

## Masyarakat Maju

### Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kepada Masyarakat

Jurnal Pengabdian Masyarakat dalam Kesehatan or also known as JPPKM is a peer-reviewed open access scientific journal published by Institute Kesehatan Mitra Bunda

Volume. 3, No. 1. Hal. 8-14, Februari -Juni 2023

## PENYULUHAN TABLET FE PADA REMAJA PUTRI SMK TERPADU PUTRA JAYA BATAM

Indonesian title (Cambria; 16pt; capitalized at the beginning of each word;  
maximum 12 words; font color Olive Green)

### **Mona Rahayu Putri**

*Mitra Bunda Health Institute, Batam, Indonesia*

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

### **HUZAIMA**

*Mitra Bunda Health Institute, Batam, Indonesia*

*Corresponding Author Email: [huzaima.imha@gmail.com](mailto:huzaima.imha@gmail.com)*

### **CATUR YULINAWATI**

*Mitra Bunda Health Institute, Batam, Indonesia*

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

### **Rofiqo Larasati Philip**

*Mitra Bunda Health Institute, Batam, Indonesia*

*Email: [rofiqolarasati03@gmail.com](mailto:rofiqolarasati03@gmail.com)*

### **Sri Dewi Haryati**

*Mitra Bunda Health Institute, Batam, Indonesia*

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

### **Heroyanto**

*Mitra Bunda Health Institute, Batam, Indonesia*

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

### **Article History**

Accepted: 31 April 2023

Revisi. : 23 Mei 2023

Approved: 23 Juni 2023

### **Abstrak**

Adolescent girls are especially prone to anemia because they lose a lot of blood during menstruation, young women who are entering puberty experience rapid growth so that the need for iron also increases and diets are sometimes wrong among young women which causes anemia. This community service aims to provide an understanding of the importance of consuming foods that contain Fe, a variety of foods that contain Fe, and provide Fe Tablets for consumption. The partners for this activity were

teenagers at Putra Jaya Batam Tiban Vocational School where the speakers delivered material through counseling and distributed pamphlets for partners to read. Prior to participating, students were tested for their knowledge of Anemia and consumption of iron with a pretest. After getting the presentation of the material, a posttest was carried out. The results of the pretest and posttest analysis showed an increase in students' knowledge of anemia prevention by consuming iron-containing foods. At the end of the community service giving Fe tablets to be consumed together.

## **Keywords**

*Adolescent, iron, Fe, Anemia*

## **PENDAHULUAN**

Anemia merupakan masalah medik yang paling sering dijumpai di dunia. Diperkirakan lebih dari 30% penduduk dunia menderita anemia dan sebagian besar di daerah tropis. World Health Organization (2011) menyatakan prevalensi kejadian anemia remaja putri di Asia mencapai 191 juta orang dan Indonesia menempati urutan ke-8 dari 11 negara di Asia setelah Sri Lanka dengan prevalensi anemia sebanyak 7,5 juta orang pada usia 10-19 tahun. Remaja putri terkena anemia karena keadaan stres, haid, dan terlambat makan.

Bangsa Indonesia memasuki masa yang disebut window of opportunity, masa di mana dependensi rasio berada pada posisi sangat rendah. Setelah tahun 2030, dependensi rasio akan kembali meningkat sehingga Indonesia harus melakukan investasi secara efektif dan efisien dalam Sumber Daya Manusia (SDM), terutama kelompok usia muda (10-24 tahun) di bidang kesehatan (BKKBN, 2018). Dinas Kesehatan Kota Batam (2019) menunjukkan angka kejadian anemia remaja putri sebanyak 121 orang atau 0,10% dari jumlah remaja putri se-kota Batam.(BKKBN, 2018)

Masalah gizi pada remaja yang sering terjadi akibat pola makan adalah anemia defisiensi besi. Remaja yang mengalami masalah gizi 40% diantaranya mengalami anemia gizi besi Pada remaja putri risiko anemia lebih tinggi, karena banyaknya zat besi yang hilang selama periode menstruasi dimana rata-rata darah yang keluar saat menstruasi 16 cc - 33,2 cc. Pada wanita yang lebih tua maupun wanita dengan anemia defisiensi zat besi jumlah darah haid yang dikeluarkan lebih banyak. (Soares et al., 2010)

Hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan prevalensi anemia defisiensi besi banyak ditemukan pada remaja perempuan sebesar 22.7%, sedangkan anemia defisiensi besi pada remaja laki-laki sebesar 12.4% (Sya'Bani, 2016). Kebutuhan zat besi pada remaja putri yang memasuki masa pubertas juga meningkat karena pada masa ini terjadi pertumbuhan yang pesat terutama pada pematangan organ reproduksi (Darmawati et al., 2020)

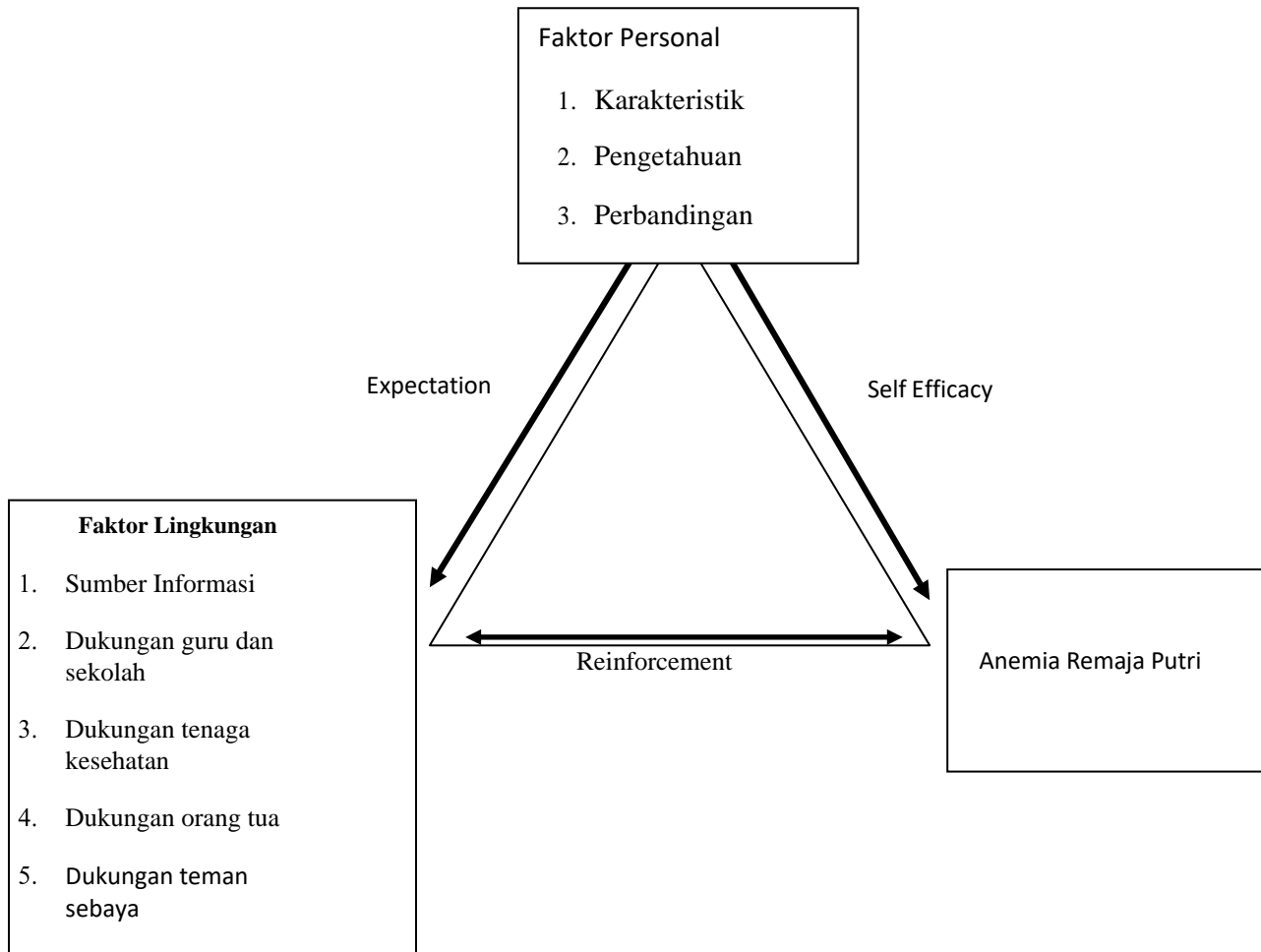
World Health Organization (WHO) pada tahun 2011 merekomendasikan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja penting dilakukan sebagai penyiapan remaja putri untuk menjadi Wanita Usia Subur (WUS). Program pemberian TTD pada remaja putri telah resmi dilakukan sejak tahun 2016 sesuai dengan Surat Edaran Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat

dengan nomor HK.03.03/V/0595/2016 (Kemenkes RI, 2016). Kesadaran konsumsi tablet Fe saat menstruasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan, hal ini dikarena pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi seseorang. Kesadaran remaja dalam upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet Fe masih rendah terbukti dengan survei anemia yang dilakukan pada sekolah baik SMP maupun SMK dikepulauan Riau 2.67 % siswi mengkonsumsi tablet besiketikedanghaid. (Nida et al., 2017)

SMK Putra Jaya Tiban kota Batam merupakan salah satu sekolah yang terletak di kota batam yang terdiri dari 220 Siswa. Dilakukan wawancara awal ditemukan bahwa dari 10 orang siswi menemukan sebanyak 7 orang siswi tersebut tidak paham tentang Fe, berhubungan dengan manfaat, cara mengkonsumsi, dan jenis-jenis makan yang terdapat zat besi, hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya pengetahuan. pengetahuan mempengaruhi sikap dalam mematuhi instruksi yang diberikan oleh praktisi kesehatan. (Puspitasari, 2016)

## **METODE**

Metode kegiatan ini dilakukan pada hari kamis, 09 februari 2023 jam 08.00-sampai selesai secara langsung di SMK Terpadu Putra Jaya Batam dalam bentuk memberikan penyuluhan tentang pemberian tablet Fe pada remaja putri yang berjumlah 220 orang menggunakan leaflet, kegiatan dilakukan halaman sekolah putra jaya dengan memberikan pretest terlebih dahulu untuk menilai tingkat pengetahuan atau pemahaman siswa terkait konsep dasar dari Fe, kuisisioner tersebut diberikan waktu mengisi selama 30 menit, setelah selesai dilakukan penyuluhan yang dibantu oleh leaflet selama kurang lebih 90 menit dilanjutkan dengan sesi tanya jawab selama 1 jam. Setelah selesai dilanjutkan pemberian ulang kuisisioner untuk mengkaji pemahaman yang telah didapatkan.



## HASIL

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada tanggal Kamis, 09 Februari 2023 jam 08.00-sampai selesai. Kegiatan ini dihadiri oleh semua guru dan siswa-siswi di SMK Terpadu Putra Jaya Batam dalam melakukan penyuluhan edukasi pemberian tablet Fe pada remaja putri yang diharapkan semua remaja putri dapat memahami bagaimana cara mengkonsumsi tablet Fe yang benar, kelebihan dan kekurangan dari Tablet Fe tersebut dan memberikan pengetahuan dari mengkonsumsi tablet Fe. Hampir seluruh siswa-siswi terutama pada siswi putri paham tentang penyuluhan edukasi pentingnya tablet Fe pada kesehatan tubuhnya.

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa pola konsumsi tablet Fe seluruh siswi tidak teratur penyebab khususnya kejadian tersebut karena rendahnya pengetahuan dari asupan zat besi, selanjutnya media leaflet ternyata cukup efektif untuk mengubah atau membantu siswi remaja putri dalam membaca dan melihat tentang pengetahuan tablet Fe dengan leaflet dan penjelasan yang telah diberikan tersebut.



Tabel 1. Tingkat pengetahuan Siswi

No	Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
		F	%	F	%
1	Baik	43	19,5	137	62,2
2	Cukup	89	40,4	63	28,6
3	Kurang	88	40	20	9
	Jumlah	220		220	

Berdasarkan tabel 1. Dapat disimpulkan bahwa penyuluhan yang telah dilakukan memberikan dampak positif pada siswi SMK Putra Jaya Batam, dari 220 siswi yang mengikuti kegiatan ini diperoleh hasil pretest bahwa hanya sebanyak 19,5 % siswi memiliki pengetahuan yang baik

terhadap Fe, sedangkan 40% ada pada skala kurang. Sedangkan setelah dilakukan penyuluhan dengan bantuan leaflet diperoleh hasil yang meningkat dari peserta kegiatan. Pada tabel tersebut dapat dilihat bahwa sebanyak 62,2% memiliki pengetahuan siswi pada kategori baik. Sisanya 28,6% pada kategori baik, dan lainnya terdapat pada pemahaman yang kurang. Selama kegiatan keaktifan siswa secara umum sangat baik yang dilihat dari respon yang baik saat penyuluhan berlangsung. dari proses penyuluhan meliputi pemberian materi dilanjutkan sesi diskusi, dan pembagian kuisioner *posttest*.

## **PEMBAHASAN**

Hasil *pretest* bahwa hanya sebanyak 19,5 % siswi memiliki pengetahuan yang baik terhadap Fe, dan 40% ada pada skala kurang, Sedangkan setelah dilakukan penyuluhan dengan bantuan leaflet diperoleh hasil yang meningkat dari peserta kegiatan. Pada tabel tersebut dapat dilihat bahwa sebanyak 62,2% memiliki pengetahuan siswi pada kategori baik. Sisanya 28,6% pada kategori baik, dan lainnya terdapat pada pemahaman yang kurang. Hasil ini berkaitan erat dengan tingkat pengetahuan siswi tentang konsumsi Fe, Tablet Fe mencegah terjadinya anemia yang biasanya akan timbul gejala (lelah, lesu, letih, lunglai, pucat) pada remaja putri yang dapat mengakibatkan menurunnya prestasi belajarnya, kurang berkonsentrasi dalam belajar, sampai untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat bagi ibu dan bayinya. Dan mereka hanya menganggap bahwa itu hanyalah masalah biasa dan akan sembuh dengan sendirinya, selain itu banyak remaja putri yang tidak pernah memeriksakan kadar haemoglobin kepetugas kesehatan dikarenakan mereka beranggapan bahwa mereka sehat saja sehingga mereka tidak mengetahui akan kesehatan dirinya pada saat masa remaja. (Castro et al., 2014; Lorena Lazaro et, 2018; Oktalina, 2011)

Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek positif dan negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dari objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu (Kaimuddin N, 2017). Kesadaran konsumsi tablet Fe saat menstruasi tidak lepas dari informasi, hal ini dikarenakan pengetahuan merupakan faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi seseorang. Faktor yang memengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan, rendahnya pengetahuan tentang konsumsi berhubungan erat dengan konsumsi dan kesadaran dalam mencukupi zat gizi individu. Pada remaja putri perlu mempertahankan status gizi yang baik, terbukti pada saat haid terutama pada fase luteal terjadi peningkatan nutrisi. Apabila hal ini diabaikan, maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan selama siklus haid (Lorena Lazaro et, 2018)

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan secara langsung untuk menambah pemahaman kepada remaja khususnya siswi- siswi SMK Terpadu Putra Jaya Batam tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe perlu dipantau dan diperhatikan agar siwi-siswi dapat memahami dalam mencegah terjadinya anemia. Dari kegiatan penyuluhan ini diperoleh dari penyuluhan masalah kesehatan yang berkaitan dengan edukasi pemberian tablet Fe yang sangat bermanfaat dan ilmu mengenai pentingnya pemberian tablet Fe pada remaja putri.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terimakasih kepada SMK Terpadu Putra Jaya Batam yang telah mengizinkan dan memfasilitasi kami selama proses pengabdian masyarakat berlangsung untuk menyelesaikan pengabdian masyarakat ini dan juga ucapan terimakasih kepada PC IMM Kota Batam sebagai sponsor yang telah bekerjasama dengan Institut Kesehatan Mitra Bunda dalam pengabdian masyarakat yang telah ikut berpartisipasi dalam penyuluhan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN. (2018). Lakip Bkkbn 2018. *Bkkbn*, 53(9), 1689–1699.
- Castro, R., Cairo, D. A., Silva, L. R., Bustani, N. C., Anak, H., Sakit, R., Profesor, P., Santos, E., Anak, D., Darurat, U. G., Sakit, R., Anggota, A., Pediatrik, M., Sobape, B., Kepala, B., Pediatri, D., Departemen, K., Sakit, R., Profesor, P., ... Literatura, L. A. (2014). *Anemia defisiensi besi pada remaja ; tinjauan literatur*. 29(6), 1240–1249.
- Darmawati, D., Siregar, T. N., Kamil, H., & Tahlil, T. (2020). Acehese Cultural Leaders' Perspective on Anemia in Pregnant Women: A Qualitative Study. *Advances in Public Health*, 2020, 8710254. <https://doi.org/10.1155/2020/8710254>
- Lorena Lazaro et, A. (2018). *Penilaian antropometrik dan biokimia status gizi dan asupan makanan pada anak sekolah usia 6-14 tahun* ., 116(1), 34–46. <https://doi.org/ttp://dx.doi.org/10.5546/aap.2018.eng.e34>
- Nida, A., Hidayati, R. W., & Kartini, F. (2017). *Pengaruh Konsumsi Fe Terhadap Kadar Hb Saat Menstruasi Pada Mahasiswa Div Bidan Pendidik Semester Iv Di Universitas'Aisyiyah ....* <http://digilib2.unisayogya.ac.id/handle/123456789/1521>
- Oktalina, E. (2011). Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 1 Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman Tahun 2011. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia*, 1–60.
- Puspitasari, W. D. (2016). Pengaruh Sarana Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial Di Sekolah Dasar. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 2(2), 105–120. <https://doi.org/10.31949/jcp.v2i2.338>
- Soares, N. N., Mattar, R., Camano, L., & Torloni, M. R. (2010). *Iron de fi anemia anemia dan penyimpanan zat besi pada wanita dewasa dan remaja dalam kehamilan*. 343–349.

