



Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kadar Hb pada Siswi yang Menderita Anemia di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban

Diah Eko M¹, Heny Ekawati², Siti Naimatun Nisa^{3*}

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Lamongan, Indonesia

Alamat: Jl. Plalangan No.KM, RW.02, Wahyu, Plosowahyu, Kec. Lamongan, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur 62218, Indonesia

Korespondensi penulis: nisaasa684@gmail.com

Abstract. Iron deficiency anemia (ADB) is anemia that arises due to reduced iron supply for erythropoiesis, due to empty iron stores (depleted iron stores) which ultimately results in reduced hemoglobin formation. This study aims to determine the effect of giving blood supplement tablets on HB levels in female students suffering from anemia at SMAN 1 Tambakboyo, Tuban Regency. The research design used a pre-experiment using a one group pre test post test approach, with a total sampling technique on a population of 34 female students suffering from anemia in class X and analyzed using the Wilcoxon test. The instruments in this research were Standard Operating Procedures (SOP), hemoglobin level observation sheets and Easy Touch GCU brand hemoglobin measuring equipment. The results of the study showed that the average HB level before 10.17 g/dl and after 15.46 g/dl given blood supplement tablets was normal. The results of the Wilcoxon test obtained a significant value of $p=0.000$ ($p<0.05$), which means that there was a significant difference in the HB levels of class X female students before and after being given blood supplement tablets. Health workers, especially in school health offices, should provide blood supplement tablets at the right time so that female students can take the blood supplement tablets regularly and finish them.

Keywords: Anemia, blood-boosting tablets, HB levels

Abstrak. Anemia defisiensi besi (ADB) adalah anemia yang timbul akibat berkurangnya penyediaan zat besi untuk eritropoiesis, karena cadangan zat besi kosong (depleted iron store) yang pada akhirnya mengakibatkan pembentukan hemoglobin berkurang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar HB Pada Siswi Yang Menderita Anemia Di SMAN 1 Tambakboyo Kab Tuban. Desain penelitian menggunakan Pra-eksperimen dengan menggunakan pendekatan one group pre test post test, dengan tehnik total sampling pada populasi siswi yang menderita anemia sebanyak 34 siswi di kelas X dan dianalisis menggunakan uji wilcoxon. Instrumen dalam penelitian ini yaitu Standar Operasional Prosedur (SOP), lembar observasi kadar hemoglobin dan alat pengukur hemoglobin merk Easy Touch GCU. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar HB sebelum 10,17 g/dl dan sesudah 15,46 g/dl diberikan tablet tambah darah dikategorikan normal. Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai signifikan $p=0,000$ ($p<0,05$) yang artinya terdapat perbedaan kadar HB siswi kelas X sebelum dan setelah diberikan tablet tambah darah secara signifikan. Petugas kesehatan terutama di UKS sekolah sebaiknya harus memberikan tablet Tambah darah dengan waktu yang tepat agar siswi bisa meminum tablet tambah darah yang teratur dan dihabiskan.

Kata kunci: Anemia, pil penambah darah, kadar HB

1. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual. Remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, yaitu bahwa mereka tidak termasuk golongan anak-anak tetapi tidak juga termasuk golongan dewasa. Memasuki masa remaja yang diawali dengan terjadinya kematangan seksual, maka remaja akan dihadapkan pada keadaan yang memerlukan penyesuaian untuk dapat menerima perubahan-perubahan yang terjadi. Kematangan seksual dan terjadinya perubahan bentuk tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan

kejiwaan remaja. Selain itu kematangan seksual juga mengakibatkan remaja mulai tertarik terhadap anatomi fisiologi tubuhnya (Andani, Y. 2020). Pada remaja putri tentu akan mengalami haid. Dimana seorang wanita yang mengalami haid yang banyak selama lebih dari lima hari dapat kehilangan zat besi, sehingga membutuhkan zat besi pengganti lebih banyak dari wanita yang haidnya hanya tiga hari atau sedikit (Andaruni, 2018).

Anemia defisiensi besi (ADB) adalah anemia yang timbul akibat berkurangnya penyediaan zat besi untuk eritropoesis, karena cadangan zat besi kosong (*depleted iron store*) yang pada akhirnya mengakibatkan pembentukan hemoglobin berkurang (Fadlilah, 2018). Faktor-faktor yang Melatar belakangi tingginya prevalensi anemia defisiensi besi di negara berkembang adalah keadaan sosial ekonomi rendah meliputi pendidikan orang tua dan penghasilan yang rendah serta kesehatan pribadi di lingkungan yang buruk.

Anemia dapat menimbulkan risiko pada remaja putri baik jangka panjang maupun dalam jangka pendek. Dalam jangka pendek anemia dapat menimbulkan keterlambatan pertumbuhan fisik, dan maturitas seksual tertunda. Dalam jangka panjang dapat berpengaruh ketika perempuan nantinya hamil dan memiliki anak, pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika kemampuan darah dalam mengikat dan membawa oksigen berkurang maka zat-zat nutrisi yang dibawa oleh sel-sel darah merah juga akan berkurang. Keadaan ini menyebabkan janin kekurangan zat makanan dan oksigen sehingga janin mengalami gangguan pertumbuhan dan pada waktu lahir bayi tersebut lahir dengan berat badan rendah (Zainal, 2020).

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri, pemerintah melakukan upaya untuk menurunkan anemia melalui program pemberian tablet tambah darah (TTD) yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi sehingga dapat mencegah anemia, memutus mata rantai terjadinya stunting, dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Standar pemberian TTD untuk remaja putri yaitu dosis 60 mg elemental (dalam bentuk sediaan ferro sulfat, ferro fumarat atau ferro gluconat) dan asam folat 0,400 mg yang diberikan 1(satu) kali seminggu dan 1 (satu) kali setiap hari selama menstruasi (PMK No. 88, 2014). Pemberian TTD pada remaja putri dilakukan peneliti kepada siswi di SMAN 1 Tambakboyo Tuban dengan menentukan hari minum TTD bersama dengan dosis 1 (satu) tablet 60 mg setiap minggu (Kemenkes,2018).

Konsumsi tablet tambah darah (TTD) secara teratur selama menstruasi berguna untuk mengganti zat besi yang hilang dan memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan. Pentingnya pemberian zat besi ini kepada seseorang yang sedang mengalami

anemia defisiensi besi dan tidak ada gangguan absorpsi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam 7-10 hari sebesar 1,4 mg/KgBB/hari.

Menurut World Health Organization (WHO). Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017, prevalensi anemia di antara anak umur 5-12 di Indonesia adalah 26%, pada wanita umur 13-18 yaitu 23%. Selain itu menurut data dari dinas kesehatan provinsi Jawa timur didapatkan angka kejadian anemia pada remaja mencapai 11,7% (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2018). Remaja putri banyak yang tidak menyadari bahwa dirinya menderita anemia bahkan meskipun mereka tahu terkena anemia mereka masih menganggap anemia adalah masalah yang sepele (Astalia, 2022). Berdasarkan hasil survey awal pada kunjungan yang ada di SMAN 1 Tambakboyo Kab. Tuban bahwasanya penderita Anemia pada bulan Agustus-September 2023 sebanyak 32% siswi yang menderita anemia. Hal ini dibuktikan hasil wawancara dan data mengenai hasil pemeriksaan Hb terhadap 11 penderita anemia di SMAN 1 Tambakboyo Tuban, dimana hasil pemeriksaan Hb 90% siswi mengalami penurunan, untuk 10% penderita lainnya mengatakan hasil Hb masih tetap sama dari bulan sebelumnya masih cukup rendah. Berdasarkan dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa siswi di SMAN 1 Tambakboyo Tuban yang mempunyai kadar Hb rendah masih cukup tinggi.

Faktor yang menyebabkan rendahnya kadar Hb pada remaja putri diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya misalnya vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin dan vitamin B12, kesalahan dalam konsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut. Kehilangan darah yang disebabkan oleh perdarahan menstruasi, kurangnya zat besi dalam makanan yang dikonsumsi, penyakit yang kronis, misalnya TBC, Hepatitis, dsb, pola hidup remaja putri berubah dari yang semula serba teratur menjadi kurang teratur, misalnya sering terlambat makan atau kurang tidur, ketidakseimbangan antara asupan gizi dan aktifitas yang dilakukan.. Dampak lain yang ditimbulkan yaitu kelelahan, stres pada organ tubuh, menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal, menurunkan kemampuan fisik dan mengakibatkan muka pucat. Remaja putri rentan terjadi anemia karena selain menstruasi, remaja putri lebih memperhatikan penampilan, sehingga terjadi pembatasan konsumsi makanan agar tubuh mereka tetap langsing. Pembatasan konsumsi makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh dapat mengakibatkan remaja putri kekurangan zat gizi salah satunya adalah zat besi. Cara pencegahannya yaitu mengonsumsi makanan yang tinggi zat besi seperti hati ayam, hati sapi, kacang-kacangan, tahu, tempe, sayuran hijau seperti bayam brokoli. Namun tidak

semua masyarakat terutama remaja putri mengonsumsi makanan tersebut, sehingga diperlukan asupan zat besi tambahan yang diperoleh dari Tablet Tambah Darah (TTD).

Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi para remaja putri yang akan menjadi ibu di masa yang akan datang. Diketahui jika zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah. Zat besi juga berfungsi dalam sistem pertahanan tubuh. Setiap tablet besi mengandung 200 mg ferro sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,400 asam folat. Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk menanggulangi masalah anemia pada remaja adalah melalui pemberian suplemen tablet Fe berupa zat besi (60 mg FeSO_4) dan asam folat (0,400 mg) (Sumarwati, 2022). Diharapkan dengan asupan zat besi sejak dini akan menimbulkan angka kejadian anemia ibu hamil, pendarahan saat persalinan, BBLR, dan balita pendek dapat menurun. Sesuai dengan Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur, pemberian TTD pada remaja putri dilakukan melalui mendatangi di institusi Pendidikan SMA Negeri 1 Tambakboyo. dengan menentukan hari minum TTD bersama selama 1 bulan. Dosis yang diberikan adalah satu tablet selama 1 minggu sekali pada siswi putri yang tidak menstruasi dan 1 tablet selama 1 hari sekali pada saat siswi menstruasi (Tonasi, 2019) (Cahyani, 2023).

2. KAJIAN TEORITIS

Konsep Anemia

Anemia merupakan suatu keadaan di mana tubuh memiliki kadar hemoglobin rendah atau abnormal. Anemia disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, baik karena kekurangan konsumsi atau karena gangguan absorpsi. Remaja putri mempunyai tingkat resiko lebih tinggi dibanding putra karena, setiap bulan remaja putri menghadapi menstruasi dan juga sangat membatasi asupan makannya (Astalia, 2022).

Gejala anemia yang dirasakan oleh penderita adalah lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai (5L), sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, gejala lebih lanjut adalah kelopak mata, bibir, lidah, dan telapak tangan menjadi pucat (Angrainy, 2019). Status gizi yang buruk memberikan kontribusi negatif bila hamil pada usia remaja ataupun saat dewasa yang dapat menyebabkan kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah, kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Selain itu, anemia juga mempunyai dampak

negatif terhadap perkembangan fisik dan kognitif remaja (WHO, 2018) (Astalia et al., 2022).

Faktor-faktor yang memengaruhi anemia defisiensi besi pada remaja dipicu oleh rendahnya pendidikan, pendapatan yang rendah, status sosial ekonomi, dan sulitnya geografis tempat tinggal. Menurut WHO (WHO, 2018), anemia dapat dicegah dengan meningkatkan asupan makanan sumber zat besi, fortifikasi bahan makanan dengan zat besi, dan suplementasi besi.

Konsep Tablet Tambah Darah (TTD) / Tablet Fe

Tablet tambah darah (TTD) merupakan suplemen zat gizi yang mengandung 60 mg besi elemental dan 0,25 asam folat (sesuai rekomendasi WHO). TTD bila diminum secara teratur dan sesuai aturan dapat mencegah dan menanggulangi anemia gizi. Dosis pemberian TTD pada remaja putri dianjurkan mengkonsumsi secara rutin 1 tablet setiap minggu dan 1 tablet setiap hari selama masa menstruasi (Indriani, 2019). Suplemen tablet tambah darah diberikan untuk menghindari remaja putri dari risiko anemia besi. Konsumsi TTD sangat dipengaruhi oleh kesadaran dan kepatuhan remaja putri. Kesadaran merupakan factor pendukung remaja putri untuk mengkonsumsi secara baik. Kepatuhan dipengaruhi oleh adanya beberapa faktor diantaranya bentuk tablet, warna, rasa, dan efek samping dari tablet tambah darah (WHO, 2018) selain itu tingkat pengetahuan juga berhubungan dengan kepatuhan mengkonsumsi TTD (Tonasi, 2019).

Menurut Riskesdas (2020), remaja putri perlu mengkonsumsi tablet tambah darah karena wanita mengalami haid sehingga memerlukan zat besi untuk mengganti darah yang kering, mengobati remaja yang mengalami anemia, meningkatkan kemampuan belajar, kemampuan kerja dan kualitas sumber daya manusia serta generasi penerus, dan meningkatkan status gizi dan kesehatan remaja putri.

Konsep Kadar Hemoglobin

Hemoglobin (Hb atau HGB) merupakan protein yang mengikat besi (Fe^{2+}) sebagai komponen utama dalam eritrosit dengan fungsi transportasi O_2 dan CO_2 serta memberi warna merah dalam darah. Setiap heme dalam Hb berikatan dengan O_2 , maka Hb disebut oksihemoglobin (HbO_2). Setiap gram Hb dapat mengikat 1,34 mL O_2 dalam kondisi jenuh. Pemeriksaan hemoglobin bertujuan untuk menentukan konsentrasi atau kadar Hb dalam darah dengan satuan g/dL atau g% atau g/100ml. Hemoglobin di dalam darah membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh dan membawa kembali karbondioksida

dari seluruh sel. Hemoglobin berperan sebagai reservoir oksigen yaitu menerima, menyimpan, dan melepas oksigen di dalam sel otot. Sebanyak lebih dari 80% besi tubuh berada dalam hemoglobin (Sumarmi, 2019).

Menurut Kusuma (2022) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya kadar Hb pada remaja putri yaitu kehilangan darah yang disebabkan oleh perdarahan menstruasi, kurangnya zat besi dalam makanan yang dikonsumsi, Penyakit yang kronis, misalnya TBC, Hepatitis, dan sebagainya, pola hidup remaja putri berubah dari yang semula serba teratur menjadi kurang teratur, misalnya sering terlambat makan atau kurang tidur, dan ketidakseimbangan antara asupan gizi dan aktivitas yang dilakukan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode Pre Eksperimental Design yaitu eksperimen yang seringkali dianggap sebagai eksperimen yang tidak sebenarnya disebut quasi eksperimen. Waktu pada penelitian ini dilakukan mulai dari survey awal bulan November 2024 sampai dengan bulan Februari 2024. Lokasi pada penelitian dilakukan di SMA Negeri 1 Tambakboyo, Kecamatan Tambakboyo, Kabupaten Tuban.

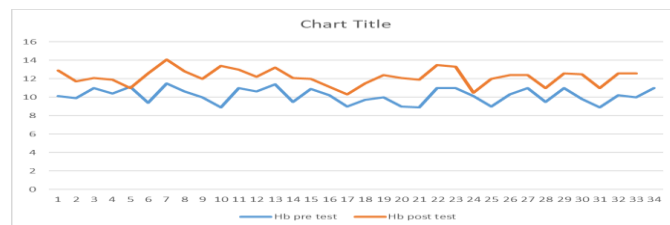
Variabel dalam penelitian ini adalah Pemberian (Tablet Tambah Darah) Terhadap kadar Hb sebagai variabel independent dan kadar Hb sebagai variabel dependen. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh penderita Anemia Di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban sebanyak 34 Siswi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan total sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan mengikuti seluruh anggota populasi agar dapat dijadikan sampel (Ridwan, 2021). Oleh karena itu, sampel penelitian ini adalah seluruh penderita Anemia Di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban sebanyak 34 Siswi.

Tahapan pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan melakukan cek kadar Hemoglobin siswi sebelum dan sesudah pelaksanaan pemberian Tablet Tambah Darah. Kemudian penyebaran lembar observasi pre test Kepada siswi yang akan menjadi responden dan selanjutnya yang akan diisi oleh peneliti berdasarkan hasil cek Kadar Hemoglobin sebelum diberikan Tablet Tambah Darah, setelah mengisi lembar observasi hasil kadar Hemoglobin pre test peneliti memberikan Tablet Tambah Darah sebanyak 10 butir yang akan dilakukan setiap 1 X dalam sehari saat menstruasi dan 1 X satu minggu saat tidak menstruasi.

Instrumen pengumpulan data dengan observasi atau melakukan pengamatan secara langsung kepada responden untuk mencari perubahan atau hal-hal yang akan diteliti. Setelah data terkumpul selanjutnya dilakukan pengolahan data melalui tahapan editing dan coding. Selanjutnya data dianalisa menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Mengidentifikasi kadar Hb sebelum pemberian tablet tambah darah pada siswi yang menderita anemia di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban, Mengidentifikasi kadar Hb sesudah pemberian tablet tambah darah pada siswi yang menderita anemia di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban dan menganalisa pengaruh pemberian tablet tambah darah pada siswi yang menderita anemia di SMA Negeri.



Gambar 1. Diagram Scater Nilai Hb Pre tes dan Post test Sebelum Dan Sesudah Pemberian Tablet Tambah Darah

Berdasarkan diagram scater diatas Hb pada siswi setelah diberikan tablet tambah darah lebih tinggi dibandingkan dari sebelum pemberian tablet tambah darah, hal ini menunjukkan bahwa pemberan tablet tambah darah mampu meningkatkan kadar Hb pada siswi yang menderita anemia di SMAN 1 Tambakboyo Kab. Tuban, data ini dibuktikan dengan uji statistic yang ada pada tabel berikut.

Tabel 1. Pengaruh Kadar Hb Sebelum dan Sesudah Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Siswi Yang Menderita Anemia di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban

	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>SD</i>	<i>P</i>
<i>Hemoglobin Pre Test</i>	10,17	10,15	9	12	796	0,001
<i>Hemoglobin Post Test</i>	12.21	12,25	10	14	860	

Berdasarkan tabel 1 hasil pemeriksaan Hemoglobin pada Siswi yang menderita anemia, sebelum diberikan tablet tambah darah rata-rata nilai Hb 10,17g/dl dengan nilai minimum 9g/dl dan nilai maksimum 12g/dl dan setelah diberikan tablet tambah darah rata-rata nilai Hb 12,21g/dl dengan nilai minimum 10g/dl dan nilai maksimum 14g/dl.

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan sapiro wilk, ditemukan bahwa nilai produtifitas unntuk uji normalitas sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya data ini tidak normal, sehingga peneliti menggunakan uji wiloxcon dengan tngkat kepercayaan $\alpha = 0,05$

maka didapatkan *P value* ($p=0,001$) dimana $\alpha = 0,05$, maka, H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh pemberian tablet tambah darah pada siswi yang menderita anemia di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban.

Kadar Hb pada Siswi Yang Menderita Anemia Sebelum Diberikan Tablet Tambah Darah Di SMAN 1 Tambakboyo Tuban

Rerata kadar Hb sebelum diberikan tablet tambah darah rata-rata nilai Hb 10,17g/dl dengan nilai minimum 9g/dl dan Nilai maksimum 12g/dl. Pada penderita Anemia sebagian besar berusia 15-20 tahun.

Menurut (Zainal, 2020), Kekurangan hemoglobin pada remaja di sekolah dapat disebabkan oleh kurangnya distribusi dalam pemberian tablet tambah darah oleh petugas UKS atau pukesmas. Yang dimana petugas UKS atau pukesmas ini hanya memberikan tablet tambah darah selama 2 kali dalam 1 tahun kepada siswi di SMAN 1 Tambakboyo tersebut, Jika petugas UKS tidak melaksanakan program pemberian tablet tambah darah dengan teratur, maka siswi berisiko lebih tinggi mengalami anemia dan akan terjadi kadar Hb rendah pada siswi tersebut.

Menurut penelitian (Suega, 2022) Anemia diartikan sebagai suatu kondisi jumlah sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis seorang individu bervariasi menurut usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Penyebab anemia biasanya karena kurangnya pengetahuan mengenai anemia, kurangnya asupan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan vitamin A.

Menurut penelitian yang dilakukan (Angrainy, 2019) Remaja putri berisiko menderita anemia dikarenakan selama satu bulan sekali akan mengalami haid sehingga membuat kebutuhan zat besi akan relatif lebih tinggi. Para remaja putri yang memiliki rentang waktu lama dan banyak saat kedatangan bulan maka akan membutuhkan zat besi yang banyak. Rendahnya kadar hemoglobin pada perempuan usia 16-20 tahun karena hilangnya kebutuhan zat besi, tetapi tidak mengonsumsi makanan tinggi zat besi.

Remaja putri rentan menderita anemia karena setiap bulan remaja putri akan mengalami menstruasi (Indriani, 2019). Awal menstruasi terjadi pada masa awal remaja rentang usia 16-20 tahun. Volume darah yang keluar saat menstruasi mengakibatkan kehilangan zat besi sebanyak 12-15 mg per bulan atau 0,4-0,5 mg per hari. Zat besi tidak hanya digunakan untuk mendukung pertumbuhan bagi remaja, tetapi juga 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.

Seharusnya pemberian tablet tambah darah (TTD) untuk siswi di SMA dilakukan sesuai dengan dosis satu tablet per minggu selama tidak menstruasi dan satu tablet 1 hari selama menstruasi, jadi dalam sebulan seorang siswi akan mendapatkan sekitar 10 tablet (10 butir). Dan di pantau dengan pemberian setiap sebulan sekali oleh petugas UKS, Program ini seharusnya sering dilakukan untuk mencegah terjadinya kadar Hb rendah dengan kejadian anemia dan meningkatkan kesehatan siswi di SMAN 1 Tambakboyo Kab. Tuban, Jika petugas UKS tidak melaksanakan program pemantauan dalam pemberian tablet tambah darah dengan baik, maka remaja berisiko lebih tinggi mengalami anemia dan menyebabkan kadar Hb rendah (Fadlilah, 2018).

Kadar Hb Siswi Sesudah Diberikan Tablet Tambah Darah Di SMAN 1 Tambakboyo Kab Tuban

Rerata kadar Hb sesudah diberikan Tablet Tambah Darah nilai kadar Hb pada siswi mengalami peningkatan yaitu 12,21g/dl dengan nilai minimum 10g/dl dan nilai maksimum 14g/dl, hal tersebut juga berkaitan dengan teraturnya dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

Sejalan penelitian yang dilakukan (Siti, 2019) menunjukkan bahwa dengan pemberian tablet tambah darah yang dilakukan pada siswi bahwa hasil uji statistik menunjukan terdapat kenaikan kadar Hb, faktor penyebab kenaikan kadar Hb karena siswi patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, baik patuh dalam mengkonsumsi dan waktu yang tepat dalam mengkonsumsi serta jumlah yang sesuai.

Penelitian (Risksdas, 2020) Pemberian tablet tambah darah adalah suatu upaya untuk mencegah anemia, selain itu pendidikan serta upaya yang berkaitan dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan juga merupakan hal yang dapat mencegah kejadian anemia pada remaja putri, Meningkatnya kadar hemoglobin pada perempuan usia 16-20 tahun juga dipengaruhi factor usia, status gizi, frekuensi menstruasi.

Menurut penelitian Ratna (2020) Bahwa pencegahan penanggulangan anemia dengan cara mengkonsumsi suplementasi tablet tambah darah. Dan (Darmailia, 2019) juga menyatakan pemberian suplemen zat besi 1X sehari saat menstruasi dan 1X1 minggu saat tidak menstruasi secara efektif dapat meningkatkan kadar Hb, Suplementasi tablet tambah darah akan meningkatkan oksigenasi dalam sel menjadi lebih baik, oleh karena itu asupan tablet tambah darah yang rendah merupakan salah satu penyebab defisiensi besi.

Hal ini dapat dibuktikan dalam teori yang mengatakan bahwa pemberian tablet Fe kepada siswi sangat bermanfaat pada keadaan haid, dikarenakan saat itu bisa terjadi kehilangan besi akibat perdarahan. Karena haid rata-rata mengeluarkan darah 60 ml perbulan yang sama dengan 30 mg besi, sehingga perempuan memerlukan tablet tambah darah satu X sehari dalam keadaan enstruasi dan 1 minggu X dalam keadaan tidak menstruasi agar keseimbangan tetap terjaga (Darmailia, 2019).

Berdasarkan penelitian (Fadlilah, 2018) Suplemen tablet tambah darah diberikan untuk menghindari remaja putri dari risiko anamia besi. Konsumsi TTD sangat dipengaruhi oleh kesadaran dan kepatuhan remaja putri. Kesadaran merupakan factor pendukung remaja putri untuk mengkonsumsi secara baik. Kepatuhan dipengaruhi oleh adanya dan efek samping dari tablet tambah darah.

Oleh karena hal-hal tersebut, diasumsikan bahwa kadar Hb dipengaruhi dengan kurangnya kesadaran dalam konsumsi tablet tambah darah atau pun kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi. dukungan keluarga, guru, atau pun lingkungan sekitar juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri (Wiboworini, 2020).

Hal ini menunjukan adanya kesesuaian antara fakta , teori, dan opini yang terlihat dari adanya peningkatan kadar Hb pada siswi Anemia sebanyak 34 siswi mengalami peningkatan kadar Hb dikarenakan pemberian Tablet Tambah Darah secara efektif.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti berpendapat bahwa setelah diberikan Tablet tambah darah dapat meningkatkan kadar Hb pada penderita Anemia. Hal tersebut dikarenakan pemberian Tablet Tambah Darah dapat memberikan efek peningkatan terhadap kadar Hb.

Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kadar Hb siswi Anemia Di SMAN 1 Tam bakboyo Kab Tuban

Berdasarkan Hasil penelitian menunjukan bahwa ada pengaruh baik pada kelompok kontrol yang diberikan tablet tambah darah di SMAN 1 Tambakboyo Kab Tuban. Dengan Hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon dengan signifikan maka, H1 diterima, artinya terdapat pengaruh pemberian tablet tambah darah terhadap kadar Hb pada siswi di SMA Negeri 1 Tambakboyo Tuban.

Tablet tambah darah dapat meningkatkan kadar Hb karena di konsumsi pada siswi tersebut secara rutin siswi mendapat 10 butir tablet tambah darah yang di minum selama 1X sehari saat menstruasi dan 1X1 minggu saat tidak menstruasi selama 1bulan berturut

turut ,siswi mendapatkan tablet tambah darah 10 butir, rata- rata siswi mengkonsumsi si tablet tambah darah sebanyak 9-10 butir selama 1 bulan jadi nilai kadar Hb siswi bisa meningkat karena siswi rutin minum tablet tambah darah,sehingga mereka minum sesuai dosis yang dianjurkan dan tepat waktu (Fadlilah, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Riskesdas (2020) dinyatakan bahwa tablet tambah darah mempunyai pengaruh dengan kejadian anemia pada remaja putri. Sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Yulisetyaningrum (2023) hasil analisis bivariat antara variabel pemberian TTD dengan penderita anemia diperoleh bahwa pengaruhnya bersifat searah antara kedua variabel tersebut, yang artinya semakin remaja putri patuh dalam mengkonsumsi TTD maka kadar Hb remaja putri akan meningkat.

Sejalan dengan penelitian (Nelda, 2019) bahwa sekolah dan guru adalah tempat yang sangat mendukung remaja putri (anak sekolah) untuk bisa patuh mengonsumsi TTD. Diharapkan adanya kerja sama sektor kesehatan dan sektor pendidikan, dalam hal ini guru agar mendapatkan pelatihan tentang gizi

Keberhasilan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet Fe, selain dengan pengetahuan dan sikap dalam pencegahan Anemia dengan konsumsi tablet Fe, siswi putri juga perlu untuk mendapat pemahaman yang baik dan tepat untuk mengikuti anjuran dari pemerintah terkait pemberian tablet tambah darah (TTD) yaitu dengan meminum sebanyak satu (1) tablet per hari saat menstruasi, atau 7 hari sekali saat tidak menstruasi. Selain itu diperlukan pula pengawasan dari orang tua, atau keluarga, guru (Setiawati, 2019).

Diharapkan dengan asupan zat besi sejak dini akan menimbulkan angka kejadian anemia ibu hamil, pendarahan saat persalinan, BBLR, dan balita pendek dapat menurun.dengan menentukan hari minum TTD bersama selama 1 bulan. Dosis yang diberikan adalah satu tablet selama 1 minggu sekali pada siswi putri yang tidak menstruasi dan 1 tablet selama 1 hari sekali pada saat siswi menstruasi (Tonasi, 2019) (Angrainy, 2019).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan setelah pelaksanaan penelitian bulan maret 2024 di SMAN 1 Tambakboyo Kab Tuban bahwa Siswi Anemia di SMAN 1 Tambakboyo Kab Tuban pada kelompok perlakuan sebelum diberikan tablet tambah darah siswi Anemia mempunyai rata-rata kadar Hb yang rendah dengan kategori Anemia ringan dengan rerata 10,17 g/dl. Siswi Anemia di SMAN 1 Tambakboyo Kab Tuban pada kelompok perlakuan sesudah diberikan Tablet Tambah darah rata-rata kadar Hb dalam kategori Anemia normal

dengan rerata 12,21 g/dl. Terdapat Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap peningkatan Kadar Hb Pada Siswi Yang Menderita Anemia Di SMAN 1 Tambakboyo Kab Tuban.

DAFTAR REFERENSI

- Andani, Y. (2020). Hubungan pengetahuan tentang dan sikap remaja putri terhadap konsumsi TTD. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 5.
- Andaruni, R. (2018). Efektivitas pemberian tablet zat besi. *Jurnal Kebidanan UM Mataram*, 3.
- Angrainy. (2019). Pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe pada saat menstruasi dengan anemia. *Jurnal Endurance*, 4.
- Astalia, K. (2022a). Karakteristik siswi yang diduga mengalami anemia di SMP Negeri 1 Kubutambahan Kabupaten Buleleng (Characteristics of female students who are suspected of anemia at SMP Negeri 1 Kubutambahan Buleleng Regency). *Poltekes Respiratory*, 3.
- Astalia, K. (2022b). Karakteristik siswi yang diduga mengalami anemia di SMP Negeri 1 Kubutambahan Kabupaten Buleleng (Characteristics of female students who are suspected of anemia at SMP Negeri 1 Kubutambahan Buleleng Regency). *Poltekes Respiratory*, 3.
- Cahyani, E. D. (2023). Pengetahuan remaja putri tentang anemia. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2.
- Darmailia, H. T. (2019). Kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kenaikan kadar Hb. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 10.
- Fadlilah, S. (2018). Faktor yang berhubungan dengan kadar Hb. *Journal on Medical Science*, 5.
- Indriani, L. (2019). Pengaruh edukasi gizi dan pemberian tablet tambah darah (TTD) terhadap kenaikan kadar Hb pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Farmasi*.
- Kusuma, T. U. (2022). Peran edukasi gizi dalam pencegahan anemia pada remaja di Indonesia. *Jurnal Surya Muda*, 4.
- Nelda, A. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15.
- Ratna, R. N. (2020). Penyuluhan tentang anemia pada remaja. *Jurnal Perak Malahayati*, 2.
- Ridwan, E. (2021). Kajian interaksi zat besi dengan zat gizi mikro. *Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan*, 35.
- Riskesdas. (2020). Analisis riwayat tablet tambah darah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan*, 10.

- Setiawati. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang tablet tambah darah. *Jurnal Midwifery Update*, 1.
- Siti, R. D. (2019). Efektifan pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb. *Jurnal Kebidanan*, 2.
- Suega, K. (2022). Faktor risiko yang memengaruhi kejadian anemia. *Jurnal Medika Udayana*, 11.
- Sumarni, S. (2019). Hubungan cakupan tablet Fe dengan prevalensi BBLR. *Universitas Airlangga*, 10.
- Sumarwati, M. (2022). Pendidikan kesehatan dengan gaya hidup pada remaja tahap akhir. *Jurnal Abdimas BSI*, 5.
- Tonasi. (2019a). Efektivitas pemberian tablet tambah darah pada remaja. *Jurnal SMART Kebidanan*, 2.
- Tonasi. (2019b). Efektivitas pemberian TTD. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6.
- WHO. (2018). *Pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI*. World Health Organization.
- Wiboworini, B. (2020). Potensi tempe sebagai pangan fungsional dalam meningkatkan kadar hemoglobin remaja penderita anemia. *Aceh Nutrition Journal*, 5.
- Yulisetyaningrum. (2023). Pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar Hb pada remaja dengan anemia. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14.
- Zainal, M. (2020). Hubungan kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia (Hb) pada remaja putri. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8.