



Pelatihan Kader Peduli Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Putri Di SMP Dan SMA

Training For Tablet Blood Booster Cadres For Teenage Girls In Junior High School And High School

Hafsah Us¹; Aida Fitriani²; Fatiyani Fatiyani³; Ika Friscila⁴

¹⁻³ Poltekkes Kemenkes Aceh, Aceh

⁴ Universitas Sari Mulia, Banjarmasin

Corresponding author: aidaaini54@gmail.com²

Article History:

Received:

March 05, 2024

Accepted:

April 06, 2024

Published:

May 31, 2024

Keywords: Cadres, Training,
Young Women, Blood Add Tablets

Abstract: Adolescence is a period of human beings who are still experiencing excellent growth and development intellectually, physically and psychologically. The purpose of dedication is to improve the ability of young women to become Blood Add Tablet Care Cadres. The service method is carried out in junior and senior high schools in Syamtalira Bayu District for young women within a period of 3 months (June to August 2023). The implementation of community service is carried out by means of lectures, demonstrations, practicums, questions and answers and evaluations. The results obtained were 50 young women who were trained to become Blood Add Tablet Care Cadres at the junior and senior high school levels.

Abstrak: Masa remaja merupakan periode manusia yang masih mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat baik secara intelektual, fisik dan psikologis. Tujuan pengabdian untuk meningkatkan kemampuan remaja putri menjadi Kader Peduli Tablet Tambah Darah. Metode pengabdian dilakukan di SMP dan SMA wilayah Kecamatan Syamtalira Bayu pada remaja putri dalam kurun waktu 3 bulan (Juni hingga Agustus 2023). Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara ceramah, demonstrasi, praktikum, tanya jawab dan evaluasi. Hasil yang didapatkan ada remaja putri yang dilatih menjadi Kader Peduli Tablet Tambah Darah tingkat SMP dan SMA sebanyak 50 orang.

Kata Kunci: Kader, Pelatihan, Remaja Putri, Tablet Tambah Darah

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode manusia yang masih mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat baik secara intelektual, fisik dan psikologis (Ika Friscila et al. 2023). Berbagai klasifikasi remaja berdasarkan usia, yaitu menurut WHO remaja merupakan penduduk dalam rentang 10-19 tahun, menurut BKKBN atau disebut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana menyatakan bahwa remaja merupakan usia 10-24 tahun dan belum menikah, sedangkan menurut Permenkes RI Nomor 25 Tahun 2014 menyatakan bahwa remaja yang rentang usianya 10-18 tahun (Kementerian Kesehatan RI 2017).

Semasa pertumbuhan dan perkembangan remaja, kesehatan reproduksi harus diperhatikan agar remaja dapat sehat secara fisik, psikologis dan sosial (Kementerian Kesehatan RI 2017). Kesehatan reproduksi pada remaja putri yang sering terjadi permasalahan adalah anemia. Hal ini terjadi karena setiap bulannya wanita akan mengalami

* Aida Fitriani, aidaaini54@gmail.com

proses menstruasi. Anemia akibat kekurangan zat besi dapat membuat kualitas pertumbuhan dan perkembangan remaja putri terganggu (Kemenkes RI 2021). Besi merupakan zat gizi mikro yang diperlukan tubuh dalam pembentukan hemoglobin (Hb). Anemia yang diakibatkan kekurangan besi sering terjadi pada remaja serta dapat tersebar ke semua kelompok terutama kelompok yang memiliki tingkat sosial perekonomian rendah (Lestari, Lipoeto, and Almurdi 2018; Wahyuni et al. 2021; Fitriana, Hartinah, and Friscila 2024). Asupan makanan pada remaja putri harus tinggi zat besi yang bersumber dari protein hewani, contohnya ikan, hati dan daging. Tidak meratanya kemampuan masyarakat untuk membeli bahan makanan yang memiliki kadar protein hewani tinggi, maka diperlukan tambahan zat besi berupa suplemen (Kemenkes RI 2021).

Pemerintah membuat surat edaran mengenai pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri dan wanita usia subur. Pemberian TTD bagi remaja putri melalui keterlibatan UKS ataupun UKM di sekolah (SMP dan SMA sederajat). Cara pelaksanaan dengan menetapkan hari minum TTD bersama-sama. Dosis TTD pada remaja putri adalah satu tablet per minggu selama sepanjang tahun (Dirjen Kesmas Kemenkes RI 2016). Data profil kesehatan Indonesia pada tahun 2019 menunjukkan bahwa Kota Aceh termasuk ke empat provinsi yang belum memenuhi target pemberian TTD. Cakupan tahun 2019 di Aceh sebanyak 20,29% sedangkan Indonesia secara nasional memiliki target renstra sebesar 30% (Kemenkes RI 2020).

Terdapat ada 316 jumlah SMP dan SMA sederajat di Kabupaten Aceh Utara. Di wilayah Kecamatan Syamtalira Bayu terdapat 6 SMP dan 4 SMA sederajat (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2022). Partisipasi remaja sebagai kader dalam pelaksanaan upaya kesehatan bagi usia sekolah dan remaja akan bertujuan untuk memupuk pola hidup sehat (Nasution et al. 2021; Wahyuni et al. 2023). Adanya peserta didik di sekolah dapat menjadi faktor penting dalam pelaksanaan pemberian TTD (Rahmadi 2019; Ansori and Santoso 2020). Oleh sebab itu, diperlukan keterlibatan yang lebih aktif dari kelompok remaja putri itu sendiri. Agar adanya kesadaran dan kemauan diri yang kuat untuk menjaga kesehatan dirinya semasa remaja. Pelatihan bagi remaja putri menjadi kader peduli tablet tambah darah akan menjadi alternatif positif untuk program pemberian TTD bagi remaja putri. Belum adanya kader remaja yang fokus pada program pemberian TTD bagi remaja putri membuat perlu diadakannya pelatihan bagi perwakilan remaja putri dari masing-masing sekolah untuk menjadi kader peduli TTD. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan kemampuan remaja putri menjadi Kader Peduli Tablet Tambah Darah.

METODE

Kegiatan pengabdian dilakukan di SMP dan SMA wilayah Kecamatan Syamtalira Bayu pada remaja putri dalam kurun waktu 3 bulan (Juni hingga Agustus 2023). Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara ceramah, demonstrasi, praktikum, tanya jawab dan evaluasi. Beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Pra Persiapan

Tim pengabdi melakukan analisis masalah yang ada di SMP dan SMA wilayah Kecamatan Syamtalira Bayu Adapula kegiatan mengurus surat izin ke Mitra Pengabdian kepada masyarakat hingga membuat kesepakatan untuk agenda kegiatan.

2. Persiapan

Tim pengabdi membuat rancangan solusi permasalahan dengan berdiskusi bersama perwakilan remaja putri, guru, tenaga kesehatan dan tim pengabdian. Selanjutnya Melakukan survei lapangan terhadap kesediaan sarana dan prasarana yang ada da yang belum ada. Jika sebagian sarana dan prasarana sudah ada maka akan dimanfaatkan untuk kegiatan pelatihan. Selanjutnya bagian dari daftar sarana dan prasarana yang belum ada maka akan dilakukan pengadaan oleh tim pengabmas.

3. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian dengan melakukan pelatihan kepada remaja putri yang akan dilatih sebagai kader maka akan didampingi dalam kurun waktu 3 minggu pasca pelatihan. Pendampingan kader ini merupakan bagian untuk menghasilkan kader yang mandiri dan bertanggungjawab.

Melakukan sosialisasi dan promosi pengenalan kader peduli TTD kepada remaja putri lainnya yang berada di sekolah dan Puskesmas agar dapat menjadi pusat perhatian, menarik, meningkatkan kepercayaan diri kader serta lebih mudah diterima.

4. Penutup

Kegiatan diakhiri dengan melakukan evaluasi Tingkat keberhasilan pengabmas ini dapat dinilai dengan melakukan monitoring selama kegiatan berlangsung dan mengadakan evaluasi terhadap kegiatan. Hal ini dilakukan agar pelatihan di pengabmas ini dapat dipertanggungjawabkan kualitasnya.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan pelatihan kader pada remaja putri di SMP dan SMA wilayah Kecamatan Syamtalira Bayu. Adapun hasil akan dijabarkan

dan diberikan pembahasan seperti berikut:

Tim pengabmas mengurus perizinan untuk kepada pihak Poltekkes Kemenkes Aceh, pihak Puskesmas Syamtalira Bayu dan pihak sekolah. Upaya ini agar kegiatan yang terlaksana memiliki dokumen legal yang turut melindungi jika terjadi hal yang diluar dugaan tim pengabmas.

Gambar 1.
Penandatanganan Dokumen Pendukung



Persiapan yang dilakukan lainnya adalah pembuatan media edukasi untuk mempermudah dan membantu peserta mencapai tujuan dari pelatihan yang dilaksanakan.

Gambar 2.
Media Edukasi



Kegiatan pengabmas ini dilakukan dengan memberikan pelatihan kader peduli TTD Fe yang berlangsung selama 4 hari. Kemudian tim pengabmas melakukan pendampingan kader remaja putri yang telah dilatih selama kurun waktu 3 minggu pasca pelatihan. Pendampingan yang dilakukan oleh tim yakni mengadakan sesi diskusi untuk hal yang masih belum dipahami, adanya simulasi kegiatan pelaksanaan peran kader peduli tablet tambah darah.

Tabel 1.
Karakteristik Peserta Pelatihan Berdasarkan Tingkat Sekolah

No	Tingkat Sekolah	Jumlah	Persen
1.	SMP	30	60
2.	SMA	20	40
Total		50	100

Berdasarkan tabel 1, peserta pelatihan berasal dari tingkat SMP dan SMA. Jumlah peserta terbanyak dari tingkat SMP yaitu 30 orang atau 60%.

Tabel 2.
Hasil Evaluasi Kader

No	Hasil Ukur	Pre test		Post test	
		Jumlah	Persen	Jumlah	Persen
1.	Kurang baik	37	74	18	36
2.	Baik	13	26	32	64
Total		50	100	50	100

Berdasarkan hasil ukur dari kuesioner didapatkan bahwa saat pre test dominan hasil pada kategori kurang baik yakni sebanyak 37 orang atau 74%. Terjadi peningkatan kemampuan siswa setelah diberikan pelatihan dengan adanya hasil post test dominan pada kategori baik sebanyak 32 orang atau 64%.

DISKUSI

Melakukan penyusunan proposal kegiatan berdasarkan analisis permasalahan dari mitra sekolah tingkat SMP dan SMA di wilayah Kecamatan Syamtalira Bayu. Program pemberian TTD pada remaja putri di Aceh telah dilaksanakan dari tahun 2016 hingga saat ini (tahun 2022). Cakupan pemberian TTD masih sangat rendah, target provinsi kurang dari 30% yang merupakan target renstra nasional (Kemenkes RI 2020).

Melakukan peninjauan dan rapat koordinasi untuk menentukan dan menyepakati solusi permasalahan yaitu mengadakan pelatihan kader peduli tablet tambah darah bagi remaja putri di lingkup SMP dan SMA sederajat se-Kecamatan Syamtalira Bayu. Hal ini sesuai dengan kegiatan pengabmas yang dilakukan Friscila dkk (2023) bahwa remaja sebagai seorang yang senang dengan tantangan baru dapat diberikan stimulasi positif untuk menjadi penggerak sesama teman sebayanya. Dengan harapan para siswa dapat lebih terbuka dan menerima dengan cepat edukasi kesehatan yang diberikan oleh kader yang merupakan perwakilan dari siswa (Ika Friscila et al. 2023; I Friscila et al. 2023).

Pemberian tablet tambah darah (TTD) merupakan salah satu cara yang dianggap efektif dalam mencegah dan menanggulangi anemia. Kabupaten Jember berkomitmen

memberikan TTD pada para pelajar SMP dan SMA/SMK pada tahun 2018 ini. Remaja putri dihimbau mengonsumsi TTD secara berkala melalui distribusi dari Puskesmas. Aksi minum TTD ini dilakukan seminggu sekali secara bersama-sama yang dikawal oleh pihak guru dan tenaga kesehatan (Amareta and Ardianto 2018; Laily et al. 2022).

Berdasarkan hasil ukur dari kuesioner didapatkan bahwa saat pre test dominan hasil pada kategori kurang baik yakni sebanyak 37 orang atau 74%. Terjadi peningkatan kemampuan siswa setelah diberikan pelatihan dengan adanya hasil post test dominan pada kategori baik sebanyak 32 orang atau 64%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratnafuri (2020) bahwa pelatihan memberikan dampak berupa peningkatan kemampuan peserta dilihat dari peningkatan pengetahuan jika dibandingkan dengan sebelum diberikan pelatihan (Ratnafuri and Muslihati 2020).

Remaja perempuan memerlukan asupan gizi yang lebih tinggi, terutama zat besi, selama masa pertumbuhannya. Menstruasi yang terjadi setiap bulannya selama 2-7 hari dapat meningkatkan risiko anemia pada remaja perempuan karena jumlah darah yang keluar rata-rata mencapai 35-50 ml, menyebabkan kehilangan besi sebanyak 30 mg. Selain itu, pola makan remaja perempuan cenderung lebih rendah dibandingkan dengan remaja laki-laki karena keinginan untuk menjaga berat badan, meskipun dalam kenyataannya tubuh manusia bisa kehilangan 0,6 mg besi setiap hari melalui tinja. Kondisi ini menjadi salah satu faktor risiko anemia pada remaja perempuan (Astuti and Kulsum 2020).

Anemia adalah kondisi medis di mana kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal, yang seharusnya lebih dari 12 g/dl (Sari, Ulfa, and Daulay 2015). Anemia umumnya lebih sering terjadi pada wanita dan remaja perempuan dibandingkan dengan pria, seringkali tanpa disadari oleh penderitanya. Untuk mengatasi masalah ini, pemerintah mendorong program pemberian tablet tambah darah, dengan target 10% penduduk secara nasional, khususnya remaja perempuan (usia 10-19 tahun) atau perempuan usia subur (15-45 tahun), dengan dosis pencegahan sebanyak 1 tablet per minggu, sehingga total pemberian tablet tambah darah (Fe) selama 4 bulan adalah 13 tablet. Namun, di lapangan, penanganan anemia masih terfokus pada ibu hamil, sementara perhatian terhadap remaja perempuan belum maksimal, padahal pemberian tablet besi merupakan salah satu upaya untuk mengurangi angka kejadian anemia.

Kegiatan yang telah selesai selanjutnya diselesaikan tim pengabmas dengan membuat laporan kegiatan dan mendokumentasikan pelaksanaan. Dokumen ini memiliki ragam manfaat baik bagi tim pengabmas maupun bagi pembaca.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah terlaksana remaja putri dari tiap SMP dan SMA sederajat se-Kecamatan Syamtalira Bayu yang berkolaborasi dengan tim pengabmas dari Poltekkes Kemenkes Aceh. Hasil akhir telah ada remaja putri yang dilatih menjadi kader sebanyak 50 orang.

Harapannya program ini tetap dilaksanakan di tiap SMP dan SMA sederajat sehingga budaya konsumsi tablet tambah darah akan semakin baik dan meningkatkan derajat serta kualitas kesehatan remaja putri.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pengabdian menghanturkan terima kasih sebanyak-banyaknya Poltekkes Kemenkes Aceh yang mendukung secara moril dan materil pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang merupakan hibah Penelitian Desentralisasi Penelitian Pemula pada pengajuan tahun 2022 dan pihak SMP dan SMA sederajat se-Kecamatan Syamtalira Bayu yang berkenan menjadi mitra tim pengabdian.

DAFTAR REFERENSI

- Amareta, Dahlia Indah, and Efri Tri Ardianto. 2018. "Pendampingan Kader Kesehatan Remaja Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri." In *Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2018*, 1–10. Prosiding Politeknik Negeri Jember. <https://publikasi.polije.ac.id/index.php/prosiding/article/view/1212>.
- Ansori, Muhammad Husaini, and Meilanny Budiarti Santoso. 2020. "Pentingnya Pembentukan Program Sekolah Siaga Bencana Bagi Kabupaten Bandung Barat." *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 6, no. 3. <https://doi.org/10.24198/jppm.v6i3.22975>.
- Astuti, Dwi, and Umami Kulsum. 2020. "Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 11, no. 2: 314–27. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.832>.
- Dirjen Kesmas Kemenkes RI. 2016. *Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/0595/2016 Tentang Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur*. Kemenkes RI.
- Fitriana, Salna, Hartinah Hartinah, and Ika Friscila. 2024. "Studi Karakteristik Pada Kejadian Ibu Hamil KEK Di Puskesmas Kotabaru." *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan* 1, no. 2: 10–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/quwell.v1i2.138>.
- Friscila, I, M.A Wijaksono, M Rizali, D Permatasari, E Aprilia, I Wahyuni, M Marsela, et al. 2023. "Pengoptimalisasi Penggunaan Buku KIA Pada Era Digital Di Wilayah Kerja Puskesmas Kandui." In *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, 299–307. <https://ocs.unism.ac.id/index.php/semnaspkm/article/view/1058>.

- Frisčila, Ika, Siti Noor Hasanah, Novalia Widya Ningrum, Aida Fitriani, Purwanti Purwanti, Elsa Andreini, Rahmawati Rahmawati, Siti Maimunah, Iswari Rahmi, and Melati Julizar. 2023. "Pembentukan Cikal Bakal Posyandu Remaja Di Kelurahan Handil Bakti Wilayah Kerja Upt Puskesmas Semangat Dalam." In *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh*, 321–34. <https://ocs.unism.ac.id/index.php/semnaspkm/article/view/1061>.
- Kemendes RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. "Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf." *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. 2022. "Jumlah Data Satuan Pendidikan (Sekolah) per Kabupaten/Kota : Kab. Aceh Utara Berdasarkan Seluruh Jenis Pendidikan." 2022. <https://referensi.data.kemdikbud.go.id/index11.php?kode=060300&level=2>.
- Laily, Nur, Lenny Indah Cahyani, Lintang Khairana Abdullah, Mauliana Mauliana, and Sylva Patria. 2022. "Kegiatan Pemberdayaan Remaja Melalui Penyuluhan Dan Pembentukan Komunitas Remaja Sadar Anemia Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia* 2, no. 3: 1055–60. <https://doi.org/10.54082/jamsi.373>.
- Lestari, Istiya Putri, Nur Indrawati Lipoeto, and Almurdi Almurdi. 2018. "Hubungan Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Murid SMP Negeri 27 Padang." *Jurnal Kesehatan Andalas* 6, no. 3: 507–11.
- Nasution, Andreanda, Siti Khodijah Parinduri, Andi Asnifatima, and Muhammad Amin Arigo Suci. 2021. "Peluang Dan Tantangan Promosi Kesehatan Kader Kesehatan Remaja Kota Bogor." *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 10, no. 1: 46–54.
- Rahmadi, Antun. 2019. "Perbedaan Status Anemia Gizi Besi Remaja Putri Yang Bersekolah Di SMA Program Dan Non-Program Suplementasi Tablet Tambah Darah." *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology* 1, no. 1: 30–34. <https://doi.org/10.33084/bjmlt.v1i1.462>.
- Ratnafuri, Indira, and Muslihati. 2020. "Efektifitas Pelatihan Self Regulated Learning Dalam Pembelajaran Daring Untuk Meningkatkan Ketuntasan Belajar Siswa Di Masa Pandemi Covid-19." In *Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling*. Universitas Malang. <http://conference.um.ac.id/index.php/bk2/article/view/75>.
- Sari, Anggrita, Ika Mardiatul Ulfa, and Ramalida Daulay. 2015. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Bogor: In Media.
- Wahyuni, Yenni Fitri, Aida Fitriani, Fatiyani, and Serlis Mawarni. 2023. "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seks Pranikah Di Desa Kampung Jawa Lama Kota Lhokseumawe." *Media Informasi* 19, no. 1: 90–96. <https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1.57>.
- Wahyuni, Yenni Fitri, Aida Fitriani, S. Mawarni, and N. Usrina. 2021. "Hubungan Peran Keluarga Dan Teman Sebaya Dengan Perilaku Seksual Remaja Putra Di SMA Negeri 5 Kota Lhokseumawe Tahun 2018." *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa* 7, no. 2: 98–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.30602/jkk.v7i2.858>.