

PKM Edukasi Remaja Puteri dalam Minum Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya Pencegahan Anemia

Nurfitriani^{1*}, Suci Rahmani Nuritais² Tina Yuli Fatmawati³.

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi : nurfitriani1173@gmail.com

Abstract

The prevalence of anemia in adolescents in the world ranges from 40-88%, where 22.2% of anemia sufferers in Indonesia are aged ≥ 15 years. One of the government's strategies to overcome the problem of anemia in adolescent girls is by providing blood supplementation tablets and folic acid through the Iron Nutrition Anemia Prevention and Management Program (PPAGB). This program has not been effective, research results show that the level of compliance with the consumption of blood supplement tablets is still low, mainly due to the unpleasant taste and side effects caused as well as a lack of understanding of how to take the tablets. The aim of implementing the activity is to increase knowledge and change attitudes for female students at SMAN 13 Jambi City. One of the solutions implemented is providing education about anemia and blood supplement tablets (TTD) to young women at SMAN 13. The method of implementing the service is through education. Material is provided through lectures, questions and answers and giving leaflets. Evaluate the knowledge of young women before education by doing a pretest, then they are given education once for 30 minutes, and after the education ends, another evaluation is carried out in the form of a posttest with the same questions. Service activities were carried out from March to July 2023 for a group of 17 female students. The assessment results showed that the average pretest knowledge of teenagers was 5, and the posttest score was 8.2 with a difference in score of 3.2. It was concluded that there had been an increase in adolescent knowledge regarding the consumption of blood supplement tablets (TTD) in an effort to prevent anemia. The resulting outcome is an increase in teenagers' knowledge about consuming blood supplement tablets. Suggestions for schools and health centers to monitor female students in consuming blood supplement tablets so as to reduce cases of anemia in the school itself and nationally.

Keywords: adolescents, anemia prevention efforts, education, blood increasing tablets

Abstrak

Prevalensi anemia remaja di dunia berkisar 40-88%, dimana 22,2% penderita anemia di Indonesia berkisar usia ≥ 15 tahun. Strategi pemerintah mengatasi masalah anemia pada remaja putri salah satunya melalui pemberian suplementasi tablet tambah darah dan asam folat melalui Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB). Program ini belum efektif, dari hasil penelitian menunjukkan tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah masih rendah terutama disebabkan karena rasa yang tidak enak dan efek samping yang ditimbulkan oleh tablet serta kurang pahamiannya cara minum tablet tersebut. Tujuan pelaksanaan kegiatan edukasi ini adalah peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap bagi remaja Putri di SMA N13 Kota Jambi. Solusi yang dilaksanakan salah satunya melakukan edukasi tentang anemia dan obat tablet tambah darah serta pengecekan Hb pada remaja putri di SMAN 13. Metode pelaksanaan pengabdian dengan cara melakukan edukasi pada remaja putri serta pemeriksaan Hb. Materi diberikan melalui ceramah, tanya jawab dengan peserta dan pemberian *leaflet*. Evaluasi terhadap pengetahuan remaja putri sebelum edukasi dinilai dengan melakukan *pretest*, selanjutnya diberikan edukasi 1 kali selama 30 menit. Setelah edukasi berakhir, kembali dilakukan evaluasi berupa *posttest* dengan pertanyaan yang sam. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di SMAN 13 Kota Jambi pada bulan Maret s/d Juli 2023 sebanyak 17 responden. Hasil penelitian didapatkan data pengetahuan remaja *pretest* nilai rata rata 5, dan nilai *posttest* menjadi 8,2 dengan rentang selisih 3,2. Disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan remaja dalam konsumsi tablet tambah darah dalam upaya pencegahan anemia.

Kata Kunci: pendidikan, remaja, tablet penambah darah, upaya pencegahan anemia

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) (2013) menyatakan bahwa anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama di negara berkembang. Sebanyak 30% penduduk dunia diperkirakan menderita anemia terutama remaja dan ibu hamil. Prevalensi anemia remaja di dunia berkisar 40-88%. Data Risesdas (2013) menyatakan prevalensi anemia di Indonesia berkisar 22.2% pada kelompok usia ≥ 15 tahun. Prevalensi anemia remaja putri perkotaan di Provinsi Jambi 9,0%, anemia anak-anak $Hb < 11,09$ g/dl sebesar 19,5% dan anemia mikrositik hipokromik pada anak-anak sebesar 70,1% (Suryanti, dkk, 2017). Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami anemia terkait dengan pemenuhan gizi dalam makanan sehari-hari dan siklus menstruasi yang dialami setiap bulannya. Anemia mengakibatkan penurunan fungsi kesehatan reproduksi, menghambat perkembangan kecerdasan, motorik dan mental yang berakibat pada penurunan prestasi belajar. Bila remaja putri menderita anemia sejak awal akan sangat berbahaya bagi kehamilan dan persalinan jika kelak ia menikah dan menjadi seorang ibu (Yulianti & Alasiry, 2016).

Strategi pemerintah mengatasi masalah anemia pada remaja putri salah satunya melalui pemberian suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) dan asam folat melalui Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) dengan sasaran anak sekolah pada tingkat menengah dan tingkat atas. Hasil penelitian Permatasari, dkk (2018) terhadap PPAGB di Kota Bogor, mendapati PPAGB masih belum efektif karena angka kepatuhan dari konsumsi TTD masih rendah. Kheirouri dalam Permatasari, dkk (2018) menyebutkan ketersediaan tablet besi, efek samping yang ditimbulkan oleh tablet, kualitas TTD, cara sosialisasi kepada remaja putri, peran orang tua, kerjasama *stakeholder* dan pelatihan edukator merupakan faktor yang membuat PPAGB berjalan efektif. Berdasarkan Laporan Provinsi Jambi Risesdas 2018, alasan utama remaja putri tidak minum/ menghabiskan TTD adalah rasa dan bau tablet yang tidak enak, disusul lupa dan merasa tidak perlu mengonsumsi TTD (Badan Litbang Kesehatan. 2019).

Penanganan anemia dengan pemberian tablet tambah darah sudah digalakkan melalui Puskesmas sebagai perpanjangan tangan pemerintah dalam mengatasi Anemia remaja, namun belum terlaksana secara maksimal. Hal serupa juga terjadi di SMA 13 Kota Jambi. SMAN 13 merupakan salah satu sekolah yang baru berdiri ± 4 tahun dan terakreditasi C. SMAN 13 terletak di Kelurahan Paal Merah II dekat dengan Bandara Sultan Thaha Jambi juga bersebelahan dengan Panti Asuhan Anak. Saat ini sekolah memiliki 12 ruang kelas dan pelaksanaan kegiatan sekolah dibagi 2 shift kelas pagi dan siang. Siswa/nya berjumlah kurang lebih 750 orang, dan sudah ada petugas BK yang melaksanakan bimbingan konseling secara bertahap perkelas, khususnya tentang kesehatan reproduksi remaja.

Berdasarkan observasi di lapangan, per-Januari 2023, didapatkan masih banyak terdapat remaja putri yang tidak mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin sesuai program. Hasil wawancara secara personal pada remaja putri, rata-rata alasan mereka tidak mengonsumsi tablet tambah darah adalah belum tahu kegunaan tablet tambah darah, lupa atau tidak ingat serta tidak suka bau dari tablet tersebut. Berdasarkan survei awal tersebut didapatkan permasalahan mitra yaitu permasalahan pengetahuan dan sikap remaja putri. Untuk itu penulis tertarik mengambil judul pengabdian kepada masyarakat, “PKM Edukasi Remaja Puteri dalam Minum Tablet Tambah Darah sebagai Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 13 Kota Jambi”



Gambar 1. Pelaksanaan *survey* awal

METODE

Waktu dan Tempat Kegiatan

Rangkaian kegiatan ini dilakukan pada Maret-Agustus 2023, sedangkan kegiatan Edukasi ini terlaksana pada bulan Juli 2023 di SMAN 13 Kota Jambi.

Tujuan Kegiatan

Peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia defisiensi zat besi serta dampak yang ditimbulkan bagi Kesehatan, peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai Kegunaan atau manfaat tablet tambah darah yang dapat mengatasi anemia pada remaja, kontribusi yang diharapkan dari sasaran adalah:

- a) Menjadi peserta pada kegiatan edukasi
- b) Mengikuti dari awal sampai berakhirnya kegiatan edukasi
- c) Mengikuti *pretest* dan *posttest*
- d) Menjadi fasilitator bagi siswi lainnya untuk memberikan pertanyaan, berbagi pengalaman, menjawab pertanyaan dari peserta lain dan dari narasumber/fasilitator.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode edukasi secara kelompok di SMAN 13 Kota Jambi dengan menggunakan *leaflet/poster* edukasi dan ceramah. Kegiatan dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan bagi peserta dan tim PKM. Materi diberikan melalui ceramah, diskusi dan tanya jawab dengan peserta serta menggunakan *leaflet/poster*. Evaluasi terhadap pengetahuan dan sikap peserta sebelum edukasi dinilai dengan melakukan *pretest* selanjutnya diberikan edukasi 1 kali selama 45-60 menit. Setelah edukasi berakhir, dilakukan evaluasi berupa *posttest* dengan pertanyaan yang sama pada *pretest*. Kuesioner tersebut diisi oleh peserta pada saat itu juga dan tidak boleh dibawa pulang.

Tabel 1. Jadwal dan Metode Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Kegiatan	Materi	Metode	Waktu
1.	Persiapan	a. Identifikasi masalah:	Focus	Januari 2023
		b. Menyesapaki solusi dari permasalahan: edukasi mengenai anemia serta dampaknya dan pangan lokal sumber zat besi	Group Discussion (FGD).	Januari 2023
		c. Menyusun draf proposal/usulan		Maret 2023
		d. Review usulan oleh reviewer		15-18 /3-2023
		e. Perbaikan dan pengesahan Usulan		18-25/3- 2023
		f. Pengurusan surat ijin dan surat tugas		April 2023
		g. Pertemuan dan pembagian kerja tim PKM		April 2023
		h. Pembuatan media edukasi		Mei 2023
2.	Pelaksanaan edukasi	a. Sosialisasi kegiatan dan orientasi tim dengan kelompok sasaran	Edukasi (Ceramah, diskusi, tanya jawab)	Juli 2023
		b. <i>Pretest</i> (waktu pengisian 10 menit)		
		c. Penyampaian materi (30 menit)		
		d. <i>Posttest</i> (waktu pengisian 10 menit)		
		e. Penyebaran leaflet edukasi		

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi remaja putri dalam minum tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia di sman 13 kota jambi dilakukan di kelas xii ips 1 yang berjumlah 17 orang siswi. dengan rentang usia 16-18 tahun. edukasi pemberian tablet tambah darah sebagai pencegahan anemia berjalan lancar dan siswi sangat antusias terhadap materi yang disampaikan.



Gambar 2. Pelaksanaan *Pretest* PKM di SMAN 13

Sebelum penyampaian materi, tim membagikan soal *pretest* sejumlah 8 soal berupa pilihan ganda dengan memberi tanda centang (✓). Waktu pengisian selama 10 menit dan hasilnya dikumpulkan kembali.

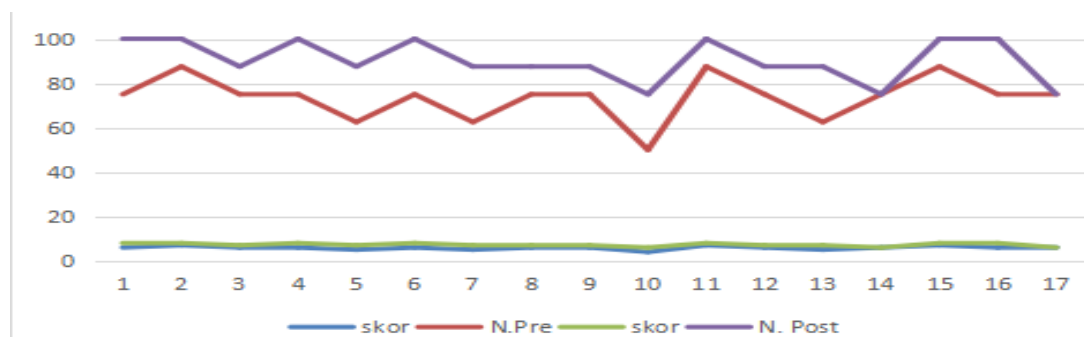
Kemudian dilanjutkan penyampaian materi menggunakan *leaflet* oleh ketua tim dengan sebelumnya membagikan *leaflet* keseluruh peserta dan menjelaskan dari definisi

anemia, penyebab, tanda dan gejala, pengobatannya serta upaya pencegahannya dengan menggunakan media *Leaflet* dan diskusi tanya jawab.



Gambar 3. *Leaflet* Tentang Tanblet Tambah Darah

Setelah selesai penjelasan, kemudian dilakukan *posttest* dengan soal yang sama. Jawaban yang benar diberikan skor 1 dan yang salah diberi skor 0. Dari soal yang ditanyakan, skor tertinggi 8 dengan nilai 100 dan skor terendah 4 dengan nilai terendah 50. Dapat dilihat dalam chart berikut ini.



Gambar 4. Hasil Penilaian *Pretest* dan *Posttest*

Hasil dari evaluasi siswi tentang kegiatan edukasi minum tablet tambah darah dapat dilihat dari hasil *pretest* rata rata 73,5% dan hasil *posttest* dengan rata rata 90,4 %. Dari hasil diatas dapat disimpulkan adanya peningkatan pengetahuan siswi/ remaja dalam minum tablet tambah darah dengan selisih 16,9%.



Gambar 5. Photo Kegiatan *Posttest* Dan Serah Terima Kenang Kanangan

Setelah dilakukan *posttest* siswi dilakukan pemeriksaan fisik pada mata secara inspeksi pada daerah konjungtiva satu persatu untuk melihat adanya tanda tanda anemia. Hasil yang terlihat pucat kemudian dilakukan pemeriksaan Hb untuk mengetahui siswi tersebut anemia atau tidak. Dari 17 siswi kelas 12 IPS 1 di SMAN 13 Kota Jambi yang terlibat langsung dalam kegiatan diatas, terdapat satu (1) orang siswa mengalami anemia setelah dilakukan pemeriksaan Hb, yaitu 10,8gr/dl. Hasil kegiatan ini, sesuai dengan hasil penelitian dari Aprianti et al., (2018) yang menyatakan bahwa pengetahuan tidak berpengaruh terhadap intensitas remaja putri dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah. Dimana sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik terkait anemia dan tablet tambah darah akan tetapi memiliki intensitas konsumsi Tablet Tambah Darah rendah (Aprianti et al., 2018). Kesamaan penelitian ini adalah penelitian dilaksanakan di sekolah yang telah melaksanakan program pencegahan.

Tingkat pengetahuan dapat tidak memengaruhi perilaku karena pengetahuan yang didapatkan remaja putri terkait anemia tidak memiliki kerangka penjelasan yang memadai untuk memotivasi remaja putri mengonsumsi tablet tambah darah guna mencegah anemia (Compaore, et,al,2014). Anemia merupakan jumlah sel darah merah atau hemoglobin (Hb) kurang dari normal. Kadar Hb lelaki dengan Perempuan berbeda. Lelaki dikatakan anemia jika hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100ml dan pada Perempuan, hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100ml (Proverawati, 2011). Salah satu upaya penanggulangan masalah anemia pada remaja yang diakibatkan adanya salah satu faktor risiko terjadinya anemia, yaitu pada saat menstruasi, maka disarankan remaja tersebut mengonsumsi tablet tambah darah untuk menggantikan zat besi yang hilang bersamaan darah haid (Khumaidi, 2009). Pemberian tablet tambah darah ini sangat diperlukan bagi remaja agar tidak terjadi anemia pada remaja tersebut.

Pengetahuan remaja salah satunya dipengaruhi pengalaman. Pengalaman dapat diperoleh dari orang tua maupun lingkungan. Kepercayaan juga dapat mempengaruhi masuknya pengetahuan dan sikap remaja. Informasi yang di peroleh remaja juga berpengaruh terhadap pengetahuan remaja, dalam pemberian tablet tambah darah yang dapat berakibat jika tidak di tangani segera remaja dapat terjadi anemia dan jangka panjangnya apabila remaja tersebut mengandung dapat mengakibatkan gangguan dalam kehamilannya, persalinan maupun nifas dan dapat menjadi salah satu masalah stunting pada anak. Yang akan dilahirkannya phenakite menular seksual (PMS) akibat dari pergaulan bebas dan pemakaian NAPZA serta dapat meningkatkan risiko terjadinya penularaBagian ini menyajikan hasil pengabdian. yang meliputi luaran/fokus utama

kegiatan baik langsung atau tidak langsung dengan mengaitkan sumber rujukan yang relevan Dokumentasi yang relevan dengan menyajikan foto, tabel, grafik, bagan atau gambar, keunggulan dan kelemahan luaran, tingkat kesulitan pelaksanaan kegiatan. ³

SIMPULAN

Setelah diberikan edukasi pada remaja di SMAN 13 adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang tablet tambah darah dengan hasil *pretest* rata rata 73,5% dan hasil *posttest* dengan rata rata 90,4 %. Dari hasil diatas dapat disimpulkan adanya peningkatan pengetahuan siswi/ remaja dalam minum tablet tambah darah dengan selisih 16,9%, dan satu orang siswi mengalami anemia dengan Hb 10,9gr/dl.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada: Ketua STIKes Baiturrahim Jambi, Ketua Program Studi D3 Keperawatan Baiturrahim Jambi, Kepala PPPM STIKes Baiturrahim Jambi, Kepala Sekolah SMAN 13 beserta staf guru dan murid tempat lokasi pengabdian kepada Masyarakat, Rekan-rekan dosen sejawat, peserta dan mahasiswa yang berpartisipasi dalam kegiatan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisah., 2021. *Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin dan Feritin*. Universitas Andalas Padang.
- Badan Litbang Kesehatan. 2019. *Laporan Provinsi Jambi Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Dinkes Kota Jambi. *Profil Dinas Kesehatan Kota Jambi tahun 2011*. Jambi. Dinkes Kota Jambi. 2012
- Permatasari, T., Briawan, D., Madanijah, S., 2018. Efektifitas Program Suplementasi Zat Besi pada Remaja Putri di Kota Bogor. *Jurnal MKMI*. Vol.14(1), pp:1-8
- Purnasari, P. W., Mayangsari, C. P., & Yuniarifa, C. (2021). Pengaruh Probiotik dan Zinc terhadap Kadar Hemoglobin Tikus Malnutrisi. *Amerta Nutrition*. Vol 5(4), pp:341-346
- Purnasari, P. W. (2020). Suplementasi Probiotik dan Zinc untuk Malnutrisi. *Journal Of Health Care*, 1(2)
- Proverawati, A., Kusumawati, E. 2011. *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan*. Yogyakarta: Numed
- Rimawati, E., Kusumawati, E., Gamelia, E., & Nugraheni, S. A. (2018). Intervensi Suplemen Makanan Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 161-170.
- Riskesdas. 2013. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Depkes RI.
- Suryanti, Y., Netty A.I., Suryani, Minfadlillah, I., 2017, *Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Dengan kejadian Anemia Remaja Putri di MTS Swasta Al- Hidayah Talang Bakung Kota Jambi Tahun 2017*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Jambi
- Sulistiyani, E. F. (2018). *Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L) Dan Buah Naga Merah (Hylocereus Costaricensis) Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri Anemia*. STIKes PKU Muhammadiyah Surakarta.
- Tantono, J. (2017). *Akurasi Pengukuran Kadar Hemoglobin dengan Metode Portable Hemoglobinometer*. Universitas Sumatera Utara
- Utami, N., Graharti, R. 2017. *Kurma dalam terapi anemia defisiensi zat besi*. *Jurnal Kesehatan kedokteran*. Unila

- Widiyaningsih, E. N. (2011). Peran probiotik untuk kesehatan. *Jurnal Kesehatan*, 4(1), 14-20.
- Yulianti, H. Hadju, V. Alasiry, 2016. *Pengaruh Ekstrak Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMU Muhammadiyah Kupang*. Universitas Hasanuddin