

## Sosialisasi Dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Remaja Putri Smp Muhammadiyah 3 Banyuwangi

Anung Kustriyani<sup>a\*</sup>, Dita Amanda Deviani<sup>b</sup>, Azmi Prasati<sup>c</sup>

<sup>a,b,c</sup> STIKES Banyuwangi, Banyuwangi, Indonesia

Email\*: [AKustriyani@gmail.com](mailto:AKustriyani@gmail.com)

### Article History

Received: 11-03-2023

Revised: 28-03-2023

Accepted: 07-04-2023

### Kata kunci:

Anemia, Remaja Putri,  
Tablet Tambah Darah,

### Keywords:

Anemia, Blood  
Supplement Tablets,  
Female student,

**Abstrak: Latar Belakang:** Anemia merupakan salah satu kondisi yang dapat menyebabkan gangguan pada remaja putri. Remaja putri dapat mengalami anemia akibat menstruasi. Untuk mencegah kejadian anemia pada remaja putri, salah satu hal yang dapat dilakukan adalah mengkonsumsi Tablet Tambah Darah. Tablet Tambah Darah yang dianjurkan Pemerintah mengandung zat besi 60 mg dan asam folat 0,4 mg. Konsumsi Tablet Tambah Darah rutin satu kali seminggu selama 52 minggu. **Tujuan:** Untuk memberikan pengetahuan dan pemberian serta pendampingan minum Tablet Tambah Darah. **Metode:** Pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan melakukan survei pendahuluan untuk mengetahui permasalahan mitra. Selain itu dilakukan pemutaran video, sosialisasi, pemberian dan pendampingan minum Tablet Tambah Darah. **Hasil:** Semua siswi dapat mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan antusias hingga akhir. Ada beberapa pertanyaan yang disampaikan kepada pemateri saat diskusi. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang manfaat dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah sebesar 82%. Seluruh peserta (100%) telah meminum Tablet Tambah Darah. **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan penjelasan dan pemutaran video edukasi mampu meningkatkan pengetahuan dan motivasi remaja terhindar dari anemia dengan mengkomsumsi tablet tambah darah (TTD).

**Abstract: Background:** Anemia is a condition that can cause disturbances in young women. Young women can experience anemia due to menstruation. To prevent the occurrence of anemia in young women, one thing that can be done is to consume Blood Supplement Tablets. The Government's recommended Blood Supplement tablets contain 60 mg of iron and 0.4 mg of folic acid. Consumption of Iron Blood Tablets regularly once a week for 52 weeks. **Purpose:** To provide knowledge and provision and assistance in taking Blood Supplement Tablets. **Method:** Community service begins with conducting a preliminary survey to find out partner problems. Apart from that, video screenings, outreach, giving and accompanying taking Blood Supplement Tablets were carried out. **Result:** All female students can participate in community service activities with enthusiasm until the end. There were several questions asked to the speaker during the discussion. There was an increase in the participants' knowledge about the benefits and importance of consuming iron tablets by 82%. All participants (100%) had taken Blood Supplement Tablets. **Conclusion:** Community service activities with explanations and educational video screenings can increase the knowledge and motivation of adolescents to avoid anemia by taking Blood Supplement Tablets.

## PENDAHULUAN

Anemia adalah penurunan jumlah sel darah merah atau penurunan kadar Hemoglobin di dalam darah. Anemia dapat terjadi akibat hilangnya darah salah satunya saat menstruasi (Alldredge et al., 2013). Prevalensi Anemia di Indonesia tahun 2018 pada remaja putri sebesar 32%. Jumlah Anemia di Puskesmas Kelir Kabupaten Banyuwangi tercatat sebesar 65,33%. Berdasarkan hal tersebut maka Dinas Kesehatan Banyuwangi bekerjasama dengan PKK Kabupaten Banyuwangi membentuk kader "si jari merah" (Generasi remaja putri merdeka dari kurang darah). Hal tersebut dilakukan sebagai upaya untuk menurunkan jumlah kejadian Anemia dan mengatasi masalah kesehatan gizi anak dibawah 2 tahun (Dinkes Banyuwangi, 2021).

Kekurangan asam folat dan Vitamin B12 dapat menyebabkan pematangan sel darah merah terganggu (Chisholm-Burns et al., 2016). Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan gejal lemah, lelah, lesu, lelah, lalai, sakit kepala, pusing, dan sulit berkonsentrasi. Hal tersebut dapat membawa dampak negatif pada remaja putri terutama menurunkan prestasi belajar di sekolah (Kemenkes, 2018). Upaya pencegahan Anemia dapat dilakukan dengan cara mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi. Namun hal ini belum tentu bisa dilaksanakan oleh remaja putri. Upaya lain yaitu dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Keuntungan pemberian TTD adalah praktis dalam penggunaan dan dosis yang diperlukan sesuai kebutuhan (Kemenkes, 2020).

TTD yang diberikan pada remaja putri terdiri dari 60 mg elemental iron dan 400 mcg asam folat (Kemenkes, 2020). TTD dapat diberikan satu kali seminggu selama 52 minggu. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, remaja putri

usia 10-19 tahun yang pernah mendapat TTD sejumlah 29,7%. Remaja putri dapat memperoleh TTD dari sekolah sejumlah 83,7%. Namun jumlah remaja putri yang mengkonsumsi TTD < 52 tablet masih tinggi yaitu 98%. Alasan tidak mengkonsumsi TTD yaitu lupa, rasa dan bau tidak enak, muncul efek samping, dan merasa tidak membutuhkan TTD (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Latar belakang diatas menyebutkan bahwa penggunaan TTD pada remaja putri perlu dilakukan peningkatan. Remaja putri dapat diberi pengetahuan kembali dan pendampingan ketika mengkonsumsi TTD. Dengan demikian, Dosen dan mahasiswa dari Program Studi D3 Farmasi STIKes Banyuwangi mengadakan pengabdian masyarakat mengenai sosialisasi dan pemberian serta pendampingan minum obat TTD. Sasaran pada kegiatan ini adalah siswi SMP Muhammadiyah 3 Kabupaten Banyuwangi. Survei pendahuluan yang dilakukan diperoleh hasil bahwa dari total 47 siswi, sebagian besar tidak mengetahui tentang TTD dan manfaatnya walaupun siswi tersebut sudah pernah mendapatkan dari sekolah.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan sosialisasi tentang Anemia dan TTD serta melakukan pendampingan minum TTD. Manfaatnya agar siswi-siswi tersebut dapat mengkonsumsi TTD secara mandiri dengan membeli TTD di Apotek. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat juga sebagai bentuk integrasi dengan mata kuliah Ilmu Kesehatan Masyarakat (IKM) dan Promosi Kesehatan.

## METODE

Pada kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilakukan selama 1 bulan oleh Dosen dan mahasiswa Prodi D3 Farmasi STIKes Banyuwangi dengan judul Sosialisasi dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di SMP Muhammadiyah 3

Banyuwangi terdapat beberapa metode yaitu :

1. Survei

Survei adalah salah satu jenis penelitian deskriptif yang dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi melalui wawancara atau angket (Hardani dkk., 2020). Survei dilakukan untuk mendapatkan gambaran pengetahuan siswi mengenai TTD. Survei dilakukan dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada siswi.

2. Pemutaran video TTD

Video merupakan salah satu media yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran berupa gambar bergerak disertai suara (Baktiono, 2020). Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dimulai dengan pemutaran video mengenai Anemia dan TTD.

3. Sosialisasi

Sosialisasi dilakukan dengan memberikan materi dengan judul "Tablet Tambah Darah (TTD) Untuk Remaja Putri" oleh Dosen D3 Farmasi STIKes Banyuwangi. Materi yang disampaikan meliputi definisi Anemia, gejala Anemia, penyebab Anemia, dan Tablet Tambah Darah (TTD).

4. Pemberian dan pendampingan minum TTD

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat juga dibagikan TTD kepada siswi. Mahasiswa melakukan pendampingan minum TTD ke setiap siswi masing-masing sejumlah 1 tablet.

## HASIL

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat di SMP Muhammadiyah 3 Kabupaten Banyuwangi sebagai berikut:

1. Survei

Hasil survei pendahuluan yang dilakukan kepada 47 siswi SMP Muhammadiyah 3 Kabupaten

Banyuwangi, dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1.** Hasil Survei Pengetahuan TTD

No.	Pertanyaan	Benar	Salah
1	Pengertian TTD	6	41
2	Manfaat TTD	3	44
3	Aturan pakai TTD pada remaja putri	41	6
4	Cara konsumsi TTD	23	24
5	Cara memperoleh TTD: Apotek = 22 siswi Sekolah = 25 siswi		

Survei yang disebarluaskan ke siswi-siswi terdiri dari 5 pertanyaan. Pada pertanyaan 1 dan 2 sejumlah masing-masing 6 siswi dan 3 siswi menjawab benar. Pertanyaan 3 sejumlah 41 siswi menjawab benar. Pertanyaan 4 sejumlah 23 siswi menjawab benar dan 24 siswi menjawab salah. Pertanyaan 5 mengenai cara memperoleh TTD. Siswi-siswi memperoleh TTD dari Apotek sejumlah 22 siswi dan dari sekolah sejumlah 25 siswi.

2. Pemutaran video TTD

Video TTD diperoleh dari website Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (<https://youtu.be/Oz68Kn2VdNE>).

Durasi video yang ditayangkan adalah 5 menit 22 detik. Informasi yang didapatkan yaitu prevalensi Anemia di Indonesia, fungsi sel darah merah, akibat Anemia pada remaja putri, cara mencegah Anemia, kandungan TTD, alasan konsumsi remaja putri minum TTD, manfaat konsumsi TTD, cara konsumsi TTD, efek samping TTD, dan cara memperoleh TTD. Pemutaran video sebelum pemberian materi akan menarik perhatian dan minat siswi-siswi.

3. Sosialisasi

Sosialisasi dilakukan oleh Dosen Prodi D3 Farmasi STIKes Banyuwangi dengan menyampaikan materi melalui

presentasi. Pada saat presentasi, pemateri mengajukan beberapa pertanyaan. Kegiatan sosialisasi diakhiri dengan diskusi dan tanya jawab. Siswi diberikan kesempatan bertanya terkait materi yang disampaikan meliputi bahaya anemia, akibat jika konsumsi TTD lebih dari 1 tablet sehari, dan pertanyaan lain terkait menstruasi.



**Gambar 1.** Sosialisasi Tablet Tambah Darah Untuk Remaja Putri

4. Pemberian dan pendampingan minum TTD

Kegiatan lain yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat adalah memberikan TTD ke masing-masing siswi. Setiap siswi mendapat 1 TTD. Selain TTD, juga telah disediakan air mineral dan makanan ringan. Hal tersebut bertujuan untuk menghindari efek samping mual akibat konsumsi TTD. Mahasiswa D3 Farmasi melakukan pendampingan kepada setiap siswi saat mengkonsumsi TTD. Mahasiswa memastikan bahwa setiap siswi telah mengkonsumsi TTD yang telah diberikan.



**Gambar 2.** Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)

## PEMBAHASAN

Anemia ditandai dengan kadar Hemoglobin  $< 12$  g/dL pada wanita. Klasifikasi Anemia berdasarkan patofisiologisnya adalah hilangnya darah akibat menstruasi. Menstruasi mempunyai peranan dalam metabolisme zat besi. Volume darah yang hilang selama menstruasi diketahui sejumlah 50 mL. Namun jumlah tersebut dapat menjadi 5 kali lebih besar pada beberapa orang (Papadakis & McPhee., 2016). Untuk menjaga kecukupan zat besi maka diperlukan makanan kaya zat besi. Zat besi total yang diserap tubuh meningkat sejumlah 1-2 mg/hari pada saat menstruasi. Namun makanan yang dikonsumsi sering kali tidak bisa memenuhi kecukupan zat besi yang diperlukan. Untuk itulah diperlukan tambahan zat besi dari sumber yang lain misalnya TTD (Katzung & Trevor, 2015).

Dampak buruk dapat terjadi akibat Anemia. Dampak tersebut dapat terjadi secara langsung berupa penurunan prestasi belajar siswi di sekolah (Kemenkes, 2020). Dampak tidak langsung atau jangka panjang juga akan dialami yaitu masalah kesehatan dan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan akibat calon ibu tidak mempersiapkan gizi yang baik selama kehamilan termasuk remaja putri. Target pemerintah untuk pencapaian pemberian TTD secara mandiri adalah 90% (Kemenkes RI, 2018).

Jenis TTD yang beredar di masyarakat bervariasi. Tidak semua TTD dapat dikonsumsi oleh remaja putri. Beberapa TTD yang ada di Apotek diperuntukkan untuk masyarakat yang mengalami anemia dan ibu hamil. Kandungan bahan aktif obat TTD akan berbeda untuk setiap kondisi pasien. TTD program yang diberikan oleh Pemerintah mengandung zat besi (Fe) 60 mg dan asam folat 0,4 mg (Kemenkes RI, 2018). Untuk itu diperlukan informasi kepada siswi

SMP Muhammadiyah 3 Kabupaten Banyuwangi terkait TTD yang dapat dibeli mandiri di Apotek. Tujuannya agar mereka dapat secara rutin mengkonsumsi TTD seminggu sekali selama 52 minggu sehingga manfaat pemberian TTD dapat dirasakan.

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi sosialisasi dan pemberian serta pendampingan minum TTD. Metode yang digunakan sudah sesuai dengan permasalahan yang dialami mitra. Hal ini diketahui dari hasil survei pendahuluan. Siswi SMP Muhammadiyah 3 pernah mendapatkan TTD namun tidak mengetahui mengenai TTD dan manfaatnya sehingga keberlanjutan konsumsi TTD terhenti. Mitra juga turut aktif dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Prodi D3 Farmasi STIKes Banyuwangi. Mitra memberikan fasilitas ruang pertemuan untuk pelaksanaan kegiatan dan mewajibkan kehadiran semua siswi.

Kegiatan lanjutan yang dapat dilakukan adalah pemeriksaan kesehatan siswi untuk mengetahui kadar Hemoglobin. Selain itu dapat dilakukan donasi pemberian TTD untuk kebutuhan 52 minggu yang diberikan kepada pihak sekolah. Pihak sekolah dapat melakukan pemantauan minum TTD. Siswi yang telah mengkonsumsi TTD akan diberi kartu catatan. Siswi juga dapat mendownload aplikasi CERIA (Cegah Anemia Remaja Indonesia) dan melakukan pengisian jika telah mengkonsumsi TTD. Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah publikasi artikel. Selain itu dapat menjadi tambahan referensi pada mata kuliah Ilmu Kesehatan Masyarakat (IKM) dan Promosi Kesehatan mengenai media yang dapat digunakan dalam melakukan promosi kesehatan kepada masyarakat (Wardani, E. K., & Asih, F. R., 2022).

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa D3 Farmasi STIKes Banyuwangi di SMP Muhammadiyah 3 Kabupaten Banyuwangi berjalan dengan baik. Semua siswi dapat mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. TTD yang diberikan dapat diminum oleh semua siswi. Selain itu dalam kegiatan ini mengajarkan kepada mahasiswa D3 Farmasi STIKes Banyuwangi mengenai media yang digunakan dalam promosi kesehatan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 3 Kabupaten Banyuwangi yang telah memberikan kesempatan, kepada ketua prodi dan tim pengabdi prodi D3 Farmasi STIKes Banyuwangi untuk dapat melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aldredge, B.K., Corelli, R.L., Ernst, M.E., Guglielmo, B.J., Jacobson, P.A., Kradjan, W.A., Williams, B.R. 2013. Koda-Kimble & Young's Applied Therapeutics The Clinical Use Of Drugs 10th ed. Wolters Kluwer Inc. Philadelphia.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019. Laporan Nasional Hasil Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI.
- Baktiono, T.E. 2020. Pemanfaatan Video Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. Available at <https://ayoguruberbagi.kemdikbud.go.id/>. (verified 10 Maret 2023).
- Chisholm-Burns, M.A., Schwinghammer, T.L., Wells, B.G., Malone, P.M., Kolesar, J.M., Dipiro, J.T. 2019. Pharmacotherapy Principles and Practice 5th ed. McGraw-Hill Inc. hal.993.

Dinkes Banyuwangi. 2021. Launching Pembentukan Kader Remaja Putri (Si Jari Merah). Available at <https://dinkes.banyuwangikab.go.id>. (verified 10 Maret 2023).

Hardani, A., Auliya, N.H., Fardani, R.A., Ustiawaty, J., Utami, E.F., Sukmana, D.J., Istiqomah, R.R. 2020. Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu Group.

Katzung, B.G. & A.J., Trevor. 2015. Basic and Clinical Pharmacology 13th ed. Mc Graw Hill Education. New York.

Kemenkes RI. 2018. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Kementerian Kesehatan RI.

Papadakis, M.A. & McPhee, S.J. 2016. Current Medical Diagnosis & Treatment 55th ed. Mc Graw Hill Education. New York.

Wardani, E. K., & Asih, F. R. (2022). Mewujudkan Reproductive Health Awareness pada Remaja melalui Edukasi Kesehatan Reproduksi. Journal of Health Innovation and Community Service, 1(1), 25–30. <https://doi.org/10.54832/jhics.v1i1.12>