



PENYULUHAN TERHADAP TINGKAT KEPATUHAN REMAJA PUTRI DALAM MENGGONSUMSI TABLET FE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS X TAHUN 2024

Waode Suiyarti¹, Sunarto S², Wa Ode Syaika³, Ervianingsih⁴, Chitra Astari⁵
^{1,4,5}Universitas Muhammadiyah Palopo, ^{2,3}Institut Kesehatan dan Teknologi Buton Raya



*Corresponding author

Waode Suiyarti

Email :

waodesuiyarti@umpalopo.ac.id

No HP: 081241224665

Kata Kunci:

Mengonsumsi Tablet Fe;
Kepatuhan Remaja Putri;
Penyuluhan;

Keywords:

Taking Fe Tablets;
Young Women Compliance;
Extension;

ABSTRAK

Pemberian tablet tambah darah pada remaja putri minimal 60 mg zat besi elemental (dalam bentuk sediaan furamat atau Ferro Glukonat) dan 0,50 mg asam folat pada remaja putri usia 12-18 tahun di institusi pendidikan (SMP dan SMA atau sederajat) dan untu wanita subur (WUS) usia 15-49 tahun. Meskipun presentase remaja putri yang mendapat tablet tambah darah di Sulawesi Tenggara mencapai 81 %, tetapi masih ada tantangan dalam meningkatkan kepatuhan. penyuluhan ini bertujuan untuk mengetahui penyuluhan terhadap tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe di wilayah kerja Puskesmas x Kota Baubau tahun 2024. Rancangan penyuluhan ini menggunakan kuantitatif dengan jenis *pre experimental design* dimana subjek yaitu remaja putri di wilayah kerja Puskesmas x Kota Baubau. Metode pengumpulan data dengan cara pemberian *scoring* untuk pertanyaan kepatuhan yang diukur menggunakan skala guttman dengan pemberian bobot pada setiap pertanyaan kuesioner selama 1 minggu. Setelah dilakukan penyuluhan, didapatkan hasil ada penyuluhan terhadap tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe di wilayah kerja Puskesmas x Kota Baubau tahun 2024. Saran dalam penyuluhan ini agar remaja putri lebih aktif mengikuti program penyuluhan tentang kesehatan, khususnya terkait dengan pentingnya konsumsi tablet Fe, menerapkan pengetahuan yang diperoleh dari penyuluhan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur dan sesuai anjuran.

ABSTRACT

Providing blood supplement tablets to young women of at least 60 mg of elemental iron (in the form of furamate or Ferrous Gluconate preparations) and 0.50 mg of folic acid



to young women aged 12-18 years in educational institutions (junior high school and high school or equivalent) and for fertile women (WUS) aged 15-49 years. Even though the percentage of young women who receive blood supplement tablets in Southeast Sulawesi reaches 81%, there are still challenges in increasing compliance. This outreach aims to determine the level of compliance of young women in consuming Fe tablets in the working area of the Community Health Center x Baubau City in 2024. This extension design uses quantitative pre-experimental design where the subjects are young women in the working area of the Public Health Center x Baubau City. The data collection method is by providing scoring for compliance questions which are measured using the Guttman scale by giving weight to each questionnaire question for 1 week. After the counseling was carried out, the results showed that there was an education regarding the level of compliance of young women in consuming Fe tablets in the work area of the Public Health Center x Baubau City in 2024. The advice in this counseling is for young women to be more active in participating in health education programs, especially related to the importance of consuming Fe tablets, applying the knowledge obtained from the counseling in their daily lives, including consuming Fe tablets regularly and as recommended.

PENDAHULUAN

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rawan terhadap defisiensi zat besi dikarenakan sedang dalam masa pertumbuhan puncak (*Peak growth*), hal ini mengakibatkan remaja putri lebih rawan terhadap anemia (Suryani, 2020). Karena itu, remaja putri merupakan salah satu kelompok yang membutuhkan zat gizi tambahan. Kebutuhan zat gizi besi remaja putri lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, zat gizi besi tambahan dibutuhkan untuk menggantikan zat besi yang hilang pada saat menstruasi (Fitriana et al, 2019).

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rawan terhadap defisiensi zat besi dikarenakan sedang dalam masa pertumbuhan puncak (*Peak growth*), hal ini mengakibatkan remaja putri lebih rawan terhadap anemia (Suryani, 2020). Karena itu, remaja putri merupakan salah satu kelompok yang membutuhkan zat gizi tambahan. Kebutuhan zat gizi besi remaja putri lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, zat gizi besi tambahan dibutuhkan untuk menggantikan zat besi yang hilang pada saat menstruasi (Fitriana et al, 2019).

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rawan terhadap defisiensi zat besi dikarenakan sedang dalam masa pertumbuhan puncak (*Peak growth*), hal ini mengakibatkan remaja putri lebih rawan terhadap anemia (Suryani, 2020). Karena itu, remaja putri merupakan salah satu kelompok yang membutuhkan zat gizi tambahan. Kebutuhan zat gizi besi remaja putri lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, zat gizi besi tambahan dibutuhkan untuk menggantikan zat besi yang hilang pada saat menstruasi (Fitriana et al, 2019).

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut: Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi edukasi dengan cara sosialisasi dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Persiapan Kegiatan
 - 1) Kegiatan survei tempat, daerah yang menjadi sasaran
 - 2) Permohonan ijin kegiatan kepada kepala puskesmas
 - 3) Pengurusan administrasi (surat-menyurat)
 - 4) Persiapan alat dan bahan serta akomodasi.
 - 5) Persiapan tempat
- b. Kegiatan edukasi meliputi:
 - a) Pembukaan dan perkenalan kepada sasaran kegiatan.
 - b) pre Test dan Post Test
 - c) Sosialisasi mengenai kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe
 - d) Sesi diskusi/tanya jawab dengan peserta penyuluhan
 - f) Penutupan

Adapun dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, tim pengabdian dan mitra akan bekerja sama melakukan edukasi, dimana tim pengabdian bertindak sebagai pengedukasi. Keterlibatan tim pengabdian dapat membantu dalam menyelesaikan permasalahan pada mitra tersebut, begitupun sebaliknya, keterlibatan mitra sangat membantu tim pengabdian nantinya dalam memberikan pemahaman kepada ibu hamil tentang mengkonsumsi sari kacang hijau. Evaluasi dilakukan pada tahap akhir dari kegiatan. Evaluasi diberikan dengan mengumpulkan data yang diperoleh dari masing-masing kegiatan. Pada tahap presentasi, evaluasi dilakukan dengan menyimpulkan tingkat pemahaman kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe. Pada tahap diskusi, evaluasi dilakukan dengan melihat antusias atau keaktifan peserta dalam bertanya kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Puskesmas X Tahun 2024 dengan sasaran utama remaja putri mengenai kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe. Kegiatan dilakukan dalam periode satu bulan dari Septembaer 2024, dengan pertemuan seminggu sekali. Sebanyak 50 orang remaja putri ikut serta dalam kegiatan edukasi ini. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi:

1. Sosialisasi dan edukasi tentang anemia pada remaja putri, pentingnya mengkonsumsi tablet Fe.
2. Pemberian leaflet dan diskusi interaktif untuk meningkatkan pemahaman peserta.
3. Evaluasi kadar anemia sebelum dan setelah patuh mengkonsumsi tablet Fe.

Berdasarkan hasil pre test dan post test maka diperoleh Tingkat pengetahuan dan kepatuhan setelah melaksanakan kegiatan penyuluhan . Hal ini menunjukkan bahwa ada penyuluhan terhadap tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe di wilayah kerja puskesmas x Kota baubau tahun 2024.

Penyuluhan mengenai tablet besi membawa dampak signifikan dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri tentang mengkonsumsi tablet Fe. Melalui sesi penyuluhan remaja putri mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe, manfaatnya dalam mencegah anemia dan cara yang benar untuk mengkonsumsinya (Husna & Saputri, 2020)

Penyuluhan tidak hanya memberikan informasi umum tetapi juga memberikan detail mengenai dosis yang dibutuhkan dan waktu optimal untuk dikonsumsi. Hal ini membantu remaja putri memahami pentingnya mengikuti petunjuk penggunaan agar tablet Fe memberikan manfaat yang maksimal tanpa menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan (Laelani, Nurmala, dan Patekkai, 2017).

Penyuluhan ini didukung oleh penyuluhan yang dilakukan Suryani, 2020, menunjukkan hasil analisis data di dapatkan nilai rata-rata remaja putri setelah dilakukan penyuluhan lebih besar nilai rata-rata sesudah dilakukan penyuluhan daripada nilai rata-rata sebelum dilakukan penyuluhan, yang berarti ada perbedaan tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe sebelum dan sesudah intervensi. Sehingga dapat disimpulkan ada penyuluhan terhadap tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe.

Peningkatan yang signifikan dalam tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe setelah mendapatkan penyuluhan, dikarenakan edukasi dan penguatan yang diberikan kepada remaja putri agar mereka memahami dan mengkonsumsi tablet Fe dengan baik, dengan harapan dapat mengurangi insiden anemia pada remaja putri.

Penyuluhan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe. Melalui penyuluhan, remaja putri dapat memperoleh informasi yang komprehensif mengenai manfaat, dosis, cara dan waktu penggunaan tablet Fe yang tepat.

Evaluasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di harapkan adalah:

1. 100% kegiatan terlaksana sesuai dengan waktu yang direncanakan.
2. 100% peserta dapat mengikuti kegiatan PkM ini
3. 100% alat dan media tersedia sesuai dengan perencanaan



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penyuluhan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada peningkatan terhadap tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe di wilayah kerja Puskesmas x Kota Baubau tahun 2024. Diharapkan bagi remaja putri agar lebih aktif mengikuti program penyuluhan tentang Kesehatan, khususnya terkait dengan pentingnya konsumsi tablet Fe, menerapkan pengetahuan yang diperoleh dari penyuluhan dalam kehidupan sehari-hari, termaksud mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dan sesuai anjuran. Diharapkan bagi tenaga kesehatan perlu mengembangkan metode penyuluhan yang inovatif dan menarik bagi remaja, mencakup pendekatan *holistic* yang tidak hanya fokus pada konsumsi tablet Fe, tetapi juga pada pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, dan juga kesehatan mental

DAFTAR PUSTAKA

- (Arikunto 2016). (2017). 4. *BAB III populasi*. 30–44.
- Adawiyani, R. (2017). the Effects of Giving Anemia Booklet Towards the Pregnant Women'S Knowledge, Adherence To Consume Ttd, and Hemoglobin Level. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(2), 1–20.
- Faiza, nadia. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Siswi Madrasah Aliyah Al Khoriyah Kabupaten Malang. *Kesehatan*, 33(1), 1–12.
- Fitriana, F., & Dwi Pramardika, D. (2019). Evaluasi Program Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 200–207. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.807>
- Fitriani, L., & Samria, S. (2021). Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Siswi Remaja Mengkonsumsi Tablet Fe. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 5(2), 30–40. <https://doi.org/10.36341/jka.v5i2.2110>
- Husna, & Saputri. (n.d.). *Penyuluhan Mengenai Tentang Tanda Bahaya Anemia Pada Remaja Putri _ Jurnal Altifani Penyuluhan dan Pengabdian kepada Masyarakat*.
- Kemkes. (2014). Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur Dan Ibu Hamil. *Menteri Kesehatan Republik Indonesia Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*, 1840, 1–8.
- Kemkes RI. (2020). Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. *Kementerian Kesehatan RI*, 22. <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- Kemkes. (2018). Remaja Bebas Anemia : Konsentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Kumalasari, D., Kameliawati, F., Mukhlis, H., & Krisatanti, D. A. (2019). Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(2), 187–192. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh>
- Lauwsen, R., & Dwiana, A. (2019). aroma terapi lavender terhadap peningkatan kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 2(1), 152–159. <https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/5855>

- Muhayati, A., & Ratnawati, D. (2019). Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01), 563–570. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i01.183>
- Munawarah, A., & Endriyani, A. (2018). Edukasi Teknik Menyusui Terhadap Keefektifan Ibu Nifas Dalam Menyusui Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Universitas Aisyah, Yogyakarta*, 114. <http://digilib.unisayogya.ac.id/4138/>
- Noverina, D., Dewanti, L. P., & Sitoayu, L. (2020). explanation video terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di SMPN 65 Jakarta Utara. *Darussalam Nutrition Journal*, 4(1),35.<https://doi.org/10.21111/dnj.v4i1.4048>
- Nurjanah, G. A. (2020). Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri. *Naskah Jurnal*, 1–14.
- Rizkiana, E. (2022). PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TERHADAP KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) SEBAGAI PENCEGAHAN STUNTING. *Jurnal Ilmu Kebidanan*,9(1).<https://doi.org/10.48092/jik.v9i1.183>
- Suryani, L. (2020). Efektivitas Metode Ceramah Dan Diskusi Kelompok Terhadap Kepatuhan Remaja Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(1), 46–54. <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i1.1110>
- WHO. (2021). Anemia pada wanita dan anak-anak.
- Yeni, R., & Inayah, R. (2020). Faktor Yang Ber Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). *Journal Stikim*, 5(2), 20–30.