



PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN REMAJA PUTRI MELALUI PEMBERIAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENGGOMSUMSI TABLET FE

Article history

Received: Maret 2022

Revised: Maret 2020

Accepted: Maret 2020

DOI: 10.35329/sipissangngi.v2i1.2783

^{1*}Lina Fitriani, ¹Sry Wahyuni

¹Stikes Bina Generasi Polewali Mandar

*Corresponding author

linafitriani@biges.ac.id

Abstrak

Siswi Remaja Putri perlu melakukan peningkatan pengetahuan dan ketertiban dalam konsumsi tablet FE akan membuatnya lebih baik di masa depan. Sekolah harus memperkuat hubungannya dengan puskesmas atau puskesmas untuk menyelesaikan keluhan anak perempuan saat menggunakan Fe dan mengontrol akses anak perempuan yang menggunakan Fe. Dalam pendidikan dan kesuksesan anak perempuan. Oleh karena itu fokus dalam pengabdian ini pihak sekolah dapat mendukung siswi-siswi remaja putri untuk mengkonsumsi tablet FE. kegiatan pengabdian ini menggunakan metode pretest dan postes dengan pendidikan kesehatan tentang anemia terhadap kepatuhan siswi remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe di SMAN 2 Polewali. Hasil dari pengabdian ini adalah kepatuhan remaja putri mengkonsumsi tablet FE dapat berdampak positif terhadap terjadinya anemia. Kepala sekolah beserta staf mampu berkomunikasi dan menjalin interaksi dengan siswi-siswi remaja putri.

Kata kunci: *pendidikan kesehatan, pengetahuan, kepatuhan, mengkonsumsi tablet Fe*



Gambar 1. Penyuluhan pendidikan kesehatan anemia di SMA Negeri 2 Polewali.

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah produksi darah, hemoglobin dalam darah, kurang dari normal Remaja 10 kali lebih mungkin terkena anemia dibandingkan pria. Hal ini karena anak perempuan mengalami periode menstruasi setiap bulan dan mereka tumbuh pada usia muda, sehingga mereka membutuhkan lebih banyak zat besi. Anemia juga dapat ditentukan dengan meningkatkan hematokrit, yaitu tiga kali kadar hemoglobin rata-rata. Kadar Hb maksimal untuk tes darah bagi remaja adalah kadar Hb kurang dari 12 g/dl (Brevan, 2020).

Remaja digolongkan sebagai penderita anemia karena berada pada usia remaja awal dan memiliki periode bulanan yang mengarah pada kekurangan zat besi. Salah satu penyebab utama defisiensi hemoglobin dalam darah adalah malnutrisi. Makanan mempengaruhi asupan harian. Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi remaja adalah kognisi (Breivan, 2020).

Anemia merupakan masalah kesehatan global terutama di negara maju dimana diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia lebih sering terjadi di daerah pedesaan, terutama pada remaja dan ibu hamil. anemia pada anak perempuan masih sangat tinggi, menurut World Health Organization (WHO), rata-rata global adalah sekitar 40-88% remaja (10-19 tahun), termasuk 26,2% di Indonesia. Antara 59% laki-laki dan 49,1% perempuan (Kemenke RI, 2013).

Remaja merupakan penyebab utama anemia (National Institutes of Health, 2011). Remaja putri adalah generasi penerus bangsa yang akan menentukan generasi penerus bangsa. 1000 Masa Hidup (HPK) pertama membutuhkan upaya bersama untuk meningkatkan gizi untuk meningkatkan infrastruktur manusia untuk generasi mendatang (Kementerian Kesehatan 2015). Sistem 1000 HPK dikembangkan dengan tujuan untuk memperluas dan memperluas pola makan global, dengan fokus pada 1000 hari sejak hari pertama kehamilan. Meskipun anak perempuan tidak menyumbang 1000 HPK, namun pola makan anak perempuan yang menjadi ibu memiliki manfaat yang signifikan bagi kesehatan, kehamilan dan kesejahteraan bayi lahir saat lahir (Bipnas 2012).

Motivasi mempengaruhi pendidikan kesehatan. Hal ini dapat berpengaruh pada perilaku responden. Selain itu, usia berkontribusi besar terhadap perubahan perilaku, usia merupakan salah satu yang berpotensi.

Mayoritas kaum muda di Indonesia memiliki jumlah sel darah merah 30%, rendah yaitu sekitar 7,5 juta orang (WHO, 2011), sekitar 37,1% pada tahun 2013 dan terus menjadi lebih besar 48,9% pada tahun 2018, terutama anak perempuan (27,2%) (Kemenkes RI, 2018).

Pada beberapa kasus tersebut, penulis tertarik untuk meneliti tentang informasi kesehatan anemia mempengaruhi pengetahuan dan kepatuhan pada remaja yang mengonsumsi pil tablet FE

a. Informasi kesehatan

Anemia mempengaruhi pendidikan kesehatan. Pelatih sendiri terlibat dalam kesehatan, hal ini dapat berpengaruh pada perilaku responden. Selain itu, usia berkontribusi besar terhadap perubahan perilaku, usia merupakan salah satu tujuannya. Informasi kesehatan remaja memiliki dampak signifikan pada pemahaman remaja putri karena konseling dapat membuat remaja putri lebih menarik tentang diabetes dan tekanan darah.

b. Kekurangan darah

Anemia merupakan salah satu kekurangan gizi terbesar di dunia dan merupakan masalah kesehatan baik tua maupun muda. Masalah ini sering menimpa remaja putri dan remaja di daerah tropis dan subtropis. Penyakit diabetes tersebar luas di seluruh dunia, terutama di negara-negara maju, termasuk Indonesia (Ahmady, Hapzah, dan Mariana 2017). Anemia merupakan masalah pangan utama di Indonesia khususnya kekurangan zat besi yang sering dijumpai oleh pelajar khususnya kaum muda. Kekurangan zat besi (Putri, Simanjuntak, dan Kusdalinah 2017).

Anemia Defisiensi Besi disebabkan oleh anemia, kekurangan zat besi, penyerapan yang tidak memadai dan kebutuhan zat besi lebih banyak untuk menghasilkan sel darah

merah, yang biasanya terjadi pada usia tua. Termasuk Busana Darah (Sma dan Muaro 2016).

c. Pengalaman

Kognisi adalah apa yang berasal dari belajar atau mengenali pikiran lima orang, seperti penglihatan, penciuman, rasa dan sentuhan. Kesadaran merupakan salah satu sikap yang memegang peranan penting dalam mengubah perilaku manusia. Pengetahuan adalah dasar dari kehendak manusia. Perilaku yang mempengaruhi pengetahuan itu penting, seperti belajar, usia, pengetahuan, perilaku. Proyek eksternal adalah pengembangan lingkungan, informasi, budaya dan ekonomi (Fujiyanti M, CTW 2019). Perolehan pengetahuan dapat dibagi menjadi dua kategori, penilaian dan kesalahan, metode energi, kesadaran diri dan pemikiran. Dan upaya pemecahan masalah secara modern atau eksperimental, yaitu melalui pemikiran dan refleksi (Fujiyanti M, Siti W 2019).

Kepatuhan minum tablet Fe dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor dari petugas kesehatan dan faktor dari diri sendiri seperti kesadaran dalam mengkonsumsi tablet Fe (Sma and Muaro 2016). Remaja putri yang memiliki pola makan yang tidak baik berisiko 1.2 kali untuk menderita anemia di banding remaja putri yang berpola makan yang baik (Muaro 2016).

d. Remaja

Anak muda berusia 11-20 tahun. Remaja putri lebih berpeluang terkena diabetes (gizi buruk) dan gizi buruk (keturunan Angiani Septri, Mary, dan Fajria 2020). Remaja mengalami flu, yang menempatkan mereka pada risiko diabetes saat ini bulan, bersama dengan pola makan yang buruk, makan makanan yang dapat menyebabkan peningkatan risiko nasib pembuluh darah. Ada banyak penyebab anemia, termasuk pola makan yang buruk, kebiasaan makan yang buruk, dan kesehatan yang buruk. Pemuda merupakan tahapan penting dalam pembangunan dan perkembangan manusia. Status remaja sering ditentukan oleh gizi dan kesejahteraan remaja, sehingga gizi yang baik merupakan faktor penting dalam perkembangan remaja. Dengan kesehatan dan kesejahteraan yang lebih baik, pertumbuhan dan perkembangan pemuda tercapai (Setiyowati et al. 2019).

Sebuah survei kesehatan global tahun 2015 menemukan bahwa 93,6% remaja makan sedikit buah dan sayuran, dan lebih cenderung makan makanan manis. Kondisi tersebut merupakan faktor risiko penyakit degeneratif dan anemia defisiensi besi. Di negara maju proporsi sel darah pada remaja putri adalah 27% sedangkan di negara maju hanya 6%. Hasil Survei Kesehatan 2013 menunjukkan bahwa kejadian anemia di Indonesia adalah 21,7%, dengan 26,4% antara 5-14 dan 18,4% antara 15-24 (Agustus 2019).

Menurut penelitian Astuti (2013), penting bagi responden untuk diberitahu karena ada beberapa responden yang tidak mengetahui informasi terkait kurang darah untuk menghindari komplikasi. anemia dan gadis remaja memiliki perubahan terbesar di masa kanak-kanak. Hal ini dikarenakan proses edukasi peningkatan hemoglobin pada remaja merupakan hal terpenting yang harus diberikan oleh remaja melalui media atau media elektronik (Izzaty, Astuti, dan Cholimah 2018).

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini menggunakan metode pretest dan postes dengan pendidikan kesehatan tentang anemia terhadap kepatuhan siswi remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe di SMAN 2 Polewali. Dalam memberikan materi menggunakan metode ceramah tentang tablet Fe dan proses Tanya jawab. Langkah-langkah yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah:

Langkah 1

Pengabdian melakukan proses perijinan di sekolah SMAN 2 Polewali Mandar dengan membawa surat tugas dari Ketua LPPM Stikes Bina Generasi Polewali Mandar

Langkah 2

Pengabdian melakukan sosialisasi terkait kegiatan pengabdian kepada siswi remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe di SMAN 2 Polewali.

Langkah 3

Pengabdian memberi pengetahuan dan kemampuan tentang tablet Fe pada siswi remaja putri.

Langkah 4

Pengabdian membagi kuesioner mengenai kepatuhan tentang mengkonsumsi tablet Fe yang berjumlah 13 pertanyaan. Setiap jawaban ya pada pertanyaan diberi skor 0 dan jawaban tidak pada pertanyaan diberi skor 1. Skor tertinggi adalah 13.

Langkah 5

Pengabdian melakukan evaluasi mengenai kepatuhan tentang mengkonsumsi tablet Fe

Langkah 6

Pengabdian memberikan rencana dan program tindak lanjut kepada siswi remaja putri SMAN 2 Polewali.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Survei dilakukan pada 20 peserta, menggunakan pertanyaan pra dan pasca tes. Gambar 2 menunjukkan cuaca saat peserta menyelesaikan kuesioner. Kuesioner yang telah diisi diberikan untuk menilai kesehatan pembuluh darah yang diikuti peserta sebelum kegiatan ini pada periode pasca partisipasi. Dari hasil review diperoleh data bahwa peserta mengikuti pola kinerja sebelum dan sesudah mengikuti program. Dengan hasil penelitian kepatuhan minum obat dengan gangguan pendengaran setara (76-100%) peserta merasa tidak tahu banyak, kemudian mengetahui akibatnya.

Hasil survei sebelum dan sesudah penelitian tentang kesehatan penderita anemia diikuti remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe. Hasil survei sebelum penyuluhan kesehatan penderita anemia, dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Pretest sosialisasi kesehatan penderita anemia.

<i>Pre-Test</i>			
No.	Kategori	Jumlah	Persen
1	Patuh (76-100%)	1	10%
2	Cukup Patuh (56-75%)	4	40%
3	Tidak Patuh (<56%)	5	50%
	Total	10	100%

Sedangkan hasil survei sesudah sosialisasi ditunjukkan pada tabel 2.

Tabel 2. Post-test sosialisasi kesehatan penderita anemia.

<i>Post-Test</i>			
No.	Kategori	Jumlah	Persen
1	Patuh (76-100%)	3	30%
2	Cukup Patuh (56-75%)	5	50%
3	Tidak Patuh (<56%)	2	20%
	Total	10	100%

Pada Tabel 1 dengan hasil pengukuran kepatuhan mengkonsumsi obat terlarang (<56%), sebanyak 4 responden (40%) dengan hasil pengukuran kepatuhan mengkonsumsi obat terlarang Respon sangat baik (56-75%) dan respon 1 (10%) dengan hasil observasi kepatuhan observasi (76-100%). Dan Tabel 2 menunjukkan bahwa peserta survei tidak mengikuti pola makan tidak tertib (<56%), sebanyak 5 responden (50%) dengan hasil

penelitian tindak lanjut pengguna narkoba menurut konsistensi (56-75 %) dan 3 responden (30%) dengan hasil observasi penggunaan narkoba dengan kepatuhan (76-100%).

4. SIMPULAN

Aplikasi pengabdian masyarakat untuk membantu sekolah mempermudah remaja mengonsumsi tablet Fe agar dapat berprestasi lebih baik di masa mendatang. Pihak sekolah sebaiknya mempererat hubungan dengan puskesmas atau puskesmas untuk mengatasi keluhan remaja putri saat minum tablet Fe dan monitoring tindak lanjut remaja putri dalam mengonsumsi Fe.

DAFTAR PUSTAKA

- Briawan D. *Anemia: Masalah Gizi pada Remaja Wanita*. Jakarta: EGC; 2020
- Kementrian Kesehatan. 2013. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta (ID): Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Badan Perencanaan dan Pembangunan Nasional. 2012. Kerangka Kebijakan: Gerakan Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Jakarta
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Kenali Masalah Gizi yang Ancam Remaja Indonesia
- Agustina. 2019. "Analisis Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* 11(4): 269–76.
- Ahmady, Ahmady, Hapzah Hapzah, and Dina Mariana. 2017. "Penyuluhan Gizi Dan Pemberian Tablet Besi Terhadap Pengetahuan Dan Kadar Hemoglobin Siswi Sekolah Menengah Atas Negeri Di Mamuju." *Jurnal Kesehatan Manarang* 2(1): 15.
- Fujiyanti M, Siti W, Ruhyatul A. 2019. "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Dan Tablet Tambah Darah Pada Remaja Tentang Anemia Dan Tablet Tambah Darah Putri." *Wellness and Healthy Magazine* 1(February): 41–47. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i216wh>.
- Izzaty, Rita Eka, Budi Astuti, and Nur Cholimah. 2018. "Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Paal Merah I Kota Jambi Tahun 2018." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 7(01): 5–24.
- Putri Angiani Syptri, Neherta Meri, and Lili Fajria. 2020. "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Mixed Media Education Intervention Program Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di SMAN 1 Talamau Pasaman Barat Tahun 2020." *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan* 6(3): 69–79. <http://publishing.krafon.or.id/index.php/wk-jiik/article/view/109>.
- Putri, Retno Desita, Betty Yosephin Simanjuntak, and Kusdalina Kusdalina. 2017. "Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri." *Jurnal Kesehatan* 8(3): 404.
- Setiyowati, Eppy, Ima Nadatien, Rusdianingsih Rusdianingsih, and Yunita Amilia. 2019. "Efektifitas Pemberian Tablet Besi (Fe) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Siswi Yang Menderita Anemia Di SMAN 3 Kabupaten Sampang." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya* 14(1): 11–17.
- Sma, D I, and Negeri Muaro. 2016. "Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja." 18.