

Edukasi Kesehatan Tentang Anemia dan Tablet Tambah Darah Siswi SMPN 235 Jakarta.

Devi Trianingsih^{1*}, Siti Sarah Hamidah²

¹ STIKes Pertamedika
devi.trianingsih27@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Anemia merupakan kondisi kekurangan Hb dalam darah sehingga penderita mengalami keletihan, mudah lelah, lesu dan lemah sehingga mempengaruhi produktifitas dalam kehidupan sehari-hari. Remaja putri sebagai populasi yang beresiko tinggi mengalami anemia merupakan sasaran utama kebijakan pemerintah dalam pemberian suplemen Tablet Tambah Darah (TTD). Rendahnya minat dalam mengkonsumsi TTD menyebabkan anemia masih banyak terjadi di kalangan remaja. Pengetahuan menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia dan keinginan remaja mengkonsumsi TTD. Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi adanya pengaruh edukasi kesehatan tentang anemia dan Tablet Tambah Darah (TTD) terhadap kadar Hemoglobin (Hb) siswi SMPN 235 Jakarta kelas VIII D. **Hasil:** Terdapat pengaruh edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD terhadap kadar Hb siswi kelas VIII D SMP Negeri 235 Jakarta (p value 0,000)

Kata Kunci: Edukasi; Anemia; TTD

1. Latar Belakang

Anemia merupakan suatu kondisi dalam diri seseorang yang tidak memiliki kecukupan sel darah merah dalam jumlah normal untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Komponen sel darah merah yang berperan penting dalam transport oksigen adalah hemoglobin (Hb). Anemia sendiri dapat bersifat sementara atau menetap dalam jangka panjang serta mempunyai derajat keparahan bervariasi yang ringan sampai berat. (Nasruddin dkk., 2021)

Prevalensi kejadian anemia dunia berada di sekitar angka 29,9% yang dialami oleh wanita usia subur. Angka tersebut setara dengan 500 juta wanita kelompok usia 15-49 tahun. Angka kejadian anemia di negara berkembang pada remaja putri sekitar 53,7% dari total populasi remaja putri. Prevalensi anemia di Indonesia menurut kelompok remaja usia 15-24 tahun didapatkan sekitar 32% mengalami anemia. Perbandingan angka kejadian remaja perempuan yang mengalami anemia lebih tinggi dari remaja laki-laki. (Nuraisya W, 2019; Nurbadriyah., 2019).

Anemia merupakan masalah kesehatan di masyarakat yang menyebabkan para penderita mengalami keletihan, lesu, mudah lelah sehingga hal ini berdampak terhadap produktifitas dan aktifitas sehari-hari. Anemia juga menimbulkan kerentanan bagi penderita mengalami kesakitan (Yudina, M.K. & Fayasari, 2020). Pada remaja putri yang anemia beresiko melahirkan anak/keturunan dengan permasalahan gizi di masa mendatang. Pada kasus anemia remaja putri di Indonesia berdampak terhadap prestasi belajar karena konsentrasi menurun, dan gejala ini diperberat saat penderita sedang menstruasi. (Windi., 2019)

Kejadian anemia pada remaja banyak disebabkan karena kurangnya asupan zat besi atau gangguan pada penyerapan zat besi di dalam tubuh sehingga tubuh kekurangan besi (*Iron Deficiency Anemia*) (Larasati, D. K., Mahmudiono, T., & Atmaka, 2021). Kondisi lain yang terjadi pada remaja yaitu peningkatan kebutuhan nutrisi karena kebutuhan tumbuh kembang dan adanya infeksi dari mikroorganisme karena system pertahanan tubuh yang

masih berkembang. Pada remaja putri terdapat kondisi kehilangan darah saat menstruasi sehingga mengurangi volume darah dan kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) yang mempengaruhi fisik, mental serta emosional seseorang. (Abby, S. O., Arini, F. A., Sufyan, D. L., & Ilmi, 2023)

Pemerintah mengeluarkan beberapa kebijakan terkait penanganan anemia, antara lain Program 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) serta Program suplementasi TTD pada remaja putri yang dimulai sejak 2014 (Amir, N. & Djokosujono, 2019). Program suplementasi TTD pada remaja putri berfungsi untuk memutus rantai kekurangan gizi dengan mencegah anemia. Program suplementasi TTD merupakan salah satu intervensi spesifik dalam menangani stunting sebagai komplikasi lanjut dari anemia (Novendy., Radiance, S., Fransmanto, F., & Khatimah, 2023).

Pemberian TTD pada remaja menimbulkan beberapa gejala efek samping. Manifestasi yang muncul karena efek samping TTD antara lain timbulnya mual bahkan sampai muntah, warna hitam pada tinja, dan nyeri lambung/ulu hati. Berdasarkan fenomena yang ditemukan dari hasil wawancara dengan 10 siswi kelas VIII D SMPN 235 Jakarta didapatkan data 4 orang (40%) mengatakan tidak rutin minum TTD karena lupa, tablet berbau, ada rasa mual dan muntah serta pusing setelah mengkonsumsi suplemen (Sari, 2023).

2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas edukasi kesehatan tentang anemia dan pemberian suplemen TTD terhadap kadar Hb pada siswi kelas VIII D di SMPN 235 Jakarta. Peneliti juga bermaksud mengetahui gambaran distribusi frekuensi berdasarkan usia siswi kelas VIII D di SMPN 235 Jakarta (Sahir., 2022).

3. Metode Penelitian

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan eksperimen semu yaitu penelitian memberikan perlakuan tertentu untuk menilai perubahan dari perlakuan tersebut.

3.2. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini, yaitu ada pengaruh edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD terhadap kadar Hb siswi kelas VIII D di SMP Negeri 235 Jakarta

3.3. Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh siswi kelas VIII D SMP Negeri 235 Jakarta sejumlah 17 orang. Keseluruhan dari populasi digunakan untuk sampel penelitian karena teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling.

3.3. Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan alat tes darah *portable easy touch* untuk mengetahui kadar Hb sewaktu dari masing-masing responden.

3.4. Pengumpulan Data

Pengumpulan Data dilakukan pada bulan Mei sd Juni 2023 dilakukan terhadap siswi SMP Negeri 235 Jakarta kelas VIII D. Responden diberikan edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD, setelah 30 hari dilakukan pemantauan suplemen TTD kemudian responden di ukur kadar Hb kembali.

3.5. Analisa Data

Analisa data pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap kadar Hb siswi. Peneliti melakukan uji normalitas untuk mengetahui sebaran data responden. Berdasarkan uji shapiro wilk didapatkan data responden berdistribusi normal dengan p value > 0,05. Analisa univariat digunakan untuk memberikan gambaran distribusi usia siswi serta klasifikasi anemia sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD. Pada analisa bivariat menggunakan uji dependent t test dengan mempertimbangkan sebaran data berdistribusi normal.

4. Hasil Penelitian

4.1. Analisa Univariat

Tabel 4.1.1. Distribusi frekuensi berdasarkan usia responden (n=17)

Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
13 Tahun	1	5,9
14 Tahun	11	64,7
15 Tahun	3	17,6
16 Tahun	2	11,8
	17	100

Distribusi usia responden adalah 14 tahun sebanyak 64,7%, 15 tahun sebanyak 17,6%, 16 tahun sebanyak 11,8% dan 13 tahun sebanyak 5,9%.

Tabel 4.1.2. Distribusi frekuensi klasifikasi anemia sebelum intervensi (n=17)

Klasifikasi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Anemia Berat	1	5,9
Anemia Sedang	7	41,2
Anemia Ringan	3	17,6
Normal	6	35,3
	17	100

Distribusi frekuensi untuk karakteristik responden didapatkan anemia sedang sejumlah 7 siswi (41,2%), normal sejumlah 6 siswi (35,3%), anemia ringan sejumlah 3 siswi (17,6%) dan anemia berat sejumlah 1 siswi (5,9%).

Tabel 4.1.3. Distribusi frekuensi klasifikasi anemia sesudah intervensi (n=17)

Klasifikasi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Anemia Berat	0	0
Anemia Sedang	3	17,6
Anemia Ringan	5	29,4
Normal	9	52,9
	17	100

Distribusi frekuensi klasifikasi anemia setelah diberikan edukasi kesehatan yaitu normal sejumlah 9 siswi (52,9%), anemia ringan sejumlah 5 siswi (29,4%), anemia sedang sejumlah 3 siswi (17,6%) dan tidak ada yang mengalami anemia berat (0%).

4.2. Analisa Bivariat

Tabel 4.2.1. Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Anemia dan TTD Terhadap Kadar Hb Siswi (n=17)

Variabel	Mean	SD	SE	P value
Kadar Hb				0,000
Sebelum Edukasi	10,95	1,80	0,437	
Sesudah Edukasi	12,25	1,85	0,450	

Nilai rata-rata kadar Hb sebelum edukasi 10,95 dengan SD 1,8. Rata-rata kadar Hb setelah edukasi 12,25 dengan SD 1,85. Hasil uji t didapat p value 0,000 yang bermakna ada pengaruh signifikan pelaksanaan edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD terhadap kadar Hb siswi SMP Negeri 235 Kelas VIIIID.

5. Hasil Penelitian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dari dosen dan mahasiswa STIKes Pertamedika terkait edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD di SMPN 235 Jakarta dilakukan pada bulan Mei sd Juni 2023. Kegiatan diawali dengan pengukuran kadar Hb kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang anemia dan TTD. Pemantauan konsumsi TTD dilakukan selama 30 hari, yang dilanjutkan dengan pengukuran kadar Hb pada hari terakhir.

Kejadian anemia pada remaja putri Indonesia masih ada pada rentang 32,4 – 61%. Pada hasil analisa univariate didapatkan mayoritas siswi kelas VIIIID berusia 14 tahun dengan klasifikasi anemia sedang (41,2%). Rata-rata kadar Hb mengalami peningkatan dari 10,95 mg/dl menjadi 12,25 mg/dl setelah diberikan edukasi kesehatan. Hasil ini menunjukkan adanya pengaruh edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD pada siswi kelas VIIIID.

Remaja putri merupakan salah satu kelompok rentan mengalami anemia. Pubertas yang dialami oleh remaja menimbulkan konsekuensi terhadap tingkat pertumbuhan yang sangat pesat, sehingga kebutuhan nutrisi tubuh seperti besi menjadi bertambah. Kondisi lain yang menimbulkan kerentanan remaja putri mengalami anemia

adalah adanya menstruasi dan perilaku diet untuk menjaga berat badan sehingga membatasi makanan yang dikonsumsi. Penyimpangan perilaku lainnya pada remaja adalah konsumsi jenis makanan dengan rendah nutrisi seperti makanan cepat saji, minuman berkafein dan tidak menyukai sayur ataupun buah-buahan sebagai zat yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh serta tidak patuh dalam konsumsi TTD yang sudah diberikan oleh sekolah.

Program pemberian suplemen TTD di sekolah dengan sasaran remaja putri usia 12-18 tahun sesuai dengan edaran Dirjen Kesehatan Masyarakat No HK 03.03/v/0595/2016. Pemberian suplemen TTD merupakan salah satu cara yang paling cepat dan efisien dalam menangani kejadian anemia pada remaja. Banyak faktor yang menyebabkan rendahnya kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi TTD, salah satunya yang paling sering diteliti adalah pengetahuan tentang anemia dan TTD. Variabel pengetahuan ini memiliki dua makna, apabila pengetahuan remaja rendah tentang anemia dan TTD maka kepatuhan dalam konsumsi TTD juga rendah. Makna lainnya adalah terdapat faktor lain yang harus ditelaah selain faktor pengetahuan sehingga menyebabkan keinginan remaja putri rendah untuk konsumsi TTD.

Peningkatan pengetahuan tentang anemia dan TTD dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan. Remaja diberikan informasi tentang definisi anemia, tanda dan gejala, penyebab dan penatalaksanaan. Edukasi dilanjutkan dengan penjelasan mengenai manfaat suplementasi TTD serta bagaimana strategi agar TTD dapat dikonsumsi secara rutin. Pemberian edukasi kesehatan tentang anemia dan TTD dibuktikan berpengaruh terhadap kadar Hb siswi Kelas VIIID SMPN 235 Jakarta.

6. Kesimpulan

Kejadian anemia pada remaja putri (siswi SMP) masih banyak dialami dengan mayoritas disebabkan karena kurangnya intake besi dalam kandungan makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Pemberian pengetahuan tentang anemia dan TTD dibuktikan dapat mempengaruhi kadar Hb

siswi (p value 0,000). Munculnya gejala yang menyertai konsumsi TTD dapat ditangani dengan salah satunya diberikan pemahaman mengenai anemia, gejala, dampak, komplikasi serta bagaimana cara mengkonsumsi TTD dan mengatasi efek samping.

7. Referensi

- Abby, S. O., Arini, F. A., Sufyan, D. L., & Ilmi, I. M. B. (2023). The Relationship between the Compliance of TTD Consumption, Nutrition Intake, and Nutrition Status on the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMPN 1 Gunungsari. *Amerta Nutrition*, 7(2sp), 213–223.
- Amir, N. & Djokosujono, K. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2), 119 – 129.
- Larasati, D. K., Mahmudiono, T., & Atmaka, D. R. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi. *Literature Review. Media Gizi Kesmas*, 12(1), 298 – 306. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/mgk.v10i2.2021.298-306>
- Nasruddin dkk. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364.
- Novendy., Radiance, S., Fransmanto, F., & Khatimah, G. K. (2023). Pemberian Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Serina Abdimas*, 1(2), 941 – 946.
- Nuraisya W, dkk. (2019). *Efektifitas Pemberian TTD Melalui Program Gelang MIA Terhadap Tingkat Anemia Remaja*. Media Nusa Creative.
- Nurbadriyah. (2019). *Anemia Defisiensi Besi*. CV Budi Utama.
- Sahir. (2022). *Metodologi Penelitian*. KBM Indonesia.
- Sari, N. (2023). Implementasi Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Ibu Hamil Dengan Kadar Hemoglobin (Hb) Rendah Untuk Mencegah Stunting. *JERUMI : Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 1(2), 611 – 616.

Windi. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*.
Wineke Media.

di Jakarta Timur. *JIKA : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(3),
147–158. <https://doi.org/DOI> :

Yudina, M.K. & Fayasari, A. (2020). Evaluasi Program
Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri

<https://doi.org/10.36590/jika.v2i3.56>