

Mengenal Dan Patuh Minum Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri Di Posyandu Remaja Takuti Di Wilayah Desa Takuti Kecamatan Mataraman

Knowing And Compliance With Taking Blood Supply Tablets (BST) in Adolescent Women At Posyandu Teens Takuti In The Takuti Village Area Mataraman District

Ummi Kulsum^{1)*}, Nita Hestiyana²⁾

^{1,2)*} Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia (Ummi Kulsum) email :
ummi2tantenjadijah@gmail.com

ABSTRAK

Masalah: Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Desa Takuti memiliki prevalensi anemia yang tinggi pada remaja putri, dengan kurangnya pemahaman mengenai Tablet Tambah Darah (TTD) dan minimnya kesadaran remaja untuk mengkonsumsinya dan tidak ada posyandu remaja sebagai wadah pemantauannya.

Solusi yang diusulkan melibatkan pembentukan Posyandu Remaja "Sata Setia," penyuluhan intensif mengenai TTD, dan kampanye kesadaran melalui media sosial. Target luaran meliputi publikasi ilmiah, penerapan iptek di masyarakat, dan perbaikan tata nilai. Biaya proyek diestimasi sebesar Rp 1.400.000 dengan sumber dari dana pribadi. Metode: Pelaksanaan mencakup pemeriksaan Hb, penyuluhan, sosialisasi melalui media sosial, dan partisipasi aktif dari remaja, orang tua, petugas kesehatan, kader posyandu, dan tokoh masyarakat. Jadwal kegiatan dilakukan selama dua minggu pada bulan Desember 2023 di Desa Takuti.

Kesimpulan: Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dan komitmen remaja putri terhadap TTD. Luaran mencakup peningkatan pemahaman, kepatuhan, serta pembentukan Posyandu Remaja. Rencana tahapan berikutnya melibatkan evaluasi mendalam, pemantauan kepatuhan, kampanye kesadaran, dan kolaborasi lebih lanjut,

Kata Kunci : Anemia Remaja Putri, Tablet Tambah Darah (TTD), Pemahaman, Kesadaran

ABSTRACT

Problem: Anemia in adolescent girls is a significant public health problem throughout the world, including Indonesia. Takuti Village has a high prevalence of anemia in adolescent girls, with a lack of understanding regarding Blood Supplement Tablets (TTD) and minimal awareness among adolescents to consume them and there is no youth posyandu as a place for monitoring them.

The proposed solution involves the establishment of a Youth Posyandu "Sata Setia," intensive education regarding BST, and an awareness campaign via social media. Outcome targets include scientific publications, application of science and technology in society, and improvement of values. The project cost is estimated at IDR 1,400,000 with sources from personal funds.

Method: Implementation includes Hb testing, counseling, outreach via social media, and active participation from teenagers, parents, health workers, posyandu cadres, and community leaders. The activity schedule will be carried out for two weeks in December 2023 in Takuti Village.

Conclusion: The results of the activity show an increase in understanding and commitment of young women towards BST. Outcomes include increased understanding, compliance, and the establishment of Youth Posyandu. The next phase of the plan involves in-depth evaluation, compliance monitoring, awareness campaigns and further collaboration,

Keywords: *Anemia in Adolescent Girls, Blood Supplement Tablets (BST), Understanding, Awareness*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan sebuah masalah kesehatan masyarakat dan banyak terjadi di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Menurut data *World Health Organization* (WHO) tentang *Worldwide Prevalence of Anemia*, 1,62 miliar orang di seluruh dunia mengalami anemia, dan prevalensinya adalah 47,4% pada usia prasekolah, 25,4% pada usia sekolah, 41,8% pada wanita usia subur dan pada pria sebesar 12,7% (Budiarti dkk., 2020). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan prevalensi anemia 23% untuk wanita dan 17% untuk pria antara usia 13 hingga 18 tahun (Kemenkes RI, 2018)

Populasi yang paling rentan mengalami anemia adalah kalangan remaja, hal ini dikarenakan tingginya kebutuhan nutrisi untuk pertumbuhan dan rendahnya asupan gizi. Masa remaja juga disebut sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa dari permulaan pubertas menuju kedewasaan, yang dimulai pada usia 14 tahun untuk laki-laki dan pada usia 12 tahun untuk perempuan (Silitonga dan Nuryeti, 2021).

Desa Takuti adalah salah satu wilayah kerja Puskesmas Mataraman Kabupaten Banjar dengan angka kejadian anemia pada remaja putri pada tahun 2023 mencapai 45 orang dari 117 orang remaja Putri yang dilakukan pengecekan Hb pada saat kunjungan PKPR di sekolah SMPN Takuti atau sekitar 38,5% remaja mengalami anemia. Posyandu Remaja selama ini belum pernah dilaksanakan di desa takuti dan para remaja juga Sebagian besar belum mengenal Tablet Tambah Darah (TTD), sehingga anemia merupakan salah satu masalah yang sering muncul pada remaja putri. Anemia merupakan salah satu dampak dari masalah gizi pada remaja putri.

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal. Secara fisiologi, anemia terjadi apabila terdapat kekurangan jumlah hemoglobin untuk mengangkut oksigen ke jaringan. (Arifah et al.,2022). Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin, pada wanita remaja Hb normal adalah 12-15 g/dl dan pria remaja adalah 13-17 g/dl (Tahji, 2022).

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan pemeriksaan kadar *Haemoglobin* (Hb) pada remaja putri sebanyak 25 orang, kemudian melakukan penyuluhan/sosialisasi tentang Anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD) melalui media sosial (*whatsapp*), kemudian melakukan koordinasi dengan bidan di desa Takuti dan petugas kesehatan gizi Puskesmas, kader posyandu, dan tokoh masyarakat mengenai rencana tindak lanjut untuk pembentukan Posyandu Remaja di Desa Takuti.

Kegiatan dilakukan selama dua minggu pada bulan Desember 2023 di Desa Takuti dengan jadwal kegiatan sebagai berikut:

No.	Hari / Tanggal	Nama Kegiatan	Tempat
1.	Sabtu / 16-12-2023	Pemeriksaan HB Rematri Takuti	Balai desa Takuti
2.	Senin / 18-12-2023	Persiapan materi dan alat penyuluhan untuk Workshop.	Rumah tinggal
3.	Rabu / 27-12-2023	Pelaksanaan penyuluhan dan kampanye TTD. Pelaksanaan Posyandu Remaja	Balai desa Takuti

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan implementasi dari *Midwifery Project* pada stase komunitas menunjukkan perkembangan yang positif dalam penanggulangan anemia pada remaja di Desa Takuti. Pada kegiatan pendahuluan dilakukan pemeriksaan Hb menunjukkan adanya angka kejadian anemia, yaitu 9 diantara 23 remaja putri dengan presentasi 39.13 %. Kemudian dilakukan pertanyaan secara langsung mengenai Tablet Tambah Darah (TTD), Sebagian besar sudah mengenal TTD namun hanya 2 sampai 3 orang rematri yang mengingat cara meminumnya, sehingga kami mengingatkan Kembali mengenai manfaat meminum TTD, dosis yang diperlukan yaitu 1 kali 1 tablet setiap minggu dihari yang sama sebagai antisipasi / pencegahan anemia, dan pentingnya kepatuhan mengkonsumsinya. Karena dengan minum TTD secara rutin, diharapkan para remaja khususnya remaja putri mampu mengurangi potensi anemia dan jika nanti menjadi seorang ibu maka akan mencegah lahirnya bayi dalam keadaan stunting dari para ibu di Indonesia, sehingga tercipta generasi muda dan generasi penerus yang sehat serta mampu berdaya saing dapat terbentuk dengan maksimal. (Muslimah, 2022)

Pada saat pelaksanaan posyandu remaja “perdana” di desa takuti dengan nama posyandu “Sata Setia” yang berarti Sahabat takuti sehat tanpa anemia, segala puji kepada Allah SWT kegiatan berjalan lancar, ini juga didukung oleh partisipasi aktif para remaja dalam Posyandu Remaja dan pada saat kegiatan posyandu mahasiswa membagikan buku panduan untuk pemantauan kesehatan anak usia sekolah dan remaja yang berisi informasi penting seputar Posyandu remaja, kegiatan yang

dilakukan dalam posyandu remaja, cara menghitung IMT, isi piringku untuk memenuhi gizi seimbang, perubahan pada masa pubertas, bahaya merokok, tablet tambah darah dan cara meminumnya, dan juga ada lembar pencatatan hasil antropometri dan ada kalender untuk memantau dan memonitoring remaja dalam mengkonsumsi TTD, sehingga diharapkan para remaja memiliki tingkat kepatuhan yang lebih baik dalam mengonsumsi TTD.



Gambar 1. Sosialisasi Anemia dan pentingnya minum TTD, di Posyandu Remaja Sata Setia

KESIMPULAN

Midwifery project pada Stase Komunitas Kebidanan di Desa Takuti berhasil membawa perubahan positif dalam penanganan anemia pada remaja. Melalui pembentukan Posyandu Remaja *Sata Setia* dan melakukan penyuluhan intensif. Setelah dilakukan implementasi tampak terjadi peningkatan pemahaman dan diperoleh komitmen remaja putri untuk patuh mengonsumsi TTD untuk mengatasi anemia. Kesimpulan ini menggarisbawahi pentingnya intervensi komunitas dalam peningkatan kesehatan masyarakat.

SARAN

Untuk menjaga keberlanjutan program ini, perlu adanya koordinasi yang baik antara petugas kesehatan, tokoh masyarakat, dan pihak sekolah. Pengembangan program dapat melibatkan lebih banyak pihak, termasuk keterlibatan orang tua dan pendidik untuk mendukung pemahaman dan

kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan dan evaluasi rutin untuk menilai dampak program serta menyesuaikan strategi yang diperlukan untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

UCAPAN TERIMAKASIH

Atas segala bimbingan dan bantuan yang diberikan dari berbagai pihak maka penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Ibu Nita Hestiyana, Ibu Marpuah, Ibu Masliana, Bidan Ria Rahayu, Bapak Bayu Sabdo Pamungkas, H. Untung Rakhmat Wijaya, Siti Rohani, Norlena, Anisyah dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu-persatu.

REFERENSI

- [1] Astutik, R.Y & Ertiana, D. (2018). Buku Anemia dalam Kehamilan. Jawa Timur: CV. Pustaka abadi
- [2] Dwi Nurbadriyah, (2019). Anemia Defisiensi Besi, Depublish CV Budi Utama
- [3] Diana, S., Mail, E & Rufaida, Z. (2019). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Jawa Tengah: CV Oase
- [4] Hasim, R. P., & Sulastri, S. K. (2018). Gambaran Kecemasan Ibu Hamil. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- [5] Irianti Bayu, dkk. 2015. Asuhan kehamilan berbasis Bukti: CV sagung Seto Wiwid.
- [6] Kamariyah dkk. (2014). Buku Ajar Kehamilan. Jakarta: Salemba Medika.
- [7] Kementerian Kesehatan, RI. (2020). Buku Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, nifas dan Bayi Baru Lahir di Era Adaptasi Kebiasaan Baru. Kementerian Kesehatan RI Jakarta.
- [8] Kementerian Kesehatan RI, (2020). Pedoman Pemberian Tablet Tambah darah Bagi Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19 bagi tenaga Kesehatan.
- [9] Kotamobagu, A. D. (2022). Aktif Minum Tablet Tambah Darah Sejak Remaja. <https://dinkes.kotamobagu.go.id/artikel/detail/1061/1/aktif-minum-tablet-tambah-darah-sejak-remaja>
- [10] Lisnawati Nur Farida, (2019). Penanganan Anemia pada ibu hamil dengan pemberian
- [11] Edukasi dan Suplementasi Tablet Besi, Jurnal Ilmiah Keperawatan Ortopedi, (JIKO) vol 3, no 2
- [12] Muslimah. (2022). Cegah Anemia Pada Remaja Putri dengan Tablet Tambah Darah. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/cegah-anemia-pada-remaja-putri-dengan-tablet-tambah-darah>
- [13] Paulo A.R. Neves, Marsia C. Castro, Clariana V.R Olivera, Maira B. Malta, Barbara H.L, Marly A. Cardoso, (2020). Effect Of Vitamin A status during pregnancy on maternal anemia and newborn birth weight, results from a cohort study in the Western Brazilian Amazon. European Journal Of Nutrition, Vol 59, issue 1, page 45-56
- [14] Prawirohardjo, S. (2014). Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Jakarta: PT.Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- [15] Suparno. (2023). Wujudkan Generasi Muda Sehat dengan Posyandu Remaja. Website Resmi Desa Dero. <https://dero.desa.id/artikel/2023/3/4/wujudkan-generasi-muda-sehat-dengan-kegiatan-posyandu-remaja>