remaja, banyak yang belum sepenuhnya memahami pentingnya konsumsi tablet Fe untuk mendukung kesehatan, terutama dalam mencegah anemia. Hal ini menunjukkan bahwa motivasi remaja dalam mengonsumsi tablet Fe sering kali rendah, yang mengarah pada ketidakpatuhan terhadap program yang ada.

Salah satu penyebab utama kurangnya motivasi ini adalah pengaruh lingkungan baik dari lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat serta kurangnya dukungan sosial. Dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan motivasi remaja. Salah satu bentuk dukungan sosial yang sangat penting adalah dukungan keluarga. Keluarga memiliki peran besar dalam mendukung anak mereka untuk mengonsumsi tablet Fe, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi sikap remaja untuk lebih rutin mengonsumsinya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Legita, et.al 2024) mengatakan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor pendorong perilaku individu dan dapat mempengaruhi kepatuhan mengonsumsi tablet Fe. Dalam hal ini, peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting terutama orang tua. Dengan memberikan perhatian penuh, mengingatkan mereka mengonsumsi tablet Fe, mendampingi, dan memberikan edukasi pada anak. Sehingga dengan adanya dukungan keluarga yang baik

remaja putri akan patuh mengonsumsi tablet Fe.

Berdasarkan hasil penelitian yang pernah dilakukan mengenai motivasi dan dukungan keluarga, namun masih terdapat faktor lainnya yang belum dilakukan penelitian yaitu faktor lingkungan. Lingkungan bisa menjadi bagian peran penting untuk remaja dalam proses pencegahan anemia.

Anemia pada remaja putri sebagai penyakit kategori Tanggap Darurat, karena akan berdampak pada kesehatan dan prestasi di sekolah dan nantinya akan beresiko anemia saat menjadi ibu hamil yang dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan janin yang tidak optimal serta berpotensi menyebabkan komplikasi kehamilan dan persalinan serta kematian ibu dan anak. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Lingkungan dan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Fe” dikarenakan lingkungan, dukungan keluarga dan motivasi termasuk dalam faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi tablet Fe.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian menggunakan *cross sectional* dengan jenis penelitian analitik korelasi. Pelaksanaan penelitian Bulan Februari – Juli 2025, berlokasi di SMAN 1 Tumpang Kecamatan Tumpang Kabupaten Malang. Populasi seluruh siswi kelas X dan XI sejumlah 540 orang. Teknik sampling yang digunakan *Proportionate Stratified Random Sampling*. Sampel penelitian sebanyak 85 orang dengan menggunakan rumus slovin dan memperhatikan strata (tingkatan) yang ada dalam populasi, kelas X sebanyak 43 orang, kelas XI sebanyak 42 orang.

Instrumen yang digunakan kuesioner yang disusun oleh peneliti berdasarkan studi literatur dan teori yang relevan. Hasil uji validitas dan reliabilitas kuesioner dilaksanakan di Smas Diponegoro Tumpang pada tanggal 13

Februari 2025 dan didapatkan 36 soal yang reliabel dan kuesioner dalam bentuk google form. Analisis yang digunakan korelasi Rank Spearman. Variabel Independen terdiri dari lingkungan (skala ordinal) dan dukungan keluarga (skala ordinal), sedangkan variable dependen motivasi remaja dalam mengkonsumsi Tablet Fe (skala ordinal). Penelitian ini telah mendapatkan etik dari Poltekkes Kemenkes Malang dengan nomer DP.04.03/F.XXI.30/00892/2025.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	P (%)
Usia (Tahun)		
16	49	56,7
17	34	40
18	1	1,2
19	1	1,2
Kelas		
10	43	50,6
11	42	49,4

Tabel 2 Distribusi Data Khusus Responden

Lingkungan	Kategori	Jumlah	P (%)
Baik	76 -100%	29	34,1
Cukup	56 -75%	54	63,5
Kurang	<56 %	2	2,4
Dukungan Keluarga			
Baik	76-100 %	53	62,4
Cukup	51-75 %	32	37,6
Kurang	25-50 %	0	0
Motivasi			
Kuat	67-100%	68	80
Sedang	34 - 66 %	17	20
Lemah	0 – 33 %	0	0

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia 16 tahun, yaitu 49 orang (56,7%). Lingkungan remaja putri yaitu masuk dalam kategori cukup berjumlah 54 responden (63,5%), kemudian kategori baik berjumlah 29 responden (34,1%) dan kategori kurang

berjumlah 2 responden (2,4%). Dukungan keluarga remaja putri yaitu masuk dalam kategori baik berjumlah 53 (62,4%) dan kategori cukup berjumlah 32 (37,6%). Motivasi remaja putri yaitu masuk dalam kategori kuat berjumlah 68 (80%) dan kategori sedang berjumlah 17 (20%).

Analisis Bivariat

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Hubungan Lingkungan dengan Motivasi Remaja

Motivasi									
	Kuat		Sedang		Lemah			Total	
Lingkungan	F	%	F	%	F	%	n	%	<i>p-value</i>
Baik	28	96,6	1	3,4	0	0	29	100	0,001
Cukup	40	74,1	14	25,9	0	0	54	100	
Kurang	0	0	2	100	0	0	2	100	
Nilai R pada uji <i>statistic Rank Spearman</i> yaitu 0,349									

Nilai R pada uji statistic Rank Spearman yaitu 0,349

Berdasarkan table menjelaskan hubungan lingkungan dengan motivasi yaitu lingkungan baik, motivasi kuat sebesar 28 responden (96,6%), untuk lingkungan kurang, motivasi sedang sebesar 2 (100%). Hasil Uji rank spearman p-value 0,001 dan R bernilai positif yaitu 0,349 bermakna searah yang dapat disimpulkan hubungan antara kedua variabel cukup erat, namun hubungan variabel lingkungan dengan motivasi remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe belum termasuk kategori kuat.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Remaja

Dukungan Keluarga	Motivasi								p-value
	Kuat		Sedang		Lemah		Total		
	F	%	F	%	F	%	n	%	
Baik	50	94,3	3	5,7	0	0	53	100	0,000
Cukup	18	56,3	14	43,8	0	0	32	100	
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	
Nilai R pada uji <i>statistic Rank Spearman</i> yaitu 0,416									

Nilai R pada uji statistic Rank Spearman yaitu 0,416

Hubungan dukungan keluarga dengan motivasi yaitu dukungan keluarga baik, motivasi kuat sebesar 50 responden (94,3%), untuk variabel dukungan keluarga cukup, motivasi kuat sebesar 18 responden (56,3%). Hasil uji statistik p-value 0,000 dan nilai r bernilai positif yaitu

0,416, bermakna searah yang dapat disimpulkan hubungan antara kedua variabel cukup erat, namun hubungan variabel dukungan keluarga dengan motivasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet belum termasuk kategori kuat.

PEMBAHASAN

Lingkungan Remaja Putri dengan Konsumsi Tablet Fe

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, didapatkan data bahwa distribusi frekuensi lingkungan berada dalam kategori cukup sebanyak 54 responden (63,5%). Kategori “cukup” mengacu pada lingkungan yang cukup mendukung remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe, yaitu lingkungan yang memberikan perhatian, dorongan, dan kenyamanan meskipun belum sepenuhnya optimal. Hal ini sejalan dengan penelitian Hafsaf (2023) yang menyebutkan bahwa lingkungan dapat membuat remaja merasa lebih nyaman dan aman, karena pada masa ini remaja cenderung membutuhkan kasih sayang dan perhatian lebih dari keluarga. Dengan adanya lingkungan yang cukup mendukung, remaja merasa diperhatikan sehingga termotivasi untuk menjaga kesehatannya, termasuk dalam mengonsumsi tablet Fe secara rutin. Seperti dalam penelitian Muhibbah (2023) dijelaskan bagaimana, cara orang tua mendidik, menunjukkan perhatian, serta situasi ekonomi keluarga turut memengaruhi pola pikir dan kebiasaan anak, termasuk untuk urusan kesehatan seperti minum tablet fe. Selain keluarga, lingkungan sekolah juga memiliki peran penting. Sekolah bukan hanya tempat belajar, tapi juga tempat anak berinteraksi dan membentuk kebiasaan. Jika sekolah secara aktif menjalankan program pemberian tablet Fe dan memberikan edukasi tentang pentingnya mencegah anemia, maka remaja akan lebih sadar dan termotivasi untuk mengonsumsinya. Lingkungan mempunyai peran penting

dalam mengubah sikap dan perilaku setiap individu.

Dukungan Keluarga Remaja Putri dengan Konsumsi Tablet Fe

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden, yaitu sebanyak 53 orang (62,4%), memperoleh dukungan keluarga dalam kategori baik. Dukungan keluarga yang baik dapat membentuk keyakinan dalam diri remaja putri, sehingga mereka memiliki motivasi untuk menjaga kesehatannya, salah satunya mengonsumsi tablet tambah darah. Hal tersebut, sejalan dengan penelitian Dwiyana (2024) bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Bentuk dukungan keluarga dapat berupa mengingatkan jadwal minum tablet tambah darah dan menyediakan makanan yang mengandung tablet tambah darah. Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan perilaku dan kebiasaan remaja terhadap kesehatan, termasuk dalam hal konsumsi tablet tambah darah (Fe). Dalam hal ini, keluarga terutama orang tua memiliki posisi sebagai pihak yang paling dekat dan paling berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari remaja. Dukungan yang dimaksud tidak hanya dukungan secara fisik atau materi, tetapi juga mencakup bentuk dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan.

Dukungan keluarga selaras dengan faktor lingkungan karena saling berkaitan. Maka keluarga yang memiliki komunikasi yang sehat dan pengetahuannya baik akan tercermin pada lingkungannya menjadi lebih sehat, namun dukungan keluarga bisa menjadi rendah karena ada faktor penghambat, seperti kondisi sosial, ekonomi, dan karakteristik keluarga.

Motivasi Remaja Putri dengan Konsumsi Tablet Fe

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa sebagian

remaja putri memiliki motivasi dalam kategori kuat, yaitu sebanyak 68 responden (80%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja sudah memiliki dorongan yang cukup tinggi dari dalam dirinya untuk rutin mengonsumsi tablet tambah darah (Fe). Hasil ini sejalan dengan teori motivasi yang dikemukakan oleh Rahayu (2019) dalam Lestari (2020) yang menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi intrinsik seperti kebutuhan, harapan dan minat. Serta faktor eksternal yang mempengaruhi seperti adalah dorongan keluarga dan lingkungan. Remaja putri menyadari bahwa dengan konsumsi tablet Fe merupakan salah satu cara menjaga kesehatan sehingga tidak terjadi kekurangan darah, dengan adanya kesadaran dalam diri dapat mempengaruhi perilaku konsumsi tablet Fe. Semakin kuat motivasi yang dimiliki semakin tinggi. Namun begitu, motivasi yang tinggi tetap perlu dijaga dan dipelihara. Jika tidak ada dukungan dari pihak sekolah, tenaga kesehatan, atau keluarga, motivasi tersebut bisa saja menurun seiring waktu.

Oleh karena itu, motivasi remaja harus dipertahankan dengan tetap memperhatikan faktor pendukungnya seperti faktor lingkungan dan keluarga. Motivasi remaja selaras dengan perubahan dari sikap dan perilaku seseorang.

Hubungan Lingkungan dengan Motivasi Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (Fe)

Berdasarkan hasil uji rank spearman yang telah dilakukan, Hasil Uji rank spearman p-value 0,001 dan R bernilai positif yaitu 0,349 bermakna searah yang dapat disimpulkan hubungan antara kedua variabel cukup erat, namun hubungan variabel lingkungan dengan motivasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe belum termasuk kategori kuat, mengindikasikan bahwa semakin baik lingkungan yang dimiliki oleh remaja putri, maka semakin tinggi pula motivasi mereka untuk mengonsumsi

tablet Fe secara teratur. Sebaliknya, jika lingkungan kurang mendukung, maka motivasi remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah juga cenderung rendah.

Temuan ini sejalan dengan teori lingkungan sosial menurut Aryanti (2023) yang menyatakan bahwa lingkungan sekitar individu, termasuk lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat, memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan perilaku dan sikap seseorang. Dalam konteks remaja, lingkungan merupakan faktor eksternal yang sangat penting dalam membentuk kebiasaan dan perilaku hidup sehat. Ketika remaja berada dalam lingkungan yang mendukung, seperti lingkungan sekolah yang aktif mempromosikan kesehatan, lingkungan keluarga yang memperhatikan asupan gizi, dan lingkungan masyarakat yang tidak menganggap negative saat remaja mengonsumsi tablet tambah darah, maka akan tercipta dorongan positif yang kuat untuk menjaga kesehatan termasuk melalui konsumsi tablet Fe.

Dari hasil pengolahan data, terlihat bahwa remaja yang memiliki lingkungan yang baik dan mendukung, lebih termotivasi untuk menjaga kesehatannya dengan cara mengonsumsi tablet Fe secara teratur. Sebaliknya, mereka yang berasal dari lingkungan yang kurang mendukung, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis, cenderung memiliki motivasi yang lebih rendah. Dengan demikian, peningkatan kualitas lingkungan dalam berbagai aspek menjadi strategi penting dalam intervensi pencegahan anemia pada remaja putri.

Oleh karena itu, penting bagi berbagai pihak seperti sekolah, keluarga, dan pemerintah daerah untuk menciptakan lingkungan yang sehat, edukatif, dan suportif bagi remaja. Sekolah dapat membuat program edukasi kesehatan yang interaktif, keluarga dapat memberikan perhatian dan pendampingan, serta masyarakat dapat memberikan dukungan sosial yang positif. Upaya kolaboratif ini diharapkan mampu meningkatkan motivasi

remaja putri dalam menjaga kesehatannya melalui konsumsi tablet Fe, yang pada akhirnya dapat menurunkan angka kejadian anemia dan meningkatkan kualitas hidup generasi muda, terutama perempuan.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Motivasi Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Fe

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan motivasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe, yang ditunjukkan melalui nilai signifikansi $p = 0,000$ dan nilai korelasi Spearman sebesar $0,461$, yang berarti ada hubungan positif dengan kekuatan sedang. Penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga masih memegang peranan penting dalam membentuk semangat remaja dalam menjaga kesehatannya sendiri. Remaja yang merasa didampingi, diperhatikan, dan didukung oleh orang tua akan lebih percaya diri dan merasa ada alasan yang kuat untuk patuh mengonsumsi tablet Fe. Dukungan yang diberikan orang tua bisa beragam bentuknya, tidak hanya soal materi atau menyediakan tablet, tetapi juga berupa perhatian yang sederhana seperti mengingatkan jadwal minum, menanyakan apakah anak sudah mengonsumsi tablet, atau sekadar memberikan semangat dan pujian saat anak konsisten menjalankannya.

Penelitian ini sejalan oleh penelitian Juzulinka (2023) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor signifikan dalam menentukan tingkat kepatuhan remaja terhadap konsumsi tablet Fe. Menurut peneliti, temuan ini menunjukkan bahwa motivasi tidak bisa dilepaskan dari peran keluarga, terutama dalam hal membentuk dan menjaga semangat remaja dalam menjalani kebiasaan sehat. Dalam banyak kasus, remaja memang memiliki keinginan untuk menjaga kesehatannya, tetapi keinginan tersebut dapat menjadi lemah

jika tidak mendapat dukungan atau penguatan dari lingkungan terdekat. Dalam hal ini, keluarga menjadi salah satu kunci penting yang memberikan pengaruh langsung, baik secara sadar maupun tidak sadar, terhadap perilaku kesehatan anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif dengan kekuatan lemah antara lingkungan dan motivasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe dan hubungan positif dengan kekuatan sedang antara dukungan keluarga dengan motivasi remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe, artinya semakin baik kondisi lingkungan dan dukungan keluarga, maka semakin tinggi pula motivasi remaja untuk menjalankan kebiasaan tersebut di SMAN 1 Tumpang Malang.

Saran

Diharapkan remaja putri di SMAN 1 Tumpang Malang dapat semakin termotivasi dalam mengonsumsi tablet Fe dan menjalin komunikasi yang baik untuk selalu mendapatkan dukungan orang tua sehingga tercipta lingkungan yang nyaman.

KEPUSTAKAAN

- Ainaya, N. A., Apriningsih, A., Wahyuningtyas, W., & Makkiyah, F. A. (2022). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Niat Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di Desa Sirnagalih, Kabupaten Bogor. *Jurnal Penelitian Kesehatan* "SUARA FORIKES" (*Journal of Health Research* "Forikes Voice"), 13(2), 365-371.
- Aryanti, R., Hermawan, D., & Yanti, D. E. (2023). Analisis faktor yang berhubungan dengan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(8), 762-775.

- Dwiyana, P., Angesti, A. N., Prihatina, R. A., Kharisma, K., & Salsabila, D. M. (2024). Analisis Dukungan Orang Tua Terhadap Program Pemberian Tablet Tambah Darah Remaja Putri. *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*, 8(1), 56- 65.
- Faizah, N. N. (2022). *Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi Madrasah Aliyah Al Khoiriyah Kabupaten Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes-RI). 2018c. Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS). Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes-RI). 2022. Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkat, Bebas Prestasi. Jakarta.
- Laili, RD, Ethasari, RK, Mundiastuti, L., Hayudanti, D., Alistina, AD, Estuningsih, Y., ... & Aryani, KADS (2023). Edukasi Gizi Seimbang di SMA Muhammadiyah 3 Surabaya sebagai Upaya Pencegahan Anemia dan Obesitas pada Remaja. *Jurnal Keterlibatan Masyarakat dalam Kesehatan dan Keperawatan*, 1 (2), 80-85.
- Lestari (2020). Hubungan Motivasi Dengan Perilaku Menggosok Gigi Siswa Selama Belajar Di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19. thesis. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
- Muhibbah, U., & Kurniawan, M. I. (2023). Peran Orang Tua Dalam Mengembangkan Karakter Disiplin
- Hafsah, U. S., Fitriani, A., & Fatiyani, F. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fe Pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(2), 169-176.
- Juzulinka, N., & Surahman, F. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Dalam Kesiapan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Kemuning Tahun 2023. *Student Health Science Journal*, 1(1).
- Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan dan Kewirausahaan*, 11(3), 974-985.
- Putri, T. A. (2024, June). Studi Literatur: Memahami Hubungan Antara Anemia pada Remaja dan Zat Gizi. In *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 3, No. 1, pp. 1-6).
- World Health Organization. 2023a. Accelerating anaemia reduction. Geneva.
- Yamin, Y., Tamrin, A. S., Pascayantri, A., Sholiha, D. N., Ramadhani, F., Sani, M. P., ... & Ningsi, W. O. F. (2024). Bahaya Stunting Dan Upaya Penanggulangan Stunting Melalui Penggunaan Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 112-117.
- Kementerian Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. 2020. Pedoman Pemberian Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19 Bagi Tenaga Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.