

## Penyuluhan Pemanfaatan Tablet Tambah Darah Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Stunting Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Nalumsari

Yuni Nor'Aini<sup>1\*</sup>, Ummu Lathifah<sup>2</sup>

Universitas Al Hikmah Jepara, Program Studi Kebidanan

Emil\* : [yunigandy@gmail.com](mailto:yunigandy@gmail.com)

### ABSTRAK

Cakupan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri (12-18 tahun) sebanyak 76,2 persen dan yang tidak konsumsi TTD sebanyak 23,8%, yang mendapatkan tablet tambah darah di sekolah sebanyak 80,9% dan yang tidak mendapatkan TTD di sekolah sebanyak 19,1%, konsumsi TTD selama setahun <52 butir sebanyak 98,6% dan yang konsumsi > 52 butir selama setahun sebanyak 1,4%. Pada tahun 2018, terdapat 32% remaja usia 15-24 tahun di Indonesia yang mengalami anemia. Hal ini berarti bahwa terdapat kurang lebih 7.5 juta remaja Indonesia yang berisiko untuk mengalami hambatan dalam tumbuh kembang, kemampuan kognitif dan rentan terhadap penyakit infeksi. Stunting dapat berawal dari kandungan. Permasalahan yang dihadapi mitra saat ini antara lain masih kurangnya pengetahuan remaja Putri mengenai Tablet Tambah Darah maka dinilai perlu memberikan penyuluhan untuk memberikan pengetahuan kepada remaja putri sebagai deteksi dini pencegahan stunting. Sasaran adalah remaja putri SMP N 1 NALUMSARI. Hasil yang diperoleh adalah siswi mampu memahami tentang Pemanfaatan tablet tambah darah sebagai deteksi dini pencegahan stunting. Disarankan kepada petugas kesehatan khususnya di Puskesmas agar lebih memberikan penyuluhan tentang tablet Tambah Darah pada remaja putri sebelum memberikan tablet tambah darah dilakukan secara berkala, sehingga siswi mendapatkan informasi tentang Tablet Tambah Darah dan mau mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan.

**Kata Kunci :** Tablet Tambah Darah, Remaja Putri, Stunting

### ABSTRACT

*Coverage of iron supplement consumption in young women (12-18 years) was 76.2 percent and those who did not consume iron tablets were 23.8%, who received iron tablets at school were 80.9% and those who did not receive iron supplements at school as much as 19.1%, consumption of iron tablets for a year <52 items was 98.6% and consumption of > 52 items during a year was 1.4%. In 2018, there were 32% of youth aged 15-24 in Indonesia who experienced anemia. This means that there are approximately 7.5 million Indonesian youth who are at risk of experiencing obstacles in growth and development, cognitive abilities and are vulnerable to infectious diseases. Stunting can start from the womb. The problems faced by the partners at this time include the lack of knowledge of young women regarding Blood Supplement Tablets, so it is considered necessary to provide counseling to provide knowledge to young women as early detection of stunting prevention. The target is young women at SMP N 1 NALUMSARI. The results obtained were that students were able to understand the use of blood supplement tablet as an early detection of stunting prevention. It is suggested to health workers, especially at the health center, to provide more counseling about blood supplement tablets to young women before giving blood supplement tablets to be carried out regularly, so that students get information about the blood supplement table and want to consume the blood supplement tablets given.*

**Keywords:** Anemia, Adolescents, Iron

## PENDAHULUAN

Usia anak adalah usia emas yang nantinya akan menjadi bibit untuk menentukan masa depan suatu bangsa. Anak merupakan bibit bagi bangsa yang artinya, kualitas suatu SDM generasi muda harus mulai diperhatikan sejak usia anak-anak. Dewasa ini telah banyak masalah yang muncul pada anak usia Sekolah Dasar (SD), yaitu terhambatnya pertumbuhan, menurunnya kecerdasan, menurunnya daya tahan tubuh (Almatsier, 2010). Kesehatan seorang anak yang mencakup kesehatan badan, rohani dan sosial, bukan hanya berkaitan dengan penyakit dan kelemahan, tetapi juga berkaitan dengan perkembangan fisik, intelektual dan emosional (Adriani & Wirjatmadi, 2012).

Tablet Tambah Darah (TTD) adalah suplemen makanan yang mengandung zat besi dan folat. Zat besi adalah mineral yang banyak terkandung di dalam makanan secara alami, atau ditambahkan ke dalam beberapa produk makanan. Zat besi berperan penting dalam pembuatan sel darah merah yang mengangkut oksigen dari paru-paru ke jaringan. Selain itu, juga diperlukan untuk pertumbuhan, perkembangan, dan fungsi normal sel. (Kemenkes, 2015).

Cakupan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri (12-18 tahun) sebanyak 76,2 persen dan yang tidak konsumsi TTD sebanyak 23,8%, yang mendapatkan tablet tambah darah di sekolah sebanyak 80,9% dan yang tidak mendapatkan TTD di sekolah sebanyak 19,1%, konsumsi TTD selama setahun <52 butir sebanyak 98,6% dan yang konsumsi > 52 butir selama setahun sebanyak 1,4%. (Riskesdas, 2018).

Pada tahun 2018, terdapat 32% remaja usia 15-24 tahun di Indonesia yang mengalami anemia. Hal ini berarti bahwa terdapat kurang lebih 7.5 juta remaja Indonesia yang berisiko untuk mengalami hambatan dalam tumbuh kembang, kemampuan kognitif dan rentan terhadap penyakit infeksi. Kebutuhan zat besi pada remaja putri meningkat karena mengalami pertumbuhan yang pesat pada masa pubertas. Anemia pada remaja putri dapat menurunkan daya tahan tubuh, kebugaran, dan prestasi belajar. Selain itu, tidak hanya memengaruhi kehidupannya dalam jangka pendek, namun berpengaruh pada jangka panjang yaitu kehamilan nantinya. Remaja putri merupakan calon ibu yang dapat meningkatkan risiko Pertumbuhan Janin Terhambat (PJT), prematur, BBLR, stunting dan gangguan neurokognitif (Kemenkes, 2016).

Program pencegahan dan penanggulangan Stunting pada remaja putri oleh Kementerian Kesehatan dimasukkan ke dalam Rencana Strategis (Renstra) 2015- 2019 dengan target pemberian TTD (tablet tambah darah) pada remaja putri sebesar 30%. Pada pedoman program pencegahan dan penanggulangan anemia diharapkan nantinya pada remaja putri dapat tumbuh dan berkembang menjadi calon ibu yang sehat serta melahirkan bayi sehat. Pemberian TTD pada remaja putri mengandung minimal 60 mg zat besi dan 400 mcg asam folat. Untuk remaja putri TTD diminum dalam waktu seminggu satu kali dan saat menstruasi sepuluh hari berturut-turut. (Kemenkes, 2016).

Stunting dapat berawal dari kandungan. Kondisi gizi remaja, sampai hamil akan menentukan pertumbuhan janin. remaja yang kekurangan gizi akan berisiko pada kehamilannya sehingga dapat melahirkan bayi dengan berat lahir rendah, dan ini merupakan penyebab utama stunting. Sosialisasi untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri salah satunya dapat dilakukan penyuluhan di sekolah SMP dan SMA. Kepatuhan konsumsi TTD di sekolah dilakukan dengan minum tablet FE di sekolah seminggu sekali dan dilakukan pengawasan oleh guru. Serta melakukan pencatatan setelah minum TTD. Sehingga dapat tercapai tujuan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri untuk menurunkan prevalensi anemia di Indonesia.

Berdasarkan Riskesdas Tahun 2018 cakupan TTD yang diperoleh ratri adalah 76,2%, dan 80,9% nya mendapatkan dari sekolah. Kemenkes RI, Dirjen Kesmas, mengeluarkan surat edaran nomor HK 03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Dengan sasaran anak usia 12-18 tahun yang diberikan melalui institusi pendidikan dan wanita usia subur (WUS) usia 15-49 tahun di institusi tempat kerja.

Pemberian TTD dengan komposisi terdiri dari 60 mg zat besi elemental (dalam bentuk sediaan Ferro Sulfat, Ferro Fumarat atau Ferro Glukonat) dan 0.4 mg asam folat. Pelaksanaan pemberian TTD sebelumnya adalah 1 (satu) tablet per minggu dan pada masa haid diberikan 1 (satu) tablet per hari selama 10 (sepuluh) hari, tetapi pertemuan para pakar memberi rekomendasi pemberian TTD diubah supaya lebih efektif dan mudah pelaksanaannya. Pelaksanaan pemberian TTD menurut SE Kemenkes adalah (1) Cara pemberian dengan dosis 1 (satu) tablet per minggu sepanjang tahun, (2) Pemberian TTD dilakukan untuk remaja putri usia 12-18 tahun, (3) Pemberian TTD pada ratri melalui UKS/M di institusi pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) dengan menentukan hari minum TTD bersama setiap minggunya sesuai kesepakatan di wilayah masing-masing. (4) Pemberian TTD pada WUS di tempat kerja menggunakan TTD yang disediakan oleh institusi tempat kerja atau secara mandiri (Dinkes Jepara. 2022).

Oleh karena itu penting kiranya masalah konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja dapat menjadi deteksi dini pencegahan stunting. Salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat, maka kami dosen Universitas AlHikmah Jepara Prodi D3 Kebidanan menyelenggarakan kegiatan penyuluhan Pemanfaatan Tablet Tambah Darah Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Stunting Pada Remaja Putri Di SMP N 1 NALUMSARI.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 22 Juni tahun 2022 bertempat di SMP N 1 NALUMSARI. Bentuk kegiatan dengan memberikan penyuluhan Pemanfaatan Tablet Tambah Darah Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Stunting Pada Remaja Putri Di SMP N 1 NALUMSARI. Pelaksanaan pengabdian masyarakat melakukan persiapan yang terdiri dari :

1. Melakukan persuratan ke puskesmas, pemerintah desa, kepala sekolah SMP N 1 NALUMSARI dan Remaja Putri
2. Menyiapkan surat tugas, Berita acara dan surat telah selesai melakukan pengabdian masyarakat yang dibantu tim LPPM
3. Koordinasi dengan kepala Puskesmas Nalumsari Kecamatan Nalumsari Kabupaten Jepara
4. Koordinasi dengan Kepala Desa Nalumsari Kecamatan Nalumsari Kabupaten Jepara
5. Koordinasi dengan kepala sekolah SMP N I Nalumsari

Sebelum pelaksanaan penyuluhan Pemanfaatan Tablet Tambah Darah, siswa mengisi daftar hadir dan melakukan pretest (menggali pemahaman siswa tentang Tablet Tambah Darah). Selanjutnya melakukan kegiatan penyuluhan Pemanfaatan Tablet Tambah Darah melalui ceramah dan pembagian leaflet dan materi Power point. Metode ini dimaksudkan untuk memudahkan siswa yaitu siswa SMP N 1 NALUMSARI dalam memahami materi yang disampaikan. Selanjutnya monitoring dan evaluasi melalui metode diskusi dengan tujuan agar siswa lebih terlibat dalam mengembangkan ilmunya. Materi yang disajikan didiskusikan bersama (knowledge exchange) sehingga siswa paham akan materi yang telah dipaparkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan bahaya anemia dilaksanakan di SMP N 1 NALUMSARI dengan jumlah partisipan dalam kegiatan ini sebanyak 40 orang remaja putri. Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan :



Kegiatan penyuluhan ini bertujuan agar siswi memahami tentang pemanfaatan tablet tambah darah. Pada pengabdian masyarakat ini dilakukan pendidikan kesehatan kepada remaja putri mengenai bahaya anemia. Kegiatan penyuluhan berlangsung kurang lebih 30 menit dan terlaksana dengan tertib dan lancar serta mendapat antusias yang baik dari peserta, maupun pihak sekolah. Kegiatannya adalah melakukan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan tentang bahaya anemia pada remaja putri meliputi definisi, alasan kenapa remaja putri perlu mengkomsumsi Tablet Tambah Darah, Manfaat Tablet Tambah Darah, Dosis Pemberian Tablet Tambah Darah, Cara Mengkomsumsi, Gejala Setelah mengkomsumsi Tablet Tambah Darah dan Cara Penyimpanan. Siswi cukup memahami dan sangat antusias dalam kegiatan ini, beberapa siswi bertanya khususnya tentang Tablet Tambah Darah. Pada akhir evaluasi dilakukan sesi tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswi tentang bahaya anemia.

## KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh remaja putri mengikuti kegiatan berjalan dengan baik. Remaja Putri yang hadir antusias dalam membaca Lifleat dan memperhatikan power point yang ditampilkan dan bertanya. Kegiatan ini memberikan pengalaman yang baik kepada para Remaja Putri untuk lebih mengetahui pemanfaatan Tablet Tambah Darah sebagai deteksi dini pencegahan stunting.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Almatsier. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia
- Arisman. 2012. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Angrainy, R, Fitri, L, Wulandari, V. (2019). *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet FE Pada Saat Menstruasi Pangan Anemia. Jurnal Enduranc:Kajian Ilmiah Problem Kesehatan*. Vol.4 No.2
- Amir, N, Djokosujono, K,. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Indonesia*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan. Vol.15 No.2
- Aulia, G. Y., Udiyono, A., Saraswati, L. D., Adi, M. S., Epidemiologi, B., & Masyarakat, F. K. (2017). *Gambaran Status Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Pegunungan dan Pesisir Pantai*. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal). Vol.5 No.1
- Kholid, 2012. *Promosi Kesehatan dengan Pendekatan Teori, Perilaku, Media dan Aplikasinya*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Lestari, L, Widodo, Mulyani, S,. (2015). *Pengetahuan Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA 2 Banguntapan Bantul*. Journal Ners and Midwifery Indonesia. Vol. 3 No. 3
- Putra, K, A, Munir, Z, Siam, W, N. (2020). *Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia (Hb) Pda Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapanan Kabupaten Bandowoso*. Jurnal Keperawatan Profesional. Vol.8 No.1
- Putri, K, M,. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Paal Merah 1 Kota Jambi*. Jurnal Scientia. Vol.7 No.1
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2018. Jakarta : *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI*
- Kementrian Kesehatan RI. 2015. "*Pedoman Pelaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*". Jakarta: Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. *Juknis Pemberian TTD pada Remaja Putri* . Jakarta : Ditjen Kesehatan Masyarakat
- Suparmi, Wahyuningsih, I, R,. (2020). *Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Pentingnya Minum Tablet Fe saat Menstruasi di SMA BK 03 Juwangi*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol.4 No.1
- Sara, W, A. 2017. *Pengetahuan Remaja Tentang Manfaat Tablet Fe Pada Saat Menstruasi di SMAN 1 Sampara*. Kabupaten Konowe