



Mosiraha: Jurnal Pengabdian Farmasi, Vol 1. No. 3 (2023)  
ISSN (Online) : 2986-8165  
<https://jpf.uho.ac.id/index.php/journal/index>



## SOSIALISASI DAN EDUKASI BAHAYA ANEMIA DAN PENGGUNAAN TABLET PENAMBAH DARAH (Fe) PADA SISWA DI SMA NEGERI 2 KENDARI

Sabarudin<sup>1\*</sup>, Nurull Hikmah<sup>1</sup>, Loly Subhiaty Idrus<sup>1</sup>, Rifa'atul Mahmudah<sup>1</sup>, Sitti Raodah Nurul Jannah<sup>1</sup>, Rachma Malina<sup>1</sup>, La Ode Nggawu<sup>2</sup>, La Aba<sup>3</sup>, Fifi Nirmala<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo, Jl. HEA Mokodompit, Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 93231

<sup>2</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo, Jl. HEA Mokodompit, Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 93231

<sup>3</sup>Program Studi Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Halu Oleo, Jl. HEA Mokodompit, Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 93231

<sup>4</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo, Jl. HEA Mokodompit, Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 93231

Corresponding author<sup>\*</sup>: [sabarudin@uho.ac.id](mailto:sabarudin@uho.ac.id)

### Abstrak

Anemia merupakan kondisi dimana kadar haemoglobin di bawah batas normal. Anemia terjadi karena defisiensi zat besi dan paling sering dialami oleh remaja putri terutama pada periode menstruasi. Pada siswa sekolah anemia dapat menyebabkan penurunan konsentrasi dan menurunnya daya tangkap terhadap Pelajaran. Gejala anemia seperti Lelah, lelah, lesu, muka pucat dan penurunan konsentrasi akibat defisiensi zat besi. Tujuan dari program kemitraan masyarakat ini adalah untuk mengedukasi bahaya anemia dan penggunaan tablet tambah darah kepada siswa SMAN 2 kendari dengan metode caramah dan pembagian leaflet. Berdasarkan hasil kuisisioner yang diberikan kepada 80 responden diperoleh hasil yaitu terjadi peningkatan nilai sangat baik dari 56,3% saat pre-test menjadi 65% saat post-test yang menunjukkan bahwa siswa dan siswi di SMAN 2 Kendari telah memahami bahaya dari anemia dan cara menggunakan suplemen tablet tambah darah untuk mencegah anemia.

**Kata Kunci:** Tablet Tambah Darah, Anemia, Remaja

### Penulis Korespondensi:

Sabarudi  
Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo  
Email: [sabarudin@uho.ac.id](mailto:sabarudin@uho.ac.id)

### Info Artikel:

Submitted : 19 Oktober 2023  
Revised : 14 Desember 2023  
Accepted : 31 Desember 2023  
Published : 31 Desember 2023

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi tubuh ketika jumlah sel darah merah (kadar haemoglobin) berada di bawah batas normal [1]. Anemia menjadi masalah gizi mikro yang banyak terjadi di seluruh dunia terutama di negara berkembang yang diperkirakan terjadi pada 30% populasi penduduk dunia. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makanan. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara dapat diketahui bahwa prevalensi anemia di Sulawesi Tenggara pada tahun 2017 sebanyak 33,2% dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 42,1%. kemudian cakupan pemberian tablet tambah darah di Sulawesi Tenggara tahun 2017 sebanyak 78,81%, dan meningkat pada tahun 2018 mengalami penurunan menjadi 75,35% [2].

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Oleh karena itu, sasaran program penanggulangan anemia gizi telah dikembangkan yaitu mencapai remaja putri SMP, SMA, dan sederajat, serta wanita di luar sekolah sebagai upaya strategis dalam upaya memutus simpul siklus masalah gizi. Walaupun begitu, prevalensi anemia di kalangan remaja putri masih tergolong dalam kategori tinggi [3].

Tahun 2015 prevalensi anemia secara umum pada remaja puteri di Indonesia sebesar 18,22% dan untuk usia remaja putri (15-19 tahun) prevalensinya mencapai 26,5% [4]. Hasil riskesdas 2018 menunjukkan proporsi remaja putri yang mendapat tablet tambah darah sebesar 76,2% dan 23,8% tidak mendapat tablet tambah darah. Konsumsi tablet tambah darah remaja putri <52 tablet sebanyak 98,6% dan >52 tablet hanya 1,4% [3].

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara dapat diketahui bahwa prevalensi anemia di Sulawesi Tenggara pada tahun 2017 sebanyak 33,2% dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 42,1%, Kemudian cakupan pemberian tablet tambah darah di Sulawesi Tenggara tahun 2017 sebanyak 78,81%, dan pada tahun 2018 mengalami penurunan menjadi 75,35%. Angka ini masih cukup tinggi sehingga pemerintah mengambil kebijakan untuk melakukan skrening anemia di tingkat sekolah menengah tingkat pertama dan menengah atas, untuk selanjutnya pemberian pada anak remaja [2]. Remaja putri di Kota Kendari yang mendapat tablet tambah darah (TTD) pada tahun 2019 mencapai 15.597 remaja dari total target 15.772 [5].

Kerentanan remaja putri untuk mengalami anemia terjadi karena peningkatan kebutuhan zat besi, kurangnya asupan nutrisi seimbang dan pendarahan menstruasi berlebih [6]. Pengeluaran zat besi melalui menstruasi mengakibatkan kehilangan simpanan zat besi secara cepat sesuai dengan banyaknya darah yang keluar sedangkan semakin lama seorang wanita mengalami menstruasi maka semakin banyak pula darah yang keluar dan semakin banyak timbunan zat besi yang keluar. Oleh karena itu wanita yang mengalami menstruasi merupakan golongan yang lebih cenderung mengalami anemia defisiensi zat besi. Beberapa gejala anemia defisiensi besi ditimbulkan akibat menurunnya kapasitas pengakutan oksigen oleh darah yaitu, seperti mudah lelah, lemas, lesu, muka pucat, kuku mudah pucat, kurang selera makan, nafas pendek, hingga

menurunkan ketahanan serta kinerja fisik, sehingga menurunkan kapasitas kerja, juga dapat mempengaruhi fungsi kognitif seperti konsentrasi belajar rendah dan memperlambat daya tangkap pada usia anak sekolah, remaja putri dan kelompok usia lainnya. Akibat dari anemia ini jika tidak diberi intervensi dalam waktu lama akan menyebabkan beberapa penyakit seperti gagal jantung kongestif, penyakit infeksi kuman, thalasemia, gangguan sistem imun, dan meningitis [3].

Konsumsi nabati yang lebih besar juga mengakibatkan tidak terpenuhinya kebutuhan zat besi harian remaja putri [6]. Sebuah studi fenomenologi pada 10 remaja putri yang mengalami anemia membuktikan bahwa kebiasaan tidak sarapan, sering minum teh dan kopi, kurangnya jumlah asupan protein, tidak pernah minum vitamin C dan suplemen Fe serta makan junkfood berlebih, selain itu kurangnya pengetahuan semua remaja putri tersebut mengenai anemia, gizi seimbang dan pola makan yang benar [7].

Hal ini menunjukkan masih rendahnya kesadaran remaja putri mengenai pentingnya konsumsi TTD secara rutin sebagai upaya preventif anemia [8]. Rendahnya kepatuhan remaja putri untuk mengkonsumsi TTD secara rutin dapat disebabkan kurangnya paparan remaja putri terhadap informasi yang lengkap dan efektif mengenai serba-serbi anemia [9]. Hasil penelitian yang dilakukan [10] yang menjelaskan bahwa pemberian tablet tambah darah efektif untuk meningkatkan kadar Hb siswa dan Pemberian edukasi mengenai anemia penting dilakukan untuk memberikan informasi yang benar kepada remaja putri. Melalui pemberian informasi dapat tergali informasi-informasi mengenai hal-hal yang ada dalam pikiran remaja yang mungkin saja mempengaruhi perilaku kesehatan mereka [10].

Berdasarkan fakta tersebut, maka kami tim mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker Universitas Halu Oleo berinisiatif untuk memberikan Sosialisasi dan Edukasi tentang Anemia dan Penggunaan Tablet Penambah Darah pada Siswa SMA 2 Negeri Kendari serta memberikan pemahaman pola nutrisi yang baik dan cara konsumsi TTD yang benar.

## **METODE PELAKSANAAN**

Metode pendekatan yang akan dilakukan pada program kemitraan masyarakat yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan mitra yang terkait dengan aspek mutu layanan atau kehidupan masyarakat yaitu edukasi mengenai bahaya anemia dan penggunaan tablet tambah darah.

Adapun langkah-langkah yang ditempuh guna melaksanakan solusi atas permasalahan spesifik yang dihadapi mitra adalah sebagai berikut:

- a. Survey tempat program kemitraan masyarakat.  
Pelaksanaan kemitraan masyarakat dilakukan di SMAN 2 Kendari yang memiliki jumlah siswa sebanyak 1.389.
- b. Melakukan koordinasi dengan pihak mitra untuk membahas kegiatan yang akan dilakukan. Pembahasan sampai pada teknis pelaksanaan berikut jadwal dan tempat kegiatan.
- c. Penyiapan Sumber Daya Manusia.

Sumber daya manusia (SDM) dalam hal ini adalah mentor yang akan mendampingi selama kelas berlangsung. Mentor terdiri dari dosen farmasi Universitas Halu Oleo dan juga mahasiswa yang telah memiliki pengetahuan dan keterampilan farmasi untuk program ini.

d. Penyiapan alat dan bahan serta akomodasi.

Alat, bahan dan akomodasi yang digunakan untuk setiap sesi dipersiapkan oleh tim pengusul sedangkan ruangan dan peserta dipersiapkan oleh mitra.

e. Pelaksanaan program

Pelaksanaan program dilakukan dengan bentuk ceramah materi sesuai pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Pelaksanaan program peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan gaya hidup dan penggunaan obat antidiabetes melitus.

Materi	Durasi	Bentuk kegiatan
Edukasi anemia dan bahaya anemia	50 menit	Ceramah, leaflet
Cara penggunaan tablet tambah darah sebagai pengobatan anemia	50 menit	Ceramah, leaflet

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Anemia merupakan kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi kebutuhan fisiologis yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin (Hb) <13 gr/dl pada remaja laki-laki dan <12 gr/dl pada remaja putri. Akibatnya, mekanisme pengangkutan oksigen ke seluruh tubuh menjadi terganggu sehingga menyebabkan lebih mudah merasa lemah, letih, dan sulit berkonsentrasi yang mengganggu produktivitas sehari-hari.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi mengenai bahaya anemia sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan siswa-siswa SMAN 2 Kendari merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat Program Studi Farmasi Universitas Halu Oleo. Peserta sosialisasi adalah siswa-siswi SMAN 2 Kendari. Sosialisasi ini diharapkan dapat membantu dan memberi pengetahuan bagi siswa-siswi SMAN 2 Kendari agar memahami terkait bahaya anemia dan pentingnya menjaga kesehatan tubuh.

Kegiatan sosialisasi pencegahan anemia dan pemberian informasi mengenai penggunaan tablet tambah darah di SMA Negeri 2 Kendari diawali dengan melakukan persiapan dan koordinasi dengan kepala Sekolah dan guru SMAN 2 Kendari. Koordinasi dilakukan dengan tujuan agar kegiatan sosialisasi dapat berjalan dengan baik dan memperoleh dukungan dari berbagai pihak yang terlibat di dalam kegiatan yang dilaksanakan.

## PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dimulai dengan pemateri memberikan kuisisioner terlebih dahulu kepada siswa dan siswi SMA Negeri 2 Kendari dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa mengenai anemia dan tablet tambah darah. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi menggunakan metode ceramah yaitu memberikan edukasi kepada siswa-siswi SMAN 2 Kendari mengenai anemia dan penggunaan tablet tambah darah. Melalui penjelasan yang diberikan, diharapkan siswa dapat mengetahui bahaya anemia dan bagaimana pencegahannya, serta memberikan pemahaman terkait penggunaan tablet tambah darah. Pemaparan materi terkait antibiotik dapat dilihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Pemaparan materi pencegahan anemia

Setelah pemaparan materi oleh pemateri maka peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan melakukan diskusi pada sesi tanya jawab. Peserta sangat antusias dalam bertanya kepada pemateri mengenai materi tentang pencegahan anemia dan penggunaan tablet tambah darah sebagai suplemen pencegah anemia pada siswa. Sosialisasi ini diharapkan dapat memberikan informasi agar setiap siswa mengetahui bahwa anemia dapat berbahaya bagi tubuh dan dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi dan suplemen tablet tambah darah. Untuk menilai pemahaman peserta mengenai pemaparan yang telah diberikan dengan cara penilaian secara langsung. Penilaian dilakukan dengan melihat pemahaman peserta sebelum dan sesudah diberikan pemaparan tentang anemia dan tablet tambah darah dengan cara siswa diarahkan untuk mengisi kembali kuisisioner yang telah disiapkan sebelumnya. Hasil kuisisioner pre-test dan post-test responden SMA Negeri 02 Kendari dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil kuisisioner *pre-test* dan *post-test* responden terkait anemia dan tablet tambah darah

No.	Tingkat Pengetahuan Responden	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		Jumlah	Presentase (%)	Jumlah	Presentase (%)
1.	Rendah (< 55%)	16	20	6	7,5
2.	Sedang (55 – 57%)	19	23,7	22	27,5
3.	Tinggi (> 75%)	45	56,3	52	65

---

Total	80	100	80	100
-------	----	-----	----	-----

---

Resistensi bakteri terhadap antibiotik menyebabkan berkurangnya efektivitas terapi kurangnya sensitivitas antibiotik terhadap suatu bakteri yang membuat bakteri itu semakin kebal dan berdampak peningkatan morbiditas dan mortalitas serta pengeluaran perawatan kesehatan yang berlebihan [11]



**Gambar 2.** Dokumentasi bersama siswa dan siswi SMA Negeri 02 Kendari

Hasil kegiatan sosialisasi ini mampu menambah pengetahuan siswa-siswi SMAN 2 Kendari mengenai pencegahan anemia dan penggunaan tablet tambah darah sebagai suplemen, hal ini diketahui dari evaluasi yang dilakukan diakhir kegiatan dimana sebanyak 65% siswa mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pelaksana dengan baik sehingga jumlah responden yang memiliki pengetahuan tinggi menjadi meningkat. Hasil ini sesuai dengan hasil kegiatan pangabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh [8] menunjukkan bahwa dengan adanya kegiatan sosialisasi terkait bahaya anemia dapat meningkatkan pengetahuan responden dari 54 menjadi 70%, sehingga kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kebijaksanaan masyarakat tentang pencegahan anemia dan pemanfaatan suplemen tablet tambah darah. Metode penyuluhan memberikan pengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan dan dengan pengetahuan yang dimiliki tersebut dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari termasuk penerapan dalam mencapai derajat kesehatan yang baik.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SMA Negeri 2 Kendari dapat disimpulkan bahwa kegiatan sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai anemia, pencegahan anemia dan penggunaan suplemen tablet tambah darah untuk siswa sehingga dapat meningkatkan kesehatan tubuh dan menghasilkan generasi muda yang lebih sehat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada pihak Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Halu Oleo sebagai pemberi dana kegiatan dan juga kepada SMAN 2 Kendari sebagai mitra pelaksanaan PkM Internal UHO tahun 2023

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] D. F. Lestari, "Pemeriksaan Golongan Darah dan Rhesus Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 11 Bengkulu Utara," vol. 09, no. 2, pp. 308–315, 2020.
- [2] Rianti, Fatmawati, and Suwarni, "Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Asupan Zat Besi (Fe) dengan Status Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara," vol. 9, no. 2, pp. 12–18, 2022.
- [3] M. S. E. D. Cahyaningrum, W. Ru-Tang, R. T. Muti, Y. Triliani, and D. Astuti, "Description of the Knowledge Level of Adolescent Women About Anemia," vol. 3, no. 9, pp. 7733–7740, 2023.
- [4] I. Waelan, D. S. Effendy, and Harleli, "HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMAN 8 KENDARI TAHUN 2020," *Progr. Stud. Gizi FKM UHO*, vol. Vol 1, No, 2022.
- [5] Dinas Kesehatan Kota Kendari, "Laporan Kinerja Bidang Kesehatan Masyarakat Tahun 2020," 2020.
- [6] C. Triwinarni, T. Ninuk, S. Hartini, and J. Susilo, "Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia Gizi Besi ( AGB ) pada Siswi SMA di Kecamatan Pakem," pp. 61–67.
- [7] A. Budiarti *et al.*, "Studi fenomenologi penyebab anemia pada remaja di surabaya," 2013.
- [8] Aini, I. Nurfajri, and D. Anggryani, "Sosialisasi Bahaya Anemia Terhadap Peningkatan Prestasi Belajar Siswa SMA," vol. d, pp. 3–6, 2022.
- [9] H. Lismiana and S. Indarjo, "Pengetahuan dan Persepsi Remaja Putri Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah," vol. IX, no. 1, pp. 1–6, 2016.
- [10] N. A. Amin, "Hubungan Antara Kebiasaan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kadar Hb Dan Prestasi Belajar Pada Siswi Di Sma," vol. 1, no. 2, 2021.
- [11] Rukmini, Selma Siahaan, and Elma Diana Sari, "Analisis Implementasi Kebijakan Program Pengendalian ( Studi Kasus Di Rsup Dr . Wahidin Sudirohisudo ,Makassar ) (Case Study In Rsup Dr . Wahidin Sudirohisudo,Makassar )," *Bul. Penelit. Sist. Kesehat.*, vol. 22, no. 2, pp. 106–116, 2019.