



## Penyuluhan Komsumsi Tablet Fe Menggunakan Video Edukasi Pada Remaja Putri di SMPN 17 Semarang

Hadistya Hakimia S<sup>1\*</sup>, Jacobus Albertus<sup>2</sup>, Jalu Panjongko<sup>2</sup>, Yasmina Erna P<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>3</sup>Departemen Obstetri Ginekologi, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

\*Hadistya Hakimia S

email: [hhakimia27@gmail.com](mailto:hhakimia27@gmail.com)

Hp: +62 896 312 06252

### Abstrak

**Latar belakang:** Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang diderita oleh semua kalangan usia. Wanita khususnya remaja putri merupakan kelompok yang paling rentan mengalami anemia. Remaja putri rentan menderita anemia karena banyak kehilangan darah pada saat menstruasi. Konsumsi tablet Fe dapat digunakan untuk mengurangi resiko anemia. Namun kepatuhan penggunaan tablet Fe pada siswi masih kurang sehingga membutuhkan kegiatan edukasi tambahan. **Metode:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini berbentuk kegiatan edukasi dengan menggunakan video edukasi audiovisual. Kegiatan dilakukan di SMP 17 Semarang pada sejumlah 57 siswi putri. Evaluasi tingkat pengetahuan dilakukan dengan melihat jumlah siswi yang mengalami peningkatan nilai *pre-test* dan *post-test*. **Hasil:** Kondisi awal sebelum pemberian pengetahuan mengenai anemia pada 40 siswi putri yang mendapatkan edukasi video. **Kesimpulan:** Video edukasi audiovisual mengenai pentingnya tablet Fe meningkatkan pengetahuan siswi putri di SMP 17 Semarang.

**Kata Kunci:** anemia, promosi kesehatan, video audio-visual

### Abstract

**Background:** Anemia is a public health problem in Indonesia that affects all ages. Women, especially young women, are the most vulnerable to suffering from anemia. Young women are prone to anemia because they lose a lot of blood during menstruation. Consumption of Fe tablets can be used to reduce the risk of anemia. However, adherence to the use of Fe tablets in female students is still lacking, requiring additional educational activities. **Methods:** This community service activity is carried out in the form of educational activities using audiovisual educational videos. The activity was carried out at SMP 17 Semarang with a total of 57 female students. Evaluation of the level of knowledge is done by looking at the number of students who experience an increase in *pre-test* and *post-test* scores. **Result:** The initial conditions before giving education, obtained a good level of knowledge of female students (73.7%). After the *post-test*, there was an increase in knowledge about anemia in 40 female students who received video education. **Conclusion:** Audiovisual educational about the importance of Fe tablets to increase the knowledge of female students at SMP 17 Semarang.

**Keywords:** anemia, audio-visual video, health promotion

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang diderita oleh semua kalangan usia. Masalah tersebut disebabkan oleh kekurangan zat besi dan nutrisi lainnya, yang dapat disebabkan oleh hal-hal seperti rendahnya asupan zat besi, kesalahan konsumsi zat besi, dan masalah dalam mendapatkan nutrisi tersebut dari makanan. Asupan zat besi dapat didapatkan melalui suplementasi zat besi atau Tablet Tambah Darah (TTD). Kurangnya konsumsi tablet tambah darah memiliki dampak negatif bagi kesehatan seperti lemah dan lesu sehingga menurunkan produktivitas. Adapun dampak jangka panjangnya adalah mengganggu kehamilan, berisiko meningkatkan kematian ibu, dan berisiko melahirkan bayi premature dan berat badan bayi lahir rendah (BBLR) [1].



Prevalensi anemia menurut laporan Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa pada perempuan usia  $\geq 15$  tahun sebesar 37,1% dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 48,9%, dengan proporsi anemia di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun. Menurut data Kemenkes RI (2018), wanita khususnya remaja putri merupakan kelompok yang paling rentan mengalami anemia. Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah dalam menanggulangi masalah anemia adalah melalui pemberian suplementasi TTD berupa zat besi (60 mg  $\text{FeSO}_4$ ) dan asam folat (0,40 mg) [2]. Namun berdasarkan hasil Riskesdas 2018 cakupan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) remaja putri masih rendah. Sebanyak 76,2% remaja putri yang mendapatkan TTD, hanya 1,4% yang mengkonsumsi  $\geq 52$  butir. Berdasarkan data Kalimantan Selatan, pada kelompok umur 10-19 tahun 97,7% mengkonsumsi TTD  $< 52$  butir. Menurut Kemenkes RI (2019) alasan utama remaja putri tidak menghabiskan TTD yang diperoleh dengan inisiatif sendiri 39,7% karena merasa tidak perlu, hal ini terjadi dikarenakan salah satu faktor yang mempengaruhi adalah rendahnya pengetahuan terkait anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Remaja putri rentan menderita anemia karena banyak kehilangan darah pada saat menstruasi. Remaja putri yang menderita anemia berisiko mengalami anemia pada saat hamil. Hal ini akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak [3].

Anemia pada remaja dapat berdampak negatif pada kinerja dan pertumbuhan kognitif mereka. Remaja putri yang menderita anemia berisiko mengalami anemia pada saat hamil. Hal ini akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan meningkatkan morbiditas dan mortalitas ibu, meningkatkan berat badan lahir rendah, dan prematuritas dan juga berdampak negatif pada status zat besi bayi. Mengonsumsi sumber zat besi dan enhancer zat besi serta mengurangi konsumsi inhibitor dapat meningkatkan absorpsi zat besi dalam tubuh. Vitamin C, vitamin A dan vitamin B2 merupakan beberapa zat gizi yang dapat membantu penyerapan zat besi. Selain itu, protein hewani yang berasal dari daging, ikan dan unggas merupakan faktor *enhancer* zat besi yang berperan dalam pembentukan eritrosit dengan hemoglobin. Zat gizi yang berperan sebagai inhibitor zat besi yaitu fosfat, kalsium, tanin dan fitat [4]. Anemia pada remaja dapat dicegah dengan pemberian tablet Fe yang harus diminum secara teratur oleh remaja selama menstruasi. Pemberian suplemen zat besi akan meningkatkan hemoglobin darah rata-rata 10,2 g/L pada wanita hamil dan 8,6 g/L pada wanita tidak hamil. Sekitar 50% dari anemia pada wanita bisa dihilangkan dengan suplementasi zat besi [5].

Permasalahan belum semua remaja putri mengkonsumsi tablet Fe di puskesmas tidak hanya ditinjau dari sistem manajemen puskesmas melainkan juga pada faktor perilaku masyarakat di wilayah tersebut. Berdasarkan teori dasar yang dikembangkan oleh Lawrence Green, kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh dua faktor pokok yaitu faktor perilaku dan faktor diluar perilaku. Faktor perilaku dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu: faktor predisposisi yang meliputi umur, pekerjaan, pendidikan, pengetahuan dan sikap, faktor pemungkin yang terwujud dalam lingkungan fisik dan jarak ke fasilitas kesehatan, dan faktor penguat yang terwujud dalam dukungan yang diberikan oleh keluarga maupun tokoh masyarakat [6]. Dari uraian tersebut, maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat untuk menilai tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri

mengonsumsi tablet Fe di wilayah kerja Puskesmas Kedungmundu. Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan akan dapat menemukan masalah yang menjadi penyebab belum semua remaja putri mengonsumsi tablet Fe di wilayah Puskesmas Kedungmundu.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berbentuk kegiatan edukasi dengan menggunakan video edukasi audio visual mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah Fe. Kegiatan dilakukan di SMP 17 Semarang pada 57 orang remaja putri. Kegiatan dilakukan dengan mengumpulkan peserta di satu tempat dan memberikan video edukasi tentang konsumsi tablet Fe. Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan hasil penilaian *pre-test* dan *post-test* yang diuji dengan statistika Wilcoxon.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dilaksanakan di aula sekolah, diikuti oleh para siswa dengan penuh antusias (Gambar 1).



Gambar 1. Suasana kegiatan edukasi dengan pemutaran video

Karakteristik remaja putri di SMP 17 Semarang menunjukkan bahwa remaja putri terbanyak diambil dari usia 14 tahun yaitu sebanyak 27 orang (47.4%). Berdasarkan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet Fe menunjukkan bahwa dari 57 remaja putri, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 42 orang (73.7%). Berdasarkan tingkat sikap mengenai konsumsi tablet Fe bagi remaja putri menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki sikap baik dalam mengonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 31 orang (54.4%). Sebagai pendukung dalam peningkatan konsumsi tablet Fe, mayoritas remaja putri memilih dukungan sekolah baik sebanyak 55 orang (96.5%), dan mayoritas remaja putri memilih dukungan petugas kesehatan baik sebanyak 52 orang (91.2%) (Tabel 1).



Tabel 1. Karakteristik peserta edukasi remaja putri SMP 17 Semarang

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Usia (tahun)</b>		
12	3	1.8
13	25	43.9
14	27	47.4
15	4	7.0
<b>Tingkat Pengetahuan</b>		
Baik	42	73.7
Kurang	15	26.3
<b>Sikap</b>		
Baik	31	54.4
Kurang	26	45.6
<b>Dukungan Sekolah</b>		
Baik	55	96.5
Kurang	2	3.5
<b>Dukungan petugas Kesehatan</b>		
Baik	52	91.2
Kurang	5	8.8

Kesadaran konsumsi tablet Fe saat menstruasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan, hal ini dikarenakan pengetahuan merupakan faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi seseorang. Faktor yang mempengaruhi 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 [5].

Peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, dan pendidikan. Hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat pengetahuan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka seseorang akan menerima banyak informasi yang pada akhirnya semakin banyak pengetahuan yang dimiliki. Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan, apabila tingkat pendidikan tinggi maka tingkat pengetahuannya juga lebih baik [7]. Karakteristik usia sangat mempengaruhi peningkatan pengetahuan. Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja, seperti yang dinyatakan Verner dan Davison bahwa adanya 6 faktor fisik yang dapat menghambat proses belajar pada orang dewasa, sehingga membuat penurunan pada suatu waktu dalam kekuatan berfikir dan bekerja. Sehingga melalui pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya, pengalaman sendiri, pengalaman orang lain, lingkungan dapat membentuk pengetahuan seseorang dalam jangka waktu yang lama dan akan tetap bertahan sampai tua.

Ketidapatuhan remaja putri kemungkinan disebabkan oleh kebiasaan remaja putri dalam mengkonsumsi makanan cepat saji dengan berbagai rasa yang menurut mereka lezat, sedangkan jika



mereka dihadapkan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah yang jauh terasa tidak enak dan harus dikonsumsi secara rutin setiap minggunya tentu saja mereka akan enggan untuk mematuhi aturan tersebut. Selain itu, ditambah lagi mereka tidak merasakan keluhan apapun sehingga menambah anggapan mereka untuk tidak mengkonsumsi tablet tambah darah tersebut [8].

Tabel 2. Pengetahuan sesudah diberikan intervensi media video edukasi

Tingkat Pengetahuan	Jumlah Peserta
Penurunan Nilai	0
Tidak Ada Perubahan	17
Kenaikan Nilai	40

Perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dan bahaya anemia bagi remaja putri untuk mencegah terjadinya anemia dapat dilihat pada tabel 2. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa tidak siswa yang mengalami penurunan nilai *pretest* ke *posttest*. Sementara itu, sebanyak 40 remaja putri mengalami peningkatan nilai *pretest* ke *posttest* dengan nilai rata-rata peningkatan 20,50 ( $p$  value < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa dilakukan intervensi berupa penyuluhan dengan menggunakan media edukasi audiovisual berdampak positif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai bahaya anemia dan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe. Adanya peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe di kalangan siswa putri SMP 17 diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan minum obat, sehingga angka kejadian anemia pada remaja putri dapat menurun.

Media audio visual memiliki dua elemen yang masing-masing mempunyai kekuatan yang akan berpengaruh sangat besar. Media ini memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan, sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal. Hasil tersebut dicapai karena panca indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75% sampai 87%), sedangkan 13-15% pengetahuan disalurkan melalui indera yang lain [9]. Video juga disebut sebagai media yang menarik, efektif, dan efisien yang memudahkan seseorang memahami informasi yang diberikan [10]. Pada saat ini, media konvensional dirasa kurang efektif untuk peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku kesehatan. Generasi 4.0 lebih dekat dan lebih menyukai media edukasi kesehatan yang bersifat teknologi canggih seperti melalui pendekatan audiovisual dalam bentuk video animasi dengan karakter unik dan menarik [11].

## KESIMPULAN

Intervensi yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan menggunakan media edukasi berupa video mampu meningkatkan pengetahuan siswi SMP 17 Semarang mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang yang telah memberikan dukungan fasilitas dan operasional, dan pihak SMP 17 Semarang yang telah memberikan ijin dan pendampingan pada kegiatan ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Lestari D, Arbaen Mn, Butar Obb, Et Al. Penanggulangan Rendahnya Konsumsi Ttd Remaja Putri Melalui Penyuluhan Dan Pembentukan Duta Remaja. *Selaparang J Pengabd Masy Berkemajuan*. Epub Ahead Of Print 2021. Doi 10.31764/Jpmb.V4i3.4800.
- [2]. Kemenkes Ri. Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (Wus. *Jakarta Kemenkes Ri*.2020
- [3]. Aulya Y, Siauta Ja, Nizmadilla Y. Analisis Anemia Pada Remaja Putri. *J Penelit Perawat Prof* 2022; 1377–1386.
- [4]. Meikawati W, Aminah S, Salawati T, Et Al. Edukasi Manfaat Konsumsi Tablet Tambah Darah Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Kh Sahlan Rosjidi Unimus. *J Inov Dan Pengabd Masy Indones* 2022; 1: 22–24.
- [5]. Angrainy R, Fitri L, Wulandari V. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Pada Saat Menstruasi Pengan Anemia. *J Endur* 2019; 4: 343.
- [6]. Mahendra D, Jaya Imm, Lumban Amr. Buku Ajar Promosi Kesehatan. *Progr Stud Diploma Tiga Keperawatan Fak Vokasi Uki* 2019; 1–107.
- [7]. Handayani D. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Theisis*.2018
- [8]. Adnyana Ganws, Armini Nw, Suarniti Nw. Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia Dan Kepatuhan Remaja Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah. *J Ilm Kebidanan* 2020; 9: 103–109.
- [9]. Saputri Md, Noerfitri. Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Perilaku Terkait Anemia Dan Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswi Baru Stikes Mitra Keluarga. *J Penelit Kesehat Suara Forikes*.
- [10]. Balqis. Efektivitas Video Sebagai Media Edukasi Untuk Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Niat Terhadap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 21 Makassar. 2022; 1–50.
- [11]. Apriyanti Aini Pa. Promosi Kesehatan Dengan Media Video Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Pesantren Darussalam Bergas. *J Pengabd Kpd Masy - Aphelion* 2022; 3: 207–212.