



Efektivitas Penggunaan Aplikasi Pamitabara Terhadap Kegunaan, Kemudahan, dan Tindakan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di Kabupaten Cirebon

Dhinda Whinalda^{1✉}, Yanti Herawati², Siti Sugih³
^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada

ARTICLE INFO

Article history

Submitted : 2025-05-14

Revised : 2025-07-29

Accepted : 2025-08-30

Keywords:

Anemia;

Android application;

Teenagers;

Blood increasing tablets;

Action

Kata Kunci:

Anemia;

Aplikasi android;

Remaja;

Tablet tambah darah;

Tindakan

ABSTRACT

The prevalence of anemia in Puskesmas Ciroyom 13,14% with approximately 21 million adolescent girls. Problems related to compliance are a major obstacle in daily iron supplementation. Providing counseling or health education can use several media, one of which is the digital media application "Pamitabara". The purpose of this study was to analyze the effectiveness of using the application of obedient drinking blood tablets ("Pamitabara") on the usefulness, convenience, and action of adolescents in taking blood tablets in the Waruroyom Puskesmas Working Area, Cirebon Regency. Cross sectional research method with pretest and posttest design. The study was conducted on 60 adolescent girls who were taken from 3 schools by lottery. Sampling using purposive sampling. Data analysis using paired t-test and N-Gain test. The results showed that in the intervention group given the "Pamitabara" application, almost all respondents were compliant with taking blood supplement tablets and in the control group given nutrition cards, almost three-quarters of respondents were not compliant. Then, almost all respondents stated that it was easy to use the "Pamitabara" application and the "Pamitabara" application was very useful in helping take blood supplement tablets. The effectiveness test of the "Pamitabara" application and nutrition cards found that the "Pamitabara" application was quite effective in increasing adolescents taking blood tablets, while the nutrition cards were less effective. In conclusion, the "Pamitabara" application is effective on the usefulness, convenience, and action of adolescents in consuming blood supplement tablets. It is hoped that young women will use the "Pamitabara" application as an educational medium and a fertile period for increasing hemoglobin, especially for young women who have anemia.

Prevalensi anemia di Puskesmas Ciroyom 13,14% dengan jumlah remaja putri kurang lebih 21 juta. Masalah terkait kepatuhan menjadi kendala utama dalam penambahan zat besi sehari-hari. Pemberian penyuluhan atau pendidikan kesehatan dapat menggunakan beberapa media, salah satunya adalah media digital aplikasi "Pamitabara". Tujuan penelitian ini adalah menganalisis efektivitas penggunaan aplikasi patuh minum tablet tambah darah ("Pamitabara") terhadap kegunaan, kemudahan, dan tindakan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah di Wilayah Kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon. Metode penelitian cross sectional dengan desain pretest dan posttest. Penelitian dilaksanakan pada 60 remaja putri yang diambil dari 3 sekolah dengan cara diundi. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Analisis data menggunakan paired t-test dan uji N-Gain. Hasil penelitian didapatkan pada kelompok intervensi yang diberikan aplikasi "Pamitabara" hampir seluruh responden patuh minum tablet tambah darah dan pada kelompok kontrol yang diberikan kartu gizi hampir tiga perempat responden tidak patuh. Kemudian, hampir seluruh responden menyatakan mudah menggunakan aplikasi "Pamitabara" dan aplikasi "Pamitabara" sangat berguna dalam membantu mengonsumsi tablet tambah darah. Uji efektivitas aplikasi "Pamitabara" dan kartu gizi didapatkan hasil bahwa aplikasi "Pamitabara" cukup efektif dalam meningkatkan remaja minum tablet tambah darah, sedangkan kartu gizi kurang efektif. Simpulan, aplikasi "Pamitabara" efektif terhadap kegunaan, kemudahan, dan tindakan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Diharapkan remaja putri agar menjadikan aplikasi "Pamitabara" sebagai media edukasi dan masa subur dalam peningkatan hemoglobin terutama pada remaja yang memiliki anemia.

✉ Corresponding Author:

Dhinda Whinalda
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada
Telp. 083816555873
Email: dhindawhinalda99@gmail.com

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license:



PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa salah satu permasalahan gizi utama yang dihadapi negara-negara berkembang, termasuk Indonesia, adalah anemia defisiensi zat besi. Berdasarkan data global tahun 2015, prevalensi anemia berkisar antara 40 – 88%. Pada remaja putri di negara berkembang, angka kejadiannya mencapai 53,7%, sedangkan pada remaja laki-laki hanya sekitar 18 – 20%. Tingginya prevalensi anemia pada perempuan disebabkan oleh kadar hemoglobin dan hematokrit yang lebih rendah dibandingkan laki-laki, sehingga kelompok ini lebih rentan mengalami anemia (WHO, 2015).

Hasil skrining anemia pada remaja putri di Kabupaten Cirebon tahun 2023 menunjukkan bahwa 53% mengalami anemia (Yulianti, 2023). Temuan ini konsisten dengan penelitian Sari dan Rahmatika (2021) yang menemukan bahwa dari 67,73% remaja putri, 15,76% mengalami anemia ringan, 14,40% anemia sedang, dan 2,11% anemia berat (Sari & Rahmatika, 2021).

Secara nasional, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 23% atau sekitar 4,8 juta dari total 21 juta remaja putri di Indonesia (Sekarini, 2019). Berdasarkan Riskesdas 2018, angka kejadian anemia meningkat dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018, dengan kelompok usia 15 – 24 tahun sebagai yang paling terdampak. Di Jawa Barat, prevalensi anemia pada remaja tahun 2018 tercatat masih cukup tinggi yaitu 41,4% (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2018). Namun, cakupan remaja putri yang mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) tahun 2021 hanya sebesar 25,2%, masih jauh dari target provinsi yaitu 52% (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022).

Tingginya kasus anemia pada remaja putri mendorong pemerintah untuk melakukan berbagai upaya penanggulangan, salah satunya melalui pemberian TTD di puskesmas. Program ini menyediakan empat tablet harian selama sebulan, kemudian dilanjutkan dengan konsumsi satu tablet per minggu (R. D. Putri et al., 2017). Namun, tingkat kepatuhan menjadi tantangan utama. Oleh karena itu, strategi alternatif yang dilakukan adalah pemberian TTD mingguan agar lebih mudah dipatuhi, disertai dengan edukasi kesehatan terkait manfaat TTD dalam mencegah anemia.

Penelitian Indiasari (2022) menunjukkan bahwa perilaku pencegahan anemia pada remaja putri dari kelompok sosial-ekonomi menengah ke bawah di Makassar masih kurang optimal (86,7%) (Indriasari et al., 2022).

Pola makan kaya zat besi hanya dilakukan 1–3 kali per minggu, kebiasaan sarapan jarang, dan konsumsi penghambat penyerapan zat besi seperti teh, kopi, atau susu saat makan utama masih tinggi (96%). Selain itu, sebagian besar remaja tidak rutin mengonsumsi TTD dan jarang memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan. Hasil serupa ditemukan oleh Gusti (2020) di Denpasar, yang melaporkan bahwa 61% remaja putri memiliki kepatuhan rendah dalam mengonsumsi TTD (Adnyana et al., 2020).

Selain pemberian TTD, upaya lain yang dapat dilakukan adalah meningkatkan asupan zat besi melalui edukasi gizi (Zulaekah, 2012). Pendidikan kesehatan bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan remaja untuk menjalani hidup sehat (Notoatmodjo, 2014). Seiring perkembangan teknologi, media digital kini berperan penting dalam penyampaian informasi kesehatan (Preeti, 2014).

Oktavia dan Karjatin (2021) membuktikan bahwa media buku saku digital mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia, dengan peningkatan rerata nilai sebesar 12,50 atau 19,64% (Ayu Oktavia & Atin Karjatin, 2021). Demikian pula, penelitian Ramadhani dkk. (2023) menunjukkan bahwa aplikasi berbasis android efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terkait pencegahan obesitas (Ramadhani et al., 2023).

Berdasarkan fakta tersebut, tingginya prevalensi anemia erat kaitannya dengan rendahnya pengetahuan dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD. Oleh sebab itu, diperlukan inovasi edukasi berbasis media digital. Peneliti mengembangkan aplikasi “Pamitabara” (Patuh Minum Tablet Tambah Darah) sebagai sarana edukasi dan informasi tentang anemia yang sederhana, praktis, dan mudah diakses. Tujuan aplikasi ini tidak hanya untuk memberikan informasi tetapi juga untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD.

Penelitian ini dirancang untuk mengkaji efektivitas penggunaan aplikasi “Pamitabara” terhadap aspek kegunaan, kemudahan, serta perubahan tindakan remaja putri dalam mengonsumsi TTD di wilayah kerja Puskesmas Waruoyom, Kabupaten Cirebon, pada tahun 2024.

METODE PENELITIAN

Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Waruroyom di 3 Sekolah, yaitu SMK Ulil Albab, SMK Ilman Nafiah, dan SMK Assyifa. Alasan memilih tempat tersebut karena berdasarkan data dari Puskesmas Waruroyom, terdapat prevalensi kasus anemia yang cukup tinggi di kalangan remaja putri, khususnya di tingkat SMK. Hal ini menjadi indikator penting bahwa intervensi untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) sangat dibutuhkan di wilayah ini.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini remaja putri yang menderita anemia di wilayah kerja Puskesmas Waruroyom di Kabupaten Cirebon.

Populasi

Populasi target dalam penelitian ini, yaitu seluruh remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon. Populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah remaja putri yang menderita anemia di wilayah kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon sebanyak 117 remaja putri dari tiga sekolah periode Juni–Juli 2024 yang memenuhi kriteria penelitian.

Sampel Penelitian

Sampel penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami anemia dengan kategori anemia di tiga Sekolah Menengah Atas (SMA) wilayah kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon. Penentuan besar sampel ditentukann dengan rumus Slovin sebagai berikut:

$$= \frac{117}{1 + 117 (0,1)^2}$$

$$= \frac{117}{2,17}$$

= 53,9 dibulatkan menjadi 54 responden

Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 54 remaja dengan tingkat kepercayaan 95%. Untuk mengantisipasi kemungkinan terjadinya drop out, jumlah tersebut ditambah 10%, sehingga total sampel menjadi 60 remaja. Sampel tersebut dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 30 responden pada kelompok kontrol yang diberikan kartu gizi dan 30 responden pada

kelompok eksperimen yang mendapatkan intervensi melalui aplikasi *Pamitabara*.

Pengambilan sampel dilakukan dari tiga sekolah dengan metode undian secara acak, di mana dari setiap sekolah ditetapkan 20 remaja penderita anemia sebagai responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*, sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan

1. Kriteria inklusi:

- a. Remaja putri yang mengalami anemia di Wilayah Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon;
- b. Remaja putri yang menggunakan *smartphone* berbasis android.

2. Kriteria eksklusi:

- a. remaja putri yang tidak berada di tempat pada saat penelitian atau remaja yang mengambil cuti pada saat penelitian berlangsung;
- b. remaja putri yang pindah sekolah.

3. Kriteria *drop out*:

Remaja putri yang saat proses penelitian mengundurkan diri atau sedang sakit dan tidak dapat melanjutkan penelitian secara lengkap

Jumlah sampel menjadi 60 remaja yang dibagi menjadi 2 kelompok sehingga 30 kelompok kontrol yaitu kelompok kartu gizi dan 30 kelompok eksperimen yaitu aplikasi pamitabara. Sampel penelitian ini diambil dari 3 sekolah dengan cara diundi secara acak menggunakan sistem undian. Peneliti mengambil tiap-tiap sampel di setiap sekolah sebesar 20 remaja dengan anemia.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan eksperimen murni pendekatan desain penelitian *pre-post* dan *post-test* dengan menggunakan data primer yang diperoleh dari survei dengan teknik kuesioner dan lembar observasi.

Variabel Penelitian

Variabel independen (bebas) dalam penelitian ini adalah aplikasi “Pamitabara”. Variabel dependen (terikat) dalam penelitian ini adalah kegunaan, kemudahan, dan tindakan.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui analisis univariat dan bivariat. Uji

normalitas digunakan untuk mengetahui distribusi data. Selanjutnya, efektivitas penggunaan aplikasi *Pamitabara* dianalisis menggunakan *paired t-test* serta uji *N-gain* guna mengukur sejauh mana peningkatan yang terjadi setelah intervensi.

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan terhadap 60 siswa yang dibagi menjadi 2 kelompok. Tidak ada satu pun peserta subjek penelitian yang dikeluarkan dari penelitian ini. Berdasarkan penelitian, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Efektivitas “Pamitabara” dan Kartu Gizi terhadap Kegunaan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja

Kelompok		Kegunaan						Nilai P
		Sangat Berguna		Cukup Berguna		Kurang Berguna		
		n	%	n	%	n	%	
“Pamitabara”	<i>Pretest</i>	7	2,3	22	73,3	1	3,3	0,002
	<i>Posttest</i>	24	80	6	20	0	0	
Kartu Gizi	<i>Pretest</i>	2	6,7	21	70	7	23,3	0,290
	<i>Posttest</i>	12	40	15	50	3	10	

Berdasarkan hasil Tabel 1 sebelum diberikan “Pamitabara” hampir seluruh responden (22 dari 30 responden) cukup berguna dalam mengonsumsi tablet tambah darah, setelah diberikan aplikasi “Pamitabara” hampir seluruh responden (24 dari 30 responden) bahwa aplikasi “Pamitabara” berguna mengonsumsi tablet tambah darah.

Analisis menggunakan *paired t test* didapatkan hasil untuk nilai p kelompok

“Pamitabara” sebesar 0,002(<0,05) yang artinya efektivitas “Pamitabara” terhadap kegunaan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon tahun 2024. Pada kelompok kartu gizi didapatkan hasil p sebesar 0,290(>0,05) yang artinya kartu gizi tidak efektif terhadap kegunaan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Tabel 2 Efektivitas Aplikasi Pamitabara terhadap Kemudahan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja

Kelompok		Kemudahan						Nilai P
		Mudah Digunakan		Cukup Mudah Digunakan		Kurang Mudah Digunakan		
		n	%	n	%	n	%	
“Pamitabara”	<i>Pretest</i>	4	13,3	21	70	5	16,7	0,000
	<i>Posttest</i>	28	93,3	2	6,7	0	0	
Kartu Gizi	<i>Pretest</i>	5	16,7	18	60	7	23,3	0,126
	<i>Posttest</i>	10	33,3	20	66,7	0	0	

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan “Pamitabara” tiga perempat responden (21 dari 30 responden) memilih cukup mudah digunakan mengonsumsi tablet tambah darah. Setelah diberikan aplikasi “Pamitabara” hampir seluruh responden (28 dari 30 responden) mengatakan aplikasi “Pamitabara” mudah digunakan mengonsumsi tablet tambah darah.

Analisis menggunakan uji *paired t* didapatkan hasil untuk nilai p kelompok “Pamitabara” sebesar 0,000(<0,05) yang artinya “Pamitabara” efektif terhadap kemudahan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon tahun 2024. Pada kelompok kartu gizi didapatkan hasil p sebesar 0,126(>0,05) yang artinya kartu gizi tidak efektif terhadap kemudahan mengonsumsi tablet

tambah darah pada remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruoyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Tabel 3. Efektivitas Aplikasi Pamitabara terhadap Tindakan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja

Kelompok	Tindakan				Nilai P
	Patuh Minum Tablet Tambah Darah		Tidak Patuh Minum Tablet Tambah Darah		
	n	%	n	%	
“Pamitabara”	28	93,3	2	6,7	0,000
Kartu Gizi	12	40	18	60	0,218

Berdasarkan hasil analisis menggunakan *paired t test* didapatkan hasil pada kelompok “Pamitabara” hampir seluruh responden tindakan patuh minum tablet tambah darah (28 dari 30 responden) dengan nilai $p = 0,000 (<0,05)$ yang artinya aplikasi “Pamitabara” efektif terhadap tindakan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruoyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Pada kelompok kartu gizi lebih dari setengah responden tindakan tidak patuh minum tablet tambah darah (18 dari 30 responden) dengan nilai $p = 0,218 (<0,05)$ yang artinya kartu gizi tidak efektif terhadap tindakan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruoyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Tabel 4. Efektivitas Pamitabara dan Kartu Gizi *Pretest* dan *Posttest* berdasarkan Perhitungan *N-Gain*

Kelompok	Gain Score	Keterangan
“Pamitabara”		
<i>Pretest</i> Intervensi	59,82	Cukup
<i>Posttest</i> Intervensi		
Kartu Gizi		
<i>Pretest</i> Kontrol	41,08	Kurang
<i>Posttest</i> Kontrol		

Berdasarkan Tabel 4. efektivitas “Pamitabara” berdasarkan perhitungan *N-Gain* sebesar 59,82% artinya cukup efektif penggunaan aplikasi “Pamitabara” terhadap remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah. Kartu gizi berdasarkan perhitungan *N-Gain* sebesar 41,08% artinya kurang efektif penggunaan kartu gizi terhadap remaja putri.

PEMBAHASAN

Efektivitas Aplikasi “Pamitabara” terhadap Kegunaan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruoyom Kabupaten Cirebon Tahun 2024

Perceived usefulness (kegunaan) diartikan sebagai sejauh mana individu meyakini bahwa penggunaan suatu teknologi dapat meningkatkan kinerjanya. Konstruk ini dipengaruhi oleh persepsi kemudahan penggunaan, dan menjadi salah satu faktor paling dominan yang memengaruhi sikap, niat, serta perilaku pengguna. Hasil analisis pada kelompok intervensi menunjukkan nilai $p = 0,002 (<0,05)$, yang mengindikasikan adanya efektivitas aplikasi “Pamitabara” terhadap peningkatan persepsi kegunaan dalam konsumsi tablet tambah darah. Sebaliknya, pada kelompok kontrol diperoleh nilai $p = 0,290 (>0,05)$, yang berarti penggunaan kartu gizi tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap persepsi kegunaan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja

di wilayah kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Hal ini disebabkan oleh faktor pengetahuan dan motivasi remaja, sebagian besar responden masih menunjukkan pemahaman yang rendah mengenai pentingnya konsumsi TTD. Hal ini terkonfirmasi melalui wawancara, di mana beberapa siswa menyatakan bahwa mereka menganggap anemia bukan masalah serius, dan tidak merasa manfaat langsung setelah mengonsumsi TTD. Kartu Gizi yang diberikan hanya dianggap sebagai formalitas pencatatan, bukan sebagai sarana edukasi yang mendorong pemahaman makna penting TTD. Kurangnya internalisasi informasi menyebabkan persepsi terhadap "kegunaan" TTD tidak meningkat secara signifikan.

Selain itu juga karena dari sisi desain dan penyajian Kartu Gizi, ditemukan bahwa media ini kurang menarik dan tidak interaktif. Remaja cenderung cepat bosan dengan media cetak yang bersifat monoton. Tidak adanya elemen visual yang menarik, pesan motivasional, atau pelibatan langsung dalam pengisian harian menyebabkan kartu tersebut jarang digunakan secara konsisten. Beberapa siswa bahkan lupa mengisi kartu atau mengisinya hanya saat diminta oleh guru atau petugas kesehatan.

Hal ini sesuai dengan penelitian Pahlevi dan Dewi (2019) yang menyatakan bahwa faktor kegunaan yang dirasakan oleh pengguna berpengaruh positif secara signifikan terhadap penerimaan aplikasi (Fahlevi & Dewi, 2019), selain itu penelitian Husein dan Hanggono (2018) juga mendukung dengan menyatakan bahwa kegunaan berpengaruh terhadap penerimaan aplikasi. Faktor kemudahan akses dan penggunaan aplikasi juga memainkan peran penting dalam perubahan perilaku remaja. Sebelum aplikasi, remaja mengandalkan pengingat manual atau catatan yang sering kali tidak efektif. Aplikasi ini dirancang dengan antarmuka yang *user-friendly* sehingga remaja dapat dengan mudah mengakses informasi dan pengingat harian. Selain itu, aplikasi juga menyediakan fitur catatan kesehatan yang memungkinkan pengguna untuk memantau kemajuan mereka dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hasil survei menunjukkan bahwa 90% remaja merasa aplikasi ini sangat membantu dan mudah digunakan dalam mendukung kebiasaan mereka untuk minum tablet tambah darah (Hanggono et al., 2015).

Menurut asumsi peneliti semakin berguna aplikasi maka akan semakin meningkatkan tingkat kepatuhan remaja minum tablet tambah darah.

Efektivitas Aplikasi “Pamitabara” terhadap Kemudahan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon Tahun 2024

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh nilai $p = 0,000$ ($<0,05$), yang berarti aplikasi “Pamitabara” efektif dalam meningkatkan persepsi kemudahan penggunaan terhadap konsumsi tablet tambah darah. Sementara itu, pada kelompok kontrol nilai $p = 0,126$ ($>0,05$), sehingga kartu gizi tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap kemudahan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah di wilayah kerja Puskesmas Waruroyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Persepsi kemudahan penggunaan (*perceived ease of use*) diartikan sebagai keyakinan individu bahwa suatu sistem teknologi informasi dapat dipahami dan digunakan dengan mudah. Oleh karena itu, suatu aplikasi kesehatan, termasuk “Pamitabara”, harus dirancang sederhana agar dapat diterima oleh penggunanya. Dalam kerangka *Technology Acceptance Model* (TAM), kemudahan penggunaan berpengaruh positif signifikan terhadap minat individu dalam menggunakan suatu sistem teknologi (Wiratama & Sulindawati, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Gusi dan Putu (2022) yang menegaskan bahwa persepsi kemudahan memengaruhi sikap (*attitude*) individu dalam menggunakan teknologi informasi, yang selanjutnya menentukan niat (*intention*) serta perilaku aktual (*behavior*) penggunaan (Permana & Rosiana, 2022). Penelitian Arif dan Abdul (2022) juga menekankan bahwa kemudahan adalah kondisi ketika seseorang meyakini penggunaan teknologi tidak membutuhkan usaha yang sulit. Kemudahan menjadi faktor penting dalam pertimbangan penerimaan teknologi, karena setiap individu cenderung menginginkan sistem yang praktis untuk mendukung pencapaian tujuannya (Nizar & Yusuf, 2022).

Berdasarkan asumsi peneliti, semakin mudah suatu aplikasi digunakan maka semakin

tinggi pula minat pengguna untuk menggunakannya secara berkelanjutan. Aplikasi “Pamitabara” telah dirancang menyesuaikan kebutuhan remaja, sehingga dianggap praktis dan sederhana dalam meningkatkan kepatuhan mereka terhadap konsumsi tablet tambah darah.

Efektivitas Aplikasi “Pamitabara” terhadap Tindakan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Waruoyom Kabupaten Cirebon Tahun 2024

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh nilai $p = 0,000$ ($<0,05$), yang berarti aplikasi “Pamitabara” terbukti efektif dalam meningkatkan tindakan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di wilayah kerja Puskesmas Waruoyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Tindakan (*overt behaviour*) merupakan perwujudan nyata dari sikap, yang dapat terlaksana apabila terdapat faktor pendukung maupun kondisi yang memungkinkan, seperti tersedianya fasilitas (Notoadmojo, 2014). Dalam konteks pencegahan anemia, masih banyak remaja yang jarang melakukan tindakan promotif, misalnya mengonsumsi makanan kaya zat besi hanya 1 – 3 kali per minggu, serta jarang sarapan dengan frekuensi yang sama. Selain itu, sekitar 96% remaja masih mengonsumsi penghambat penyerapan zat besi seperti teh, kopi, atau susu bersamaan dengan makan utama. Konsumsi TTD juga belum dilakukan secara rutin, yang kemungkinan besar dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan mengenai manfaat TTD. Bahkan, sebagian besar remaja jarang memeriksakan kondisi kesehatannya ke fasilitas pelayanan kesehatan, dan hanya sedikit yang melakukan pemeriksaan rutin dua bulan sekali untuk mengetahui status anemia (R. N. Putri et al., 2024).

Penelitian ini membuktikan bahwa aplikasi “Pamitabara” mampu meningkatkan tindakan konsumsi TTD pada remaja putri, sejalan dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang menunjukkan adanya peningkatan setelah intervensi. Konsumsi TTD secara teratur terbukti efektif dalam menurunkan risiko anemia defisiensi besi. Peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri sendiri dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, frekuensi menstruasi, status gizi, pola makan, jenis makanan yang dikonsumsi,

keteraturan minum TTD, serta aktivitas fisik (Asiyah & Ngatining, 2023).

Aplikasi “Pamitabara” juga dinilai sebagai solusi inovatif dalam mengatasi kendala monitoring kepatuhan konsumsi TTD, khususnya minum satu tablet per minggu. Keterbatasan jumlah tenaga kesehatan sering menjadi hambatan di negara berkembang, sehingga aplikasi ini dapat membantu dalam memberikan pengetahuan, meningkatkan kesadaran remaja, sekaligus mendukung petugas kesehatan dalam memantau dan mengevaluasi pelaksanaan program TTD pada remaja.

Berdasarkan temuan ini, peneliti berasumsi bahwa aplikasi “Pamitabara” efektif dalam mendorong remaja putri untuk lebih patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah, sehingga penggunaan teknologi kesehatan merupakan langkah penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan mengenai efektivitas aplikasi “Pamitabara” terhadap aspek kegunaan, kemudahan, dan tindakan, dapat disimpulkan bahwa aplikasi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di wilayah kerja Puskesmas Waruoyom Kabupaten Cirebon tahun 2024.

Disarankan bagi remaja putri untuk memanfaatkan aplikasi “Pamitabara” sebagai media edukasi sekaligus pendamping dalam upaya meningkatkan kadar hemoglobin, khususnya pada remaja yang berisiko atau telah mengalami anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, G. A. N. W. S., Armini, N. W., & Suarniti, N. W. (2020). Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia dan Kepatuhan Remaja dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), 103–109. <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK/article/view/1499>
- Asiyah, S., & Ngatining. (2023). Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia pada Remaja. *Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional*, 02(01), 486–492. <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKesNas>

- </index.php/MOO/article/view/111>
- Ayu Oktavia, & Atin Karjatin. (2021). Pengaruh media buku saku digital terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1), 239–244. <https://doi.org/10.34011/jks.v2i1.627>
- Dinas Kesehatan Jawa Barat. (2018). *Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2018*. <https://www.scribd.com/document/571285851/28-Profil-Kesehatan-Jawa-Barat-Tahun-2018>
- Dinas Kesehatan Jawa Barat. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2022*. <https://www.scribd.com/document/696468666/PROFIL-KESEHATAN-PROVINSI-JAWA-BARAT-TAHUN-2022>
- Fahlevi, P., & Dewi, A. O. P. (2019). Analisis Aplikasi ijateng dengan Menggunakan Teori Technology Acceptance Model (TAM). *Jurnal Ilmu Perpustakaan*, 8(2), 103–111. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jip/article/view/26799/23650>
- Hanggono, A. A., Handayani, S. R., & Susilo, H. (2015). Analisis Atas Praktek TAM Dalam Mendukung Bisnis Online dengan Memanfaatkan Jejaring Sosial Instagram. *Jurnal Administrasi Bisnis*, 26(1), 1–9. <https://administrasibisnis.studentjournal.ub.ac.id/index.php/jab/article/view/1030>
- Indriasari, R., Mansur, M. A., Srifitayani, N. R., & Tasya, A. (2022). Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Terkait Pencegahan Anemia Pada Remaja Berlatarbelakang Sosial-ekonomi Menengah ke Bawah di Makassar. *Amerta Nutrition*, 6(3), 256–261. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.256-261>
- Nizar, A. M., & Yusuf, A. (2022). Pengaruh Persepsi Kemudahan Penggunaan dan Kepercayaan Terhadap Minat Menggunakan Aplikasi Dompot Digital LinkAja. *J-MAS (Jurnal Manajemen Dan Sains)*, 7(2), 928. <https://doi.org/10.33087/jmas.v7i2.569>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta. http://elibrary.poltektdc.ac.id/index.php?p=show_detail&id=6006&keywords
- Permana, G. P. L., & Rosiana, P. M. C. (2022). Pengaruh Tingkat Persepsi Kegunaan, Persepsi Kemudahan Penggunaan, Tingkat Pengetahuan Akuntansi, dan Computer Self Efficacy Pada Penerimaan Aplikasi Myob Pada Siswa SMK Akuntansi di Kota Denpasar. *Jurnal Ilmiah Akuntansi Dan Bisnis*, 7(1), 89–105. <https://doi.org/10.38043/jiab.v7i1.3464>
- Preeti. (2014). Education and Role of Media in Education System. *International Journal of Scientific Engineering and Research*, 2(3), 174–177. <https://doi.org/10.70729/IJ2013158>
- Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y., & Kusdalinah, K. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.626>
- Putri, R. N., Emalilian, Irdan, Purwanto, M., & Asbon, N. (2024). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Tindakan Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Melalui Penyuluhan Pada Remaja Putri. *Communnity Development Journal*, 5(1), 1305–1311. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/25233/>
- Ramadhani, H., Hayati, N. F., Amos, J., Sidiq, R., & Lestari, E. M. L. (2023). Perubahan Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Pencegahan Obesitas Melalui Aplikasi Berbasis Android. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 3(2), 87–96. <https://doi.org/10.53770/amhj.v3i2.216>
- Sari, V. M., & Rahmatika, S. D. (2021). Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Cirebon. *Colostrum Jurnal Kebidanan*, 2(2), 33–37. <https://ojs.poltekkes-medan.ac.id/colostrum/article/view/1103/693>
- Sekarini, Y. A. (2019). *Mengapa Remaja Putri Perlu Meminum Tablet Tambah Darah?* <https://puskesmasandalas.padang.go.id/2019/08/31/mengapa-remaja-putri-perlu-meminum-tablet-tambah-darah/>
- WHO. (2015). *World health statistics 2015*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240694439>
- Wiratama, K., & Sulindawati, N. L. G. E. (2022). Pengaruh Persepsi Kegunaan, Persepsi Kemudahan Penggunaan, Pengetahuan Akuntansi dan Kompatibilitas terhadap Minat Umkm dalam Menggunakan Aplikasi si APIK. *JIMAT (Jurnal Ilmiah Mahasiswa Akuntansi) Undiksha*, 13(01),

58–69.

<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/S1ak/article/view/35566>

Yulianti. (2023). *53 Persen Remaja Putri di Kabupaten Cirebon Anemia*. DISKOMINFO.
<https://rri.co.id/kesehatan/437682/53-persen-remaja-putri-di-kabupaten-cirebon-anemia>

Zulaekah, S. (2012). Pendidikan gizi dengan media booklet terhadap pengetahuan gizi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 127–133.

<https://media.neliti.com/media/publications/25382-ID-pendidikan-gizi-dengan-media-booklet-terhadap-pengetahuan-gizi.pdf>