

# Sosialisasi Mengenai Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Perempuan dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tembelang, Candimulyo, Magelang

Agnum Ika Wulandari<sup>1</sup>, Syifa Atikah Ardi<sup>2</sup>, Fatma Aidha Tatuhey<sup>3</sup>, Ngidoti Musonah<sup>4</sup>, Vita Aulia Rizki<sup>5</sup>, Liansya Ayu Sariperkasi<sup>6</sup>, Sofyan Indrayana<sup>7</sup>, Dhina Puspasari Wijaya<sup>8\*</sup>

Program Studi S1 Gizi, Universitas Alma Ata Yogyakarta<sup>1,2</sup>

Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Alma Ata Yogyakarta<sup>3</sup>

Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Alma Ata Yogyakarta<sup>4</sup>

Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Universitas Alma Ata Yogyakarta<sup>5</sup>

Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas Alma Ata Yogyakarta<sup>6</sup>

Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Alma Ata Yogyakarta<sup>7</sup>

Program Studi Informatika, Universitas Alma Ata Yogyakarta<sup>8</sup>

\*e-mail : agnumika@gmail.com<sup>1</sup>, syifaatikah09@gmail.com<sup>2</sup>, aidatatuhey9@gmail.com<sup>3</sup>,

musonahngidoti@gmail.com<sup>4</sup>, vitaaulia52@gmail.com<sup>5</sup>, Liansyaayu7@gmail.com<sup>6</sup>,

sofyan@almaata.ac.id<sup>7</sup>, dhina.puspa@almaata.ac.id<sup>8</sup>

## Abstrak

Anemia atau kurangnya zat besi merupakan satu masalah gizi yang tidak kunjung teratasi di beberapa wilayah di Indonesia. Remaja perempuan sebagai calon Ibu perlu mendapat perhatian sebagai upaya pencegahan anemia yang merupakan faktor terjadinya stunting pada generasi yang akan datang. Sosialisasi dan tablet tambah darah penting dilakukan untuk mencegah kekurangan zat besi (Fe). Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu sosialisasi melalui ceramah dengan mengerjakan soal pre-test dan post-test sebagai tolak ukur ilmu remaja perempuan terkait anemia. Tablet Tambah Darah (TTD) diberikan kepada setiap peserta yang hadir dalam sosialisasi ini. Hasil yang diperoleh dari 16 peserta kegiatan, yaitu 4 orang tidak mengalami perubahan skor nilai, 12 orang mengalami peningkatan skor penilaian yang dapat dilihat melalui hasil pre-test dan post-test. Hasil ini menunjukkan secara umum ada peningkatan pemahaman terhadap anemia setelah diberikan Pendidikan Kesehatan. Diharapkan kegiatan ini dapat diteruskan oleh kader kesehatan dan peserta mampu mengaplikasikan ilmu yang didapat dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata kunci :** Anemia, Stunting, Tablet Tambah Darah, Remaja, Defisiensi besi

## Abstract

Iron Deficiency Anemia is one of health problem that no been resolved yet in some Region in Indonesia. Adolescent female as prospective mothers need attention as an effort to prevent anemia which is a factor in the occurrence of stunting in future generations. Hence health educations related to anemia and giving blood supplement tablets are important to prevent iron deficiency. The method used in this activity was socialization through lectures by working on pre-test and post-test questions as a benchmark for knowledge of young women related to anemia. Blood supplement tablets were given to those who participated in the socialization. The results the pre-test and post-test obtained from 16 participants were 4 people (25%) did not experience a change in score, meanwhile 12 (75%) participants experienced an increase in assessment scores. Generally, the results showed an increased understanding of anemia after health education. Hopefully, this activity could be continuous by Health Cadres, and the participants able to apply the knowledge in daily life.

**Keywords :** Anemia, Stunting, Blood supplement tablets, Adolescent female, Iron deficiency

## 1. PENDAHULUAN

Anemia ialah kondisi dimana kadar hemoglobin (HB) dalam darah belum mencukupi dari 12mg/dl (1). Pada beberapa wilayah yang ada di Indonesia, anemia atau kurangnya zat besi (Anemia Gizi Besi) juga merupakan suatu *problem* gizi yang tidak kunjung teratasi, terjadi pada ibu hamil ataupun pada remaja. Menurut data RISKESDAS pada 2018 silam telah terjadi peningkatan anemia khusus ibu hamil sebesar 11,8% daripada tahun 2013. Serta 37,1% ibu hamil menderita anemia pada tahun 2013 serta pada tahun 2018 mencapai 48,9% (2). Menurut WHO batasan kadar hemoglobin anemia ibu hamil yaitu <11 g/dl. Oleh karena itu, intervensi untuk mengurangi angka

anak pendek harus dimulai dengan cara benar dan cepat sebelum proses kelahiran bayi, dengan pelayanan pranatal serta gizi sang ibu hamil, dan berlanjut sampai usia dua tahun (3).

Kelompok remaja perempuan merupakan kategori usia dimana pada usia remaja tersebut memerlukan lebih banyak zat gizi dibandingkan dengan golongan usia lainnya. Pematangan seksual pada remaja merupakan faktor penyebab golongan remaja perempuan harus memenuhi zat gizi yang banyak, selain itu remaja putri juga butuh zat besi yang lebih dibandingkan dengan remaja lelaki, mengapa? dikarenakan perempuan sangat butuh zat besi untuk membantu memenuhi zat besi yang luruh pada saat datang bulan (4). Anemia berdampak cukup besar terhadap remaja perempuan karena anemia dapat mengakibatkan menurunnya prestasi yang timbul dari turunnya semangat belajar karena dengan berkurangnya zat besi (Fe) dapat memicu gejala seperti pucat, lesu/lelah, nafsu makan perlahan hilang serta pertumbuhan yang lambat atau dikenal dengan istilah stunting (5).

Stunting merupakan lambatnya pertumbuhan pada anak, yang didefinisikan sebagai kondisi tubuh tergolong pendek dan juga sangat pendek dimana dikarenakan pada indeks Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) dengan batas (Z-Score) pada -3 SD sampai < -2 SD. Hal ini dapat terjadi karena terdapat asupan gizi buruk dalam kurun waktu yang lama (6).

Salah satu cara untuk memutus lingkaran malnutrisi antargenerasi adalah dengan memberikan suplemen zat besi maupun tablet tambah darah (TTD) kepada remaja perempuan yang memiliki kemungkinan lebih besar dalam kekurangan zat besi. Dalam hal ini pemerintah menyatakan untuk memberikan tablet tambah darah dengan komposisi yang ditentukan yaitu 60mg zat besi element yang dalam bentuk ketersediaan ferro sulfat dan ferro glukonat, serta 0,004mg asam folat untuk remaja perempuan dalam rentan umur 12-18 tahun dan wanita memasuki usia subur. Untuk mengangkut elektro (sitokrom) diperlukan zat besi, zat besi sendiri berguna untuk mengaktifkan oksigen sehingga apabila kadar zat besi menurun maka tidak ada yang mengikat hemoglobin dalam darah yang mengakibatkan pengurangan kadar hemoglobin itu sendiri atau lebih dikenal dengan istilah anemia. pemberian zat besi merupakan suatu upaya untuk mencegah serta mengendalikan anemia yang dapat dilakukan kepada remaja perempuan dengan memberikan 1 tablet per minggu dan/atau 1 tablet hari selama 10 hari masa menstruasi (7).

## 2. METODE

Metode yang diaplikasikan dalam program kerja ini yaitu pemberian sosialisasi kesehatan terkait edukasi anemia dengan metode ceramah dan diskusi serta pemberian tablet tambah darah untuk peserta kegiatan. Sasaran kegiatan ini yaitu remaja perempuan dengan rentang usia 12 – 24 tahun yang bertempat tinggal di Desa Tembelang. Kegiatan ini dilaksanakan di Balai Desa Tembelang pada hari Minggu, 27 November 2022 yang dihadiri oleh 16 orang remaja perempuan. Adapun analisa masalah yang kami dapatkan ialah belum adanya perhatian remaja perempuan untuk meminum tablet tambah darah secara teratur.

Pelaksanaan program kerja ini dilakukan dengan, menganalisa permasalahan yang terjadi terkait kesehatan, kemudian dilanjutkan dengan koordinasi dengan bidan desa, dan Kepala Puskesmas Kecamatan Candimulyo untuk pengadaan tablet tambah darah, menentukan waktu yang tepat untuk memberikan penyuluhan terkait edukasi anemia pada remaja perempuan, dilanjutkan dengan memilih metode yang tepat untuk menyampaikan materi terkait edukasi anemia, kemudian menyiapkan bahan materi presentasi, soal *pre-test*, dan *post-test* sebagai tolak ukur ilmu remaja perempuan terkait anemia.

Sebelum diberikan materi sosialisasi terkait anemia, peserta diharuskan mengisi 10 soal *pre-test* berbentuk pilihan ganda yang telah dibuat oleh mahasiswa sesuai dengan materi yang akan diinformasikan. Kemudian dilanjutkan dengan ceramah dan diskusi tentang edukasi anemia dalam usaha pencegahan stunting di Desa Tembelang. Meskipun hanya dilakukan sosialisasi dengan metode ceramah, peserta sudah dapat mengikuti dan memahami materi sangat baik dikarenakan adanya timbal balik diskusi yang bagus. Lalu seluruh peserta diarahkan untuk menjawab 10 *post-*

test yang sama dengan *pre-test* untuk melihat kemampuan peserta dalam menangkap materi yang telah dipaparkan.

Sebelum masuk ke balai desa, peserta diminta untuk mengisi lembar absensi yang sudah tersedia secara bergantian, lalu peserta diminta untuk duduk pada tempat yang telah disediakan. Kemudian acara dibuka oleh mahasiswa yang bertugas sebagai pembawa acara.



Gambar 1. Pembukaan acara oleh pembawa acara

Setelah acara dibuka peserta diminta mengisi 10 soal *pre-test* yang meliputi pengetahuan mengenai apa itu anemia, beberapa gejala terjadinya anemia, tanda bahaya anemia, upaya pencegahan anemia, serta cara mengonsumsi tablet tambah darah yang benar bagi remaja perempuan. Beberapa Soal *pre-test* diberikan untuk mengetahui sejauh manailmu yang ditangkap peserta kegiatan terkait materi yang akan disampaikan. Peserta diberikan durasi waktu selama 10 menit untuk menyelesaikan soal *pre-test*.



Gambar 2. Peserta mengisi soal *pre-test*

Setelah peserta mengisi *pre-test*, kegiatan sosialisasi dilaksanakan. Materi yang disampaikan meliputi pengetahuan terkait anemia, pencegahan, dampak, bahaya, tanda, dan gejala anemia, serta cara mengonsumsi tablet tambah darah bagi remaja putri. Materi dibawakan dengan sangat baik oleh dua orang mahasiswa kelompok 09 Kuliah Kerja Nyata (KKN) Magelang. Peserta menyimak penjelasan dengan sangat antusias dan dilanjutkan dengan sesi diskusi yang juga menarik.



Gambar 3. Penyampaian materi oleh mahasiswa

Untuk melihat kemampuan peserta penyuluhan, setelah materi disampaikan peserta diberikan *post-test*. *Post-test* terdiri dari 10 soal yang persis seperti *pre-test*. Tujuan diberikannya soal *post-test* adalah untuk mengetahui sampai mana pencapaian peserta terhadap ilmu yang telah diinformasikan. Peserta dibatasi waktu 10 menit guna mengisi *post-test*. Setelah itu, dilakukan demo cara mengonsumsi tablet tambah darah oleh salah satu mahasiswa. Dilanjutkan dengan para peserta yang mengonsumsi tablet tambah darah bersama – sama.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi mengenai anemia dan pemberian tablet tambah darah (TTD) gratis bagi remaja perempuan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Tembelang ini merupakan program kerja dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) yang dilaksanakan pada hari Minggu, 27 November 2022 yang bertempat di aula balai desa Tembelang, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang.

Tabel 1. Hasil *Pre-test* dan *Post-Test*

No	Umur (tahun)	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>	Keterangan
1	23	90	100	Peningkatan
2	17	80	100	Peningkatan
3	14	100	100	Sama
4	14	90	100	Peningkatan
5	16	90	100	Peningkatan
6	15	50	80	Peningkatan
7	21	90	90	Sama
8	15	70	90	Peningkatan
9	23	40	90	Peningkatan
10	19	50	100	Peningkatan
11	12	40	60	Peningkatan
12	18	80	90	Peningkatan
13	13	40	80	Peningkatan
14	12	50	80	Peningkatan
15	16	100	100	Sama
16	14	80	80	Sama

Tabel 2. Total Hasil

Pengetahuan	Total
Penurunan	0
Peningkatan	12
Sama	4
Total	16

Peserta kegiatan yang dihadirkan adalah remaja putri yang ada di Desa Tembelang. Usia remaja perempuan yang menjadi sasaran kegiatan adalah 12 – 24 tahun. *pre-test* dan *post-test* ialah soal dengan materi yang serupa sejumlah 10 nomor soal pilihan ganda. Pertanyaan yang tertulis dalam soal adalah cakupan materi penyuluhan yang diberikan yaitu tentang anemia, tanda gejala anemia, dampak bahaya anemia, pencegahan anemia serta mengenai cara konsumsi tablet tambah darah yang benar bagi remaja perempuan.

Hasil yang diperoleh setelah pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan peserta mengenai materi yang dipaparkan mengalami peningkatan. Hal ini dilihat dengan terjadinya peningkatan skor antara *pre-test* dan *post-test* yang diselesaikan oleh peserta sehingga dapat diartikan bahwa peserta paham dengan materi sosialisasi mengenai anemia dan pemberian tablet tambah darah bagi remaja perempuan dalam upaya pencegahan

stunting. Hasil ini merupakan hasil yang positif karena sesuai dengan apa yang diharapkan oleh penyelenggara kegiatan.

Sosialisasi secara langsung dengan metode komunikasi yang baik mengenai materi yang disampaikan ini merupakan salah satu edukasi yang efektif karena mampu menambah pengetahuan bagi sasaran kegiatan. Pengetahuan ialah hasil “tahu” yang terjadi saat orang telah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu dengan menggunakan indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasan atau peraba. Pengetahuan manusia sebagian didapatkan melalui indera penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan ini sangat penting untuk terbentuknya tindakan atau sikap seseorang (8). Peserta dalam kegiatan sosialisasi ini diketahui bahwa sudah tahu karena telah terdapat diskusi sederhana yang dapat digunakan sebagai tolak ukur pengetahuan peserta dalam memahami materi sosialisasi yang diberikan.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yaitu sosialisasi mengenai anemia dan pemberian tablet tambah darah (TTD) gratis bagi remaja perempuan dalam usaha pencegahan stunting yang telah kami sekelompok lakukan ini dinilai berhasil. Masyarakat yang hadir memiliki antusiasme dalam mengikuti kegiatan tersebut dari awal hingga akhir. Tolak ukur keberhasilan program dapat dilihat melalui hasil *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan terdapat peningkatan ilmu pengetahuan ditunjukkan dengan perubahan skor yaitu kenaikan nilai peserta penyuluhan. Tablet tambah darah (TTD) diberikan kepada setiap peserta yang hadir sehingga diharapkan peserta mampu mengaplikasikan ilmu yang di dapat pada kehidupan sehari-hari serta kegiatan ini dapat dilanjutkan secara berkala oleh kader kesehatan di Desa Tembelang.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Widoyoko APH, Septianto R. Pengaruh Anemia terhadap Kematian Maternal. J Penelit Perawat Prof. 2020;2(1):1–6.
2. Amir N, Djokosujono K. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia: Literatur Review. J Kedokt dan Kesehat. 2019;15(2):119.
3. Mantasia M, Sumarmi S. Hubungan Riwayat Anemia Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Pada Batita Di Wilayah Kerja Puskesmas Galesong Kabupaten Takalar. J Ilm Keperawatan (Scientific J Nursing). 2022;8(1):205–13.
4. Putri RD, Simanjuntak BY, Kusdalina K. Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. J Kesehat. 2017;8(3):404.
5. Fitriana F, Dwi Pramardika D. Evaluasi Program Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. MPPKI (Media Publ Promosi Kesehat Indones Indones J Heal Promot. 2019;2(3):200–7.
6. Hastuty M. Hubungan Anemia Ibu Hamil dengan Kejadian Stunting. J Online Univ Pahlawan Tuanku Tambusai. 2020;4(2):112–6.
7. Irianti S, Sahiroh. Gambaran Faktor Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Overview Factors Of Consumption Of Blood Added Tablets In Female Adolescent. Oksitosin J Ilm Kebidanan. 2019;6(2):92–7.
8. Sulistyawati N, Nurjanah AS. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Studi Kasus Pada Siswa Putri SMAN 1 Piyungan Bantul. J Kesehat Samodra Biru. 2018;9(2):214–20.