

PENINGKATAN KESEHATAN REMAJA PUTRI DENGAN PROGRAM SOSIALISASI DAN PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH UNTUK MENCEGAH ANEMIA

Fatwa Kumala Ambari

Universitas Airlangga, Indonesia

E-mail: fatwa.kumala.ambari-2020@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Menurut data WHO pada tahun 2019 prevalensi anemia secara global pada wanita usia subur sebanyak 29,9% sedangkan prevalensi anemia pada wanita yang sedang hamil sebanyak 36,5%. Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018 prevalensi anemia di Indonesia mencapai 23,7 %. Kelompok umur 5–14 tahun menunjukkan sebanyak 26,8% menderita anemia sedangkan kelompok umur 15–24 tahun sebanyak 32% menderita anemia. Melalui program penyuluhan diharapkan remaja putri di Desa Boboh dapat meningkatkan pengetahuannya mengenai anemia dan sadar akan pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah. Berikut ini merupakan metode pengabdian masyarakat dengan pendekatan quasi-eksperimental yang digunakan untuk upaya peningkatan kesehatan remaja putri melalui program pemberian tablet tambah darah untuk mencegah anemia di Desa Boboh, Kecamatan Menganti, Kabupaten Gresik. Berdasarkan hasil uji yang telah dilakukan menggunakan paired sample test menunjukkan nilai signifikan ,001 ($p < 0,05$) dimana terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi mengenai anemia pada remaja putri di Dusun Gantang. Berdasarkan hasil *pretest* diketahui bahwa masih banyak remaja yang bingung dan tidak tahu mengenai anemia. Berdasarkan hasil sosialisasi yang dilakukan menunjukkan bahwa remaja yang ada di Dusun Gantang Desa Boboh masih memiliki pengetahuan yang rendah mengenai anemia. Mereka juga tidak paham akan penggunaan obat tablet tambah darah yang diberikan oleh puskesmas. Setelah diadakan kegiatan sosialisasi ini mereka menjadi paham mengenai anemia dengan dibuktikan adanya peningkatan pengetahuan melalui *posttest*.

Kata Kunci: Anemia, Remaja, Tablet Tambah Darah

ABSTRACT

According to WHO data in 2019, the global prevalence of anemia in women of childbearing age was 29.9%, while the prevalence in pregnant women was 36.5%. According to risk-based data from 2018, the prevalence of anemia in Indonesia was 23.7%. The age group of 5–14 years indicated that 26.8% suffered from anemia, while the age group of 15–24 years was 32%. Through the scholarship program, a young girl in the village of Boboh is expected to increase her knowledge of anemia and awareness of the importance of taking blood supplement tablets. This is a public service method with a quasi-experimental approach used to improve the health of teenage daughters through a blood supplementation tablet program to prevent anemia in Boboh Village, Menganti District, Gresik District. Based on the results of the test that has been performed using a paired sample test, there is a significant difference between before and after given socialization regarding anemia in teenage daughters in Dusun Gantang. Based on the results of the socialization carried out, it appears that the teenagers who are in Dusun Gantang Village, Boboh, still have low knowledge about anemia. They also don't understand the use of blood-supplementing pills given by puskesmas. After these socialization activities, they became aware of anemia by proving that there was an increase in knowledge through the posttest.

Keywords: Anaemia, Adolescent, Blood-Supplementing Pills



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

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi dimana kadar hemoglobin dalam darah dibawah dua standar deviasi rata-rata berdasarkan usia dan jenis kelamin . Di dalam butir darah merah mengandung hemoglobin yaitu sel darah merah yang bertugas membawa oksigen serta zat gizi lain seperti vitamin dan mineral ke otak dan ke jaringan tubuh. Sekitar 1/3 populasi dunia menderita anemia, yang merupakan masalah kesehatan global. Anemia sering dialami oleh perempuan dibandingkan dengan laki-laki karena pada perempuan setiap bulan mengalami menstruasi. Remaja yang memiliki anemia bisa ditandai dengan ciri-ciri yaitu lesu, pusing, mata berkunang-kunang dan wajah pucat . Anemia merupakan sebuah permasalahan kesehatan khususnya bagi remaja. Menurut data WHO pada tahun 2019 prevalensi anemia secara global pada wanita usia subur sebanyak 29,9% sedangkan prevalensi anemia pada wanita yang sedang hamil sebanyak 36,5%. Anemia sering terjadi pada remaja putri dan juga ibu hamil. Remaja di Asia Selatan memiliki risiko anemia tinggi di usia 10–19 tahun, mereka kehilangan zat besi karena menstruasi. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi anemia di Indonesia mencapai 23,7 %. Kelompok umur 5– 14 tahun menunjukkan sebanyak 26,8% menderita anemia sedangkan kelompok umur 15–24 tahun sebanyak 32% menderita anemia. Anemia dapat diukur dengan melihat kadar hemoglobin pada seseorang. Jika kadar hemoglobin seorang dibawah nilai normal, maka seorang tersebut mengalami anemia. Nilai hemoglobin pada laki-laki yaitu 13.5 – 18.0 g/dL, pada perempuan 12.0 – 15.0 g/dL, pada anak-anak 11.0 – 16.0 g/dL, dan pada ibu hamil > 10.0 g/dL.

Remaja dengan status ekonomi yang rendah lebih rentan terkena anemia karena asupan zat besi yang rendah hal ini akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mental. Perilaku serta gaya hidup pada remaja akan mempengaruhi asupan gizi yang akan dikonsumsi oleh remaja. Makanan yang mengandung Fe atau zat besi diperlukan untuk pembentukan sel darah merah yang merupakan indikator terjadinya anemia. Kepatuhan terhadap mengkonsumsi TTD (tablet tambah darah) pada remaja masih rendah. Berdasarkan data Riskesdas Jawa Timur tahun 2018 remaja putri yang mengkonsumsi tablet tambah darah dari fasilitas kesehatan < 52 butir sebanyak 96,45% dan > 52 butir sebanyak 3,55%. Pengetahuan merupakan dasar perilaku untuk patuh mengkonsumsi tablet tambah darah bagi remaja yang berguna untuk mencegah anemia saat masa kehamilan. Anemia dikaitkan dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas khususnya pada wanita dan anak, pada ibu hamil, anemia juga dapat menyebabkan kelahiran yang buruk, penurunan produktivitas, dan perkembangan kognitif dan sikap yang terhambat. Ketika ibu hamil mengalami anemia maka akan berdampak pada bayi dimana bayi akan lahir dengan berat badan rendah sehingga bayi akan terkena stunting. Anemia remaja dapat menyebabkan penurunan resistensi tubuh terhadap infeksi, masalah perkembangan mental, masalah pertumbuhan fisik, penurunan kebugaran fisik, penurunan kemampuan belajar, dan penurunan kapasitas kerja. Salah satu efek yang paling jelas dari anemia remaja adalah penurunan konsentrasi dan pencapaian belajar di sekolah. Orang yang mempunyai penyakit bawaan dapat mengalami anemia. Penyakit anemia dapat memperburuk penderita HIV, sindrom koroner akut, gagal ginjal kronis, gagal jantung, dan penyakit hati lanjut (dengan skor MELD yang lebih tinggi).

Kurangnya kesadaran tentang pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah dan juga kurangnya dukungan dari orang tua membuat remaja enggan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan oleh fasilitas kesehatan. Edukasi merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran pada remaja untuk mengkonsumsi tablet tambah darah tersebut. Begitu juga pada remaja yang ada di Desa Boboh Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik. Melalui program penyuluhan diharapkan remaja putri di Desa Boboh dapat meningkat pengetahuannya mengenai anemia dan sadar akan pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah

METODE DAN PENELITIAN

Berikut ini merupakan metode pengabdian masyarakat dengan pendekatan *quasi-eksperimental* yang digunakan untuk upaya peningkatan kesehatan remaja putri melalui program pemberian tablet tambah darah untuk mencegah anemia di Desa Boboh, Kecamatan Menganti, Kabupaten Gresik:

1. Tahap Persiapan:
 - a. Identifikasi sasaran peserta: Remaja putri berusia 11 hingga 23 tahun di Desa Boboh.
 - b. Mempersiapkan sumber daya yang dibutuhkan: Tablet tambah darah, fasilitator/penyuluh kesehatan, serta materi penyuluhan.
 - c. Melakukan *pretest*: Sebelum memulai program, dilakukan *pretest* untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta tentang stunting dan anemia.
2. Tahap Pelaksanaan:
 - a. Penyuluhan kesehatan: Selama pelaksanaan program, melakukan penyuluhan tentang pentingnya asupan gizi, dampak anemia, stunting serta cara mencegahnya, serta tentang manfaat dari tablet tambah darah dan pentingnya kepatuhan dalam mengkonsumsinya.
 - b. Program pemberian tablet tambah darah: Memberikan tablet tambah darah sesuai dengan dosis dan jadwal yang direkomendasikan oleh ahli gizi atau tenaga medis yang terkait.
3. Tahap Evaluasi:
 Melakukan *posttest*: Setelah program berjalan selama periode yang ditentukan, dilakukan *posttest* untuk mengukur kembali tingkat pengetahuan peserta tentang stunting dan anemia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi ini diikuti oleh 26 remaja putri yang sudah sesuai dengan target yang ditetapkan, peserta dalam kegiatan sosialisasi ini merupakan karang taruna dusun Gantang yang berusia antara 11 dan 23 tahun. Berdasarkan hasil pengumpulan data yang diperoleh di Dusun Gantang dengan sampel penelitian sebanyak 26 orang menunjukkan hasil *pretest* dan *post test* dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini.

Table 1. Rata-rata Nilai *Pretest* dan *Posttest*

Pretest	Posttest
73.4231	90.8846

Table 2. Paired Samples Test

</

Berdasarkan hasil uji yang telah dilakukan menggunakan paired sample test menunjukkan nilai signifikan ,001 ($p < 0,05$) dimana terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi mengenai anemia pada remaja putri di Dusun Gantang. Dari hasil *pretest* sebanyak 26 responden menunjukkan nilai rata-rata 73.4231 dan mengalami peningkatan setelah dilakukan sosialisasi yang kemudian responden mengisi pertanyaan *posttest* dimana nilai rata-rata hasil *posttest* menjadi 90.88846

Pembahasan

Anemia lebih umum pada remaja yang sedang menstruasi. UKS yang ada di sekolah, bekerja sama dengan Puskesmas, telah memberikan tablet tambah darah kepada remaja namun faktanya banyak remaja yang tidak meminum tablet tambah darah tersebut secara teratur. Kebanyakan remaja perempuan yang tidak mengkonsumsi tablet tambah darah dikarenakan mereka tidak tahu manfaat dari adanya tablet tambah darah tersebut. Dusun Gantang Desa Boboh

Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik adalah lokasi acara pengabdian masyarakat ini. Remaja putri di Desa Boboh menerima sosialisasi sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan sosialisasi ini diikuti oleh 26 remaja putri yang sudah sesuai dengan target yang ditetapkan, peserta dalam kegiatan sosialisasi ini merupakan karang taruna dusun Gantang yang berusia antara 11 dan 23 tahun.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan pemberian edukasi mengenai anemia, dampak, cara meminum tablet tambah darah, dan pemberian tablet tambah darah bagi para peserta. Pada tahap persiapan panitia menyiapkan meja dan proyektor, sebelum memasuki ruangan peserta diharapkan untuk mengisi daftar hadir terlebih dahulu. Acara dibuka dengan sambutan dari ketua kelompok dan Kepala Dusun Gantang. Sebelum diberikan sosialisasi peserta diberi kuesioner (Pre-test) untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta terkait dengan anemia.

Selain sosialisasi, pemberian tablet tambah darah kepada setiap partisipan beserta leaflet “Buku Kontrol Minum Tablet Tambah Darah (TTD)”. Pemberian tablet tambah darah ditujukan sebagai awal pembentukan kesadaran akan kepatuhan remaja putri yang telah mengalami menstruasi untuk minum tablet tambah darah setiap minggu sesuai dengan dosis yang dianjurkan oleh Kemenkes RI yakni satu tablet satu kali seminggu selama seumur hidup. Setiap tablet tambah darah mengandung zat besi dan asam folat yang berguna untuk memenuhi asupan zat besi remaja putri. Adapun leaflet Buku Kontrol Minum Tablet Tambah Darah (TTD) ditujukan untuk menunjang kepatuhan remaja putri dalam memenuhi asupan zat besi yang dibutuhkan melalui konsumsi tablet tambah darah (TTD). Antusiasme yang ditunjukkan dalam sosialisasi ini sangat tinggi yaitu dengan dibuktikan dari keaktifan peserta pada saat sesi tanya jawab. Hasil dari posttest menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan setelah diadakan sosialisasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada siswa dan siswi SMK Bogor Muhiddin School, terjadinya peningkatan pengetahuan dari 37 responden yang mengikuti pretest, mayoritas responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 22 orang (59.5%). Sedangkan dari hasil posttest dapat diketahui dari 37 responden yang mengikuti posttest, mayoritas responden mempunyai pengetahuan baik sebanyak 25 orang (67.6%).

Penelitian yang dilakukan oleh Aulya menyatakan bahwa masih banyak remaja yang hanya sekedar mengetahui anemia namun tidak secara rinci. Penelitian yang dilakukan pada siswi di SMA PGRI 4 Banjarmasin, siswi dengan pengetahuan kurang memiliki status anemia. Sedangkan siswi yang memiliki pengetahuan baik mayoritas berstatus tidak anemia. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Aryanti pada remaja putri di Kecamatan Galesong Selatan Kabupaten Takalar, responden yang mengalami anemia memiliki tingkat pengetahuan kurang sedangkan analisis Chi-Square tidak menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan kejadian anemia dimana p value 0,116 ($p > 0,05$). Menurut penelitian lain yang dilakukan oleh Anggoro, orang yang memiliki pengetahuan yang baik akan memiliki kemampuan untuk menerapkan apa yang mereka ketahui. Sebaliknya, orang yang tidak memiliki pengetahuan yang baik belum tentu dapat menerapkan apa yang mereka ketahui. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang, semakin banyak pengetahuan yang mereka peroleh. Peneliti berasumsi bahwa sebagian besar informan utama yang mengalami anemia ini karena tidak tahu atau tidak memahami anemia dengan detail. Informan tidak memahami dengan baik apa itu anemia, jadi mereka tidak tahu bagaimana mencegahnya, bagaimana gejalanya, bagaimana mengatasinya, dan apa penyebabnya. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik akan lebih awas dalam mencegah terjadinya anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki pengetahuan buruk. Pengetahuan dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu tingkat pendidikan, media sosial, sosial budaya, keluarga, lingkungan, sosial budaya, dan usia.

Penelitian yang dilakukan oleh Suryani pada remaja putri SMK Negeri 6 palu menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kejadian anemia, dari 89 responden yang tidak anemia sebagian besar berpengetahuan baik 77 responden (93,9%) dan responden yang mengalami anemia sebagian besar berpengetahuan kurang baik sebanyak 68 responden (85%). Berdasarkan

hasil uji Chi Square nilai $p=0,000$ ($p \text{ value} \leq 0,05$). Faktor yang menyebabkan anemia pada remaja selain pengetahuan yaitu sosial ekonomi. Hasil dari uji Chi Square nilai $p = 0,000$ ($0,05$) menunjukkan adanya hubungan antara sosial ekonomi orang tua dengan kejadian anemia. Penelitian lain menyebutkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi anemia pada remaja diantaranya status gizi, pola konsumsi dan suplementasi, sikap dan aktivitas fisik remaja, pengetahuan remaja dan pendidikan orangtua, menstruasi, penghasilan orangtua dan kejadian infeksi. Pendidikan orang tua akan berpengaruh kepada pekerjaan orang tua yang kemudian mempengaruhi pendapatan, kemudian mempengaruhi pola konsumsi remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil sosialisasi yang dilakukan menunjukkan bahwa remaja yang ada di Dusun Gantang Desa Boboh masih memiliki pengetahuan yang rendah mengenai anemia. Mereka mengaku tidak mengerti secara detail apa itu anemia. Mereka juga tidak paham akan penggunaan obat tablet tambah darah yang diberikan oleh puskesmas. Setelah diadakan kegiatan sosialisasi ini mereka menjadi paham mengenai anemia dengan dibuktikan adanya peningkatan pengetahuan melalui posttest. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan meningkatnya pengetahuan remaja mengenai anemia dan rutin minum tablet tambah darah sehingga resiko anemia pada remaja dapat turun.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahdiah A, Farida HF, Istiana. Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Pgri 4 Banjarmasin. *Homeostatis*. 2018;1(1):9-14. <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/hms/article/view/460>
- Andriastuti M, Ilmana G, Nawangwulan SA, Kosasih KA. Prevalence of anemia and iron profile among children and adolescent with low socio-economic status. *Int J Pediatr Adolesc Med* 7. 2020: 88–92. <https://doi.org/10.1016/j.ijpam.2019.11.001>
- Anggoro S. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Siswi SMA. *Jurnal Ilmiah STIKes Kendal*. 2020;10(34), <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/821/499>.
- Aryanti N, Ummu K, Justiyulfa S, Husnul K. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Nutrition Science And Health Reserch*. 2023;2(1):1-8. <https://doi.org/10.31605/nutrition>
- Astuti ER. Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal Of Health Science and Research*. 2023;5(2):550-561. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/article/view/17341/pdf>
- Aulya Y, Jenny AS, Yasmin N. Analisis Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 2022;4(4), <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/1259/986>.
- Chaparro CM, Suchdev PS. Anemia epidemiology, pathophysiology, and etiology in low-and middle-income countries. *Ann N Y Acad Sci*. 2019;1450(1):15-31
- Kusnadi FN. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*. 2021;3(1):1293-1298. <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/266>
- Munir R, Anita S, Dea FH. Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan*. 2022;1(2):83-93. DOI: 10.34305/JPPK.V1I02.432

- Nurfaiz A, Lucia SG, Edy P. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. Setiabudi. 2020. <https://cihams.setiabudi.ac.id/index.php/proceeding/article/view/18/20>
- Nurjanah FW. Edukasi Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dengan Terapi Farmakologi Dan Non Farmakologi. Jurnal Budimas. 2023;5(2):1-6. <https://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/JAIM/article/view/10018/4037>
- Nurlaela, Indah LH, Salman. Status Gizi Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia: Literature Review. Jurnal Farmasetis. 2022;11(30):212-222. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/far/article/view/502/440>
- Nurrahman NH et al. Faktor dan Dampak Anemia pada Anak-Anak, Remaja, dan Ibu Hamil serta Penyakit yang berkaitan dengan Anemia. Jurnal of Science, Technology, and Entrepreneurship. 2020;2(2):46-50. <https://ejournal.umbandung.ac.id/index.php/jste/article/view/27/124>
- Permanasari I, Jannaim, Yesi SW. Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kadar Hemoglobin Remaja SMAN 05 Pekanbaru. Dunia Keperawatan. 2020;8(2):313-319. DOI: 10.20527/dk.v8i2.8149
- Rai RK, Shinde S, De Neve JW, Fawzi WW. Predictors of Incidence and Remission of Anemia among Never-Married Adolescents Aged 10–19 Years: A Population-Based Prospective Longitudinal Study in India. Curr Dev Nutr 7. 2023. <https://doi.org/10.1016/j.cdnut.2023.10003>.
- Riskesdas, 2018. Jakarta : Badan Litbang Kesehatan.
- Rianti, Fatmawati, Suwarni. Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Asupan Zat Besi (Fe) dengan Status Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara. Jurnal Gizi Ilmiah. 2022;9(2). <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JGI/article/view/728>
- Saputri MD, Noerfitri. Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, Perilaku Terkait Anemia dan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Baru STIKes Mitra Keluarga. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes. 2022;13(2). <https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/sf13216>
- Scheiner B, Semmler G, Maurer F, et al. Prevalence of and risk factors for anaemia in patients with advanced chronic liver disease. Liver Int. 2020;40(1):194-204
- Suryani L, Rafika, Sri IASG. Hubungan Pengetahuan dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMK Negeri 6 Palu. Jurnal Media Analisis Kesehatan. 2020;11(1):19-26. <https://doi.org/10.32382/mak.v11i1.1513>
- World Health Organization. Anaemia in Women and children. 2019. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children.

