

## **Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Terhadap Ibu Hamil Sebagai Pencegahan Stunting di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan**

**Fitria Lely Effina Batubara<sup>1</sup>, Ummi Irmadani Harahap<sup>2</sup>, Efrida Yanti<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> *Institut Teknologi dan Kesehatan Sumatera Utara, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Fitria Lely Effina Batubara

**E-mail:** [fitrialeli7@gmail.com](mailto:fitrialeli7@gmail.com)

### **Abstrak**

*Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2026. Kegiatan ini di ikuti oleh ibu hamil di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan. Pengumpulan data dilakukan dengan kualitatif. Metode Kualitatif melalui wawancara dan kuesioner untuk menganalisis temuan dari berbagai studi terkait efektivitas dan determinan kepatuhan minum Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil Kegiatan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dilaksanakan di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2026 yang dihadiri oleh ibu hamil. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan cara memberikan ceramah atau persentasi tentang peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang Tablet Tambah Darah (TTD) di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan. Dari kegiatan ini terlihat ibu hamil antusias dalam kegiatan ini ditunjukkan banyaknya pertanyaan yang diberikan oleh ibu hamil kepada nara sumber. Kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan pengabdian ini meningkatnya pengetahuan ibu hamil tentang manfaat mengkonsumsi Tablet Tambaha Darah (TTD) untuk mencegah anemia, memastikan suplai oksigen dan nutrisi cukup bagi janin, serta mengurangi risiko komplikasi seperti bayi lahir rendah (BBLR), persalinan prematur, dan perdarahan saat melahirkan.*

**Kata kunci** – tablet tambah darah, ibu hamil, stunting

### **Abstract**

*This activity was carried out in Pargarutan Julu Village, South Tapanuli Regency. The activity was carried out on January 22, 2026. This activity was attended by pregnant women in Pargarutan Julu Village, South Tapanuli Regency. Data collection was carried out qualitatively. Qualitative methods through interviews and questionnaires to analyze findings from various studies related to the effectiveness and determinants of adherence to taking Iron Supplement Tablets (TTD). Results The activity of providing Iron Supplement Tablets (TTD) was carried out in Pargarutan Julu Village, South Tapanuli Regency. The activity was carried out on January 22, 2026, which was attended by pregnant women. This community service activity was carried out by giving lectures or presentations on increasing the knowledge of pregnant women about Iron Supplement Tablets (TTD) in Pargarutan Julu Village, South Tapanuli Regency. The activity demonstrated the enthusiasm of pregnant women, as evidenced by the numerous questions they posed to the resource persons. The conclusion from this community service activity is that pregnant women have increased their knowledge about the benefits of consuming Iron Supplement Tablets (TTD) to prevent anemia, ensure adequate oxygen and nutrient supply for the fetus, and reduce the risk of complications such as low birth weight (LBW), premature birth, and hemorrhage during delivery.*

**Keywords** – iron supplements, pregnant women, stunting

## PENDAHULUAN

Pemberian tablet tambah darah merupakan program pemerintah, yaitu dengan jumlah pemberian 90 tablet selama kehamilan. Tablet tambah darah yang menjadi program pemerintah ini mengandung komposisi ferro sulfat 200 mg (setara dengan besi elemen 60 mg) dan asam folat 0,25 mg dengan kemasan isi 30 tablet pada setiap bungkusnya. Suplementasi TTD seharusnya dimulai pada waktu sebelum hamil untuk BBLR dan lahir preterm. Mayoritas wanita di Denmark dan USA direkomendasikan untuk mengonsumsi TTD di awal kehamilan, yaitu pada umur kehamilan 10 minggu atau saat kunjungan pertama kali ANC. Dengan suplementasi sebelum hamil, diharapkan sel darah merah meningkat sebelum umur kehamilan 12 minggu karena zat besi sangat penting untuk perkembangan awal dari otak janin (Amalia Yunia Rahma Wati, 2020).

Di beberapa negara seperti India, Bangladesh, dan Vietnam telah melakukan pemberian TTD selama satu minggu sekali dan hal ini berhasil menurunkan prevalensi anemia di negara tersebut. Di Indonesia pun, pemerintah melakukan pemberian TTD pada wanita usia subur untuk mencegah terjadinya anemia. Berdasarkan data yang diperoleh dari Riskesdas tahun 2018 cakupan WUS yang mendapatkan TTD sebanyak 76,2% dan 23,8% tidak mendapat TTD. Lalu di DKI Jakarta pada tahun 2018 yang mendapatkan TTD sebanyak 73,6% dan di Puskesmas Kecamatan Pancoran yang telah mendapatkan TTD sebanyak 83,56%. Namun konsumsi TTD sesuai anjuran atau 52 butir hanya sebesar 1,4% dan yang mengonsumsi TTD kurang dari 52 butir sebanyak 98,6% (Riskesdas, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian suplementasi TTD kepada WUS sudah berjalan dengan baik, namun konsumsi TTD masih sangat rendah. Rendahnya konsumsi tablet tambah darah disebabkan oleh beberapa faktor, seperti bosan, malas, aroma yang tidak enak, serta efek samping seperti mual, muntah, nyeri pada ulu hati dan membuat tinja berwarna hitam (acga et al. 2020).

Berbagai upaya untuk mengatasi anemia pada ibu hamil sudah dilakukan oleh pemerintah, baik secara langsung maupun tidak langsung berkaitan dengan masalah anemia dan masih tetap menjadi salah satu program unggulan pemerintah. Adapun program yang langsung berkaitan dengan upaya mengatasi anemia, yaitu pemberian tablet besi sebanyak 90 tablet kepada ibu hamil selama kehamilan hingga masa nifas. Disamping itu, beberapa program yang mendukung upaya kesehatan ibu hamil seperti posyandu (pos pelayanan terpadu), puskesmas (pusat kesehatan masyarakat), jamkesmas (jaminan kesehatan masyarakat), jampersal (jaminan persalinan), dandain-lain juga diharapkan dapat membantu mengatasi keadaan anemia pada ibu hamil (Amalia Yunia Rahma Wati, 2020).

Menurut Notoatmodjo (2020) edukasi kesehatan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mengembangkan upaya kesehatan baik individu maupun masyarakat guna terwujudnya suatu lingkungan yang kondusif. Dalam melakukan edukasi kesehatan mengenai konsumsi TTD, diperlukan adanya media edukasi yang akan memudahkan pemberian dan penerimaan informasi. Di PkM ini media edukasi yang digunakan berupa media video. Video merupakan salah satu media audio visual yang banyak dikembangkan untuk memberikan informasi kesehatan (Asmin, E. et al., 2021).

Dampak anemia pada ibu hamil adalah abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam Rahim (IUGR), rentan terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini, saat persalinan dapat mengakibatkan gangguan HIS, kala pertama dalam persalinan dapat berlangsung lama, pada kala nifas terjadi subinvolusi uteri yang menimbulkan pendarahan postpartum, memudahkan infeksi puerperium, serta berkurangnya produksi ASI (Amalia Yunia Rahma Wati, 2020).

Penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil adalah kekurangan cadangan zat besi di dalam tubuh ibu karna di gunakan untuk tubuh janin, hal ini dapt lebih parah jika terjadi pada ibu yang keadaan zat besi gizi nya kurang baik, (Budiana dkk, 2022 ).

Kebutuhan Zat Besi dalam Kehamilan Kebutuhan zat besi menurut trimester kehamilan adalah sebagai berikut: Trimester I (umur kehamilan 0-12 minggu) zat besi yang dibutuhkan adalah 1 mg/hari

yaitu untuk kebutuhan basal 0,8 mg/hari ditambah dengan kebutuhan janin. Trimester II (umur kehamilan 13- 24 minggu) zat besi yang perlukan adalah kurang lebih 5 mg/hari yaitu untuk kebutuhan basal 0,8 mg/hari ditambah dengan kebutuhan red cell mass 300 mg dan conceptus 115 mg. Trimester III (umur kehamilan 25-40 minggu) zat besi yang diberlakukan adalah kurang lebih 5 mg/hari yaitu untuk kebutuhan basal 0,8 mg/hari ditambah dengan kebutuhan red cell mass 150 mg dan conceptus 223 mg (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka penting dilakukan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) untuk ibu dan perkembangan bayinya di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan . Maka dari itu perlu dilakukan PkM “Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Ibu Hamil Sebagai Pencegahan Stunting” .

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2026. Kegiatan ini di ikuti oleh ibu hamil di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan.

Pengumpulan data dilakukan dengan kualitatif. Metode Kualitatif melalui wawancara dan kesioner untuk menganalisis temuan dari berbagai studi terkait efektivitas dan determinan kepatuhan minum Tablet Tambah Darah (TTD).

### **Tahap Pelaksanaan Kegiatan :**

1. Tahap pertama adalah Persiapan, yang meliputi penyusunan materi ceramah, pengisian daftar hadir peserta, pembagian kuesioner pre-test, dan penyerahan makalah materi ceramah kepada peserta. Persiapan ini bertujuan untuk memastikan kelancaran dan keberhasilan kegiatan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)
2. Pembukaan
3. Penyampain Materi oleh Nara Sumber  
Penyampaian ini dilakukan melalui ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi. Peserta diajak untuk berinteraksi dan memahami tentang manfaat mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil.
4. Evaluasi dan Penutup  
Tahap terkhir adalah evaluasi dan penutup. Evaluasi dilakukan dengan membagikan kuesioner post test, proses evaluasi ini dilakukan pada saat kegiatan masih berjalan untuk melihat kendala yang ada dan agar dapat segera diatasi. Setelah itu, seluruh rangkaian acara ditutup secara resmi setelah pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) selesai. Evaluasi ini akan berlanjut kepada follow up kegiatan apakah berhasil.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dilaksanakan di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2026 yang dihadiri oleh ibu hamil. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan cara memberikan ceramah atau persentasi tentang peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang Manfaat Tablet Tambah Darah (TTD) di Desa Pargarutan Julu Kabupaten Tapanuli Selatan.

Sebelum dilakukan ceramah atau presentasi terkait peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang Manfaat Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah terlebih dahulu tim melakukan *pretest* kepada ibu hamil dengan membagikan kuesioner seputar materi tentang manfaat mengkonsumsi tablet tambah darah. Dari hasil *pretest* menunjukkan bahwa hanya 43% ibu hamil yang mengetahui tentang manfaat mengkonsumsi tablet tambah darah.

Setelah dilakukan *pretest*, kemudian dilanjutkan dengan ceramah atau presentasi materi tentang tablet tambah darah, dan untuk mempermudah penyampaian materi tim mempergunakan alat bantu seperti laptop, LCD dan proyektor.

Selama kegiatan berlangsung tidak lupa disertai dengan kegiatan diskusi dan tanya jawab seputar materi yang telah disampaikan. Dari kegiatan ini, ibu hamil tampak antusias mendengarkan sambil memberikan respon baik dalam diskusi maupun proses tanya jawab yang dilakukan, hal ini bisa dilihat dengan banyaknya pertanyaan yang diberikan oleh ibu hamil kepada nara sumber. Kemudian setelah pemberian materi tim melakukan *posttest* kepada ibu hamil, dan hasilnya menunjukkan bahwa 82% ibu hamil sudah mengetahui tentang manfaat mengkonsumsi tablet tambah darah.

Berdasarkan hasil kegiatan diatas dapat dilihat bahwa perubahan peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang manfaat mengkonsumsi tablet tambah darah sangat signifikan setelah dilakukan ceramah atau presentasi dibandingkan dengan sebelum dilakukan ceramah atau presentasi. Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahmayanti dkk pada tahun (2023) dalam penelitiannya yang berjudul "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Ibu Hamil Di Uptd. Puskesmas Mengwi I" hasil uji statistik didapatkan nilai P value = 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ). Ada hubungan antara Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi TTD pada ibu hamil di UPTD. Puskesmas Mengwi I. Begitu juga dengan hasil penelitian Kamau dkk (2018) yang berjudul pengaruh penyuluhan tentang suplemen zat besi dan asam folat dengan peningkatan pengetahuan pada ibuhamil daerah pedesaan di Kenya, Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bermakna penyuluhan tentang suplemen zat besi dan asam folat terhadap peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan ( $p\text{-value} = 0,005 < \alpha 0,05$ ).

Berdasarkan kegiatan diatas dan penelitian – penilitian yang ada, maka dari itu Ibu Hamil perlu sekali meningkatkan pengetahuan tentang manfaat menkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) untuk mencegah anemia. Dan setelah kegiatan ini berlangsung diakhir kegiatan ibu hamil diberikan tablet tambah darah, dan ibu hamil tersebut berjanji akan mengkonsumsi tablet tambah darah yang telah diberikan sesuai dengan dosis yang dianjurkan.



**Gambar 1.**  
Dokumentasi

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan yang dilakukan berhasil meskipun belum optimal. Maka dari itu Ibu Hamil perlu meningkatkan pengetahuan tentang manfaat menkonsumsi Tablet Tambha Darah (TTD) untuk mencegah anemia, memastikan suplai oksigen dan nutrisi cukup bagi janin, serta mengurangi risiko komplikasi seperti bayi lahir rendah (BBLR), persalinan prematur, dan perdarahan saat melahirkan.

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Kepatuhan konsumsi TTD terbukti meningkatkan kadar hemoglobin dan kesehatan ibu serta bayi, sehingga edukasi dan ketersediaan TTD perlu terus dioptimalkan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih atas partisipasi dan antusiasme para ibu hamil dalam kegiatan hari ini. Kesehatan ibu dan buah hati adalah prioritas kami. Mari kita jaga bersama dengan rutin mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Acga, R., Sucandra, M. A. K. and Sinardja, C. D. (2020) 'Gambaran tingkat pengetahuan terkait anemia pada ibu hamil di Puskesmas Bangli, Kecamatan Bangli, Kabupaten Bangli', *Intisari Sains Medis*, 11(3), pp. 1178–1182
- Amalia Yunia Rahmawati. (2020a) 'Determinan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah (TTD) pada Ibu Hamil', *Journals of Ners Community*, pp. 1–23
- Asmin, E. et al. (2021) 'Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Di Kecamatan Leitimur Selatan Dan Teluk Ambon', *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), pp. 229–236
- Budiana, T. A., Nasir Ahmad and Cheri Melan. (2022) 'Aspek-Aspek yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Cigugur Tengah', *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), pp. 164– 171.
- Bakhtiar, R., Muladi, Y., Tamaya, A., Utari, A., Yuliana, R., and Ariyanti, W. (2021) 'Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Ibu Hamil Anemia dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Lempake Kota Samarinda.', *Jurnal Kedokteran Mulawarman*, 8(3), pp. 78-88. doi: 10.30872/jkm.v8i3.6514.
- Kamau M, Kimani S, Mirie W. *Counselling on Iron and Folic Acid Supplementation (IFAS) is Associated with Improved Knowledge Among Pregnant Women in a Rural County of Kenya: A Cross- Sectional Study*[version 1; referees:awaiting peer review]. *AAS Open Research*. 2018;21(1): 1–11.
- Kemkes RI. (2020). 'Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Ibu Hamil', Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, p. 24.
- Mutiara, E. S., Manalu, L., Klise, R. E., Aginta, S., Aini, F., dan Rusmalawaty, R. (2023) 'Analisis Pemberian Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil di Puskesmas: Studi Literature Review.', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(2), pp. 125–135. doi: 10.14710/mkmi.22.2.125-135.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmayanti, N. M. I., Martini, N. K., Nyandra, I. M. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Ibu Hamil Di Uptd. Puskesmas Mengwi I. *Jurnal Kesehatan, Sains, Dan Teknologi (JAKASAKTI)*. 2(2).