

IMPLEMENTATION OF SI PATUH WITH AN EDUCATIONAL CALENDAR TO IMPROVE IRON-FOLIC ACID TABLET ADHERENCE AMONG ADOLESCENT GIRLS IN MANDIKAPAU TIMUR

Fakhriyah¹, Muhammad Roif Althaf², Dina Khairina³, Nurhalisa Ramadhiani⁴, Rifka Shupia⁵

¹Departement of Maternal and Child Health,

Faculty of Medicine and Health Science, Lambung Mangkurat University

²Faculty of Medicine and Health Science, Lambung Mangkurat University

³Faculty of Medicine and Health Science, Lambung Mangkurat University

⁴Faculty of Medicine and Health Science, Lambung Mangkurat University

⁵Faculty of Medicine and Health Science, Lambung Mangkurat University

fakhriyah@ulm.ac.id, 2310912310013@mhs.ulm.ac.id, 2310912220002@mhs.ulm.ac.id,
2310912220004@mhs.ulm.ac.id, 2310912220005@mhs.ulm.ac.id

Abstract

Anemia among adolescent girls remains a serious health problem in Indonesia, including in Mandikapau Timur Village, Banjar Regency. Low adherence to consuming Iron-Folic Acid (IFA) tablets is a major barrier to anemia prevention efforts, even though the government has set a target of 52 tablets per year. Survey results show that only a small number of adolescents regularly consume IFA tablets, with low family support as well. This condition increases the risk of decreased learning concentration, weakened immunity, and future pregnancy complications. This community service activity aims to improve IFA consumption adherence through the innovation of the SI PATUH program (Reminder and Education System for Medication Adherence) using a WhatsApp-based chatbot and a family monitoring calendar. The methods used include community diagnostic surveys, intervention planning, implementation of the chatbot and calendar, and monitoring through pre- and post-tests. The results show an increase in adolescents' knowledge of the benefits of IFA tablets, understanding of side effects, and consistency in weekly IFA consumption. The combined intervention of digital technology and family support proved effective in increasing adherence among adolescent girls. This program has the potential to be replicated in other areas as a promotive and preventive effort to reduce the prevalence of adolescent anemia.

Keywords: Adolescent Anemia; Iron-Folic Acid Tablets; Digital Reminders; Family Support

IMPLEMENTASI SI PATUH DENGAN KALENDER EDUKATIF UNTUK MENINGKATKAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH REMAJA PUTRI MANDIKAPAU TIMUR

¹Departemen Kesehatan Ibu dan Anak,

Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

²Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

³Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

⁴Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

⁵Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

fakhriyah@ulm.ac.id, 2310912310013@mhs.ulm.ac.id, 2310912220002@mhs.ulm.ac.id,
2310912220004@mhs.ulm.ac.id, 2310912220005@mhs.ulm.ac.id

Abstrak

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan serius di Indonesia, termasuk di Desa Mandikapau Timur, Kabupaten Banjar. Rendahnya kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) menjadi hambatan utama dalam upaya pencegahan anemia, meskipun pemerintah telah menetapkan target konsumsi 52 tablet per tahun. Hasil survei menunjukkan hanya sebagian kecil remaja yang rutin mengonsumsi TTD, dengan dukungan keluarga yang juga rendah. Kondisi ini berdampak pada risiko menurunnya konsentrasi belajar, melemahnya daya tahan tubuh, hingga komplikasi kehamilan di masa depan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD melalui inovasi program *SI PATUH* (Sistem Pengingat dan Edukasi Kepatuhan Minum Obat) berbasis chatbot WhatsApp dan penggunaan kalender pemantauan keluarga. Metode yang digunakan meliputi survei diagnosik komunitas, perencanaan intervensi, implementasi chatbot dan kalender, serta monitoring melalui pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja mengenai manfaat TTD, pemahaman efek samping, serta konsistensi konsumsi TTD secara mingguan. Intervensi gabungan berbasis teknologi digital dan dukungan keluarga terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri. Program ini berpotensi direplikasi di wilayah lain sebagai upaya promotif dan preventif dalam menurunkan prevalensi anemia remaja.

Kata kunci: Anemia Remaja; Tablet Tambah Darah; Pengingat Digital; Dukungan Keluarga

PENDAHULUAN

Kesadaran remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) masih menjadi tantangan besar dalam upaya pencegahan anemia di Indonesia. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan karena mengalami kehilangan zat besi setiap bulan akibat menstruasi. Rendahnya kesadaran untuk mengonsumsi TTD secara rutin berdampak serius, seperti menurunnya konsentrasi belajar, melemahnya daya tahan tubuh, hingga meningkatnya risiko komplikasi saat kehamilan di kemudian hari (Yuanti dkk, 2020; Kementerian Kesehatan RI, 2020). Padahal, TTD yang mengandung 60 mg zat besi dan 0,4 mg asam folat merupakan intervensi utama yang efektif untuk mencegah anemia (Pamangkin, 2023).

Meskipun pemerintah telah menetapkan target nasional konsumsi TTD sebanyak 52 tablet per tahun, capaian di lapangan masih jauh dari harapan. Di Kalimantan Selatan, prevalensi anemia remaja putri mencapai 53,3%, namun hanya 22,7% yang tercatat mengonsumsi TTD (TPPS Semester II, 2023). Kondisi serupa terjadi di Kabupaten Banjar dengan prevalensi anemia sebesar 53,7%. Hasil survei di Desa Mandikapau Timur menunjukkan bahwa walaupun 71% remaja putri menerima TTD, hanya 63% yang mengonsumsinya seminggu sekali, dan 38% tidak mengonsumsi sama sekali. Hal ini

mengindikasikan bahwa rendahnya kesadaran masih menjadi hambatan utama dalam mencapai kepatuhan konsumsi TTD (Nurhayati dan Khairiah, 2025).

Analisis lebih lanjut memperlihatkan bahwa faktor yang memengaruhi rendahnya kesadaran konsumsi TTD mencakup pengetahuan yang belum memadai, pola makan yang kurang seimbang, minimnya dukungan keluarga, serta tidak adanya media edukasi yang efektif dan menarik (Amalia dan Meikawati, 2024). Hasil kuesioner di Desa Mandikapau Timur menunjukkan kepatuhan konsumsi hanya 34,38%, dengan pengetahuan 57,19% dan dukungan keluarga 15,63%. Sementara itu, meskipun sikap dan keyakinan terhadap pentingnya TTD tergolong baik (62,5%), hal tersebut belum berbanding lurus dengan perilaku nyata, di mana kepatuhan konsumsi hanya 28,13%. Fakta ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kesadaran kognitif dengan tindakan nyata, sehingga strategi intervensi harus menyasar pada perubahan perilaku dan peningkatan kesadaran praktis (Pujiyati dkk, 2024).

Untuk menjawab permasalahan tersebut, diperlukan pendekatan yang secara khusus mendorong peningkatan kesadaran remaja putri terhadap konsumsi TTD. Implementasi SI PATUH (Sistem Pengingat dan Edukasi Kepatuhan Minum Obat) dengan Kalender Edukatif merupakan strategi inovatif yang berfokus pada peningkatan kesadaran melalui dua cara. Pertama, Kalender edukatif di rumah melibatkan keluarga dalam pemantauan, sehingga kesadaran remaja terbentuk dari kebiasaan sehari-hari yang terpantau (Pratiwi dkk, 2023). Kedua, SI PATUH berbasis WhatsApp berfungsi sebagai pengingat digital sekaligus media edukasi yang secara konsisten mengingatkan remaja akan pentingnya konsumsi TTD (Handayani dan Sari, 2024). Kedua metode ini saling melengkapi untuk mengubah kesadaran menjadi perilaku nyata.

Tujuan dari implementasi program ini adalah memperkuat kesadaran remaja putri mengenai pentingnya konsumsi TTD, meningkatkan kepatuhan melalui edukasi yang interaktif, serta mengurangi prevalensi anemia di kalangan remaja. Rencana penanganan masalah meliputi sosialisasi, pelaksanaan intervensi, monitoring melalui kalender, serta evaluasi efektivitas SI PATUH dalam membentuk kesadaran. Tinjauan pustaka menunjukkan bahwa intervensi berbasis pengingat digital dan media visual terbukti dapat meningkatkan kesadaran kesehatan pada remaja (Aini dkk, 2024). Dengan demikian, pengembangan metode berbasis edukasi dan pengingat diharapkan menjadi solusi berkelanjutan dalam membangun kesadaran dan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini bersifat deskriptif dengan pendekatan partisipatif berbasis komunitas. Kegiatan dilaksanakan melalui serangkaian langkah sistematis yang melibatkan remaja putri, keluarga, serta perangkat desa di Desa Mandikapau Timur. Tahap pertama adalah survei diagnosis komunitas untuk memetakan kondisi awal terkait pengetahuan, sikap, dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan wawancara singkat yang dianalisis secara deskriptif. Tahap kedua adalah perencanaan intervensi, yaitu penyusunan strategi berdasarkan hasil survei awal. Intervensi yang dipilih meliputi program SI PATUH (Sistem Pengingat dan Edukasi Kepatuhan Minum Obat) melalui chatbot WhatsApp sebagai pengingat digital dan media edukasi, serta kalender pemantauan yang ditempatkan di rumah sebagai sarana pemantauan mandiri dengan melibatkan keluarga.

Tahap ketiga adalah implementasi intervensi. Sosialisasi dilakukan untuk memberikan pemahaman kepada remaja putri dan orang tua mengenai cara penggunaan chatbot dan kalender. Selama periode intervensi, chatbot berfungsi sebagai pengingat rutin, sedangkan kalender digunakan untuk mencatat dan memantau konsumsi TTD setiap minggu. Tahap keempat adalah monitoring dan evaluasi. Monitoring dilakukan secara berkala dengan meninjau penggunaan kalender serta respon peserta terhadap pesan pengingat digital. Evaluasi dilaksanakan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test mengenai pengetahuan, sikap, serta tingkat kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi

TTD.Tahap terakhir adalah refleksi dan pelaporan. Analisis hasil intervensi dilakukan secara deskriptif untuk menilai efektivitas program, kemudian disusun dalam bentuk laporan kegiatan dan disampaikan kepada pihak desa serta puskesmas sebagai rekomendasi keberlanjutan program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program intervensi “Satu Tablet, Seribu Manfaat: Program SI PATUH (Sistem Pengingat dan Edukasi Kepatuhan Minum Obat) serta Kalender Edukatif bagi Remaja Putri untuk Meningkatkan Konsumsi Tablet Tambah Darah” dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2025 di Desa Mandikapau Timur, Kecamatan Karang Intan, Kabupaten Banjar. Kegiatan ini menyasar 36 remaja putri yang menjadi peserta sosialisasi. Intervensi berfokus pada pemanfaatan SI PATUH (Sistem Pengingat dan Edukasi Kepatuhan Minum Obat) melalui chatbot WhatsApp sebagai pengingat digital sekaligus media edukasi, serta penggunaan kalender pemantauan yang ditempatkan di rumah sebagai sarana pemantauan mandiri dengan melibatkan keluarga. Selain itu, peserta kegiatan diberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai salah satu upaya dalam pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Chatbot SI PATUH dan Kalender Edukatif Tambah Darah

Karakteristik Peserta	Frekuensi (n)	Persentase
Remaja Putri	36	100%
Umur Remaja Putri		
12-15	24	67%
16-18	9	25%
19-21	3	8%
Total	36	100%

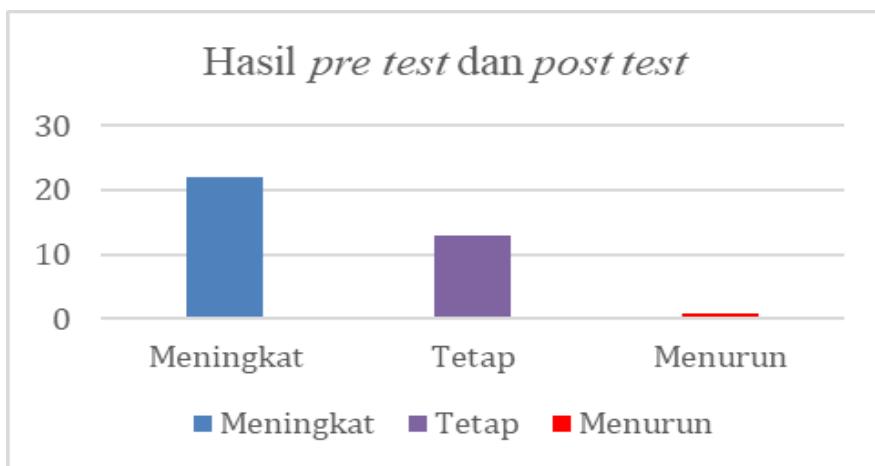
Sumber: Data Primer PBL II di RT 01, 02, 03 dan 04 Desa Mandikapau Timur

Tabel 2. Pengetahuan Peserta Mengenai Tablet Tambah Darah (TTD)

No	Uraian Materi	Pengetahuan Responden (%)	
		Pre Test	Pos Test
1	Apa fungsi utama zat besi	19%	11%
2	Siapa yang paling dianjurkan untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah	94%	100%
3	Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia	86%	92%
4	Salah satu dampak tidak mengonsumsi TTD	67%	92%
5	Kandungan TTD yang bermanfaat untuk mencegah cacat tabung saraf pada janin	42%	58%

No	Uraian Materi	Pengetahuan Responden (%)	
		Pre Test	Pos Test
6	Cara minum TTD yang benar	94%	100%
7	Minuman yang sebaiknya dihindari saat mengonsumsi TTD	81%	94%
8	dosis TTD yang dianjurkan untuk remaja putri	86%	94%
9	Manfaat rutin minum TTD untuk masa depan	67%	100%
10	Efek samping ringan dari konsumsi TTD	50%	97%

Sumber: Data Primer PBL II di RT 01, 02, 03 dan 04 Desa Mandikapau Timur



Gambar 1. Hasil Nilai Pre-Test dan Post-Test

Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri setelah sosialisasi. Pengetahuan mengenai efek samping ringan tablet tambah darah yang awalnya hanya dipahami oleh 50% peserta meningkat menjadi 97% setelah intervensi. Pemahaman terkait manfaat jangka panjang konsumsi tablet tambah darah juga meningkat dari 67% sebelum sosialisasi menjadi 100% setelahnya. Secara keseluruhan, implementasi intervensi berbasis teknologi digital dan media pemantauan rumah tangga menunjukkan efektivitas yang tinggi dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja putri mengenai pentingnya konsumsi TTD. Penggunaan chatbot SI PATUH sebagai pengingat digital dan kalender edukatif menjadi strategi yang mampu memperkuat pengetahuan sekaligus membangun kebiasaan disiplin dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Tabel 3. Frekuensi Kepatuhan dan Tata Cara Minum TTD

Keterangan	Jumlah	Frekuensi
Patuh	19	52,78%
Cukup Patuh	9	25,00%
Tidak Patuh	8	22,22%

Total	36	100,00%
-------	----	---------

Sumber: Data Primer PBL II di RT 01, 02, 03 dan 04 Desa Mandikapau Timur

Berdasarkan Tabel 3 kepatuhan dan tata cara minum TTD menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), yaitu sebanyak 19 orang (52,78%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki kesadaran yang baik terhadap pentingnya konsumsi TTD secara teratur sesuai anjuran tenaga kesehatan. Kemudian terdapat 9 orang (25,00%) yang tergolong cukup patuh, dan 8 orang (22,22%) yang masih tergolong tidak patuh dalam mengonsumsi TTD.

Implementasi SI PATUH melalui chatbot WhatsApp terbukti memberikan manfaat sebagai pengingat digital yang mudah diakses dan relevan dengan gaya hidup remaja. Penelitian oleh Laurence et al. (2025) menunjukkan bahwa penggunaan pesan pengingat berbasis WhatsApp secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) mingguan. Pesan yang dikirimkan secara rutin membantu memperkuat informasi penting mengenai anemia dan pencegahannya, serta meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara teratur. Pendekatan ini memanfaatkan platform digital yang familiar bagi remaja, sehingga lebih efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan secara interaktif dan tepat waktu.

Penggunaan kalender pemantauan di rumah menjadi lengkap penting dari intervensi ini. Kalender memungkinkan remaja melakukan pencatatan mandiri, sementara orang tua dapat ikut serta dalam memantau kepatuhan anak mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian Silitonga et al. (2023) yang menyebutkan bahwa dukungan keluarga merupakan determinan penting dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. Melalui keterlibatan keluarga, program tidak hanya berfokus pada individu, tetapi juga memperkuat lingkungan sosial sebagai faktor pendorong kepatuhan.

Intervensi gabungan berupa pengingat digital dan monitoring berbasis keluarga menegaskan pentingnya inovasi multifaset dalam program pencegahan anemia. Studi oleh Hidayanty et al. (2025) menekankan bahwa pendekatan interaktif berbasis teknologi dan partisipasi keluarga lebih efektif dibandingkan intervensi tunggal dalam meningkatkan kepatuhan kesehatan. Oleh karena itu, SI PATUH dan kalender pemantauan dapat dijadikan sebagai model inovasi promotif dan preventif yang berpotensi direplikasi di wilayah lain dengan permasalahan serupa.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui implementasi SI PATUH (Sistem Pengingat dan Edukasi Kepatuhan Minum Obat) dengan dukungan kalender edukatif berhasil meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di Desa Mandikapau Timur. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pemahaman mengenai manfaat serta efek samping TTD, disertai perubahan perilaku konsumsi yang lebih teratur. Pemanfaatan chatbot WhatsApp sebagai pengingat digital terbukti efektif dan relevan dengan kebiasaan remaja, sedangkan keterlibatan keluarga melalui kalender pemantauan memperkuat kepatuhan secara berkelanjutan. Implikasi dari kegiatan ini adalah bahwa intervensi berbasis teknologi yang dipadukan dengan dukungan keluarga dapat menjadi strategi inovatif dalam program promotif dan preventif pencegahan anemia remaja. Model ini berpotensi untuk direplikasi di wilayah lain dengan masalah serupa sebagai upaya berkelanjutan dalam meningkatkan kesehatan remaja, menurunkan prevalensi anemia, serta mendukung kualitas generasi muda di masa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Puskesmas Karang Intan II, Perangkat Desa Mandikapau Timur, serta seluruh remaja putri dan keluarga yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan intervensi. Tidak lupa, penghargaan diberikan kepada dosen pembimbing lapangan yang telah memberikan arahan, serta rekan-rekan mahasiswa yang turut berkontribusi dalam setiap tahap kegiatan hingga tersusunnya laporan ini.

DAFTAR REFERENSI

Aini MN et al. 2024. Blood supplement tablet education for adolescent girls for stunting prevention at SMPN 2 Ciledug. *Journal Cent Community Innov.* 6(2) :127-135.

Aliyah, N., dan Krianto, T. R. 2023. Knowledge in the behavior of blood supplement tablet consumption in adolescent women in Cimanggis District, Depok City. *Journal Nurs Public Health* 11 (2): 426-435.

Amalia, N., dan Meikawati, W. 2024. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Al Gizzai Public Health Nutr Journal.* 4(2): 129-141.

Daswati, D., dan Ahsan, S., C. 2024. Implementasi kebijakan penurunan stunting di Kabupaten Donggala. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)* 10(4): 529-552.

Hidayanty, H., Nurzakiah, Irmayanti, Yuliana, Helmizar, & Yahya. 2025. Perceived Barriers and Enablers for Taking Iron–Folic Acid Supplementation Regularly Among Adolescent Girls in Indonesia: A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 22(2): 1-17.

Kemenkes RI. 2020. Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19', Kementerian Kesehatan RI

Laurence, M., et al. 2025. The Effect of Whatsapp-based Reminders on Enhancing Knowledge and Adherence to Weekly Iron-folic Acid Supplementation Among Adolescent Girls in Maluku, Indonesia. *Frontiers in Digital Health* 7: 1-10.

Nurhayati, N., dan Khairiah, R. 2025. Faktor Ekonomi dan Pendidikan Orang Tua terhadap Kejadian Anemia pada Remaja di SMK Pelita Alam. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal.* 5 (3):910-919.

Pamangin LOM. 2023. Consumption behavior of blood supplement tablets (TTD) in adolescent girls. *J Prev Promot.* 6 (2):311-317.

Pujiyati, A., dkk. 2024. Edukasi dan Deteksi Dini Anemia pada Remaja Awal Desa Kedungwaduk. *Smart Society Empowerment Journal.* 4 (3): 107-114.

Silitonga, H., T., H., dkk. 2023. The Role of Social Support and Interpersonal Trust to Improve Compliance of Iron Supplementation Amongst Adolescent Girls: A Qualitative Approach. *The Nigerian Postgraduate Medical Journal* 30(1): 75–80.

STPPSK. 2023. Laporan Percepatan Penurunan Stunting Semester II Tahun 2023.

Yuanti, Y., Damayanti, Y., F., & Krisdianti, M. 2020. Pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Kebidanan.* 9 (2):1-11.

LAMPIRAN FOTO-FOTO KEGIATAN

