

**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG ANEMIA DAN PEMBERIAN
TABLET TAMBAH DARAH DI SMPN 1 JATIBARANG**
HEALTH EDUCATION ABOUT ANEMIA AND PROVIDING BLOOD SUPPLY
TABLETS AT SMPN 1 JATIBARANG

*Bambang Eryanto¹, Dwi Friska Azhari², Desy Fatmawaty¹, Ghina Cantika¹, Asep Wirapraja¹,
Dea Risa², Regina Ayu Pratiwi², Siska Permata Sari¹, Satrio Gilang Pratama¹, Liyana
Eprilianti¹, Sintiawati³, Vina Sindia Maharani², Maya Puspita Sari¹, Sheila Nurbasiya¹, Lu'lu
Mauzah³, Dewi Sukarnee³, Robi¹*

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKES Indramayu

²Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, STIKES Indramayu

³Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKES Indramayu

Jl. Wirapati Kec.Sindang, Indramayu 4522, telp/fax (0234)272020/ (0234)277224

*e-mail : *(dwifriska.002@gmail.com/ 082219148605)*

ABSTRAK

Abstrak: *Salah satu permasalahan kesehatan yang sering dihadapi remaja adalah anemia, suatu kondisi di mana tubuh kekurangan zat besi yang dapat berdampak pada pertumbuhan, energi, dan kemampuan konsentrasi. Salah satu tanda keberhasilan pengobatan anemia pada anak perempuan ialah Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dalam meningkatkan kadar darah. Sekitar 1,3% anak perempuan yang menggunakan Tablet Tambah Darah (TTD), menurut data Riskesdas 2018 yang menunjukkan bahwa 80,9% remaja putri mendapatkannya di sekolah. Tujuan dari program KKN yang dilakukan oleh mahasiswa STIKES Indramayu adalah untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa/ siswi SMPN 1 Jatibarang tentang anemia. Metode pendidikan Kesehatan ini menggunakan ceramah langsung dan menggunakan media poster. Hasil menunjukkan bahwa presentase pengetahuan peserta pada pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja dan pemberian tablet tambah darah untuk anemia sebelum pemaparan materi ialah 42%, dan setelah pemaparan materi mengalami kenaikan sebesar 58% menjadi 100%. Berdasarkan nilai tersebut sudah mencapai indikator keberhasilan yang sudah ditargetkan sebelumnya.*

Kata kunci : *anemia, penyuluhan, tablet tambah darah*

Abstract: *One of the health problems that teenagers often face is anemia, a condition where the body lacks iron which can impact growth, energy and ability to concentrate. One sign of successful treatment of anemia in girls is giving blood supplement tablets (TTD). Only 1.3% of teenage girls use Blood Supplement Tablets (TTD), according to 2018 Riskesdas data which Demonstrates that 80.9% of teenage girls get them at school. The aim of the KKN program carried out by STIKES Indramayu students is to increase the understanding and knowledge about anemia of students at SMPN 1 Jatibarang. This health education method uses direct lectures and uses poster media. The results showed that the percentage of participants' knowledge of health education about anemia in adolescents and the administration of blood supplement tablets for anemia before the presentation of the material was 42%, and after the presentation of the material it increased by 58% to 100%. Based on this value, the success indicators that were previously targeted have been achieved.*

Keywords: *anemia, blood supplement tablet, counseling*

PENDAHULUAN

Anemia terjadi ketika tubuh kekurangan sel darah merah yang sehat atau tidak berfungsi dengan baik, yang menyebabkan kulit pucat dan lelah (Kemenkes, 2018). Anemia adalah keadaan di mana konsentrasi hemoglobin dalam eritrosit menurun sehingga tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh (Kusnadi, 2021).

Rendahnya hemoglobin dalam darah dikenal sebagai anemia, yang disebabkan oleh kekurangan jumlah hemoglobin yang ditemukan dalam plasma darah yang rendah, yang menyebabkan tubuh tidak dapat memperoleh oksigen yang dibutuhkan olehnya. Akibatnya, seseorang dapat mengalami kelelahan atau gejala lainnya (Izzani, 2018).

Angka kemiskinan di Indonesia pada tahun 2017 mencapai 10,6% dengan berpenghasilan menengah ke bawah. Sebagian besar kekurangan zat besi adalah penyebab kemiskinan, dan kekurangan zat besi lebih mungkin terjadi pada anak-anak muda dari keluarga dengan tingkat sosial dan ekonomi yang rendah, Ini disebabkan oleh asupan zat besi yang rendah dan kekurangan zat besi dalam makanan hayati (Nasruddin *et al.*, 2021)

Dalam bahasa Latin, "remaja" berarti "*adolescence*", yang berarti "tumbuh menjadi dewasa". Proses kematangan fisik, mental, kejiwaan, dan sosial serta emosional adalah apa yang dimaksud dengan menjadi dewasa muda. Hal ini menjelaskan mengapa transisi dari satu fase ke fase berikutnya dalam pertumbuhan tidak terjadi secara tiba-tiba. Sebaliknya, pertumbuhan tersebut berkembang secara bertahap.

Remaja mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang meningkatkan kebutuhan mereka akan nutrisi dan dapat mengakibatkan terjadinya defisiensi gizi. Remaja sangat rawan anemia dan kekurangan zat besi karena pertumbuhan pesat pada masa remaja, yang meningkatkan massa tubuh tanpa lemak, massa sel darah merah, dan volume darah, sehingga kadar mioglobin dan Hb dalam darah harus ditingkatkan dengan zat besi.

Masa muda ialah periode tumbuh kembang di mana fisik, mental, dan intelektual berkembang. Rasa ingin tahu yang besar, keinginan menghadapi kesulitan, dan kecenderungan mengambil risiko dalam tindakan tanpa pertimbangan matang merupakan contoh perilaku yang umum terjadi di kalangan remaja. Sifat dan

perilaku remaja yang berisiko menimbulkan kebutuhan akan layanan kesehatan reproduksi (Basith *et al.*, 2017).

Salah satu indikator keberhasilan pengobatan anemia pada anak perempuan ialah pemberian tablet darah tambahan kepada remaja perempuan. Data dari Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa Hanya 1,3% remaja putri yang mengkonsumsi tablet darah tambahan, meskipun 80,9% dari mereka menerimanya di sekolah (Fitriyani, 2022).

Oleh karena itu, Pendidikan Kesehatan Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) harus diberikan kepada remaja perempuan untuk mencegah anemia meningkat. terutama siswa/i SMPN 1 Jatibarang.

Ini dilakukan untuk meningkatkan kesadaran remaja perempuan tentang anemia dan dampak negatifnya terhadap generasi mendatang bangsa, serta mencegah stunting.

Dengan demikian, kelompok 1 tertarik untuk mengambil bagian dalam program kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) STIKes Indramayu Tahun 2024 di SMPN 1 Jatibarang. Kegiatan tersebut meliputi pendidikan kesehatan dengan judul “Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia

dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja di SMPN 1 Jatibarang”.

Dilakukannya kegiatan program KKN oleh kelompok 1 Desa Jatibarang mahasiswa STIKES Indramayu Tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja SMPN 1 Jatibarang serta menghentikan peningkatan kasus anemia.

METODE

Penyuluhan anemia ini menggunakan metode ceramah langsung dan menggunakan media poster. Penyuluhan diberikan kepada 43 siswa SMPN 1 Jatibarang pada tanggal 29 Januari 2024. Tahapan kegiatan meliputi:

1. Tahap Persiapan

- a. Sosialisasi : Pertemuan diselenggarakan dengan kepala sekolah, guru UKS, dan staf puskesmas.
- b. Menentukan masalah yang ditemukan.
- c. Perumusan solusi: Memberikan rencana kegiatan kepada sekolah.
- d. Menyiapkan materi presentasi.
- e. Membuat poster tentang topik yang akan dibahas.

- f. Membuat kuesioner *pre* dan *post-test* tentang pengetahuan remaja terkait anemia.

2. Pelaksanaan Kegiatan :

- a. Waktu dan Tempat, Kegiatan dilaksanakan di ruang kelas SMPN 1 Jatibarang, kegiatan dilaksanakan selama 80 menit pada tanggal 29 Januari 2024 dan dimulai pada pukul 10.20 WIB s.d 12.10 WIB.
- b. Peserta, Pada hari Senin 29 Januari 2024 peserta yang hadir sebanyak 43 peserta.
- c. Bentuk kegiatan, Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja kepada siswa/i SMPN 1 Jatibarang dilaksanakan pada hari Senin 29 Januari 2024 yang terdiri dari :
- 1) Kegiatan diawali dengan pengisian absensi
 - 2) Sebelum kegiatan Pendidikan Kesehatan, peserta diberikan kuesioner pretest untuk mengukur pemahaman awal mereka mengenai anemia dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD).
 - 3) Penyampaian Materi: Materi mengenai anemia, penyebab, dampak, dan pentingnya konsumsi TTD disampaikan oleh mahasiswa STIKES Indramayu melalui metode ceramah. Sesi tanya jawab interaktif juga diadakan untuk memberikan kesempatan peserta bertanya dan berdiskusi..
 - 4) Pengisian *Post Test* kepada peserta kegiatan Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja menggunakan Kuesioner
 - 5) Penilaian hasil pretest dan post-test dilakukan dengan menggunakan kriteria sebagai berikut: kategori baik jika persentase jawaban benar mencapai 70% atau lebih, kategori cukup jika persentase jawaban benar berada di antara 60% hingga 69%, dan kategori kurang jika persentase jawaban benar kurang dari 60%.
 - 6) Sesi dokumentasi

d. Tahapan evaluasi

- 1) Terdapat perubahan waktu pelaksanaan penyuluhan
- 2) Peserta yang hadir sesuai dengan target yang ditentukan
- 3) Pada kegiatan pendidikan Kesehatan yang telah dilakukan terjadi peningkatan pengetahuan peserta dilihat dari hasil penilaian *pre* dan *post test*
- 4) Sebagian siswa yang hadir sudah memahami tentang anaemia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penggalan informasi pengetahuan siswa/i SMPN 1 Jatibarang pada saat sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan penyuluhan terdapat perbedaan yang mengarah pada progres lebih baik yang ditunjukkan dalam tabel 1 yang disertakan di bawah ini :

Tabel 1.

Skor Pengetahuan Siswa/Siswi SMPN 1 Jatibarang

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	(%)	N	(%)
Baik	18	42%	43	100%
Cukup	9	21%	-	-
Kurang	16	37%	-	-
Total	43	100.0	43	100.0

Tabel 1 menunjukkan perbedaan skor pengetahuan awal dan akhir peserta pada pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja dan pemberian tablet tambah darah untuk anemia baik sebelum maupun sesudah pelatihan. Hasil menunjukkan bahwa presentase pengetahuan peserta pada pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja dan pemberian tablet tambah darah untuk anemia sebelum pemaparan materi



Gambar 1. Media Berupa Poster

ialah 42%, dan setelah pemaparan materi mengalami kenaikan sebesar 58% menjadi 100%. Berdasarkan nilai tersebut sudah mencapai indikator keberhasilan yang sudah ditargetkan sebelumnya.

Salah satu Berdasarkan penelitian Yuniarti (2015), kombinasi antara peningkatan pengetahuan gizi dan pemberian suplementasi besi secara rutin terbukti paling efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dibandingkan hanya dengan salah satu intervensi tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman yang baik tentang gizi, dibarengi dengan asupan zat besi yang adekuat, merupakan kunci dalam pencegahan dan penanganan anemia

remaja dapat menjaga kesehatan tubuh, meningkatkan prestasi belajar, dan menjalani kehidupan yang lebih berkualitas (Suparmi, S. 2020).

Salah satu upaya efektif dalam mengurangi angka kejadian anemia pada remaja putri adalah dengan memberikan edukasi komprehensif mengenai bahaya

Kepatuhan minum tablet Fe dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor petugas kesehatan (misalnya, kualitas konseling, ketersediaan obat) dan faktor individu (misalnya, kesadaran, motivasi, adanya efek samping). Penelitian oleh Yuniarti dkk. (2015) menunjukkan bahwa kepatuhan yang tinggi secara signifikan berkorelasi dengan peningkatan kadar hemoglobin pada remaja SMP (Yuniarti, dkk., 2015).

Remaja putri yang mengalami menstruasi sangat rentan terhadap anemia. Untuk mengatasi masalah ini, perlu dilakukan penyuluhan yang intensif mengenai menstruasi, anemia, dan pentingnya mengonsumsi tablet besi. Dengan pemahaman yang komprehensif, anemia dan pentingnya pencegahan. Selain itu, pemberian suplementasi zat besi (tablet Fe), vitamin B12, dan asam folat secara teratur, serta mendorong konsumsi makanan bergizi seimbang kaya zat besi, vitamin C, dan folat dapat membantu mencegah dan mengatasi anemia secara optimal (Ernawati, *et. al.* 2021).

KESIMPULAN DAN SARAN

Mahasiswa STIKES Indramayu melakukan penyuluhan tentang pengetahuan anemia pada remaja di SMPN

1 Jatibarang dengan baik dan lancar. Siswa/i di SMPN 1 Jatibarang sangat tertarik dengan materi yang dipaparkan di poster dan berpartisipasi dalam pertanyaan. Remaja ini kurang memahami anemia, termasuk definisi, tanda dan gejala, pencegahan, dan efeknya. Saran yang diberikan oleh penulis ialah Kepala sekolah SMPN 1 Jatibarang diharapkan sering mengadakan sosialisasi dan bekerja sama

dengan tenaga kesehatan di wilayah setempat untuk memberikan pendidikan kesehatan terkait kesehatan remaja, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan siswa/i di SMPN 1 Jatibarang dan Siswa SMPN 1 Jatibarang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia, berpartisipasi dalam penyuluhan yang diadakan oleh profesional kesehatan, dan menggunakan media internet lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis berterima kasih kepada pembimbing lapangan dan dosen akademik yang telah memberikan bantuan dan membimbing kami, kepada pihak yang terkait dan SMPN 1 Jatibarang yang telah berkenan

memberikan izin menjadi tempat dalam kegiatan penyuluhan ini. Penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada siswa/i di SMPN 1 Jatibarang yang telah mengambil inisiatif untuk berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. In *Dunia Keperawatan* (Vol. 5, Issue 1).
- Ernawati. (2021). *Pendidikan Kesehatan Peningkatan Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Bahaya Anemia Di Sekolah MTSN 3 Mataram*.
- Fitriyani, S. L., Rochmano, F. P., Diaz Cahyani, R., Rizqiya, F., Gizi, P. S., Kedokteran, F., Kesehatan, D., Jakarta, U. M., Dahlan, J. K. H. A., Cirendeu, K., Ciputat, T., & Selatan, K. T. (2022). *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ Website: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat> Penyuluhan Mengenai Cemara (Cegah Anemia Pada Remaja) Serta Pemberian Ttd Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Kepada Siswi Man 21 Jakarta. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>*
- Izzani, R. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Mahasiswi Fkm Unair Surabaya*.
- Junita, D., & Wulansari, A. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA N 12 Kabupaten Merangin. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i1.148>
- Kemenkes RI. (2018). *Revisi Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS*.
- Kusnadi, F. N. (2021). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Nasruddin, H., Syamsu, F. R., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 359–360.
- Suparmi. (2020). *Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Pentingnya Minum Tablet Fe Saat Menstruasi Di Sma Bk 06 Juwangi*.
- Yuniarti. (2015). *Hubungan Antara*

Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan
Kejadian Anemia Pada Remaja Putri
Di Ma Darul Imad Kecamatan Tatah
Makmur Kabupaten Banjar Yuniarti,
Rusmilawaty, Tri Tunggal. In *Jurnal
Publikasi Kesehatan Masyarakat
Indonesia* (Vol. 2, Issue 1).