MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

EFEKTIVITAS PENDAMPING KADER POSKESTREN TERHADAP KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE DIPONDOK PUTERI HAFSHAWATY ZAINUL HASAN GENGGONG PROBOLINGGO

Fina Saidah, Wahida Yuliana, Iit Ermawati
Jurusan Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan, Probolinggo, Indonesia

email: vsaidah7@gamil.com

ABSTRAK

Anemia pada remaja ialah permasalahan kesehatan yang sangat urgent di wilayah negara dunia ketiga, Khususnya, remaja perempuan yang menetap pada pondok pesantren sensitif mendapati *anemia*. *Anemia* kerap berlangsung dalam remaja putri. Perihal ini Disebabkan remaja putri merasakan menstruasi maka kehilangan zat besi dan membutuhkan lebih banyak nutrisi zat besi. Pendampingan kader poskestren sangat penting untuk menunjang ketaatan memakai tablet fe. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis efektivitas pendampingan kader poskestren terhadap kepatuhan konsumsi tablet fe di pondok puteri hafshawaty. Metode penelitian ini menggunakan desain *quasy eksperimant* dengan teknik *purposive sampling* dengan melibatkan 116 responden remaja usia 15- 16 tahun di pondok puteri hafshawaty. Data dikumpulkan melalui metode pill count dan Kotak kontrol tablet fe.Pengolahan data mencakup editing, scoring, coding, dan tabulating. Lalu dianalisa memakai analisa univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil analisa ini menunjukkan responden yang patuh dan didampingi sebanyak 57 orang (49,1%). Berdasarkan uji *chi-square*, diketahui bahwa nilai *p-value* 0,000 < α 0,005 menunjukkan terdapatnya efektivitas pendamping kader poskestren terhadap kepatuhan konsumsi tablet fe. Pendampingan ini membantu remaja guna lebih taat pada memakai tablet fe, bagi para remaja terutama petugas kesehatan diharapkan untuk membentuk kader poskestren untuk meningkatkan tercapainya kepatuhan konsumsi tablet fe sehingga tidak terjadi anemia.

Kata Kunci: :Kepatuhan tablet fe, Kader Poskestren, Remaja Putri

ABSTRACT

Anemia in adolescents is still a serious health problem in developing countries. In particular, adolescent girls living in boarding schools are prone to *anemia*. *Anemia* often occurs in adolescent girls. Because they experience menstruation so that they lose iron and need more iron intake. **Poskestren** cadre assistance is very important to support compliance with taking fe tablets. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of **poskestren** cadre assistance on compliance with fe tablet consumption at Female Hafshawaty Islamic Boarding School. This research method used a quasy-experimant design with purposive sampling technique involving 116 adolescent respondents aged 15-16 years at the Female Hafshawaty Islamic Boarding School. Data were collected through

Article History
Received: Agustus 2026
Reviewed: Agustus 2026
Published: Agustus 2026

Plagirism Checker No 950
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Medic Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

pill count method and fe tablet control box. Data processing included editing, scoring, coding, and tabulating. Then analyzed using univariate and bivariate analysis with chi-square test. The results of this study showed that 57 respondents (49.1%) were compliant and accompanied. Based on the chi-square test, it is known that the p-value of 0.000 < α 0.005 indicates the effectiveness of **poskestren** cadre assistance on fe tablet consumption compliance. This assistance helps adolescents to be more compliant in consuming fe tablets, for adolescents, especially health workers are expected to form **poskestren** cadres to increase the achievement of fe tablet consumption compliance.

***Keywords**: Fe tablet adherence, Poskestren cadre, adolescent girls*

PENDAHULUAN

Anemia pada remaja ialah permasalahan kesehatan yang sangat vital di wilayah negara dunia ketiga, termasuk Indonesia. Khususnya, remaja perempuan yang menegap di pondok pesantren sensitif merasakan *anemia*. *Anemia* kerap berlangsung pada remaja perempuan dibanding dengan remaja pria. Perihal ini Disebabkan remaja perempuan mengalami menstruasi Sehingga kekurangan zat besi (Fe) dan memerlukan lebih banyak nutrisi zat besi (Fe) (Muthia *et al.*, 2024).

Tingkat penyebaran *anemia* pada pemuda di dunia berdasarkan *World Health Organization* (WHO, 2019) menyatakan skor fenomena anemia sejumlah 30% perempuan umjr 15-49 tahun Disemua dunia menyandang anemia. Beragam negara dunia ketiga dengan contoh Myanmar tingkat penyebaran *anemia* sejumlah 59,1%, di Kuala Lumpur tingkat penyebaran anemia sejumlah 28,3%, tingkat penyebaran *anemia* yang paling tinggi ada dalam negara yang paling padat penduduk di Dunia yakni India dengan 78,75% dengan persoalan paling banyak dalam pemuda wanita (Primantika and Erika Dewi Noorratri, 2023).
Di Indonesia, tingkat penyebaran *anemia* di Indonesia pada pemuda yakni sejumlah 32% yang mempunyai pemahaman bahwasannya 3-4 daripada 10 pemuda Indonesia merasakan anemia (Kemenkes RI, 2018). Menurut data Dinkes Provinsi Jawa Timur Tahun 2020, tingkat penyebaran skor peristiwa *anemia* pada pemuda perempuan di Jawa Timur sejumlah 42% (Nilawati. Yenny, 2023). Dinas Kesehatan Jawa Timur tahun 2022, ada 4.076 pondok pesantren di Jawa Timur. Tetapi, hanya sebagian pondok pesantren yang memiliki program Poskestren, yaitu sebanyak 1.515 pondok pesantren. Di kabupaten probolinggo data dari dinas kesehatan pada tahun 2022 menunjukan bahwasannya pravalensi *gizi* pada pemuda mencakup 9,3%. Sedangkan di puskesmas pajarakan jumlah remaja *anemia* sebanyak 22,6% (Dinkes Kabupaten Probolinggo, 2022).

Menurut hasil studi yang dilaksanakan oleh peneliti pada remaja putri di Pondok Hafshawaty pada hari Sabtu, 28 Desember 2024, diperoleh data sebagai berikut: dari 10 remaja, sebanyak 80% mengetahui tentang *anemia*, sedangkan 20% tidak mengetahui. Sebanyak 30% remaja pernah mengonsumsi tablet Fe di sekolah, sementara 70% tidak pernah mengonsumsinya. Sebanyak 20% remaja mengetahui tentang poskestren, sedangkan 80% tidak mengetahuinya. Selain itu, 50% remaja putri mengalami tanda dan gejala *anemia*, dan 10% di antaranya terkonfirmasi positif *anemia*.

Beragam aspek yang mengakibatkan *anemia* yakni aspek pemahaman, aspek pendidikan ibu, aspek menstruasi, status gizi, zat besi dan aspek penghasilan keluarga. Menurut observasi sederhana yang dilaksanakan peneliti, aspek yang paling sering mengakibatkan ialah

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

aspek pemahaman dikarenakan pada saat ditanya terkait penjelasan perihal anemia pemuda (Lasmawanti, Muflih and Ardilla Siregar, 2024).Banyak aspek yang berkorelasi dengan penggunaan obat penambah darah dalam pemuda perempuan yaknki pemahaman terkait anemia, dorongan keluarga, dan teman seumuran. Pemuda dengan tingkatan pemahaman luas, dorongan keluarga yang positif, dan memperoleh dorongan daripada teman seumuran condong stabil ketika memakai TTD. Didapatkan hasil yang menyatakan terdapat korelasi terkait dorongan teman seumuran dengan penggunaan pemakaian obat penambah darah pemuda perempuan. Sejalan dengan teori L.Green yang mana dorongan teman seumuran tergolong pada aspek yang bisa memperkokoh individu guna bertindak (Nilawati. Yenny, 2023). Dampak yang terjadi pada remaja putri cepat merasa lelah, capek dan mengalami penglihatan kabur saat mengalami menstruasi. Jika sedang mengalami anemia, remaja putri cenderung mengalami kesulitan dalam berkonsntrasi yang berpotensi mempengaruhi prestasinya di sekolah (Amalia and Meikawati, 2024).

Pada usaha menghalangi dan menangani *anemia* pada pemuda perempuan, Pemerintah Indonesia sudah menerbitkan prospek program memberi Tablet Tambah Darah (TTD) atau *iron folic acid* (IFA) dimulai tahun 2014. Prospek ini dikenal dengan *Weekly Iron and Folic Acid Supplementation (WIFAS/WIFS)*. TTD ialah *tambahan* gizi dengan komposisi zat besi sebanding 60 mg besi elemental dan 400 µg asam folat yang diberi dengan cuma-cuma melewati Puskesmas dan sekolah dan bisa didapat dengan mandiri pada apotek sekitar. Memberi TTD dapat dibilang tercapai apabila takaran yang dipakai ialah 1 tablet tiap minggu dengan waktu 52 minggu. Prospek ini didorong oleh beragam kebijakan, yakni Permenkes No. 88 Tahun 2014 terkait Standar Tablet Tambah Darah bagi Perempuan Subur dan Ibu Hamil; Surat Edaran No. HK.03.03/V/0595/2016 terkaig Pemberian Tablet Tambah Darah pada Pemuda Perempuan dan Perempuan Subur; dan Permenkes No. 51 Tahun 2016 terkait Standar Produk Suplementasi Gizi (Helmyati *et al.*, 2023)

METODE

Metode analisa yang dipakai ialah kuantitatif dengan *quasy eksperiment*. *quasy experiment with post test only non equivalent control grup design* Perancangan ini berusaha guna memperlihatkan korelasi kausaliatas dengan teknik mempartisipasikan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimental. Seluruh remaja santri usia 15-16 tahun sejumlah 136. Teknik pengambilan sampel dengan teknik simple random sampling. Pengumpulan data yang dipakai ialah lembar kartu minum tablet fe Lalu, dilaksanakan uji analisis data dengan chi-square. Lolos izin etik nomor etik 042/KEPK-UNHASA/06/2025.

HASIL

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur Pada Pemuda Di Pondok Puteri Hafshawaty Mei 2025

No	Usia	Frekuensi	Presentase %
1	15	47	40,5
2	16	68	59,5
Total		116	100

Sumber: Data Primer, 2025

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Menurut tabel 1 diatas, bisa disimpulkan bahwasannya yang menjadi responden yang berusia 16 tahun sejumlah 68 responden (59,5%) dan yang berusia15 tahun sejumlah 47 responden (40,5%).

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Pendamping kader Pada remaja di pondok puteri

No	Pendamping kader	Frekuensi	Persentase (%)
1	Didampingi	58	50,0
2	Tidak di dampingi	58	50,0
Total		116	100

Sumber: Data Primer, 2025

Menurut tabel 5.2 di atas menyatakan bahwasannya responden yang tidak didampingi 58 responden (50.0%) dan yang didampingi sebanyak 58 responden (50,0%).

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Di Pondok Puteri Hafshawaty Mei 2025

No.	Kepatuhan konsumsi tablet fe	Frekuensi	Persentase (%)
1	Patuh	73	62,9
2	Tidak patuh	43	37,1
Total		116	100

Berdasarkan mrnunujukan bahwa responden yang taat sejumlah 73 anak (62,9), dan yang tidak taat 43 anak (37,1).

Tabel 4: tabulasi silang

Pendamping kader	Kepatuahn konsumsi tablet fe				Total		*P-value*
	Patuh		Tidak Patuh				
	N	%	n	%	N	%	
Didampingi	57	49,1	1	0,9	58	50.0	0,000
Tidak didampingi	16	13,8	42	36,2	58	50.0	
Total	73	62,9	43	37,1	116	100	

Menurut tabel 4 Tabulasi silang terkait pendamping kader poskestren dengan ketaatan konsumsi tablet fe kategori terbanyak adalah patuh dan di dampingi sebanyak 57 orang (49,1%). Kategori sedikit pada tidak patuh sebanyak 42 orang (36,2%). Hasil uji chi-square didapatkan menyatakan p-value 0,000 <0.05 yang berarti terdapat efektivitas terkait pendamping kader poskestren terhadap kepatuhan konsumsi tablet fe Dipondok puteri hafshawaty.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

PEMBAHASAN

1. Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Puteri Yang Mendapatkan Pendampingan Kader Poskestrenan

Ketaatan memakai tablet Fe pada pemuda yang memperoleh pendampingana kader poskestren didapatkan hasil bahwa remaja yang patuh dan mendapatkan pendampingan sebanyak 57 responden (49,1%).

Memakai obat penambah darah dihitung dari total obat yang dipakai, keefektivan teknik menggunakan, dan jumlah pemakaian tiap harinya. Tambahan obat penambah darah ialah suatu usaha yang sangat pokok ketika menghalangi dan menangani anemia, terlebih khusus anemia zat besi. Diketahui efisien dikarenakan komposisi zat besinya yang kaya asam folat yang juga bisa menghambat anemia dikarenakan kurangnya asam folat.

Kepatuhan pemuda terhadap mengonsumsi tablet fe dominan cenderung mengikuti teman seumuran, Dukungan Teman seumuran merupakan aspek eksternal dari remaja putri. Aspek yang mengakibatkan keiinginan ialah aspek dari dalam yakni sifat bawaan dan aspek eksternal yakni ialah keluarga, teman sebaya, masyarakat atau lingkungan (Yenny, 2023). Dalam kurun umur ini mulai muncul kematangan dalam pribadi yang lebih berkualitas. Dalam fase ini pemuda telah menemukan harga dirinya. Sedangkan pemida menengah yang berusia 15-16 tahun. Analisa sebelumnya menyatakan bahwasannya ciri-ciri pemuda menengah dikenal oleh berlangsungnya transformasi-transformasi pemikiran. Tranformasi tersebut yakni pencarian jati diri, batin yang tidak stabil, berartinya sahabat, ada dampak teman seumuran (peer group) yang menonjol dengan contoh bertindak sama, pemuda ini hanya terpukau dalam kondisi sekarang tidak pada masa yang akan datang (Astuti dan Rianawati, 2024). Menurut peneliti, bahwa pendampingan kader Poskestren merupakan pendekatan yang sangat prospektif dan esensial dalam mengembangkan ketaatan penggunaan tablet Fe pada pemuda perempuan di lingkungan pesantren. Campur tangan ini tak hanya berfokus dalam pemberian obat, namun juga membangun kapasitas dan kesadaran pemuda perempuan, yang hingga hendak berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan kualitas hidup mereka dengan berkelanjutan.

2. Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Puteri Yang Tidak Mendapatkan Pendampingan Kader Poskestren

Ketaatan penggunaan tablet fe dalam pemuda yang tidak mendapatkan pendampingan kader poskestren didapatkan hasil bahwa remaja yang patuh dan tidak mendapatkan pendampongan kader sebanyak 16 reponden (13,8%).

Memakai obat penambah darah dihitung daripada total obat yang dipakai, kefektivan teknik penggunaan, dan takaran penggunaan tiap hari. Obat penambah darah ialah suatu usaha sangat pokok ketika menghalangi dan menangani anemia, terlebih khusus anemia zat besi. Disebut efisien dikeranakan komposisi zat besinya yang dicukupi asam folat yang juga bisa menghalangi anemia dikarenakan kurangnya asam folat.Sasaran semua pemuda perempuan kelas 7-12 atau umur 12-18 tahun dengan blanket approach tanpa memandang status anemia. Proses memberi TTD guna pemuda perempuan disekolah jenjang SMP/SMA melewati aktivitas aksi bergizi yang terpadu dengan UKS atau sekolah sehat. Peneliti berpendapat, bahwa tanpa pendampingan kader Poskestren, usaha pengembangan ketaatan pemakaian obat Fe pada pemuda perempuan akan jauh lebih berat. Ketiadaan intervensi personal dan berkelanjutan ini menciptakan celah besar dalam penanggulangan anemia pada kelompok rentan ini, yang pada akhirnya dapat menghambat potensi penuh mereka baik dari sisi kesehatan maupun akademik.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

3. Efektivitas pendamping kader poskestren terhadap kepatuhan konsumsi tablet fe

Menurut hasil analisa yang dilakukan peneliti yaitu kepatuahn konsumsi tablet fe pada remaja yang mendapatkan pendampingan sebanyak 57 orang (49.1%), sedangkan remaja yang patuh dan tidak mendaptkan pendampingan sebanyak 16 Responden (13.8%). Hasil uji statistic chi-square menyatakan nilai p-value sejumlah 0,000, yang artinya ada Efektivitas pendamping kader poskestren terhadap ketaatan konsumsi tablet fe ($p < 0,05$).

Aspek yang mempengaruhi ketaatan pemakaian obat fe ialah pendidikan,pengetahuan, sikap, dukungan. Dorongan ialah memfasilitasi suatu hal guna mencukupi keperluan individu. Dukungan bisa berarti sebagai memberi motivasi dan nasehat pada orang lain pada kondisi pembuatan sebuah ketetapan (Yuni Alfi, 2023). Dorongan teman seumuran ialah faktor eksternal dari remaja putri. Aspek yang mengakibatkan keinginan ialah aspek dari dalam yakni karakter bawaan dan aspek dari luar yakni ialah keluarga, teman sebaya, masyarakat atau lingkungan (Yenny, 2023). Menurut peneliti, pendampingan kader Pos Kesehatan Pesantren (Poskestren) memiliki efektivitas yang sangat tinggi dan krusial dalam mengembangkan ketaatan penggunaan obat Fe pada pemuda perempuan, terutama di lingkungan pesantren. Kehadiran dan peran aktif kader bukan hanya sekadar pelengkap, melainkan tulang punggung ketercapaian prospek mencegah dan menangani anemia pada kelompok usia ini.

Meskipun sangat efektif, efektivitas ini sangat bergantung pada pelatihan kader yang komprehensif dan berkelanjutan. Kader harus memiliki pengetahuan yang akurat, keterampilan komunikasi yang baik, dan didukung oleh fasilitas kesehatan setempat serta pengelola pesantren. Ketersediaan tablet Fe yang terjamin juga merupakan prasyarat mutlak. Singkatnya, pendampingan kader Poskestren mengubah konsumsi tablet Fe dari sekadar "minum obat" menjadi bagian dari perhatian kolektif terhadap kesehatan, didukung oleh edukasi, pengingat, dan dukungan personal. Ini adalah investasi yang sangat berharga untuk memastikan remaja putri tumbuh kembang optimal dan bebas dari anemia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Menurut hasil analisa yang sudah dilaksanakan peneliti mengenai Efektivitas pendamping kader poskestren terhadap kepatuahn konsumsi tablet fe dipondokmputeri hafshwaty dapat di simpulkan bahwa ketaatan penggunaan tablet fe pada remaja yang memperoleh pendampingan yaitu sebanyak 16 orang (13,8%). Maka dari penelitian ini terdapat efektivitas antara pendamping kader poskestren terhadap ketaatan penggunaan tablet fe pada pemuda perempuan di pondok pesantren hafshawaty zainul hasan .

Peneliti lain bisa menjadikan analisa ini sebagai refrensi fundamental bagi penelitiannya. Peneliti lain diberi saran untuk menambah variabel aspek-aspek yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi tablet fe. Dan peneliti lain diberi saran melaksanakan analisa ditempat lain yang mempunyai atau menggunakan desainpenelitian berbeda, ataupun jumlah responden yang lebih besar.Efektivitas ini sangan pergantung pada pelatihan kader yang komprehensif dan berkelanjutan. Kader harus memiliki pengetahuan yang akurat, keterampilan komunikasi yang baik dan didukung oleh fasilitas kesehatan setempat serta pengelola pesantren.

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

DAFTAR PUSTAKA

Abraham, I. and Supriyati, Y. (2022) 'Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur Review', *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), pp. 2476–2482. Available at: https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3800.

ade saputra nasution (2023) *pengantar metodologi kesehatan*. Edited by fildza fadhila.

Amalia, N. and Meikawati, W. (2024) 'Factors Associated With The Incidence Of Anemia in Adolescent Girls Faktor-Faktor Yang

Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri menyebabkan kehilangan banyak darah . Remaja putri mempunyai kebutuhan Menurut hasil studi pendahuluan , Pemberian ', 4(2), pp. 129–141.

Astuti, W.T. and Ida Rianawati (2024) 'Kepatuhan Minum Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri', *Journal Balance*, 10(1), pp. 34–44.

aziz alimul hidayat (2014) *METODE PENELITIAN KEBIDANAN DAN TEKNIK ANALISIS DATA*.

Dinkes Kabupaten Probolinggo (2022) 'Kabupaten Probolinggo Tahun 2022', (403), pp. 17–19.

Firmansyah, D. and Dede (2022) 'Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), pp. 85–114.

H. andi rahman (2018) 'pemberian fe pada remaja putri'. Available at: https://id.scribed.com/mbeds/419367595/content?strat_page=1&view@mode=scroll&accase_key=key-fFxxf7rlbzEfWu3HKwf.

Helmyati, S. *et al*. (2023) 'Acceptance of Iron Supplementation Program among Adolescent Girls in Indonesia: A Literature Review', *Amerta Nutrition*, 7(3SP), pp. 50–61. Available at: https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.50-61.

Irfannuddin, D. d. (2019) *CARA SISTEMATIS BERLATIH MENELITI*. Edited by salim shahab.

Kemenkes RI (2013) 'Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1 Tahun 2013 tentang Pedoman Penyelenggaraan dan Pembinaan Pos Kesehatan Pesantren', *Departemen Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, pp. 1–9. Available at: http://promkes.kemkes.go.id/download/jsc/files51071Pedoman_Penyelenggaraan_dan_Pembinaan_Pos_Kesehatan_Pesantren.pdf.

Kemenkes RI (2023) *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri*, *IEEE Sensors Journal*. Available at: http://dx.doi.org/10.1016/j.snb.2010.05.051.