

Pendidikan Kesehatan Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di MTS Mathlaul Anwar Sumur

Rif'atul Mahmudah*, Devie Ismayanty, Nida Ria Afrina
Politeknik Kesehatan 'Aisyiyah Banten
Alamat email: rifa@poltekkes-aisyiyahbanten.ac.id

Abstrak

Pendahuluan: Remaja merupakan usia produktif, menurut *world health organization* (WHO) rentang usia remaja 10-19 tahun. Remaja rentan mengalami kekurangan zat besi dan anemia disebabkan oleh perdarahan selama menstruasi, kekurangan mikronutrien, pola makan, infeksi, peradangan, pengaruh faktor biologis, masalah sosial ekonomi, pengetahuan yang rendah mengenai anemia dan penyakit kelainan darah seperti thalassemia. Angka kejadian anemia pada remaja putri di MTs Mathlaul Anwar sebesar 62% dari 105 orang. Tujuan: untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Metode Penelitian: pendidikan kesehatan kepada remaja putri di MTs Mathlaul Anwar Sumur sebanyak 52 orang. Hasil: Terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebelum (10,62 poin) dan sesudah menggunakan metode demonstrasi (14,85 poin) dengan selisih 4,23 poin. Kesimpulan: pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah.

Kata kunci: *Anemia, Konsumsi Tablet Tambah Darah, Remaja Putri*

Abstract

Introduction: Adolescents are of productive age, according to the World Health Organization (WHO), the age range for adolescents is 10-19 years. Adolescents are susceptible to iron deficiency and anemia caused by bleeding during menstruation, micronutrient deficiencies, diet, infection, inflammation, the influence of biological factors, socio-economic problems, low knowledge about anemia and blood disorders such as thalassemia. The incidence of anemia in adolescent girls at MTs Mathlaul Anwar was 62% out of 105 people. Objective: to increase knowledge about the importance of consuming blood supplement tablets. Research Method: health education for 52 young women at MTs Mathlaul Anwar Sumur. Results: There was an increase in the average knowledge score before (10.62 points) and after using the demonstration method (14.85 points) with a difference of 4.23 points. Conclusion: health education is effective in increasing teenagers' knowledge about the importance of consuming blood supplement tablets.

Keywords: *Anemia, Consumption of Blood Supplement Tablets, Young Women*

PENDAHULUAN

Angka kejadian anemia di Indonesia tahun 2019 pada wanita usia 15-49 tahun sebesar 29,9%, remaja termasuk kategori tersebut.⁽¹⁾ Wanita usia subur (15-49 tahun) yang mengalami anemia di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 21,6%, meningkat menjadi 22,3% di tahun 2019.⁽²⁾ Di Provinsi Banten angka kejadian anemia masih tinggi dengan prevalensi 37,1%.⁽³⁾ Di kabupaten Pandeglang untuk mengetahui prevalensi anemia pada remaja di lakukan pemeriksaan skrining anemia pada siswi kelas 7 dan 10, didapatkan hasil remaja yang mengalami anemia ringan sebanyak 776 orang, anemia sedang sebanyak 738 orang, dan anemia berat sebanyak 65 orang dari seluruh <https://ejournal.urindo.ac.id/index.php/JPPKM>

Article History :

Submitted 13 November 2024, Accepted 28 Desember 2024, Published 30 Desember 2024

jumlah siswi yang melakukan pemeriksaan HB yaitu sebanyak 1.589 orang. Prevalensi anemia pada remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Sumur pada tahun 2023 sebesar 69%, angka ini didapatkan dari hasil pemeriksaan skrining anemia pada remaja. Angka kejadian anemia pada remaja putri di MTs Mathlaul Anwar sebesar 62% dari 105 orang.⁽⁴⁾

Remaja merupakan usia produktif, menurut world health organization (WHO) rentang usia remaja 10-19 tahun.⁽⁵⁾ Anemia adalah kondisi konsentrasi hemoglobin menurun dibawah nilai normal, sehingga darah tidak mampu mengalirkan oksigen ke seluruh tubuh.⁽⁶⁾ Anemia menjadi indikator dari nutrisi dan kesehatan yang buruk.⁽⁶⁾ Pada remaja, anemia menjadi masalah yang umum terjadi dan kejadiannya tidak disadari. Remaja rentan mengalami kekurangan zat besi dan anemia disebabkan oleh perdarahan selama menstruasi, kekurangan mikronutrien, pola makan, infeksi, peradangan, pengaruh faktor biologis, masalah sosial ekonomi, pengetahuan yang rendah mengenai anemia dan penyakit kelainan darah seperti thalassemia.⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁵⁾⁽⁸⁾ Dampak anemia dapat memengaruhi remaja dalam melakukan kegiatannya. Remaja yang mengalami anemia akan terganggu perkembangan fisik dan seksualnya, tertundanya menarche, mengurangi kemampuan belajar dan bekerja, menurunnya kesehatan, pusing, dan lemas.⁽⁹⁾⁽⁶⁾⁽⁵⁾ Selain itu, remaja yang mengalami anemia akan berisiko pada masa hamil, bersalin, dan nifas. Bayi yang dilahirkan berisiko mengalami stunting.⁽¹⁰⁾

Penanganan anemia pada remaja telah dilakukan oleh pemerintah dengan memberikan tablet tambah darah.⁽¹¹⁾ Pada tahun 2018, remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah sebanyak 76,2% namun hanya sekitar 2,13% yang mengkonsumsinya.⁽¹²⁾ Target pemerintah pada tahun 2019 terdapat 30% remaja yang mengonsumsi tablet tambah darah namun secara nasional hanya 22,9% remaja yang memperolehnya.⁽¹³⁾ Salah satu alasan remaja tidak mengonsumsi tablet tambah darah karena efek samping tablet tambah darah diantaranya mual, muntah, konstipasi, diare, dan heartburn.⁽¹⁴⁾⁽¹⁵⁾

Pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian Angrainy R dkk menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe pada saat menstruasi dengan anemia.⁽¹⁶⁾ Penelitian Wahyuningsih A dkk, mengatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.⁽¹⁷⁾ Pendidikan kesehatan tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah pada remaja di MTs Mathlaul Anwar dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah.

METODE

Metode yang digunakan adalah pendidikan kesehatan dengan peserta sebanyak 56 remaja putri MTs Mathloul Anwar Sumur. Kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan selama 1 hari pada tanggal 21 Februari 2024. Tahapan pelaksanaan yaitu pertama persiapan diantaranya membuat dan mengusulkan proposal untuk diajukan ke UPPM, mempersiapkan media dan materi pendidikan kesehatan dalam bentuk video, merevisi proposal yang sudah di review oleh tim reviewer, melakukan seminar proposal. Kedua pelaksanaan diantaranya membuat materi dan media, melakukan penulisan, menilai pengetahuan responden berdasarkan hasil pre dan post test. Ketiga evaluasi diantaranya membuat laporan kegiatan pengabdian masyarakat.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Perbandingan Skor Nilai Pengetahuan Responden Tentang Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebelum dan Sesudah Pendidikan kesehatan di MTS Mathloul Anwar Sumur Tahun

2024			
Pendidikan kesehatan	Mean	Selisih	P value
Sebelum	10,62	4,23	.000
Sesudah	14,85		

Sumber: Data Primer

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan sebelum diberikannya pendidikan kesehatan sebesar 10,62 poin dan sesudah diberikannya materi menggunakan Demonstrasi sebesar 14,85 poin dengan selisih diantara keduanya sebesar 4,23 poin. Hasil uji statistik menggunakan Paired T Tes didapatkan hasil nilai p value 0,000. $p < 0,05$ artinya terdapat Perbedaan skor nilai pengetahuan tentang konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah diberikannya pendidikan kesehatan.



Gambar 1. Kegiatan Pendidikan Kesehatan Tentang Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja di MTs Mathlaul Anwar

PEMBAHASAN

Hasil pretes dan postes menunjukkan kenaikan rata-rata nilai pengetahuan remaja tentang konsumsi tablet tambah darah . Pada rata-rata nilai pretes 10,62 poin dan postes 14,85. Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa sebesar 4,23 poin. Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai konsumsi tablet tambah darah. Penelitian Munir dkk menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan. ⁽¹⁾

Rangkaian kegiatan belajar mengajar (KBM) dikenal metode mengajar demonstrasi. Metode ini digunakan bila ingin memperlihatkan bagaimana sesuatu harus terjadi dengan cara yang paling baik. Metode demonstrasi juga merupakan cara mengajar dimana seseorang struktur atau tim menunjukkan, memperlihatkan suatu proses sehingga audience dapat melihat, mengamati, mendengar, bahkan merasakan proses yang ditunjukkan. Hal ini perlu diketahui dimana metode demonstrasi ini digunakan bila ingin memperlihatkan bagaimana sesuatu harus terjadi dengan cara yang lebih baik.

Metode demonstrasi memiliki keunggulan yang membantu anak agar pembelajaran berjalan dengan efektif. Di antaranya yaitu membantu anak didik memahami dengan jelas jalannya suatu proses atau kerja suatu benda atau peristiwa. Memudahkan berbagai jenis penjelasan.

Kesalahan-kesalahan yang terjadi dari hasil ceramah dapat diperbaiki melalui pengamatan dan contoh konkrit, dengan menghadirkan objek sebenarnya.⁽²⁾

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Susilawati (2017) menunjukkan bahwa kelompok motivasi sadar dengan perlakuan video memiliki nilai signficancy ($p = 0.000$) dan hasil uji kelompok motivasi sadar dengan perlakuan demonstrasi memiliki nilai signficany ($p = 0.000$). Setelah dilakukan Uji Mann-Whitney, diperoleh angka signficancy 0.002. karena nilai $p < 0.050$ ($p = 0.002$) sehingga terdapat perbedaan yang bermakna antara motivasi sadar dengan perlakuan video dan demonstrasi. Didapatkan nilai Mean demonstrasi lebih besar dari nilai mean video ($36.00 > 25.00$) dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi lebih berpengaruh daripada video dalam motivasi sadar.

Penelitian serupa dilakukan oleh Sutiyono (2015) yang menyatakan bahwa metode demonstrasi merupakan salah satu alteratif metode pendidikan kesehatan yang efektif dalam merubah atau meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta didik. Penelitian lain yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Suparmi (2017) menunjukkan bahwa Ada perbedaan signifikan skor motivasi antara kelompok demonstrasi dan kelompok VCD setelah dilakukan eksperimen ($3,400 > 1,67$) dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi lebih efektif digunakan dalam meningkatkan motivasi praktek SADARI dibandingkan dengan metode pemutaran video SADARI.⁽²⁾

Peningkatan pengetahuan Responden yang signifikan setelah diberikan edukasi dengan metode demonstrasi menurut asumsi peneliti hal ini dikarenakan kelebihan metode demonstrasi dapat memberikan suatu keterampilan tertentu kepada kelompok sasaran, memudahkan penjelasan karena penggunaan bahasa yang mudah dimengerti dan lebih ditekankan pada praktiknya, membantu sasaran untuk memahami dengan jelas jalannya suatu proses prosedur yang dilakukan. Hal ini sesuai dengan pendapat Montessori (2015) bahwa pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi merupakan suatu proses penyampaian atau penampilan yang dicontohkan agar dapat diketahui dan dipahami oleh peserta didik secara nyata atau tiruan. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode demonstrasi dapat meningkatkan kemampuan pada responden. Karena metode ini melibatkan seluruh indra untuk menerima informasi dan diberikan secara langsung oleh pendidik (peneliti). Semakin banyak panca indra yang digunakan maka akan semakin jelas pula pengertian atau pemahaman yang diperoleh. Penggunaan metode demonstrasi dapat dilakukan apabila tersedia alat peraga. Penggunaan alat bantu atau alat peraga dimaksudkan untuk mengerahkan indra sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga memudahkan pemahaman.⁽³⁾

Hal ini sesuai dengan pendapat Aeni (2018) yaitu semakin banyak panca indra yang digunakan maka akan semakin jelas pula pengertian atau pemahaman yang diperoleh sehingga WUS mampu melakukan praktik SADARI dengan terampil. Syah (2015), metode demonstrasi adalah metode mengajar dengan cara memperagakan barang, kejadian, aturan, dan urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun menggunakan penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan atau materi yang disajikan. Salah satu kelebihan metode mengajar dengan cara tersebut dapat meningkatkan pengetahuan peserta didik termasuk dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan serta skill dari peserta didik⁽⁴⁾. Penggunaan metode demonstrasi dapat membimbing peserta didik kearah berpikir yang sama dalam satu saluran pikiran yang sama sehingga dapat mengurangi kesalahan-kesalahan bila dibandingkan hanya dengan membaca atau mendengarkan karena peserta didik mendapatkan gambaran yang jelas dari hasil pengamatannya. Menurut Astuti (2016) mengatakan untuk pelaksanaan pendidikan kesehatan kesehatan sebaiknya dilakukan dengan metode demonstrasi karena terbukti dapat meningkatkan pengetahuan.⁽⁵⁾

KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan siswa mengenai konsumsi tablet tambah darah. Saran bagi sekolah agar lebih ditingkatkan kerjasama dengan puskesmas atau pemerintah untuk penanganan anemia pada remaja khususnya di sekolah MTs Mathlaul Anwar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] World Health Organization. Anaemia in women and children [Internet]. 2021. Available from: https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children
- [2] Kusdalinah, Suryani D, Nugroho A, Yunita. Pengaruh Kombinasi Asupan Protein, Vitamin C dan Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri. Media Gizi Indones. 2023;18(The 2nd Bengkulu International Conference on Health (B-ICON 2022) 2023.18(1SP): 21–26 [https://doi.org/10.20473/mgi.v18i1SP.\):21–6](https://doi.org/10.20473/mgi.v18i1SP.):21–6).
- [3] Yoon C. 濟無No Title No Title No Title. Pap Knowl Towar a Media Hist Doc. 2014;
- [4] Puskesmas Sumur. Laporan Tahunan 2023. Pandeglang; 2023.
- [5] Gebreyesus SH, Endris BS, Beyene GT, Farah AM, Elias F, Bekele HN. Anaemia among adolescent girls in three districts in Ethiopia. BMC Public Health. 2019;19(1):1–11.
- [6] Utama F, Rahmiwati A, Arinda DF. Prevalence of Anaemia and its Risk Factors Among Adolescent Girls. 2020;25(Sicph 2019):461–3.

- [7] Gupta A, Sachdev HS, Kapil U, Prakash S, Pandey RM, Sati HC, et al. Characterisation of anaemia amongst school going adolescent girls in rural Haryana, India. *Public Health Nutr.* 2022;25(12):3499–508.
- [8] Kemenkes RI. Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. Kementrian Kesehat RI [Internet]. 2020;22. Available from: <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- [9] Ford ND, Bichha RP, Parajuli KR, Paudyal N, Joshi N, Whitehead RD, et al. Factors associated with anaemia among adolescent boys and girls 10–19 years old in Nepal. *Matern Child Nutr.* 2022;18(S1):1–14.
- [10] Rizkiana E. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Sebagai Pencegahan Stunting. *J Ilmu Kebidanan.* 2022;9(1):24–9.
- [11] Kemenkes RI. Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (wus). Jakarta: Kemenkes RI; 2016.
- [12] Imbiri SVA, Satiri S. Pengaruh Pengetahuan Remaja Putri Dengan Kejadian Anemia di Kota Serang. *J Ilmu Kesehat dan Gizi.* 2023;1(3):3–6.
- [13] Pamangin LOM. Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri. *J Promot Prev* [Internet]. 2023;6(2):311–7. Available from: <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/746/432>
- [14] Apriningsih. Anemia pada remaja putri: perspektif sosio ekologi. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press; 2023.
- [15] Oiyee S, Juma M, Konyole S, Adan F. The Influence of Antenatal Oral Iron and Folic Acid Side Effects on Supplementation Duration in Low-Resource Rural Kenya: A Cross-Sectional Study. *J Pregnancy.* 2020;2020.
- [16] Angrainy R, Fitri L, Wulandari V. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet FE Pada Saat Menstruasi Pengan Anemia. *J Endur.* 2019;4(2):343.
- [17] Wahyuningsih A, Uswatun A. Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganom. *INVOLUSI J Ilmu Kebidanan.* 2019;9(1):1–12.