

## PERAN SRIKANDI GIZI TERHADAP BERJALANNYA PROGRAM PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 PASAWAHAN

Annisa Widyastuti Hasanah\*<sup>1</sup>, Dedi Zaenal Arifin<sup>2</sup>, Aminarista<sup>3</sup>

<sup>1 2 3</sup> Program Studi Ilmu Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Holistik

Korespondensi: Jl. Terusan Kapten Halim Km. 09, Pondok Salam - Purwakarta.

Email: [annisa.widyastuti01@gmail.com](mailto:annisa.widyastuti01@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Prevalensi anemia di Indonesia berdasarkan Riskesdas tahun 2013 adalah 21.7% dan berdasarkan laporan Puskesmas Pasawahan pada tahun 2019 SMAN 1 Pasawahan merupakan sekolah dengan persentase anemia tertinggi yaitu sebesar 39.15%. Untuk meningkatkan kesadaran dan menyebarkan informasi kesehatan dibentuklah *peer group* yang dalam hal ini disebut Srikandi Gizi. Srikandi Gizi dibentuk oleh Puskesmas Pasawahan untuk membantu guru UKS dalam program pemberian tablet tambah darah.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan peran Srikandi Gizi terhadap berjalannya program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Pasawahan

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain penelitian studi kasus. Data penelitian diambil secara online dengan melakukan *indepth interview* kepada Srikandi Gizi sebagai informan utama dan Teman Sebaya, Guru UKS serta Ahli Gizi sebagai informan triangulasi.

**Hasil :** Penelitian ini menemukan 8 tema, yaitu pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah, pemberian edukasi oleh Srikandi Gizi, alasan menjadi Srikandi Gizi, pembagian tablet tambah darah, media pengetahuan, ruang pertemuan, pemberian *reward* dan kesulitan menjadi Srikandi Gizi. Berdasarkan tema tersebut diketahui bahwa Srikandi Gizi di SMAN 1 Pasawahan sudah menjalankan perannya dalam program tablet tambah darah yaitu membagikan tablet tambah darah setiap hari Jum'at dan menjadi konselor sebaya dengan memberikan penjelasan kepada teman-temannya yang menolak minum tablet tambah darah.

**Simpulan :** Srikandi Gizi sudah berperan dengan cukup baik tapi dalam pelaksanaannya belum maksimal.

**Kata Kunci :** Peran, Srikandi Gizi, Anemia, Tablet Tambah Darah

### ABSTRACT

**Background :** The anemia prevalence percentage, according to Riskesdas issued in 2013 is 21.7% and SMAN 1 Pasawahan was a school with the highest anemia percentage which was 39.15% based on Puskesmas Pasawahan report in 2019. To improve the awareness and the dissemination of health information, a peer group was formed called Srikandi Gizi. Srikandi Gizi was formed by Puskesmas Pasawahan to help the teachers at the school's health clinic with an iron supplementation program.

**Objective :** This research was aimed to depict the Srikandi Gizi role toward the process of the iron supplementation program to teenage girls in SMAN 1 Pasawahan.

**Method :** The research is a qualitative research whereas the research design is case study. The research data were obtained online by conducting an in-depth interview with the Srikandi Gizi as the main informant and Teman Sebaya, UKS Teacher and Nutritionist as the triangulation informant.

**Results :** The research has found eight themes, which are the importance of iron supplement consumption, the provision of health education by Srikandi Gizi, the

*reason to be one of the Srikandi Gizi members, the iron supplementation, the insight media, the meeting room, the work appreciation and the difficulty of being one of the Srikandi Gizi members. It was found that according to the themes, Srikandi Gizi in SMAN 1 Pasawahan had performed their role in the iron supplementation program which was distributing iron supplement every Friday and had become the peer counselor by giving better understanding to those who rejected to take the iron supplement.*

**Conclusion :** *Srikandi gizi had taken part well even though during the implementation, they did not perform optimally.*

**Keywords :** *Role, Srikandi Gizi, Anemia, Iron Supplementation*

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak menjadi dewasa dengan rentang usia 10-19 tahun. Pada masa ini sangat rentan terjadi masalah gizi, salah satunya adalah anemia. Hal ini disebabkan pada masa ini remaja sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat<sup>1</sup>.

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah dibawah batas normal, yaitu < 12 g/dl. Merupakan masalah kesehatan utama masyarakat yang paling sering dijumpai di seluruh dunia, terutama di Negara berkembang yaitu Indonesia. Tanda-tanda seseorang mengalami anemia yaitu lelah, lemah, letih, lesu, dan lunglai<sup>2</sup>.

Anemia dapat terjadi di setiap kelompok umur, termasuk remaja. Masa remaja merupakan periode rentan mengalami anemia, karena mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, perubahan perilaku seperti melakukan diet dan kebiasaan gaya hidup. Remaja putri sangat berisiko mengalami anemia dibandingkan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami siklus menstruasi di setiap bulannya sehingga membutuhkan asupan zat besi lebih banyak. Oleh karena itu salah satu anemia yang sering terjadi yaitu anemia zat besi. Anemia pada remaja dapat berdampak buruk untuk ke depannya seperti penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil, pendarahan pada saat persalinan, dan melahirkan bayi yang BBLR (Berat Badan Lahir Rendah)<sup>1</sup>.

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%<sup>3</sup>. Sedangkan berdasarkan hasil Risesdas tahun 2013 prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21.7%<sup>4</sup>. Berdasarkan hasil pemeriksaan Hb yang dilakukan oleh Puskesmas Pasawahan pada 1056 siswi di 6 sekolah wilayah Kecamatan Pasawahan tahun 2019 menunjukkan bahwa sebanyak 24.15% siswi memiliki nilai Hb 11-12 gr/dl, 3.03% siswi dengan nilai Hb 10.1-10.9 gr/dl dan 1.23% siswi dengan nilai Hb < 10 gr/dl. SMAN 1 Pasawahan merupakan sekolah tertinggi dengan persentase anemia sebanyak 39,15%<sup>5</sup>.

*Peer group* adalah sebuah kelompok yang dibentuk dengan beranggotakan umur sebaya untuk meningkatkan kesadaran dan menyebarkan informasi tentang kesehatan. Hal ini dilakukan karena remaja merasa bahwa teman sebaya dapat dijadikan sebagai teman diskusi dan juga dapat lebih memahami dibandingkan orang dewasa<sup>1</sup>.

Srikandi Gizi adalah kelompok sebaya yang dibuat oleh Puskesmas pada tahun 2017 dikarenakan kurangnya sumber daya manusia (SDM) dalam program tablet tambah darah, karena di sekolah biasanya hanya memiliki guru UKS saja sebagai penanggungjawab program tablet tambah darah. Srikandi Gizi diharapkan dapat menjadi perantara antara petugas kesehatan dengan murid di sekolah dalam menanggulangi anemia di masing-masing sekolah. Tugas Srikandi

Gizi adalah untuk memberikan edukasi gizi kepada sebaya, memantau kegiatan pemberian tablet tambah darah dan membantu guru UKS dalam mendistribusikan tablet tambah darah.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus yang dilakukan di SMAN 1 Pasawahan dengan subyek penelitian ini terdiri dari 6 orang Srikandi Gizi sebagai informan utama dan 4 orang teman sebaya, 1 orang guru UKS SMAN 1 Pasawahan dan 1 orang Ahli Gizi Puskesmas Pasawahan sebagai

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana peran Srikandi Gizi terhadap berjalannya program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Pasawahan.

informan triangulasi. Pengumpulan data diperoleh melalui *indepth interview* kepada informan utama dan informan triangulasi secara online. Analisis data yang digunakan adalah analisis tematik. Dengan kriteria inklusi yaitu siswi SMAN 1 Pasawahan kelas XI dan XII, berperan aktif sebagai Srikandi Gizi dan bersedia menjadi responden.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk menjelaskan peran Srikandi Gizi terhadap berjalannya program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di SMAN 1 Pasawahan. Subyek penelitian ini terdiri dari 6 orang Srikandi Gizi sebagai informan utama, 4 orang teman sebaya, 1 orang Ahli Gizi Puskesmas Pasawahan dan Guru UKS SMAN 1 Pasawahan sebagai informan triangulasi.

Pada penelitian ini dilakukan pengambilan data sekunder untuk mengetahui nama-nama yang menjadi Srikandi Gizi. Srikandi Gizi yang telah sesuai dengan kriteria inklusi akan dihubungi untuk diberikan penjelasan mengenai penelitian yang akan dilaksanakan serta dilanjutkan pengisian *inform consent* sebagai bukti bahwa responden bersedia mengikuti penelitian sampai selesai.

Pengambilan data dilakukan dengan wawancara mendalam, namun karena saat ini sedang terjadi pandemi wawancara dilakukan secara *online* melalui *video call* menggunakan aplikasi *whatsapp*. Subyek penelitian diwawancara selama 1 bulan karena menyesuaikan dengan waktu luang yang dimiliki.

Melalui analisis data yang dilakukan penelitian ini menemukan 8 tema, yaitu :

1. Pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah

Menjelaskan bahwa tablet tambah darah memiliki manfaat yang baik bagi tubuh karena didalam tablet tambah darah mengandung zat besi sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah.

2. Pemberian edukasi oleh Srikandi Gizi

Menjelaskan bahwa Srikandi Gizi mampu bertindak sebagai konselor sebaya karena dapat menjelaskan dan membantu masalah gizi yang dialami oleh teman-temannya. Namun berdasarkan hasil penelitian pemberian edukasi belum dilakukan secara rutin.

3. Alasan menjadi Srikandi Gizi

Menjelaskan bagaimana kesiapan siswi saat tergabung menjadi Srikandi Gizi. Terdapat dua macam alasan yang diberikan yaitu ada yang memiliki keinginan sendiri untuk menjadi Srikandi Gizi dan ada yang menjadi Srikandi Gizi karena dipilih oleh temannya.

4. Pembagian tablet tambah darah

Menjelaskan pelaksanaan pembagian tablet tambah darah di SMAN 1 Pasawahan dilakukan setiap hari jum'at yang diambil Srikandi Gizi dari UKS. Berdasarkan hasil wawancara, setelah tablet tambah darah dibagikan kepada teman-temannya ada yang langsung diminum dan ada yang menolak untuk meminumnya. Adapun sikap yang dilakukan oleh Srikandi Gizi untuk yang menolak minum tablet tambah darah adalah memberikan penjelasan tentang pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah juga bahaya anemia dan menuliskan nama temannya lalu diberikan kepada guru UKS.

5. Media pengetahuan

Menjelaskan bahwa Srikandi Gizi di SMAN 1 Pasawahan mendapatkan media pengetahuan seperti buku, file ataupun leaflet untuk menambah pengetahuan mengenai anemia

dan tablet tambah darah. Tapi karena jumlah media yang terbatas setiap Srikandi Gizi mendapatkan media yang berbeda.

6. Ruang pertemuan

Menjelaskan bahwa di SMAN 1 Pasawahan belum memiliki ruangan khusus sehingga apabila ada pertemuan Srikandi Gizi terkadang menggunakan UKS atau mushola.

7. Pemberian *reward*

Menjelaskan bahwa Srikandi Gizi di SMAN 1 Pasawahan mendapatkan *reward* seperti pin, hadiah pada saat *outbound* dan sertifikat.

8. Kesulitan menjadi Srikandi Gizi

Menjelaskan hambatan yang dialami oleh Srikandi Gizi adalah masih ada sebagian dari Srikandi Gizi merasa kesulitan dalam menyuruh teman-temannya untuk minum tablet tambah darah.

## PEMBAHASAN

Minat yang dimiliki dapat menumbuhkan motivasi dalam diri seseorang, begitupun dengan minat yang tinggi dapat membuat seseorang mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi sehingga akan menjadi lebih giat untuk meningkatkan pengetahuan serta ketrampilan yang dimiliki<sup>6</sup>. Di SMAN 1 Pasawahan memiliki perwakilan satu orang Srikandi Gizi di setiap kelas untuk membantu guru UKS dalam program pemberian tablet tambah darah. Berdasarkan hasil wawancara terdapat minat dan motivasi yang berbeda sebagai alasan untuk menjadi Srikandi Gizi di SMAN 1 Pasawahan, yaitu ada yang memiliki keinginan sendiri untuk menjadi Srikandi Gizi dan ada juga yang menjadi Srikandi Gizi karena dipilih oleh temannya.

Di SMAN 1 Pasawahan Srikandi Gizi belum memiliki ruangan khusus

sebagai tempat pertemuan. Selama ini Srikandi Gizi menggunakan ruangan yang ada seperti UKS atau mushola untuk setiap pertemuan. Padahal ruangan khusus sangat diperlukan sebagai penunjang setiap kegiatan agar lebih maksimal. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Profita (2018) bahwa dengan adanya fasilitas yang sesuai dengan tugas yang dilakukan serta ketersediaan waktu dapat meningkatkan perannya sebagai kader dengan lebih baik lagi<sup>7</sup>.

Srikandi Gizi di SMAN 1 Pasawahan mendapatkan media pengetahuan seperti buku, file ataupun leaflet. Adanya media pengetahuan tersebut dapat meningkatkan pengetahuan Srikandi Gizi dan mereka menjadi lebih percaya diri selama menjalani perannya dalam program pemberian tablet tambah darah. Hal ini

sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan booklet anemia<sup>8</sup>. Tapi karena jumlah media yang terbatas sehingga setiap Srikandi Gizi mendapatkan media yang berbeda.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa jadwal pemberian tablet tambah darah di SMAN 1 Pasawahan dilakukan rutin satu minggu sekali setiap hari Jum'at, hal ini sesuai dengan pernyataan Kemenkes (2016) bahwa tablet tambah darah diberikan satu tablet setiap minggu dengan menentukan hari minum tablet tambah darah<sup>9</sup>. Peran Srikandi Gizi dalam pendistribusian tablet tambah darah di SMAN 1 pasawahan sudah berjalan, setiap hari Jum'at para Srikandi Gizi berkumpul di ruang UKS untuk mengambil tablet tambah darah yang selanjutnya diberikan kepada teman-temannya.

Selain itu Srikandi Gizi juga mampu bertindak sebagai konselor sebaya karena dapat menjelaskan dan membantu masalah gizi yang dialami oleh teman-temannya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kristianti dan Novitasari (2019) bahwa setelah adanya pemberian edukasi para kader UKS mampu mengenali gejala anemia sehingga dapat melakukan upaya yang tepat dan memberikan tablet tambah darah kepada temannya<sup>10</sup>. Peran Srikandi Gizi dalam pemberian edukasi sudah berjalan namun belum maksimal karena masih ada beberapa dari temannya belum mau meminum tablet tambah darah.

Sebagai konselor, Srikandi Gizi di SMAN 1 Pasawahan memberikan penjelasan kepada temannya yang menolak minum tablet tambah darah dan setelah diberikan penjelasan ada yang akhirnya bersedia meminumnya tapi ada juga yang masih menolak. Bagi yang masih tetap menolak Srikandi Gizi selanjutnya menuliskan nama temannya lalu diberikan kepada guru UKS. Hal ini sejalan dengan (Wahyuningsih dan Qoyyimah, 2019) responden yang

memiliki pengetahuan cukup ataupun kurang adalah mereka yang kurang mengerti tentang anemia dan kurang mempunyai kesadaran untuk patuh mengkonsumsi tablet tambah darah<sup>11</sup>. Hal ini bisa diasumsikan bahwa temannya belum benar-benar paham tentang pentingnya tablet tambah darah karena dari hasil wawancara diketahui bahwa di SMAN 1 Pasawahan pemberian edukasi hanya dilakukan pada saat ada temannya yang menolak minum tablet tambah darah, belum ada jadwal rutin pemberian edukasi dari Srikandi Gizi kepada temannya.

Untuk meningkatkan peran aktif seorang Srikandi Gizi salah satunya adalah dengan adanya pemberian *reward*. Berdasarkan hasil wawancara srikandi gizi mendapatkan *reward* berupa pin, sertifikat juga hadiah pada saat kegiatan *outbound*. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa pelaksanaan strategi pembelajaran tutor sebaya dengan pemberian *reward* memberikan pengaruh yang positif. *Reward* memiliki banyak jenis seperti sertifikat, medali, piala dan hadiah lainnya<sup>12</sup>.

Hampir semua Srikandi Gizi mengatakan hal yang sama mengenai hambatan dalam menjalankan perannya sebagai pelaksana program pemberian tablet tambah darah. Dimana hambatannya itu sebagian dari mereka masih merasa kesulitan dalam menyuruh teman-temannya untuk minum tablet tambah darah. Hal ini dikarenakan pemberian edukasi belum terjadwalkan secara rutin sehingga kesadaran teman-temannya dalam mengkonsumsi tablet tambah darah masih kurang. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri adalah pengetahuan anemia, dukungan keluarga, serta teman sebaya<sup>13</sup>.

Meskipun masih ada beberapa yang menolak minum tablet tambah darah, tapi Srikandi Gizi sangat dibutuhkan oleh sekolah. Hal ini

berdasarkan hasil wawancara dengan pihak sekolah bahwa pada saat pembagian tablet tambah darah pihak

sekolah sangat terbantu dengan adanya Srikandi Gizi, karena di setiap kelasnya terdapat perwakilan Srikandi Gizi.

## SIMPULAN

Srikandi Gizi sudah berperan dengan cukup baik tapi belum maksimal dalam pelaksanaannya hal ini

dikarenakan masih ada beberapa dari temannya yang menolak untuk minum tablet tambah darah.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Riyanti, Legawati. Pendampingan Konselor Sebaya Dalam Pencegahan Anemia Remaja Putri. Pengabdianmu, Vol 3 No 1. 2018
2. Pramardika DD, Fitriana. Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Wilayah Puskesmas Bengkuring Tahun 2019. Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam, Vol 7 No 2. 2019
3. World Health Organization (WHO). Worldwide Prevalency Of Anemia. Geneva : WHO. 2013
4. Riskesdas. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional 2013 Balitbang Jakarta. 2013
5. Pelaksana Gizi PKM Pasawahan. Laporan Tahunan Program Gizi Puskesmas Pasawahan. 2019
6. Intening VR, Sidabalok SRD. Hubungan Minat dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Motivasi Melanjutkan Program Profesi Ners Pada Mahasiswa Tingkat IV S-1 Ilmu Keperawatan STIKes Bethesda. Jurnal Kesehatan, Vol 5 No 2. 2018
7. Profita AC. Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Keaktifan Kader Posyandu Di Desa Pengadegan Kabupaten Banyumas. Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia, Vol 6 No 2. 2018
8. Nurrohimah N. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Anemia Di SMK Ma'arif NU Ciamis : Naskah Publikasi. 2017
9. Kementrian Kesehatan RI. Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. 2016
10. Kristianti S, Novitasari R. Pengaruh Pendidikan Gizi Metode *Peer Educator* Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Putri Pada Pencegahan Anemia Defisiensi Besi Di Kota Semarang. Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol 6 No 4. 2019
11. Wahyuningsih A, Qoyyimah AU. Hubungan Pengetahuan Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di SMA Megeri Karangnom. Involusi : Jurnal Kebidanan. 2019
12. Sufahmi A dan Safitri R. Peningkatan Ketuntasan Belajar dan Sikap Sosial Peserta Didik Melalui Pemberian *Reward* Untuk Tutor Sebaya Pada Konsep Gerak Harmonik Sederhana. Jurnal Pendidikan Sains Indonesia, Vol 5 No 2. 2017
13. Utomo ETR. Pengetahuan, Dukungan Keluarga dan Teman Sebaya Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. Ilmu Gizi Indonesia, Vol 04 No 01. 2020