

**PENYULUHAN KEPATUHAN KONSUMSI
TABLET TAMBAH DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA
DI DESA RULUNGSARI NATAR**

**Ade Maria Ulfa*, Pramesti Syifa Nirmala, Tarifa Ananda Mulyani, Kayla
Triaisya, Abel Mia Audia**

Program Studi Farmasi Universitas Malahayati

* Email Korespondensi Penulis: ade_mariaulfa@malahayati.ac.id

ABSTRACT

Anemia is a health problem that often occurs in women, especially pregnant women, because the need for iron during pregnancy increases. One indicator of the success of the anemia prevention and control program in pregnant women is compliance in consuming iron tablets during pregnancy. This counseling activity found out the increase in knowledge and compliance of pregnant women in consuming iron tablets before and after counseling in Rulungsari Village, Natar District, South Lampung Regency. The method used was a survey method in the form of discussion, interviews and observations as well as statistical analysis using the paired T test. The results of the counseling showed an increase in knowledge of pregnant women about compliance in consuming iron tablets as an effort to prevent anemia, seen from the average value obtained before the counseling was 49.6% and after the counseling, an average assessment of 88% was obtained, so that an increase of 38.4% was obtained. Statistical data showed that there was a significant difference between the pre-test and post-test values ($p < 0.05$) indicating a significant increase before and after counseling

Keywords: Anemia, Pregnant Women, Counseling, Iron Supplements Tablet

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada wanita khusus nya pada ibu yang sedang hamil, karena kebutuhan zat besi selama masa kehamilan meningkat. Salah satu indikator keberhasilan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil adalah kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah selama masa kehamilannya. Kegiatan penyuluhan ini mengetahui peningkatan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil dalam konsumsi tablet tambah darah sebelum dan sesudah penyuluhan di Desa Rulungsari, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan. Metode yang digunakan metode survei berupa diskusi, wawancara dan observasi serta analisis statistik menggunakan uji paired T test. Hasil penyuluhan didapatkan peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia dilihat dari nilai rata-rata yang diperoleh sebelum dilakukannya penyuluhan adalah 49.6% dan setelah dilakukannya penyuluhan diperoleh rata-rata penilaian sebesar 88%, sehingga diperoleh peningkatan sebesar 38.4%. Data statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* ($p < 0,05$) menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan

sebelum dilakukannya penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan.

Kata Kunci: Anemia, Ibu Hamil, Penyuluhan, Tablet Tambah Darah

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah yang masih sering terjadi pada wanita dan juga masuk dalam kategori permasalahan kesehatan yang penting di dunia termasuk Indonesia. Anemia dapat terjadi pada setengah dari populasi anak-anak prasekolah, wanita hamil, dan sekitar satu per tiga dari wanita tidak hamil. Kejadian anemia yang sering dijumpai adalah pada ibu yang sedang hamil, karena kebutuhan zat besi selama masa kehamilan meningkat, juga terjadi perubahan sumsum tulang dan darah. Menurut data *World Health Organization* (WHO, 2022), prevalensi global anemia pada wanita berusia 15–49 tahun adalah 29,9% pada tahun 2021. Untuk data negara Indonesia sendiri, WHO menyebutkan prevalensi anemia pada wanita berusia 15-49 tahun sebesar 31,2 % pada tahun yang sama. Hal ini sejalan dengan kejadian anemia di Indonesia masih cukup tinggi. Sedangkan kematian pada ibu hamil mencapai angka 40% yang berkaitan dengan anemia (Gustanela dan Pratomo, 2022).

Kurangnya asupan zat besi menjadi penyebab terjadinya anemia, hal ini sering dijumpai hampir disetiap kasus. Di negara berkembang nilai prevalensi cukup tinggi yaitu sebesar 51% dan 14% di negara maju. Penyebab lain meliputi anemia yang disebabkan oleh hilangnya darah yang terjadi secara mendadak, anemia inflamasi atau keganasan, anemia megaloblastik, anemia hemolitik dan anemia aplastik (Suryadinata *et al.*, 2022). Zat besi merupakan mineral yang dibutuhkan tubuh untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin). Anemia dalam kehamilan menyebabkan ibu tidak mampu menghadapi kehilangan darah dan membuatnya lebih rentan terhadap infeksi. Anemia juga dapat menimbulkan hipoksia fetal, persalinan premature dan pengaruh terhadap kematian ibu (Proverawati, 2011).

Departemen Kesehatan RI sejak tahun 1970 telah melaksanakan suatu program pemberian tablet zat besi pada ibu hamil di Puskesmas dan Posyandu untuk mengatasi masalah anemia pada ibu hamil dengan mendistribusikan tablet tambah darah (TTD), dimana 1 tablet berisi 200 mg Fero sulfat dan 0,25 mg asam

folat (setara dengan 60 mg besi dan 0,25 mg asam folat). Setiap ibu hamil dianjurkan minum tablet tambah darah dengan dosis satu tablet setiap hari selama masa kehamilannya dan empat puluh hari setelah melahirkan. Tablet tambah darah disediakan oleh pemerintah dan diberikan kepada ibu hamil secara gratis melalui sarana pelayanan kesehatan (Widatiningsih. 2016).

Kepatuhan ibu hamil mengkonsumsi TTD merupakan salah satu indikator keberhasilan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Ketidakpatuhan dalam meminum tablet tambah darah menghambat manfaat suplementasi zat besi (Fe) tersebut (Yuniarti *et al.*, 2015). Ketidakpatuhan ibu hamil konsumsi TTD dapat disebabkan perasaan bosan atau malas, rasa dan aroma yang tidak enak dari TTD (Aditianti *et al.*, 2015), efek samping yang dirasakan setelah mengkonsumsi TTD, seperti mual dan muntah, nyeri atau perih di ulu hati dan tinja berwarna hitam (Kementerian Kesehatan RI, 2016; Yuniarti *et al.*, 2015).

Penelitian Desi dkk. (2015) mengenai kepatuhan konsumsi TTD didapatkan sebagian ibu tidak patuh mengkonsumsi TTD yaitu sebesar 56% (Krisnawati *et al.*, 2015). Dalam penelitian lainnya yang dilakukan oleh Asmin (2021) didapatkan hasil bahwa persentase ibu hamil yang patuh minum obat TTD hanya sebesar 21,8% (n=36) (Asmin *et al.*, 2021). Dengan demikian menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan konsumsi TTD masih rendah.

Maka kami tim dari prodi farmasi Universita Malahayati melakukan kegiatan pengabdian masyarakat untuk mendukung upaya pencegahan anemia pada ibu hamil melalui penyuluhan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah di kalangan ibu hamil.

MASALAH

Berdasarkan data yang di dapatkan dari Puskesmas Rulungsari, masih ada beberapa ibu hamil yang belum mengetahui pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Tujuan kali ini untuk penyuluhan kepada ibu hamil tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah untuk mencegah terjadinya anemia.

Kegiatan ini berupa penyuluhan tentang kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang ditujukan ke ibu hamil adalah bentuk ceramah dan observasi secara

langsung untuk mencegah anemia. Penyuluhan ini dilakukan pada ibu hamil Desa Rulungsari, Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan agar peduli tentang dampak dari anemia karena tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah sesuai yang di anjurkan.

METODE

Program yang dipilih pada kegiatan ini ialah tentang anemia dan pengobatannya kepada masyarakat Dusun II SukaBandung Desa Rulungsari. Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan, diperoleh banyak informasi dari berbagai sumber dengan menggunakan metode survei berupa diskusi, wawancara, dan pengamatan lingkungan. Observasi dilakukan dengan ibu-ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program yang dilaksanakan penulis pada kegiatan pengabdian masyarakat yaitu melakukan penyuluhan tentang Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada masyarakat Desa Rulungsari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan adalah bentuk sosialisasi pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Kegiatan ini dilakukan pada hari Rabu 04 Desember 2024 yang bertempat di Posyandu Mawar Desa Rulungsari, Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

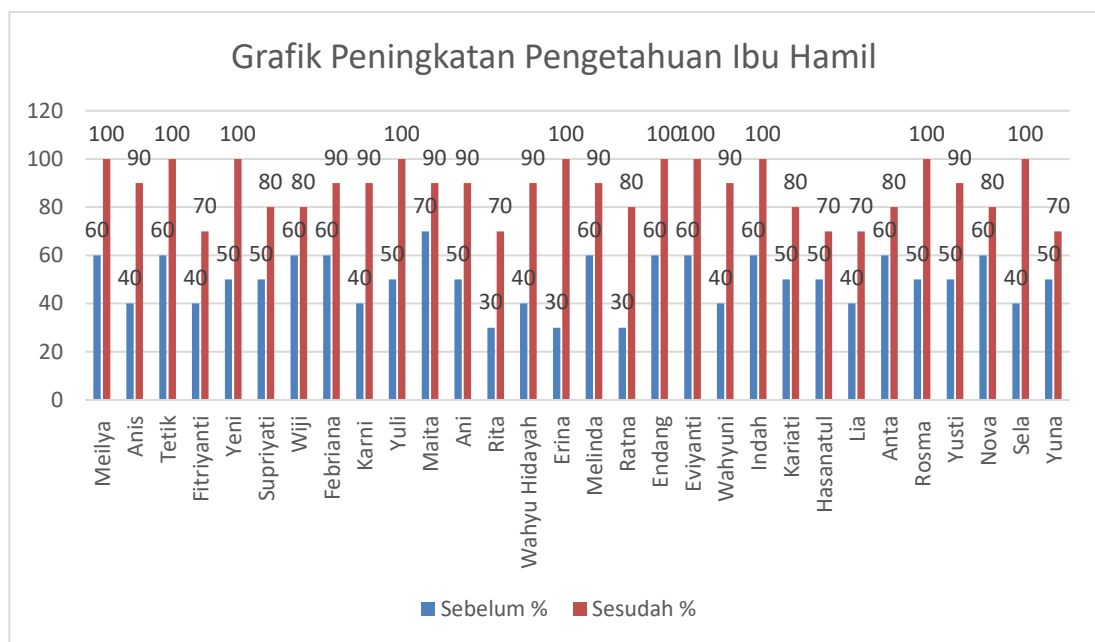
Sasaran penyuluhan ini dilihat dari piramida penduduk di Posyandu di Desa Rulungsari. Dilihat dari piramida penduduk di Desa Rulungsari, jumlah ibu hamil cukup banyak yaitu 78 orang. Sedangkan 6 dari 78 orang (7,79%) nya terkena anemia dan 5 dari 78 orang (6,41%) mendapatkan tablet tambah darah. Oleh karena itu, ibu hamil menjadi sasaran pada penyuluhan kali ini agar tingkat kepatuhan terhadap konsumsi tablet tambah darah meningkat. Metode pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu menggunakan metode ceramah, wawancara dan observasi langsung. Untuk mempermudah penyampaian materi dipergunakan alat bantu berupa *banner*, *leaflet*, kamera, dan alat pengeras suara.

Penyuluhan dilaksanakan dengan cara pemaparan pentingnya konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia dengan menyebarkan pamflet.

Sebelum dilakukannya penyuluhan warga juga akan mengerjakan pre test untuk melakukan pengukuran pengetahuan begitu selesai dilakukan penyuluhan akan dilakukan secara langsung pengerjaan post test untuk mengukur sejauh mana warga telah memahami materi penyuluhan. Setelah diberikan uji *pre test* dan *pos test*, didapat kemajuan pengetahuan masyarakat mengenai materi yang telah disampaikan seperti yang tampak pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Kuisisioner Sebelum dan Sesudah

Sampel	Pretest (%)	Posttest (%)	Kenaikan (%)
30	49,6%	88%	38,4%



Gambar 1. Grafik Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil

Hasil analisis terkait dengan *post test* dan *pre test* menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan responden terkait dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada ibu hamil di Desa Rulungsari, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan sebelum dilakukannya penyuluhan adalah 49.6% Setelah dilakukannya penyuluhan diperoleh rata-rata penilaian sebesar 88%. Hasil yang diperoleh menunjukkan keberhasilan dalam melakukan

penyuluhan yang ditandai dengan adanya penambahan pengetahuan mengenai kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di Desa Rulungsari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan hasil yang positif dengan meningkatnya pengetahuan peserta tentang anemia dan pentingnya suplementasi TTD di kalangan ibu hamil (Sitawati & Amanda, 2023). Faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi TTD selain mual dan muntah, diantaranya yaitu pengetahuan ibu hamil, sikap ibu hamil, motivasi ibu hamil, peranan keluarga, perilaku petugas kesehatan (Aditianti *et al.*, 2015). Hal ini membuktikan bahwa ada faktor lain yang menyebabkan terjadinya anemia dimana dalam hal ini adalah pengetahuan ibu yang masih kurang tentang anemia (Al-Rahmad & Fadillah, 2017; Sulfianti, 2021).

Ibu hamil yang menderita anemia akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan, komplikasi kehamilan dan persalinan yang dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas ibu, meningkatkan kejadian bayi dengan berat badan lahir rendah, prematuritas dan status zat gizi anak yang tidak optimal (Meikawati *et al.*, 2022).

Salah satu program pemerintah yang dilakukan untuk mengatasi kondisi ini adalah dengan cara suplementasi TTD pada ibu hamil (Meikawati *et al.*, 2022). Akan tetapi terdapat beberapa kendala dalam menjalankan program tersebut, diantaranya pembagian TTD yang tidak merata dan tidak rutin kepada ibu hamil, serta tingkat pengetahuan yang rendah dari ibu hamil mengenai anemia. Hal-hal ini juga menjadi faktor rendahnya kepatuhan minum TTD di kalangan ibu hamil.

Kepatuhan dalam mengonsumsi TTD merupakan suatu bentuk perilaku sehingga kecenderungan ibu hamil untuk patuh dalam konsumsi TTD secara teratur dapat dianalisis menggunakan teori perilaku. Teori perilaku yang dapat digunakan salah satunya adalah *Theory of Planned Behavior* (TPB). Perilaku seorang individu dapat diperkirakan dari niat individu tersebut yang dirumuskan dalam TPB (Ajzen, 2005). Penelitian oleh (Putra *et al.*, 2020) mengatakan semakin patuh terhadap konsumsi tablet tambah darah maka nilai hemoglobin akan semakin normal atau baik serta terdapat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia.

Tabel 1. *Paired Samples Statistics*

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	49,67	30	10,662	1,947
	Posttest	88,00	30	10,954	2,000

Tabel 3. *Paired Samples Correlations*

Paired Samples Correlations					
			N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest		30	0,260	0,166

Pada tabel 2 dan tabel 3 terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* ($p < 0,05$) menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan sebelum dilakukannya penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan tentang kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia di Desa Rulungsari Kec. Natar. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa intervensi atau perlakuan yang dilakukan memberikan efek yang nyata terhadap hasil *post-test*.

Penyuluhan berjalan dengan baik dan lancar, terdapat beberapa kendala seperti target sasaran pada penyuluhan ini kebanyakan ibu hamil yang membawa anak kecil, sehingga penyampaian penyuluhan kurang kondusif. Untuk memastikan para ibu hamil tersebut dapat memahami dan mengerti materi yang disampaikan serta diperolehnya keberhasilan dari program penyuluhan ini, maka peneliti melakukan tanya jawab kepada peserta penyuluhan terhadap materi yang telah disampaikan dengan melakukan *post test* dan *pre test* melalui pengisian kuisioner. Berikut ini merupakan gambar-gambar proses kegiatan penyuluhan.



Gambar 2. Penyampaian Materi



Gambar 3. Pembagian Kuesioner



Gambar 4. Foto Bersama

SIMPULAN

Berdasarkan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan Anemia sebelum dan sesudah penyuluhan di masyarakat Desa Rulungsari Kelurahan Natar Kabupaten Lampung Selatan. Dari hasil test sebelum penyuluhan sebesar 49.6% menjadi sebesar 88% dengan peningkatan sebesar 38,4%.
2. Ada hubungan antara pemberian edukasi dengan peningkatan pengetahuan ibu-ibu hamil dimana $p\text{-value} < 0,05$ dengan menggunakan taraf kepercayaan 95%

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada UPPM Prodi Farmasi dan Posyandu Mawar Dusun II SukaBandung Desa Rulungsari yang telah memberikan dukungan dalam program pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditianti, Permanasari, Y., Julianti, E. D. (2015). Pendampingan Minum Tablet Tambah Darah (TTD) dapat Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi TTD pada Ibu Hamil Anemia. *Penelitian Gizi dan Makanan*, 38(1): 71–78.
- Al-Rahmad, A. H., & Fadillah, I. (2017). Perkembangan Psikomotorik Bayi 6–9 Bulan berdasarkan Pemberian ASI Eksklusif. *Aceh Nutrition Journal*. 1(2): 99–104.
- Asmin, E., Salulinggi, A., Titaley, C. R., & Bension, J. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Konsumsi Tablet Tambah Darah

- Dengan Kejadian Anemia Di Kecamatan Leitimur Selatan Dan Teluk Ambon. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*. 6(1): 229–236. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10180>.
- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, Personality and Behavior Second Edition*. Second. Berkshire: Open University.
- Gustanela, O. & Pratomo, H. (2022). Faktor Sosial Budaya yang Berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil (A Systematic Review). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. 5(1).
- Kementerian Kesehatan RI (2016). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Masyarakat.
- Krisnawati., Yanti, D.A.M., Sulistianingsih, A. (2015). *Faktor-faktor terjadinya anemia pada ibu primigravida di wilayah kerja Puskesmas tahun 2015*. STIKES Peringsewu Lampung.
- Meikawati, W., Aminah, S., Salawati, T., Nurullita, U. (2022). Edukasi Manfaat Konsumsi Tablet Tambah Darah untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren KH Sahlan Rosjidi UNIMUS. *Jurnal Inovasi & Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 1(3): 22–24. <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/jipmi>.
- Putra, K. A., Munir, Z., Siam, W. N. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapan Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*. 8(1): 49–61. <https://doi.org/10.33650/jkp.v8i1.1021>.
- Proverawati, A. 2011. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta. Nuha Media.
- Sitawati., Amanda, F. Studi Sarjana Kebidanan, P., Tinggi Kesehatan Citra Delima, S., & Studi DIII Kebidanan, P. (2023). Pencegahan Anemia Dengan Edukasi Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Infused Water (*Prevention of Anemia with Education on The Consumption of Added Blood Tablets Consumption And Infused Water*). *JAI: Jurnal Abdimas Institut Teknologi Dan Kesehatan (ITEKES) Bali*. 2(2): 147–152. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jai>.
- Sulfianti, S. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Anemia pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Ajangale. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*. 13(1): 39–49. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v13i1.193>.
- Suryadinata PYA, Suega K, Wayan I, Dharmayuda TG. 2022. Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Defisiensi Besi : A Systematic Review. *J. Med. Udayana*. 11(2): 6-12.
- Widatiningsih. 2016. *Praktik terbaik asuhan kehamilan*. Jakarta: Trans Medika.

Yuniarti, Rusmilawaty, Tunggal, T. (2015). Hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia* 2(1): 31–36.