

# Implementasi Kelas Remaja untuk Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Desa Pejambuan, Kalimantan Selatan

Sarah Noor Hafizah\*<sup>1</sup>, Ahmad Syabana<sup>2</sup>, Sri Wulandari<sup>3</sup>, Ayu Riana Sari Azwari<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

\*e-mail: [sarahnrhafizah28@gmail.com](mailto:sarahnrhafizah28@gmail.com)<sup>1</sup>, [ahmadsyabana11@gmail.com](mailto:ahmadsyabana11@gmail.com)<sup>2</sup>, [wulan204205@gmail.com](mailto:wulan204205@gmail.com)<sup>3</sup>, [ayurianasari@ulm.ac.id](mailto:ayurianasari@ulm.ac.id)<sup>4</sup>

## Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi pada remaja putri akibat rendahnya asupan zat besi dan tingkat kepatuhan yang rendah terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Di Desa Pejambuan, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan, sebanyak 51,72% remaja putri tidak rutin mengonsumsi TTD. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD melalui implementasi Program Kelas Remaja yang dilaksanakan dengan pendekatan edukatif, partisipatif, dan pembentukan kader kesehatan remaja. Metode pelaksanaan meliputi edukasi interaktif, diskusi, pembagian booklet, pengisian pretest dan post-test, pembentukan kader remaja, serta pemantauan konsumsi TTD selama tiga bulan. Evaluasi dilakukan dengan mengukur perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada ketiga aspek tersebut: pengetahuan meningkat dari 77,78% menjadi 100% ( $p=0,000$ ), sikap dari 85,18% menjadi 100% ( $p=0,046$ ), dan perilaku dari 70,37% menjadi 100% ( $p=0,039$ ). Selain itu, pemantauan kader menunjukkan 88,9% remaja mengalami peningkatan konsumsi TTD, dengan kategori "Selalu" meningkat menjadi 51,8% pada bulan ketiga. Intervensi ini terbukti efektif meningkatkan kesadaran dan kepatuhan konsumsi TTD, serta berpotensi direplikasi di wilayah lain dengan kondisi serupa sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

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

## Abstract

Anemia is a common health problem among adolescent girls, primarily due to inadequate iron intake and low compliance with iron tablet supplementation. In Pejambuan Village, Banjar Regency, South Kalimantan, 51.72% of adolescent girls were found to be non-compliant in consuming iron tablets (Tablet Tambah Darah/TTD). This community service program aimed to improve adherence to iron tablet consumption through the implementation of an Adolescent Class Program using educational, participatory, and peer-support approaches. The intervention included interactive health education, booklet distribution, pre- and post-tests, the formation of adolescent health cadres, and a three-month follow-up monitoring. Evaluation was conducted to assess changes in knowledge, attitudes, and behaviors. The results showed significant improvements across all aspects: knowledge increased from 77.78% to 100% ( $p=0.000$ ), attitude from 85.18% to 100% ( $p=0.046$ ), and behavior from 70.37% to 100% ( $p=0.039$ ). Monitoring by peer cadres also revealed that 88.9% of participants showed increased frequency in TTD consumption, with those categorized as "Always" increasing to 51.8% in the third month. The intervention was proven effective in enhancing awareness and adherence to TTD consumption and is recommended for replication in other areas with similar health challenges to prevent anemia among adolescent girls.

**Keywords:** Anemia, Adolescent Girls, Iron Supplementation

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase penting dalam kehidupan karena dikategorikan rentan dan memiliki risiko kesehatan yang tinggi. Salah satu masalah kesehatan utama yang perlu mendapat perhatian adalah tingginya prevalensi anemia pada remaja putri. Anemia merupakan masalah gizi yang ditandai dengan rendahnya jumlah sel darah merah atau hemoglobin (Hb) dalam tubuh, sehingga mengurangi kemampuan pengangkutan oksigen ke jaringan tubuh. Kondisi ini dapat disebabkan oleh penyakit kronis, kelainan genetik, serta kurangnya asupan zat besi dan vitamin (Sari, Sayuti, & Harti, 2024).

Remaja putri termasuk kelompok yang rentan terkena anemia karena berada dalam fase pertumbuhan pesat, peningkatan kebutuhan gizi, serta kehilangan darah rutin akibat menstruasi. Remaja putri dikatakan anemia jika kadar Hb <12 gr/dL. Anemia tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga dapat menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar. Jika tidak ditangani sejak dini, anemia berisiko berlanjut hingga masa kehamilan dan dapat mengganggu perkembangan janin, serta meningkatkan risiko komplikasi persalinan hingga kematian ibu dan bayi (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia di Indonesia untuk seluruh kelompok umur tercatat sebesar 16,2%. Angka tersebut juga menunjukkan bahwa perempuan memiliki prevalensi anemia yang lebih tinggi, yaitu sebesar 18%, dibandingkan dengan laki-laki yang sebesar 14,4% (Kemenkes RI, 2023). Sementara itu, menurut data WHO tahun 2019, Indonesia termasuk dalam sepuluh negara dengan prevalensi anemia tertinggi di Asia Tenggara, yaitu sebesar 31,2% dengan rentang 20,4–44,4% (World Health Organization, 2020). Adapun di Kalimantan Selatan, prevalensi anemia pada remaja putri tercatat sebesar 21,69%. Beberapa kabupaten menunjukkan angka prevalensi yang lebih tinggi dari rata-rata provinsi, salah satunya adalah Kabupaten Banjar dengan prevalensi sebesar 23,54%. Menurut data tahun 2019, prevalensi anemia tertinggi terdapat di Hulu Sungai Utara (57,51%), diikuti oleh Barito Kuala (41,88%), Balangan (40,31%), Kotabaru (37,80%), Tanah Bumbu (32,26%), Tanah Laut (27,56%), Banjarmasin (25,7%), Hulu Sungai Tengah (24,27%), Banjar (22,51%), Banjarbaru (21,13%), Tapin (7,06%), Hulu Sungai Selatan (4,43%), dan Tabalong (4,42%) (Dinkes Prov. Kalimantan Selatan, 2020).

Salah satu faktor penyebab masalah anemia pada remaja putri tersebut adalah rendahnya cakupan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang seharusnya rutin dikonsumsi untuk mencegah anemia (Hess et al., 2023). Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan suplemen gizi yang mengandung 60 mg zat besi elemental dan 400 mcg asam folat. TTD dikonsumsi sebagai upaya pencegahan anemia karena zat besi berperan penting dalam pembentukan hemoglobin, sedangkan asam folat dibutuhkan untuk produksi dan pematangan sel darah merah (Achadi, 2018).

Sebagai langkah menanggulangi tingginya angka anemia, pemerintah menetapkan program pemberian suplemen zat besi atau TTD secara berkala kepada remaja putri dan telah diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan No.88 Tahun 2014 tentang Standar Tablet Tambah Darah bagi wanita usia subur (WUS) dan ibu hamil (Kementerian Kesehatan RI, 2014). TTD dikonsumsi secara rutin sekali seminggu, selama 52 minggu dalam setahun, sehingga total jumlah tablet yang dikonsumsi mencapai 52 butir. Meskipun pemerintah telah menyediakan program distribusi TTD, namun pelaksanaan program pemberian TTD tersebut tidak berjalan dengan optimal karena tingkat konsumsi TTD di kalangan remaja putri masih belum mencapai target (Ariani et al., 2023). Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 98,6% remaja putri hanya mengonsumsi tablet tambah darah kurang dari 52 butir, sementara hanya 1,4% yang mengonsumsinya lebih dari 52 butir, sedangkan target capaian presentase remaja putri untuk mengonsumsi TTD pada tahun 2024 sebesar 58% (Helmyati, Syarifa, Rizana, Sitorus, & Pratiwi, 2023). Tingginya angka remaja putri yang mengonsumsi TTD di bawah jumlah tersebut mencerminkan rendahnya cakupan dan motivasi dalam mengonsumsinya, sehingga meningkatkan risiko anemia pada remaja putri (Julaecha, 2020). Selain itu, berdasarkan data dari Laporan Percepatan Penurunan Stunting Semester II Tahun 2023, target konsumsi TTD bagi remaja putri di Kalimantan Selatan adalah 75%, sedangkan untuk capaian per September 2023 hanya mencapai 22,07% (Pemerintah Daerah Provinsi Kalimantan Selatan, 2024).

Desa Pejambuan merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar, Provinsi Kalimantan Selatan. Hasil pendataan diagnosa komunitas yang dilakukan di Desa Pejambuan RT 01, 02, dan 03 pada bulan Januari 2024 didapatkan bahwa dari sampel 75 Kartu Keluarga, terdapat 29 remaja putri dengan persentase 51,72% tidak mengonsumsi tablet tambah darah. Angka tersebut mendukung data dari Riskesdas, bahwa cakupan konsumsi tablet tambah darah putri masih kurang dari 52 butir. Minimnya konsumsi TTD bagi remaja putri di Desa Pejambuan mengindikasikan perlunya upaya edukatif dan promotif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku, serta kepatuhan terhadap konsumsi

suplemen tersebut. Berdasarkan gap permasalahan tersebut, maka tim pengabdian masyarakat merancang program intervensi melalui pelaksanaan Kelas Remaja yang menjadi bagian dari kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan (PBL). Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD secara rutin guna mencegah anemia dan mendukung kesehatan reproduksi sejak usia remaja.

## 2. METODE

Kegiatan Kelas Remaja dilaksanakan secara partisipatif melalui pendekatan edukatif kepada remaja putri Desa Pejambuan RT 01, 02, dan 03 dengan sasaran usia 11-20 tahun yang bertempat di Pos Kesehatan Desa (Poskesdes) Pejambuan, Kec. Sungai Tabuk, Kab. Banjar, Kalimantan Selatan. Peserta yang terlibat dalam kegiatan Kelas Remaja berjumlah 27 remaja putri. Kegiatan pengabdian masyarakat yang merupakan bentuk dari kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) II ini dilaksanakan pada tanggal 10 Juli – 17 Juli 2024.

Pelaksanaan program intervensi ini dilakukan melalui tahapan, yaitu sebagai berikut:

### 2.1. Edukasi dan Diskusi

Kegiatan edukasi dilaksanakan pada Jum'at, 12 Juli 2024 yang dihadiri oleh sasaran peserta, yaitu remaja putri dan beberapa perangkat desa, serta petugas promosi Kesehatan Puskesmas Sungai Tabuk 1. Edukasi dilakukan dengan menggunakan metode ceramah sebagai langkah awal dalam penyampaian informasi. Materi yang diberikan kepada peserta mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD. Selain itu, peserta juga diberikan buku saku (*booklet*) "Cegah Anemia dan Konsumsi Tablet Tambah Darah" sebagai media pendukung pembelajaran, serta referensi harian bagi peserta untuk memahami terkait konsumsi TTD. Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi. Pada sesi ini, peserta diajak untuk aktif bertanya dan menjawab seputar anemia dan TTD agar dapat memperdalam pemahaman terkait materi yang telah disampaikan. Peserta yang aktif dalam diskusi diberikan *reward* berupa hadiah sederhana sebagai bentuk apresiasi.

### 2.2. Pengisian *Pretest* dan *Post-test*

Pengisian *pretest* dan *post-test* dilakukan sebagai bagian dari evaluasi untuk mengukur efektivitas program dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri terkait konsumsi TTD. Kuesioner *pretest* diberikan sebelum kegiatan edukasi dimulai untuk mengetahui kondisi awal peserta dalam hal pemahaman tentang anemia dan pentingnya konsumsi TTD. Setelah kegiatan edukasi selesai, peserta diberikan kuesioner *post-test* dengan isi dan jumlah soal yang sama. Kuesioner terdiri dari 20 soal dengan pembagian 10 soal untuk mengukur tingkat pengetahuan, 5 soal untuk menilai sikap, dan 5 soal untuk mengevaluasi perilaku terkait konsumsi TTD.

### 2.3. Pembentukan Kader Remaja

Setelah kegiatan edukasi dan diskusi, dilaksanakan pembentukan kader remaja yang bertugas memantau dan mendukung konsumsi TTD secara rutin pada remaja putri. Kader remaja dipilih 3 orang berdasarkan beberapa kriteria, yaitu tingkat keaktifan selama kegiatan edukasi, antusiasme dalam mengikuti diskusi, serta komitmen untuk berperan aktif dalam mendukung kesehatan remaja di lingkungan desa. Kader yang dipilih tidak hanya diberikan pengetahuan dasar tentang anemia dan TTD, namun diberikan pembekalan untuk menjadi fasilitator edukasi bagi remaja putri di Desa Pejambuan RT 01, 02, dan 03. Selain itu, kader dibekali terkait cara pencatatan, dokumentasi, dan hasil pemantauan yang akan dilaporkan setiap minggu kepada tim pengabdian masyarakat.

### 2.4. Pemantauan Konsumsi TTD oleh Kader Remaja

Masing-masing kader memantau sebanyak 9 remaja (termasuk kader itu sendiri). Pemantauan dilakukan dengan metode pengumpulan data sederhana dan terstruktur. Kader

melakukan pengecekan langsung setiap minggu kepada masing-masing remaja yang menjadi tanggung jawabnya untuk memastikan bahwa telah mengonsumsi TTD sesuai jadwal. Pemantauan dilakukan melalui kunjungan ke rumah ataupun memanfaatkan momen pertemuan di kegiatan remaja lainnya. Kader tidak hanya memastikan konsumsi, tetapi juga mengedukasi remaja mengenai pentingnya asupan TTD secara teratur. Selain itu, kader mencatat frekuensi konsumsi TTD setiap minggunya dalam format laporan yang telah disediakan tim pengabdian masyarakat. Apabila terdapat remaja yang tidak mengonsumsi TTD, kader mencatat alasan yang diberikan, seperti lupa, merasa mual, atau tidak ada persediaan.

## 2.5. Evaluasi Keberhasilan Program

Keberhasilan diukur berdasarkan peningkatan skor pengetahuan, sikap, dan perilaku minimal 70% setelah pelaksanaan edukasi, serta konsistensi pemantauan kader selama tiga bulan pasca intervensi yang menghasilkan peningkatan terkait konsumsi TTD oleh remaja putri. Frekuensi konsumsi TTD dipantau secara rutin melalui hasil pemantauan kader yang dilaporkan kepada tim pengabdian masyarakat melalui media grup *WhatsApp*. Hasil evaluasi tersebut tidak hanya digunakan untuk mengukur keberhasilan program, tetapi juga sebagai dasar untuk perbaikan metode program Kelas Remaja untuk ke depannya.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1. Deskripsi Pelaksanaan Kegiatan

Program pengabdian masyarakat “Kelas Remaja sebagai Solusi Remaja Putri Patuh Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)” dilaksanakan di Desa Pejambuan RT 01, 02, dan 03. Program ini dilaksanakan oleh mahasiswa kelompok 5 PBL Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat, bekerja sama dengan perangkat desa, termasuk kepala desa, ketua PKK, bidan desa, kader, serta mitra dari Puskesmas Sungai Tabuk 1, yaitu petugas promosi kesehatan yang turut membantu dan berkontribusi dalam program Kelas Remaja. Kelas Remaja dilaksanakan melalui beberapa rangkaian kegiatan, yaitu edukasi terkait anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah, pembentukan kader remaja, serta monitoring konsumsi TTD secara berkala. Kegiatan edukasi berhasil melibatkan para remaja putri dengan pemaparan materi “Bahaya Anemia dan Manfaat Tablet Tambah Darah (TTD) bagi Remaja Putri” yang disampaikan oleh dua pemateri dari tim pengabdian masyarakat. Materi edukasi mencakup penjelasan mengenai anemia, penyebab, gejala, dampak jangka panjang, serta pentingnya konsumsi TTD secara rutin untuk mencegah anemia dan menjaga kesehatan reproduksi.

Sebagai media pendukung, peserta diberikan *booklet* “Cegah Anemia dan Konsumsi Tablet Tambah Darah” yang berisi informasi lengkap mengenai manfaat, cara konsumsi, efek samping, serta tabel pemantauan konsumsi harian. Buku saku ini berfungsi sebagai panduan harian sekaligus alat bantu pemantauan mandiri yang digunakan dalam pelaporan oleh kader remaja. Media edukasi berbentuk *booklet* dinilai memiliki keunggulan dalam mendorong pembaca untuk melakukan pendalaman materi secara berulang. Selain itu, dalam prosesnya dapat membantu merangsang munculnya pemikiran yang inovatif dan mendorong partisipasi dalam perubahan sikap. *Booklet* didesain dengan materi dan ilustrasi yang menarik, sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Imanuna, Hasan, & Fajar, 2022).

Gambar 1 menunjukkan suasana pelaksanaan Program Kelas Remaja yang dilaksanakan di Pos Kesehatan Desa Pejambuan. Kegiatan ini melibatkan remaja putri sebagai peserta utama, didampingi oleh perangkat desa dan petugas promosi kesehatan dari Puskesmas Sungai Tabuk 1. Dalam sesi edukasi, peserta menerima materi tentang anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin. Gambar ini menggambarkan suasana interaktif antara pemateri dan peserta, yang menjadi bagian penting dalam meningkatkan pemahaman dan partisipasi aktif remaja terhadap isu kesehatan mereka.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Kelas Remaja di Pos Kesehatan Desa Pejambuan



Gambar 2. Media Booklet dan Tabel Checklist Konsumsi TTD

Gambar 2 menampilkan dua media utama yang digunakan dalam program: (1) booklet edukatif “Cegah Anemia dan Konsumsi Tablet Tambah Darah” yang diberikan kepada peserta, dan (2) lembar checklist konsumsi TTD yang digunakan sebagai alat pemantauan mandiri dan oleh kader remaja. Booklet berfungsi sebagai panduan belajar mandiri yang berisi informasi penting mengenai anemia, manfaat TTD, serta cara konsumsinya. Sementara itu, tabel checklist digunakan untuk mencatat kepatuhan harian peserta dalam mengonsumsi TTD, yang kemudian dilaporkan oleh kader sebagai bagian dari sistem monitoring berbasis masyarakat.

### 3.2. Hasil Ketercapaian Kegiatan

Pada kegiatan edukasi, peserta diminta untuk mengisi *pretest* sebelum kegiatan edukasi dimulai dan *post-test* setelah edukasi selesai dilaksanakan. Pengisian *pretest* dan *post-test* bertujuan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta sebagai bagian dari upaya monitoring dan evaluasi kegiatan edukasi. Berikut adalah hasil rekapitulasi *pretest* dan *post-test* pada masing-masing aspek.

Tabel I. Hasil *Pretest* dan *Post-test* Peserta Program Kelas Remaja

No	Aspek yang dinilai	Hasil (%)		Wilcoxon test (p)
		<i>Pretest</i>	<i>Post-test</i>	
1	Pengetahuan	77,78	100	0,000
2	Sikap	85,18	100	0,046
3	Perilaku	70,37	100	0,039

Berdasarkan hasil analisis *pretest* dan *post-test* pada tabel 1, menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada ketiga aspek yang dinilai. Pada aspek pengetahuan, terjadi peningkatan skor dari 77,78% menjadi 100% dengan nilai *p* sebesar 0,000 yang menunjukkan perubahan yang sangat signifikan. Aspek sikap juga mengalami peningkatan dari 85,18% menjadi 100% dengan nilai *p* sebesar 0,046. Sementara itu, pada aspek perilaku, terjadi kenaikan dari 70,37% menjadi 100% dengan nilai *p* sebesar 0,039. Seluruh nilai *p* yang lebih

kecil dari 0,05 mengindikasikan bahwa perubahan yang terjadi bukan disebabkan oleh faktor kebetulan, melainkan merupakan hasil dari intervensi yang efektif. Secara keseluruhan, pelaksanaan intervensi melalui Program Kelas Remaja terbukti berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta secara signifikan dalam upaya mendorong kepatuhan konsumsi TTD. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Ramadhani, Susantini, Noor, Ulvie, & Sartono (2023), bahwa penyuluhan dan diskusi kelompok mampu meningkatkan pengetahuan gizi sebesar 24,8% serta kepatuhan konsumsi tablet tambah darah hingga 94,7% (Ramadhani, Susantini, Noor, Ulvie, & Sartono, 2023)

Sebagai bentuk tindak lanjut untuk mempertahankan hasil intervensi, dilakukan pembentukan 3 kader remaja yang dipilih berdasarkan tingkat keaktifan selama kegiatan berlangsung. Kader-kader tersebut bertugas melakukan pendampingan dan pemantauan rutin terhadap 27 remaja putri peserta program. Pada saat kegiatan edukasi Kelas Remaja, peserta tidak hanya menerima *booklet*, tetapi juga diberikan lembar *checklist* konsumsi TTD untuk mencatat kepatuhan secara mandiri. Data dari lembar *checklist* tersebut digunakan oleh kader untuk melakukan evaluasi berkala dan memantau perkembangan konsumsi TTD peserta secara lebih sistematis.

Sebelum menjalankan tugasnya, para kader terlebih dahulu diberikan pengarahan mengenai tanggung jawab yang akan diemban. Selain itu, kader diberikan pelatihan mengenai pengetahuan dasar seputar anemia, manfaat TTD, *aturan* konsumsi yang dianjurkan, serta efek samping mengonsumsi TTD. Pelatihan kader posyandu remaja adalah kegiatan memberikan pendidikan yang menyangkut proses belajar, sehingga meningkatkan keterampilan kader sebagai petugas konselor untuk melakukan konseling kepada rekan peserta (Rasmaniar, Nurlaela, & Gobel, 2023). Menurut Labatjo & Maridji (2023), kegiatan pelatihan dan pendampingan kader posyandu remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader sebanyak 57%. Selain itu, kegiatan ini juga mampu mengembangkan jiwa inovatif kader melalui program-program kreatif (Labatjo & Maridji, 2023). Kader remaja diharapkan dapat berkontribusi dalam peningkatan status kesehatan remaja melalui pendekatan yang aktif dan inovatif, sebagaimana peran strategis kader kesehatan yang menjadi penggerak utama di tengah masyarakat (Rasmaniar et al., 2023).



Gambar 3. Pembentukan dan Pelatihan Kader Remaja



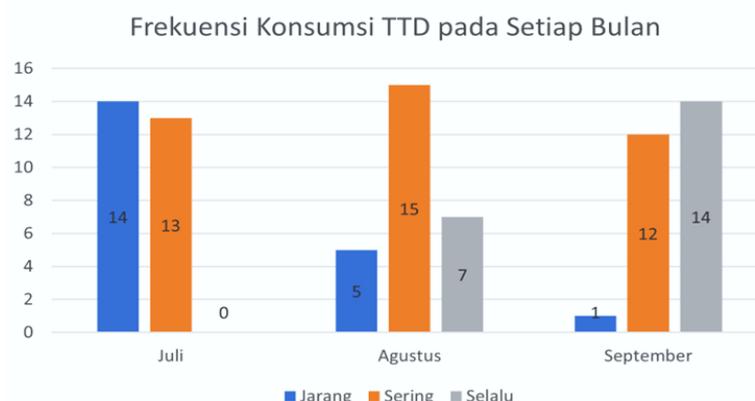
Gambar 4. Pembentukan dan Pelatihan Kader Remaja

Gambar 3 dan Gambar 4 memperlihatkan proses pembentukan dan pelatihan kader remaja sebagai bagian integral dari intervensi Program Kelas Remaja. Kader yang dipilih merupakan peserta yang aktif, antusias, dan menunjukkan komitmen dalam kegiatan edukasi sebelumnya. Mereka dibekali dengan pengetahuan dasar mengenai anemia, manfaat serta tata cara konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dan strategi pendampingan sebaya. Gambar 3 menampilkan sesi pelatihan di mana kader menerima materi secara langsung dari tim pengabdian masyarakat, sedangkan Gambar 4 mendokumentasikan interaksi antara kader dengan peserta lainnya dalam simulasi monitoring dan pencatatan konsumsi TTD. Peran kader sangat krusial sebagai *peer educator* yang tidak hanya mendampingi, tetapi juga membangun komunikasi efektif dengan sesama remaja, serta menjadi penghubung antara peserta program dan tenaga kesehatan di desa. Pembekalan ini bertujuan untuk memastikan keberlanjutan intervensi melalui pendekatan yang berbasis komunitas dan partisipatif.

Pada intervensi Kelas Remaja ini, kader remaja juga berperan sebagai *peer educator* kepada teman sebaya yang dapat memberikan nasihat, umpan balik, serta informasi yang diperlukan remaja putri untuk mengambil keputusan terkait konsumsi TTD. Peran teman sebaya lebih efektif dalam menjangkau remaja karena menciptakan suasana komunikasi yang lebih terbuka dan nyaman dibandingkan metode pendidikan tradisional (Naimah et al., 2024). Kader yang terpilih juga memiliki kedekatan personal yang memudahkan untuk memotivasi remaja putri agar tetap mematuhi anjuran kesehatan. Selain memberikan edukasi, kader juga berperan sebagai penghubung antara Pusat Kesehatan Desa (Poskesdes) dengan remaja yang dipantau, yaitu memastikan bahwa remaja yang membutuhkan bantuan atau memiliki keluhan terkait efek samping TTD dapat segera mendapatkan penanganan.

Evaluasi proses dilakukan dengan memantau keterlibatan kader dalam kegiatan pendampingan dan pemantauan remaja putri. Setiap kader bertanggung jawab memantau 9 remaja putri di wilayah RT 01, 02, dan 03 secara rutin. Pemantauan meliputi pengecekan konsumsi TTD, pemberian edukasi tambahan bila diperlukan, serta pencatatan kendala atau alasan jika peserta tidak mengonsumsi TTD. Sistem pelaporan kader dilakukan melalui pencatatan hasil pemantauan dalam format laporan evaluasi yang telah disiapkan oleh tim pengabdian masyarakat. Laporan tersebut kemudian dikirimkan secara berkala ke grup *WhatsApp* sebagai bentuk dokumentasi dan kontrol kegiatan. Berdasarkan hasil monitoring selama bulan Juli hingga Agustus, kader menjalankan tugasnya dengan baik dan konsisten. Dokumentasi laporan yang dikirim menunjukkan adanya peningkatan frekuensi konsumsi TTD di kalangan remaja putri seiring waktu.

Berikut merupakan grafik frekuensi konsumsi TTD pada remaja putri Desa Pejambuan RT 01, 02, dan 03 bulan Juli – Agustus 2024:



Gambar 5. Frekuensi Konsumsi TTD oleh Remaja Putri

Berdasarkan grafik pada gambar 5 di atas, dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan konsumsi TTD. Pengkategorian dalam penelitian ini didefinisikan sebagai berikut; "Jarang" apabila remaja mengonsumsi TTD 1-2 kali dalam sebulan, "Sering" apabila mengonsumsi TTD

sebanyak 3 kali dalam sebulan, dan "Selalu" apabila mengonsumsi TTD setiap minggu serta setiap hari selama menstruasi. Pada bulan Juli, mayoritas remaja berada dalam kategori "Jarang" mengonsumsi TTD sebesar 51,8%, sementara kategori "Selalu" belum tercatat sama sekali. Pada bulan Agustus dan September, terjadi peningkatan konsumsi TTD, terutama pada kategori "Selalu," yang meningkat dari 0% pada Juli menjadi 51,8% pada bulan September.



Gambar 6. Tingkat Perubahan Konsumsi TTD oleh Remaja Putri

Berdasarkan grafik pada gambar 6 tersebut, dari total 27 remaja yang dipantau, sebanyak 24 remaja (88,9%) menunjukkan peningkatan frekuensi konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) selama pemantauan dari Juli hingga September. Sementara itu, 3 remaja lainnya (11,1%) tidak mengalami perubahan. Remaja dalam kategori "Tidak berubah" ini adalah mereka yang sejak awal sudah memiliki pola konsumsi yang relatif tetap, baik dalam kategori "Sering" maupun "Jarang." Adanya peningkatan ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Saputra dan Anggraeni (2025) yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis pengawasan dan edukasi dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri. Dalam studi tersebut, penggunaan media kalender sebagai alat bantu edukatif terbukti efektif meningkatkan kepatuhan dengan peningkatan dari kategori kepatuhan rendah (95,1%) sebelum intervensi menjadi kategori sedang pada 75,4% responden setelah dua minggu intervensi. Rata-rata skor kepatuhan juga meningkat dari 3,04 menjadi 6,67 (Saputra & Anggraeni, 2020).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan program, dapat disimpulkan bahwa kegiatan Kelas Remaja di Desa Pejambuan RT 01, 02, dan 03 berhasil menjadi solusi edukatif yang efektif untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri. Hasil analisis *pretest* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan ( $p=0,000$ ), sikap ( $p=0,046$ ), dan perilaku ( $p=0,039$ ) setelah intervensi dilakukan. Selain itu, pemantauan yang dilakukan oleh kader menunjukkan bahwa sebanyak 88,9% remaja mengalami peningkatan frekuensi konsumsi TTD dengan peningkatan tertinggi pada kategori konsumsi "Selalu" yang mencapai 51,8% pada bulan September. Implementasi Program Kelas Remaja tersebut mendapatkan dukungan penuh dan respons positif dari perangkat desa, kader remaja, serta para peserta yang turut aktif berpartisipasi dalam rangkaian kegiatan. Program ini direkomendasikan untuk diterapkan di wilayah lain dengan permasalahan serupa. Selain itu, untuk meningkatkan efektivitas pelaksanaan, program sebaiknya diperkuat melalui dukungan kebijakan dari pemerintah setempat serta kolaborasi lintas sektor yang terkoordinasi.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini, khususnya kepada Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat yang telah mendukung dan mengarahkan kegiatan program pemberdayaan pengabdian masyarakat. Terima kasih juga disampaikan kepada dosen

pembimbing Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) Kelompok 5 dan pendamping lapangan di Desa Pejambuan yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukkan kepada kelompok selama melaksanakan kegiatan ini. Ucapan terima kasih disampaikan pula kepada kepala desa dan seluruh perangkat Desa Pejambuan yang telah memberikan izin dan dukungan logistik kepada tim pengabdian masyarakat, serta kepada tim Puskesmas Sungai Tabuk 1 yang turut membantu dalam proses koordinasi penetapan intervensi dan pelaksanaan kegiatan. Terima kasih pula kepada kader remaja yang telah menunjukkan komitmen maupun partisipasi aktif dalam mendukung kelancaran program di lapangan, serta kepada seluruh remaja putri yang telah berpartisipasi dalam kegiatan edukasi. Dukungan yang diberikan oleh seluruh pihak telah menjadikan program Kelas Remaja ini berjalan dengan lancar dan memberikan dampak positif dalam upaya meningkatkan kesadaran serta kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di kalangan remaja putri Desa Pejambuan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achadi, E. (2018). Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah. In *Kemenkes RI*. Jakarta. Retrieved from [https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku Tablet Tambah darah 100415.pdf](https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku%20Tablet%20Tambah%20darah%20100415.pdf)
- Ariani, A., Wijayanti, D., Yuliantini, A., Nurfitriana, R. S., Mulyana, A., & Ermilda. (2023). Edukasi Gaya Hidup, Pola Jajan Sehat dan Pemberian Jus ABC (Apple Bit Carrot) untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kreatifvitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1462–1474.
- Dinkes Prov. Kalimantan Selatan. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan 2019*. Banjarmasin.
- Helmyati, S., Syarifa, C. A., Rizana, N. A., Sitorus, N. L., & Pratiwi, D. (2023). Acceptance of Iron Supplementation Program among Adolescent Girls in Indonesia: A Literature Review. *Amerta Nutrition*, 7(3SP), 50–61. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.50-61>
- Hess, S. Y., Owais, A., Jefferds, M. E. D., Young, M. F., Cahill, A., & Rogers, L. M. (2023). Accelerating action to reduce anemia: Review of causes and risk factors and related data needs. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1523(1), 11–23. <https://doi.org/10.1111/nyas.14985>
- Imanuna, H., Hasan, A., & Fajar, I. (2022). Penyuluhan Anemia Gizi Besi Menggunakan Media Booklet untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Siswi SMAN 7 Malang. *Nutriture Journal*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.31290/nj.v1i1.3526>
- Julaecha. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 109–112. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.105>
- Kemenkes RI. (2020). Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta. Retrieved from <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- Kemenkes RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta.
- Labatjo, R., & Maridji, A. A. (2023). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 453–461. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.12230>
- Naimah, Yulifah, R., Sunaeni, Suprapti, R. N. W. D., Toyyibah, A., Afifa, I. (2024). Pelatihan dan Pendampingan Peer Educator Remaja dalam Upaya Promotif dan Preventif Masalah Kesehatan Reproduksi Remaja di Desa Tumpukrenteng Turen Malang. *Melayani: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 139–146.
- Pemerintah Daerah Provinsi Kalimantan Selatan. (2024). *Laporan Percepatan Penurunan Stunting Semester II Tahun 2023*. Banjarmasin.
- Ramadhani, D. N., Susantini, P., Noor, Y., Ulvie, Y. N. S., & Sartono, A. (2023). Perbedaan Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri

- di Kelurahan Bandarharjo. *Temu Ilmiah Nasional Persagi*, 5(1), 213–220. Retrieved from <https://tin.persagi.org>
- Rasmaniar, R., Nurlaela, E., & Gobel, S. Y. V. (2023). Pelatihan Konselor Kader Posyandu Remaja tentang Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Pencegahan Anemia di SMAN 01 Motui, Kecamatan Motui, Kabupaten Konawe Utara. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1–7. <https://doi.org/10.36990/jippm.v3i2.1214>
- Saputra, D. D., & Anggraeni, A. D. (2020). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan Tetanus. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(2), 747–758.
- Sari, D. K. R., Sayuti, F. I., & Harti, L. B. (2024). Seroja Husada. *Seroja Husada Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 39–54.
- World Health Organization. (2020). *Anaemia*.