

## PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA WANITA TENTANG PENTINGNYA MENGONSUMSI TABLET PENINGKATAN DARAH DI KOTA BANJARBARU

Anggun W.<sup>1)</sup>, Ladyqia. C.P<sup>2)</sup>, Imilda. S<sup>3)</sup>, Noni. R<sup>4)</sup>, Noor. T<sup>5)</sup>, Fajar. A.M<sup>6)</sup>

<sup>1)</sup>Administrasi Kebijakan Kesehatan/Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

<sup>2)</sup>Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

Diterima 23 Mei 2022, Direvisi 05 Oktober 2022, Disetujui 10 Oktober 2022

### ABSTRAK

Anemia adalah menurunnya jumlah massa eritrosit (*red cell mass*) sehingga jumlah oksigen ke jaringan primer tidak terpenuhi. Anemia sering menyerang remaja putri karena keadaan stress, haid, atau terlambat makan. Menurut Riskesdas, Prevalensi nasional anemia di Indonesia mencapai 21,7 pada tahun 2016. Perempuan lebih mendominasi yaitu 23,9% dan laki-laki 18,4%. Berdasarkan karakteristik kelompok umur 5-14 tahun lebih tinggi yaitu 26,4% dibandingkan remaja umur 15-21 tahun yaitu 18,4%. Anemia menempati posisi tertinggi di wilayah RT.003 RW.004 Kecamatan Guntung Paikat. Sebanyak 4 orang menderita masalah Kesehatan, sehingga perlu untuk ditangani lebih lanjut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri. Metode dalam menentukan prioritas masalah menggunakan metode *Multiple Criteria Utility Assessment* (MCUA) sehingga ditemukan permasalahan yang terjadi pada RT 003 RW 004 Kelurahan Guntung Paikat adalah remaja putri yang tidak mengonsumsi Tablet Tambah Darah. Pelaksanaan kegiatan pengalaman belajar lapangan (PBL) dilakukan dengan metode penyuluhan, tanya jawab dan pembentukan kader untuk melakukan pemeriksaan anemia dan pembagian TTD rutin. Output dari kegiatan berupa peningkatan pengetahuan remaja putri terkait pentingnya tablet tambah darah bagi remaja putri. Hasilnya menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan dan perlu *dimonitoring* agar lebih meningkatkan tingkat kesadaran dalam pentingnya tablet tambah darah.

**Kata kunci:** anemia; tablet tambah darah; pengetahuan; remaja putri.

### ABSTRACT

Anemia is a decrease in the number of erythrocyte mass (*red cell mass*) so that the amount of oxygen to the primary tissues is not fulfilled. Anemia often attacks young women due to stress, menstruation, or late eating. According to Riskesdas, the national prevalence of anemia in Indonesia reached 21.7 in 2016. Women dominate at 23.9% and men 18.4%. Based on the characteristics of the age group 5-14 years, it is 26.4% higher than adolescents aged 15-21 years, which is 18.4%. Anemia occupies the highest position in the area of RT.003 RW.004, Guntung Paikat District. As many as 4 people suffer from health problems, so they need to be treated further. The purpose of this study was to determine knowledge about the importance of consuming blood-added tablets with the incidence of anemia in adolescent girls. The method in determining the priority of the problem uses the Multiple Criteria Utility Assessment (MCUA) method so that it is found that the problems that occur in RT 003 RW 004, Guntung Paikat Village, are young women who do not consume Blood Add Tablets. The implementation of field learning experience (PBL) activities is carried out using counseling methods, question and answer and the formation of cadres to carry out anemia checks and routine iron injections distribution. The output of the activity is an increase in the knowledge of young women regarding the importance of blood-added tablets. The results show that there is a significant increase in knowledge and needs to be monitored in order to further increase the level of awareness in the importance of blood-added tablets.

**Keywords:** anemia; blood increase tablets; knowledge; young women.

### PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan untuk menuju dewasa. Pada masa ini banyak terjadi perubahan pada diri seseorang, baik fisik maupun mental, sehingga harus diimbangi dengan kecukupan nutrisi, jika tidak dapat

menyebabkan terjadinya beberapa permasalahan gizi pada remaja, seperti obesitas, Kekurangan (Fitria A, 2021). Remaja putri berisiko menderita anemia dikarenakan selama satu bulan sekali akan mengalami haid sehingga membuat kebutuhan zat besi akan

relative lebih tinggi. Para remaja putri yang memiliki rentang waktu lama dan banyak saat kedatangan bulan maka akan membutuhkan zat besi yang banyak (Savitri *et al.*, 2021)

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia (Laksmi dan Yenie, 2018). Anemia adalah penurunan jumlah massa eritrosit (*red cell mass*) sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer. Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan rendahnya konsentrasi haemoglobin (Hb) atau hematokrit berdasarkan nilai ambang batas (referensi) karena rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb, meningkatnya kerusakan eritrosit (hemolisis), atau kehilangan darah yang berlebihan (Handayani dan Rumiati, 2019). Anemia pada remaja berdampak pada menurunnya produktifitas kerja dan kemampuan akademis disekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi. Selain itu, anemia dapat mengganggu pertumbuhan dan penurunan daya tahan tubuh (Amir dan Djokosujono, 2019).

Faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan dan kesadaran dalam mencukupi kebutuhan zat gizi individu, meskipun terdapat faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia. Pengetahuan adalah hasil tahu, terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Dalam pengertiannya, pengetahuan memiliki enam tingkatan yakni : Tahu (Know), Memahami (Comprehension), Aplikasi (Application), Analisis (analysis), Sintesis (Synthesis), dan Evaluasi (Evaluation) (Kusnadi FN, 2021)

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2013, Prevalensi anemia pada remaja di dunia bervariasi di beberapa negara berkembang berkisar antara 20-70%, prevalensi anemia negara Myanmar sebanyak 59,1% dengan responden 1.269 orang, prevalensi anemia di Kuala Lumpur sebanyak 28,3% pada remaja putri. Prevalensi anemia yang tinggi terdapat pada negara berpenduduk terbanyak di dunia yaitu India dengan 78, 75% dengan kasus kebanyakan pada remaja putri. Anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makan (Handayani and Rumiati, 2019)

Menurut Riskesdas pada tahun 2016, Prevalensi nasional anemia di Indonesia yaitu mencapai 21,7%. Proporsi kejadian anemia di Indonesia menurut karakteristik jenis kelamin perempuan lebih mendominasi jika dibandingkan dengan laki-laki, presentasi pada

perempuan 23,9% dan laki-laki 18,4% serta berdasarkan karakteristik kelompok umur 5-14 tahun lebih tinggi jika dibandingkan dengan remaja umur 15-21 tahun, pada umur 5-14 tahun 26,4% kejadian anemia dan umur 15-21 tahun 18,4% kejadian anemia (Sari DS, 2020).

Dalam pelaksanaan program PBL 1, tim melakukan pendataan kesehatan warga di RT.003 RW.004 Kecamatan Guntung Paikat Banjarbaru. Terdapat masalah Kesehatan yang paling banyak diderita warga yaitu anemia. Anemia menempati posisi tertinggi di wilayah RT.003 RW.004 Kecamatan Guntung Paikat. Sebanyak 4 orang menderita masalah Kesehatan ini dan mereka kurang mengetahui terkait penyakit yang mereka alami. Berdasarkan data survey, anemia menjadi masalah yang harus mendapat penanganan lebih lanjut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri. Solusi yang ditawarkan dalam pemecahan masalah ini yaitu dengan membuat sebuah program penyuluhan serta pembentukan kader untuk melakukan pemeriksaan anemia dan pembagian TTD rutin.

## METODE

Dalam menentukan besaran masalah yang akan diangkat dilakukan dengan menggunakan metode *Multiple Criteria Utility Assessment* (MCUA), sehingga ditemukan permasalahan yang terjadi pada RT 003 RW 004 Kelurahan Guntung Paikat adalah remaja putri yang tidak mengkonsumsi Tablet Tambah Darah. Karena itu, dilakukan sebuah intervensi kegiatan berupa penyuluhan di RT 003 RW 004 Kelurahan Guntung Paikat, Kecamatan Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru. Sebelum pelaksanaan intervensi dilakukan, mahasiswa meminta nomor telepon remaja putri untuk dimasukkan kedalam grup *Whatsapp* yang telah dibuat untuk memudahkan koordinasi dan pemberitahuan informasi terkait kegiatan yang akan dilakukan, kemudian menyebarkan undangan melalui personal chat dan grup *whatsapp*.

Intervensi dilakukan secara daring dan luring. Kegiatan intervensi daring dilaksanakan melalui Grup *Whatsapp*. Intervensi secara daring yang dilakukan oleh berupa penyuluhan kesehatan mengenai Tablet Tambah Darah dengan memberikan *slide* presentasi dan video pemaparan materi tentang Tablet Tambah Darah, kemudian mengirim bahan evaluasi berupa *pre-post test* tepat sebelum dan sesudah pemaparan materi. Kegiatan ini dihadiri oleh 4 orang remaja Putri yang tinggal di RT.003 RW.004 Kelurahan Guntung Paikat.

Intervensi secara Luring (*Offline*) berlokasi di RT.004 RW.004 Kelurahan Guntung Paikat. Kegiatan intervensi berupa pembagian Leaflet, Tablet Tambah Darah dan Kartu TTD kepada Remaja Putri di di RT.003 RW.004 Kelurahan Guntung Paikat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum pelaksanaan penyuluhan dilakukan, mahasiswa meminta nomor telepon remaja putri untuk dimasukkan kedalam grup *Whatsapp* yang telah dibuat untuk memudahkan koordinasi dan pemberitahuan informasi terkait kegiatan yang akan dilakukan. Mahasiswa kemudian menyebarkan undangan melalui personal chat dan grup *Whatsapp*. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Sabtu, 23 Oktober 2021 pada pukul 10.00-13.40 WITA, melalui Grup *Whatsapp*. Penyuluhan secara online yang dilakukan oleh mahasiswa berupa penyuluhan kesehatan mengenai Tablet Tambah Darah dengan memberikan ppt dan video pemaparan materi tentang Tablet Tambah Darah, kemudian mengirim bahan evaluasi berupa pre-post test tepat sebelum dan sesudah pemaparan materi. Kegiatan ini dihadiri oleh 4 orang remaja Putri yang tinggal di RT.003 RW.004 Kelurahan Guntung Paikat. Karakteristik usia responden yang berhadir pada saat penyuluhan tersaji dalam tabel 1.

**Tabel 1.** Karakteristik Usia Responden

No	Usia	Jumlah	Prsentase
1	20	2 orang	50%
2	22	1 orang	25%
3	23	1 orang	25%
<b>Jumlah</b>		<b>4 orang</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1 mengenai karakteristik usia responden dapat diketahui bahwa sebanyak 2 orang berusia 20 tahun, 1 orang berusia 22 tahun dan 1 orang berusia 23 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa ke 4 responden tersebut masuk dalam usia remaja akhir.

**Tabel 2.** Hasil *Pre-post test*

No	Pre-test	Post-test
1	40%	100%
2	50%	100%
3	60%	100%
4	70%	100%

Indikator pengetahuan kuesioner TTD memiliki indikator sebagai berikut:

- Baik : nilai responden  $\geq 70\%$  -100%
- Cukup : nilai responden 60% - 70%
- Kurang : nilai responden <60%

Berdasarkan hasil di atas, maka pengkategorian pengetahuan sebelum dan

sesudah penyuluhan dijabarkan dalam tabel 3 dan tabel 4 di bawah ini.

**Tabel 3.** Pengetahuan responden sebelum penyuluhan

No	Kategori	Jumlah	Persentase
1	Cukup	2 orang	50 %
2	Kurang	2 orang	50 %
<b>Jumlah</b>		<b>4 orang</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3 di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar pengetahuan responden sebelum mendapatkan edukasi mengenai TTD termasuk kategori cukup yaitu sebanyak 2 orang dan sebanyak 2 memiliki pengetahuan yang kurang. Responden menjawab pertanyaan kurang tepat pada soal nomor 2 tentang berapa batas minimal kadar HB yang normal pada remaja putri, nomor 3 tentang apa penyebab timbulnya gejala anemia, nomor 4 tentang mengapa terjadi gejala lesu dan mudah lelah, nomor 7 tentang bagaimana cara mengonsumsi Tablet Fe yang benar pada remaja putri, nomor 9 tentang pola hidangan kita sehari-hari yang perlu diperhatikan hal-hal untuk menambah penyerapan zat besi.

**Tabel 4.** Pengetahuan responden setelah penyuluhan

No	Kategori	Jumlah	Prsentase
1	Baik	4 orang	100 %
2	Kurang Baik	0 orang	0 %
<b>Jumlah</b>		<b>4 orang</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel 4 di atas, dapat diketahui bahwa semua pengetahuan responden sesudah mendapatkan edukasi mengenai TTD mendapat nilai pengetahuan dengan kategori baik yaitu sebanyak 4 orang (100%).

Selain intervensi berupa penyuluhan, dilakukan juga kegiatan pembagian Tablet Tambah Darah dan Kartu TTD kepada Remaja Putri di di RT.003 RW.004 Kelurahan Guntung Paikat yang dilaksanakan pada hari Jumat 29 Oktober 2021 pada pukul 14.00 WITA-Selesai.

Intervensi ini dilakukan untuk dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya Tablet Tambah darah (TTD) bagi remaja putri, hal ini akan meningkatkan derajat kesehatan pada remaja putri serta mengurangi kejadian penyakit anemia pada remaja putri. Setelah melakukan pembagian tablet tambah darah maka kelompok melakukan monitoring dan evaluasi terhadap remaja putri RT. 003 RW. 004 Kelurahan Guntung Paikat, dengan tujuan untuk mencapai tujuan intervensi tersebut. Monitoring dan evaluasi dilakukan dengan jangkauan waktu 5 bulan dan didapatkan dalam pemantauan bahwa remaja putri mengonsumsi dengan sangat baik, melalui pemantauan grup yang dibentuk oleh kelompok

kami. Para responden mengirimkan hasil kartu konsumsi tablet tambah darah.

Oleh karena itu, monitoring dan evaluasi terhadap intervensi yang dilakukan dapat dikatakan cukup berhasil, dengan tercapainya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah yang dapat membuat remaja putri meningkat kesadaran diri akan pentingnya konsumsi tablet tambah darah.

### SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengalaman Belajar Lapangan yang dilaksanakan di RT 003 RW 004 Kelurahan Guntung Paikat. Kegiatan pemberian materi juga diberikan via grup whatsapp dengan menggunakan media poster dan pemberian *slide* presentasi. Sebelum disampaikan materi, peserta diberikan *pre-test* terlebih dahulu. Setelah semua materi disampaikan kemudian diberikan *post-test* untuk melihat ada tidaknya perubahan nilai pengetahuan remaja dengan cara membandingkan hasil dari nilai *pre-test* serta nilai *post-test*.

Output dari kegiatan berupa peningkatan pengetahuan masyarakat terkait pentingnya tablet tambah darah bagi remaja putri. Hasilnya menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan. Hasil tersebut perlu ditingkatkan dan terus dimonitoring agar lebih meningkatkan tingkat kesadaran dalam pentingnya tablet tambah darah.

Diberikan juga Intervensi TTD berupa pembagian tablet tambah darah dan kartu konsumsi tablet tambah darah kepada remaja putri RT.003 RW.004. Tablet Tambah Darah dan Kartu konsumsi TTD dibagi untuk dapat di monitoring dan di evaluasi dalam jangkauan waktu 5 bulan. Dalam hasil yang diperoleh dalam monitoring dan evaluasi yang dilakukan selama 5 bulan mendapatkan hasil yang cukup baik, bahwa remaja putri RT.003 RW.004 mengonsumsi tablet tambah darah dengan baik hal ini menandakan bahwa remaja putri sadar akan pentingnya mengonsumsi TTD dan meningkatkan kesadaran diri dalam mengonsumsi TTD, yang dimana hal itu merupakan tujuan dari intervensi dalam kegiatan tersebut.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing karena beliau telah memberikan bimbingan dan arahan selama proses pembuatan artikel ini, terima kasih juga kepada para pihak terkait, yaitu kepada seluruh warga masyarakat dan ketua RT 003 RW 004 Kelurahan Guntung Paikat RT 003 RW 004, juga seluruh rekan dalam proses pembuatan artikel ini.

### DAFTAR RUJUKAN

- Hubungan Lama Menstruasi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*. 2020; 10(19): 18-23.
- Amir N dan Djokosujono K. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: *Literatur Review*. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 2019; 15(2): 119-129.
- Sari DS, Herawati, Rizki A. 2020. Hubungan Lama menstruasi dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan* 10(9): 18-23. AmirN. and Djokosujono, K. (2019) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: *Literatur Review*', *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15(2): 119-129
- Handayani, E. Y. and Rumiati, Z. (2019) 'Hubungan Status Gizi Remaja Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smpn 2 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Huu, *Jurnal Kebidanan*1(2)15–22.
- Kusnadi FN .(2021) Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01) 1293–1298.
- Laksmi S, Yenie H. (2018) Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 104-107.
- Fitria A, Siti A, Jita STS. 2021. Upaya pencegahan anemia pada remaja putri melalui konsumsi tablet tambah darah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2) 91–99.
- Savitri, M. K. et al. (2021). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri: a *Systematic Review*', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), pp. 43–49.