



PEMBERDAYAAN REMAJA PUTERI DAN GURU UKS UNTUK PENINGKATAN KEPATUHAN MINUM TABLET TAMBAH DARAH MELALUI GIAT REMAJA PEDULI ANEMIA DI SMP IT UKHUWAH BANJARMASIN**Oleh****Erni Yuliasuti¹, Noorhayati Maslani², Isnaniah³****^{1,2,3}Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin****Email: 1erniyuliasuti@gmail.com**

Article History:*Received: 15-09-2023**Revised: 02-10-2023**Accepted: 24-10-2023***Keywords:***Remaja Puteri, Guru Uks, Tambah Darah, Peduli Anemia, SMP It Ukhuwah Banjarmasin*

Abstract: Hasil studi pendahuluan dari 15 remaja puteri, 7 orang mengatakan tidak minum secara teratur karena rasanya yang tidak enak, menimbulkan rasa mual saat meminumnya, lupa minum TTD dan kurang merasa penting meminumnya. 5 orang mengatakan minum multivitamin lain yang rasanya lebih enak berupa sirup dan 3 orang lainnya minum TTD sesuai aturan minum yang dianjurkan. Kondisi ini menggambarkan pengetahuan remaja puteri yang masih kurang terhadap pentingnya konsumsi TTD. Program pemberian TTD dapat berhasil apabila remaja puteri patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran. Namun masih banyak remaja putri yang tidak patuh mengkonsumsi TTD karena beberapa faktor, yaitu pengetahuan, sikap, dukungan guru dan orang tua. Metode Pengabdian masyarakat yang digunakan yaitu pembentukan kader kesehatan remaja sebagai perwakilan kelas dan pelatihan kader kesehatan remaja dan guru UKS dalam memberikan edukasi pada remaja puteri SMPIT Ukhuwah agar meningkatkan kesadaran remaja puteri dalam kebiasaan minum TTD. Luaran PKM adalah siswi remaja remaja bisa meningkatkan pengetahuannya tentang anemia sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya anemia pada remaja sebagai kelompok yang rentan anemia, mengurangi dan meningkatkan kepatuhan mereka meminum tablet tambah darah untuk mencegah anemia, terbentuknya kader kesehatan remaja puteri SMP IT Ukhuwah pada masing-masing kelas, peningkatan kebiasaan remaja puteri SMP IT minum TTD, Publikasi artikel ilmiah dan terbentuknya kelompok Giat Remaja Sehat Peduli Anemia. Juga dengan adanya kader kesehatan remaja dalam setiap kelas diharapkan bisa memudahkan para siswi mendapatkan informasi tentang anemia melalui teman sebaya. Mereka juga lebih mudah mengemukakan keluhan –keluhan yang menjadi tanda-tanda anemia dengan temannya

PENDAHULUAN

Anemia zat besi merupakan masalah gizi mikro terbesar di Indonesia, yang terjadi pada kelompok balita, anak sekolah, ibu hamil dan remaja (Maryam, 2016). Remaja putri



merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Di Indonesia prevalensi anemia masih cukup tinggi. Hal ini pernah ditunjukkan dari data Riskesdas 2017, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7 %, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8 % di pedesaan serta 18,4% laki-laki dan 23,9% perempuan. Berdasarkan kelompok umur, penderita anemia berumur 5- 14 tahun sebesar 26,4 % dan sebesar 18,4 % pada kelompok umur 15-24 tahun. Akibat jangka panjang anemia pada remaja putri adalah apabila nantinya hamil akan meningkatkan resiko komplikasi, resiko kematian maternal, angka prematur dan angka kematian perinatal (Riset Kesehatan Dasar, 2017).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini banyak terjadi perubahan pada diri seseorang, baik fisik maupun mental, sehingga harus diimbangi dengan kecukupan nutrisi. Namun, jika tidak menyebabkan terjadinya beberapa permasalahan gizi pada remaja, seperti obesitas, Kekurangan Energi Kronik (KEK), anemia dan lainnya (Mardalena, 2017).

Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas dan mulai menstruasi tiap bulannya lebih mudah menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Wanita dan remaja putri membutuhkan zat besi dua kali lipat lebih banyak dari pada pria atau remaja putra karena mengalami haid dan banyak mengeluarkan darah waktu melahirkan (Proverawati, 2011).

Remaja puteri dengan anemia berisiko melahirkan bayi BBLR (<2500gram), melahirkan bayi premature, infeksi neonatus dan kematian pada ibu dan bayi saat persalinan (Supariasa, 2016). Anemia Defisiensi Besi akan menimbulkan *intelligence quotient* (IQ) rendah, penurunan kemampuan belajar dan penurunan angka pertumbuhan pada anak (Luh, 2015). Oleh karena itu anemia pada remaja menjadi permasalahan yang harus diperhatikan pemerintah karena dampak yang akan terjadi apabila anemia pada remaja tersebut berlanjut sampai masa dewasa terutama dalam masa kehamilan.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Purwati (2018) tentang Pengaruh Paket Menu Sehat Terhadap Peningkatan Kadar Hb Remaja Putri Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an di Kota Metro tahun 2018, sebelum diberikan intervensi diperoleh remaja yang menderita anemia sejumlah 43%, hasil penelitian menjelaskan adanya peningkatan kadar Hb remaja putri setelah diberikan pengetahuan dan menu sehat selama satu bulan terhadap remaja putri.

Konsumsi TTD tersebut masih belum sepenuhnya dipatuhi oleh para remaja. Hal ini diperjelas pada penelitian Desita.R (2017) bahwa kepatuhan minum TTD hanya 74% dan diketahui siswi yang anemia sebesar 36% di Sekolah MTSN 02 wilayah kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu (Desita, 2017).

Sesuai dengan Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat I ini pada remaja putri dan wanita usia subur, bahwa pemberian TTD pada remaja putri dilakukan melalui UKS/M di institusi Pendidikan (SMP dan SMA atau sederajat) dengan menentukan hari minum TTD bersama. Dosis yang diberikan adalah satu tablet setiap minggu sepanjang tahun.

Cakupan pemberian TTD pada remaja puteri di Indonesia pada tahun 2018 adalah 46,56%. Hal ini sudah memenuhi target Renstra tahun 2019 yaitu 30%. Program Optimalisasi Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Provinsi Kalimantan Selatan 54,54%. Kebijakan tersebut dalam upaya memutus mata rantai terjadinya stunting dan mempersiapkan generasi yang sehat, produktif dan berkualitas.

Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan memenuhi kebutuhan zat besi bagi remaja putri yang akan menjadi ibu di masa akan datang. Dengan cukupnya asupan zat besi sejak



dini diharapkan dapat menurunkan angka kejadian anemia ibu hamil, pendarahan saat persalinan, BBLR dan balita pendek (Risksedas, 2018).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat terutama kepada remaja yang sedang tumbuh dan berkembang, yaitu remaja putri usia sekolah menengah pertama yang baru mengalami menstruasi dan lebih banyak melakukan aktifitas fisik. Pengabdian kepada masyarakat ini akan dilakukan pada sekolah menengah pertama di SMP IT Ukhuwah Banjarmasin

Permasalahan Mitra

Sekolah Menengah Pertama IT Ukhuwah merupakan sekolah yang berada di wilayah Puskesmas Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan. Berdasarkan rekapitulasi Dinas Kesehatan Kota tahun 2019 data anemia dan pemberian TTD menyebutkan Sekolah Menengah Pertama IT Ukhuwah menunjukkan 32% siswi masih mengalami anemia padahal program pemberian TTD sudah dilakukan oleh pihak Puskesmas. Namun pada masa pandemi covid (2020-2022) pemeriksaan Hb untuk deteksi dini anemia tidak bisa dilaksanakan walaupun pemberian TTD tetap diberikan pada siswa disana.

Hasil studi pendahuluan dari 15 remaja puteri, 7 orang mengatakan tidak minum secara teratur karena rasanya yang tidak enak, menimbulkan rasa mual saat meminumnya, lupa minum TTD dan kurang merasa penting meminumnya. 5 orang mengatakan minum multivitamin lain yang rasanya lebih enak dan 3 orang lainnya minum TTD sesuai aturan minum yang dianjurkan. Kondisi ini menggambarkan pengetahuan remaja puteri yang masih kurang terhadap pentingnya TTD.

Anemia pada remaja putri disebabkan oleh faktor kurangnya asupan zat besi melalui makanan, kehilangan zat besi basal, kehilangan darah saat menstruasi, kurangnya pengetahuan mengenai anemia gizi besi dan penyakit infeksi. Darah yang dikeluarkan pada saat menstruasi pada remaja putri rata-rata 16-33,2 cc. sedangkan pada wanita yang lebih tua dan wanita yang defisiensi zat besi jumlah darah saat haid yang dikeluarkan lebih banyak (Wiknjosastro, 2010).

Program pemberian TTD dapat berhasil apabila remaja puteri patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran. Kepatuhan remaja puteri mengkonsumsi TTD dipengaruhi oleh pengetahuan sehingga sikap seseorang dapat berubah. Namun masih banyak remaja puteri yang tidak patuh mengkonsumsi TTD karena beberapa faktor, yaitu pengetahuan, sikap, dukungan guru dan orang tua.

Berdasarkan fenomena diatas, maka penting dilakukan upaya meningkatkan pengetahuan remaja puteri untuk mengetahui kondisi kesehatan terutama anemia serta upaya penanganannya. Pemberdayaan pada remaja puteri dalam menjaga kesehatan sangat diperlukan karena akan menjadi seorang ibu dan akan melahirkan generasi penerus bangsa

Tujuan Kegiatan

Tujuan yang hendak dicapai melalui kegiatan pengabdian ini meningkatkan pengetahuan remaja puteri tentang anemia dan upaya pencegahannya untuk meningkatkan kebiasaan minum TTD melalui pemberdayaan remaja puteri dan guru UKS serta terbentuknya kelompok Giat Remaja Sehat Peduli Anemia di SMP IT Ukhuwah Banjarmasin.

Manfaat Kegiatan

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan remaja puteri tentang anemia dan konsumsi TTD sehingga terjadi perubahan kebiasaan siswi SMP IT minum TTD.



Peta LOKASI

Mitra PKM Puskesmas Pemurus Baru di Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin. Jarak dari Puskesmas Pemurus Baru ke Poltekkes Kemenkes Banjarmasin kurang lebih 41 Km. Lokasi kegiatan Pengabdian masyarakat di SMP IT Ukhuwah Banjarmasin yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin.



Gambar 1. Peta Wilayah SMP IT Ukhuwah

Solusi Permasalahan

Masa remaja merupakan masa di mana pertumbuhan terjadi dengan cepat, sehingga kebutuhan gizi pada masa ini pun ikut meningkat. Salah satu zat gizi yang kebutuhannya meningkat adalah zat besi. Zat besi dibutuhkan pada semua sel tubuh dan merupakan dasar dalam proses fisiologis, seperti pembentukan hemoglobin (sel darah merah) dan fungsi enzim. Memasuki fase remaja, tubuh tumbuh semakin pesat yang disertai berbagai perubahan hormonal menjelang fase kedewasaan. Oleh karena itu, tubuh membutuhkan sejumlah besar nutrisi, termasuk zat besi, yang terutama digunakan oleh darah untuk mengangkut oksigen.

Pada perempuan, asupan zat besi tidak hanya digunakan untuk mendukung pertumbuhan, tetapi juga digunakan untuk mengganti zat besinya yang hilang melalui darah yang keluar setiap dirinya mengalami menstruasi setiap bulan. Karena kebutuhan zat besi perempuan yang sangat tinggi inilah, perempuan berisiko mengalami kekurangan zat besi, yang nantinya dapat berkembang menjadi anemia.

Dampak dari anemia mungkin tidak dapat langsung terlihat, tetapi dapat berlangsung lama dan mempengaruhi kehidupan remaja selanjutnya. Anemia pada remaja perempuan dapat berdampak panjang untuk dirinya dan juga untuk anak yang ia lahirkan kelak. Pastikan kebutuhan zat besi remaja terpenuhi pada saat ini untuk mencapai pertumbuhan yang optimal. Kekurangan zat besi atau anemia yang berlanjut sampai dewasa dan hingga perempuan tersebut hamil, dapat menimbulkan risiko terhadap bayinya. Remaja perempuan yang sudah hamil dan menderita anemia dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur dan melahirkan bayi dengan berat badan rendah.

Berdasarkan permasalahan tersebut sebagai solusinya dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan kegiatan sebagai berikut:



1. Pembentukan kader kesehatan remaja sebagai perwakilan dimasing –masing kelas VII & VIII
2. Pelatihan kader kesehatan remaja dalam meningkatkan kebiasaan minum TTD dan menurunkan risiko anemia di lingkungan sekolah
3. Pelatihan pada guru UKS untuk edukasi siswi di sekolah
4. Evaluasi kemampuan kader kesehatan remajaputri dalam memberikan promosi kesehatan kepada teman sebaya.

METODE

Metode Pengabdian Masyarakat

Metode Pengabdian masyarakat yang digunakan yaitu pembentukan kader kesehatan remaja sebagai perwakilan kelas dan pelatihan kader kesehatan remaja dan guru UKS dalam memberikan edukasi pada remaja putri SMPIT Ukhuwah agar meningkatkan kesadaran remaja putri dalam kebiasaan minum TTD.

Pelatihan yang diberikan pada kader kesehatan remaja putri dan Guru UKS SMP IT Ukhuwah sebagai upaya keberlanjutan kegiatan pengabdian masyarakat dalam meningkatkan dan pemantauan keberhasilan program pemberian TTD. Upaya keberlanjutan berupa kegiatan monitoring evaluasi kejadian anemia pada remaja putri di SMPIT Ukhuwah melalui pemeriksaan Hb secara berkala oleh Puskesmas Pemurus Baru .

Peserta pada kegiatan ini adalah remaja putri kelas VII dan VIII SMP IT Ukhuwah Banjarmasin wilayah kerja Puskesmas Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin sebanyak 210 orang.

Materi pelatihan yang disampaikan adalah anemia remaja, penyebab anemia pada remaja, cara minum TTD, efek samping TTD, dampak anemia dan cara mengatasi anemia.

Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Persiapan Kegiatan

Dalam tahap ini dilakukan :

- a. Analisis situasi ke SMP IT Ukhuwah dan melakukan diskusi dengan kepala sekolah, guru bagian kesiswaan dan 15 orang siswi remaja putri tentang pemahaman anemia, dan minum tablet tambah darah yang pernah diberikan oleh Puskesmas.
- b. Koordinasi dengan pihak Sekolah terkait kegiatan pendidikan kesehatan, pembentukan kader remaja dan MOA
- c. Penyelesaian administrasi perizinan tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Pemurus Baru.
- d. Pembentukan kader kesehatan remaja
- e. Pelatihan kader kesehatan remaja dan guru UKS. Pemberian materi akan dilakukan oleh tim pengabmas (dosen dan mahasiswa)
- f. Menyepakati jadwal pelaksanaan kegiatan
- g. Mengumpulkan materi dan membuat media penyuluhan yang akan disiapkan oleh mahasiswa .

2. Pelaksanaan Kegiatan

3. Monitoring dan Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kemampuan kader kesehatan remaja putri SMP IT UKhuwah dalam memberikan promosi kesehatan kepada teman sebaya.



Monitoring evaluasi kejadian anemia pada remaja puteri di SMPIT Ukhuwah melalui pemeriksaan Hb secara berkala oleh Puskesmas Pemurus Baru .

Jumlah peserta

Peserta pada kegiatan ini pengabdian masyarakat ini terdiri dari :

1. Narasumber 6 orang dari Poltekkes Kemenkes Banjarmasin
2. Siswi SMP IT Ukhuwah sebanyak 210 orang
3. Guru UKS SMP IT Ukhuwah 2 orang
4. Tenaga Puskesmas : Koordinator Gizi 2 orang

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan pada bulan 30 Maret sampai dengan 29 September 2023 dengan lokasi di SMP IT Ukhuwah Banjarmasin yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin.

Keterkaitan

Kegiatan ini dapat dilaksanakan dengan adanya dukungan dan bantuan beberapa pihak lain sebagai mitra. Pihak yang terkait yaitu Puskesmas Pemurus Baru Kecamatan Banjarmasin Selatan Kota Banjarmasin dan Sekolah Menengah Pertama IT Ukhuwah dengan cara memberi izin dan dukungan dalam kegiatan ini melalui penyediaan tempat, sarana ataupun tenaga dan material.

Jadwal Pelaksanaan

Uraian kegiatan	BULAN KE-												KET	
											0	1		2
Persiapan														
Analisis situasi	■													
Koordinasi dengan pihak Sekolah & MoA	■													
Perizinan /administrasi		■												
Pelaksanaan														
Pembentukan kader kesehatan remaja puteri			■											
Pelatihan kader kesehatan remaja puteri				■	■	■	■							
Pelatihan guru UKS				■	■	■	■							
Monitoring dan Evaluasi Kegiatan							■							
Monev pakar							■							
Pembuatan Pelaporan								■						
Seminar hasil										■				



HASIL

Luaran

Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berupa:

1. Brosur/Leaflet anemia dan tablet tambah darah
2. Publikasi ke surat kabar
3. Dokumentasi berupa video kegiatan
4. Pengayaan bahan ajar dalam mata kuliah

Target Capaian

Target dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berupa:

1. Terbentuknya kader kesehatan remaja putri SMP IT Ukhuwah pada masing-masing kelas VII dan VIII
2. Peningkatan kebiasaan remaja putri SMP IT minum TTD.
3. Publikasi artikel ilmiah dalam jurnal
4. Pembentukan kelompok Giat Remaja Sehat Peduli Anemia

HASIL

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Pada masa ini banyak terjadi perubahan pada diri seseorang baik fisik maupun mental, sehingga harus diimbangi dengan kecukupan nutrisi. Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas dan mulai menstruasi tiap bulannya lebih mudah menderita anemia dibandingkan dengan remaja putri karena mereka mengalami menstruasi setiap bulannya.

Kegiatan Pengabmas Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Banjarmasin dilaksanakan di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin mulai dari bulan Maret sampai September 2023. SMPIT Ukhuwah ini merupakan salah satu sekolah binaan Puskesmas Pemurus Baru yang telah melaksanakan program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri setiap 3 bulan. Namun masih ada beberapa siswi yang tidak meminum tablet tambah darah yang sudah diberikan oleh Puskesmas melalui guru UKS. Beberapa siswi menyampaikan bahwa mereka tidak meminum tablet tambah darah karena lupa, rasanya yang tidak enak, tidak mau minum obat dan kurang memahami manfaat minum tablet tambah darah tersebut.

Kegiatan Pengabmas ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan upaya pencegahannya untuk meningkatkan kebiasaan minum TTD melalui pemberdayaan remaja putri dan guru UKS. Pemberdayaan remaja putri ini dengan membentuk kader kesehatan remaja di setiap kelasnya dan dibimbing oleh guru UKS. Mereka berperan sebagai remaja yang bisa membantu memberikan informasi dan sebagai contoh teman-teman sekelasnya agar mau minum tablet tambah darah secara teratur 1 minggu sekali. Kegiatan pengabmas ini diawali dengan pembentukan kader kesehatan remaja sebagai perwakilan masing-masing kelas VII dan kelas VIII. Kader remaja tersebut bersama guru UKS kemudian diberikan pelatihan oleh tim pengabmas bersama mahasiswa jurusan kebidanan untuk meningkatkan kebiasaan minum tablet tambah darah, mengetahui tanda-tanda anemia dan cara mencegah anemia. Juga dibuat pojok sehat remaja yang bertempat di ruang UKS yang dilengkapi dengan leaflet-leaflet tentang anemia remaja, benner yang berisi informasi anemia remaja dan alat pemeriksaan Hb digital. Pojok ini dibuat sebagai sarana bagi kader kesehatan remaja maupun guru UKS dalam membantu menyampaikan informasi – informasi kesehatan bagi remaja putri di SMPIT Ukhuwah.

Monitoring evaluasi kemampuan kader remaja dilakukan dengan cara memberikan kesempatan pada kader remaja disetiap kelasnya untuk menjelaskan tentang anemia remaja



, tanda-tanda anemia pada remaja, cara mendeteksi anemia dengan alat pemeriksaan Hb digital dan manfaat minum tablet tambah darah. Secara bergantian kader kesehatan remaja tersebut melakukan pendidikan kesehatan kepada temannya Mereka cukup antusias dalam melaksanakan kegiatan tersebut terutama pada pemeriksaan hemoglobin dengan alat Hb digital. Semua yang mengikuti pelatihan ingin memeriksakan kadar Hb nya untuk mengetahui apakah mereka menderita anemia atau tidak. Mereka juga sangat tertarik untuk memeriksa temannya secara bergantian. mereka melakukan role play untuk memerankan sebagai kader kesehatan remaja dan siswi yang mengalami tanda-tanda anemia. Kader kesehatan dari kelas VII yang berperan sebagai kader kesehatan remaja bersama Annisa memainkan perannya sebagai siswi yang mengeluhkan tanda-tanda anemia. Mereka memainkan perannya masing-masing dengan sangat baik dan mampu melakukan pendidikan kesehatan dengan lancar.

Melalui kegiatan pengabdian ini diharapkan para remaja siswi bisa meningkatkan pengetahuannya tentang anemia sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya anemia pada remaja sebagai kelompok yang rentan anemia. mengurangi dan meningkatkan kepatuhan mereka untuk minum tablet tambah darah untuk mencegah anemia. Juga dengan adanya kader kesehatan remaja dalam setiap kelas diharapkan bisa memudahkan mereka mendapatkan informasi tentang anemia melalui teman sebaya. Mereka juga lebih mudah mengemukakan keluhan –keluhan yang menjadi tanda-tanda anemia dengan temannya.

Pemberdayaan remaja putri dan guru UKS berupa kegiatan pelatihan dan pembentukan kader kesehatan remaja putri serta monitoring evaluasi pelatihan kader dilaksanakan melalui tahapan sebagai berikut :

- a. 30 Maret 2023 : Kegiatan ini diawali dengan pengurusan ijin administrasi dan koordinasi persiapan.
- b. 1 September 2023 : Pembentukan kader Kesehatan remaja putri pada setiap kelas VII dan VIII
- c. 8 September 2023 : Pelatihan kader Kesehatan remaja putri kelas VII dan guru UKS
- d. 13 September 2023 : Pelatihan kader Kesehatan remaja putri kelas VIII
- e. 15 September 2023 : Evaluasi pelatihan kader kesehatan remaja kelas VII
- f. 18 September 2023 : Evaluasi pelatihan kader Kesehatan remaja kelas VIII
- g. 22 September 2023 : Pembentukan pojok sehat remaja
- h. 29 September 2023 : Monitoring evaluasi kegiatan yang didampingi oleh tim pakar dari Jurusan kebidanan

Luaran yang Dicapai

Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berupa:

1. Terbentuknya kader kesehatan remaja putri SMP IT Ukhuwah pada masing-masing kelas VII dan VIII
2. Peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia, pencegahan anemia dan manfaat tablet tambah darah pada remaja.
3. Peningkatan kebiasaan remaja minum tablet tambah darah dengan keteraturan minum tablet tambah darah.
4. Video kegiatan pengabdian masyarakat.
5. Artikel ilmiah dalam Jurnal yang dipublikasikan.
6. Banner tentang anemia dan tablet tambah darah pada remaja
7. Brosur/Leaflet anemia dan tablet tambah darah



8. Terbentuknya pojok sehat remaja di Ruang UKS SMPIT Ukhuwah
9. Pengayaan bahan ajar dalam mata kuliah .

KESIMPULAN

1. Pemberdayaan remaja puteri dan guru UKS sudah dapat dilaksanakan dengan baik dengan terbentuknya kader kesehatan remaja di setiap kelasnya dan dibimbing oleh guru UKS . Mereka berperan sebagai kader kesehatan remaja puteri yang bisa membantu memberikan informasi dan sebagai contoh teman-teman sekelasnya agar mau minum tablet tambah darah secara teratur 1 minggu sekali.
2. Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja puteri tentang anemia, tanda-tanda anemia, pencegahan anemia dan manfaat tambah darah.
3. Terbentuknya pojok sehat remaja yang bertempat di ruang UKS yang dilengkapi dengan leaflet-leaflet tentang anemia remaja, benner yang berisi informasi anemia remaja dan alat pemeriksaan Hb digital. Pojok ini dibuat sebagai sarana bagi kader kesehatan remaja maupun guru UKS dalam membantu menyampaikan informasi – informasi kesehatan bagi remaja puteri di SMPIT Ukhuwah.

SARAN

1. Bagi pihak sekolah agar bisa terus memanfaatkan pojok sehat remaja dan membina kader Kesehatan remaja dengan didampingi oleh guru UKS sebagai salah satu upaya pencegahan anemia remaja di SMPIT Ukhuwah.
2. Bagi Petugas Puskesmas untuk terus mengoptimalkan pemberian tablet tambah darah yang disertai dengan KIE tentang anemia remaja untuk meningkatkan kebiasaan minum tablet tambah darah secara teratur.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Desita. R. (2017). *Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MTSN 02 Kota Bengkulu*. Skripsi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- [2] Gunatmaningsih, Dian. 2007. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA N 1 Jatibarang Kabupaten Brebes*. (<http://lib.unnes.ac.id> diakses 19 Agustus 2019)
- [3] Luh, Seri A. 2015. *Anemia Defisiensi Besi; Prahamil dan Hamil*. Jakarta: EGC.
- [4] Mardalena, I. 2017. *Dasar-dasar Ilmu Gizi dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- [5] Maryam, S. 2016. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.
- [6] Proverawati, Anemia dan Anemia kehamilan . Yogyakarta : Nuha Medika, 2011
- [7] Purwati, dkk, Pengaruh Paket Menu Sehat terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Rodlatul Qur'an di Kota Metro, Riset Hibah Poltekkes Tjk, tidak dipublikasi
- [8] Riskesdas. 2018. Url: <https://www.litbang.kemkes.go.id/hasil-utama-riskesdas-2018/> diakses pada 15 Februari 2022.
- [9] Sukmawati, Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas VII dan VIII di SMP Metro Kibang Lampung Timur Tahun 2011, KTI, Tidak Dipublikasi, 2011

1230

J-Abdi

Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Vol.3, No.6, Nopember 2023



[10] Supariasa, I., Dewa, NH. 2016. *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.

[11] Wiknjosastro.(2010). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo:
Jakarta