

Penyuluhan Anemia dan Pemeriksaan Kadar Hb sebagai Upaya Mencegah Kejadian Anemia pada Remaja Putri Desa Jetis Kecamatan Baki

Muhammad Najib Luthfianto¹, Ristia Siska Anindi², Aisyafiya Adzani³, Siti Musalamah⁴, Ummi Safiqah⁵, Jovanka Sheilla Damayanti⁶, Supratman⁷, Sabrina Fajar Kirana⁸, Shafanissa Alifia Savira⁹, Nur Aulia Safitri¹⁰, Siti Zulaikhah¹¹, Amanda Dwi Wijayanti¹², Puan Ayu Safir Agusta¹³, Aan Sofyan¹⁴

^{1,2,3,4,5,6,7}Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
^{8,9,10,11,12,13,14}Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: J210190183@student.ums.ac.id

Abstrak

Kata Kunci:
Penyuluhan;
Pemeriksaan kadar haemoglobin;
Anemia; Remaja Putri

Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018 angka kejadian anemia pada remaja mencapai 32% dimana sebanyak 3 sampai 4 dari 10 remaja mengalami anemia. Anemia pada remaja merupakan masalah yang masih perlu diperhatikan di Indonesia, hal ini karena dampak dari anemia itu sendiri yang dapat mengganggu status kesehatan dan produktivitas dari remaja. Tujuan kegiatan pengabdian adalah sebagai upaya pencegahan anemia dan meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja putri di Desa Jetis. Pengabdian dilakukan melalui kegiatan : penyuluhan anemia dan pemeriksaan kadar haemoglobin darah. Hasil pengabdian menunjukkan tidak ada peningkatan pengetahuan anemia yang signifikan pada peserta dari hasil pre-test dan post-test ($p=0,331$), 7 dari 29 peserta mengalami anemia dengan 6 diantaranya remaja awal dan 1 remaja akhir. Kesimpulan kegiatan pengabdian yaitu tidak ada peningkatan pengetahuan terkait anemia berdasarkan hasil pre-test dan post-test peserta, 7 dari 29 peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan mengalami anemia. Saran yang diberikan yaitu diharapkan remaja putri Desa Jetis rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah 1 tablet per minggu.

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal. Hemoglobin (Hb) ini dibuat di dalam sel darah merah, sehingga anemia dapat terjadi baik karena sel darah merah mengandung terlalu sedikit hemoglobin maupun karena jumlah sel darah yang tidak cukup (Kemenkes, 2018).

Remaja putri adalah salah satu kelompok yang rentan mengalami anemia. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan masih tingginya prevalensi anemia defisiensi zat besi pada remaja putri. Di Indonesia, angka kejadian anemia masih terbilang sangat tinggi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%, dimana 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia.

Desa Jetis terletak di Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo

memiliki penduduk sebanyak 3.651 jiwa dengan luas wilayah 5,3 km² dimana 302 jiwa adalah remaja putri.

Menurut Bidan Desa Jetis, remaja putri di Desa Jetis belum pernah dilakukan pemeriksaan kesehatan dalam rangka pendeteksian dini masalah kesehatan seperti anemia. Sementara itu, kondisi remaja putri disebut paling rentan mengalami anemia. Hal itu disebabkan oleh pola makan yang kurang optimal, misalnya sering mengonsumsi *junk food*, teh, kopi, coklat. Yang mana makanan/minuman tersebut mengandung zat yang menghambat penyerapan zat besi.

Adapun gejala yang timbul ketika mengalami penyakit anemia adalah kehilangan selera makan, sulit untuk fokus, penurunan sistem imun tubuh, dan gangguan perilaku yang disebut dengan Gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), wajah pucat dan kepala kunang-kunang (Nasruddin, Syamsu, & Permatasari, 2021).

Anemia pada remaja akan berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, penurunan kebugaran jasmani dan gangguan pertumbuhan sehingga tinggi badan dan berat badan tidak mencapai normal (Herwandari & Soviyati, 2020).

Berdasarkan fenomena diatas, penulis menawarkan solusi dari permasalahan mitra dengan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan anemia dengan judul "Penyuluhan Anemia dan Pemeriksaan Kadar Hb sebagai Upaya Pencegah Kejadian Anemia pada Remaja Putri Desa Jetis Kecamatan Baki". Adapun target atau luaran yang didapatkan adalah pengetahuan dan kemampuan tentang anemia serta perilaku pola makan yang baik dan diaplikasikan sehari-hari oleh remaja putri. Tujuan dari penyuluhan anemia ini adalah untuk mengetahui prevalensi anemia dan meningkatkan pengetahuan pada remaja putri.

2. METODE

Metode dalam kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan, pemeriksaan antropometri dan kadar hemoglobin. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di Balai Desa Jetis, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo. Kegiatan ini dilakukan dengan melalui beberapa langkah :

A. Tahap pertama :

Persiapan Pada tahap ini penulis melakukan persiapan proses kegiatan penyuluhan kesehatan yang meliputi : analisis permasalahan, koordinasi dengan Bidan Desa Jetis dan pembuatan formulir Pre-test dan Post test untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri.

B. Tahap kedua :

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang anemia yang dilaksanakan pada tanggal 2 Agustus 2022. Kegiatan ini dilakukan secara langsung di Balai Desa Jetis, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo. Kegiatan diikuti oleh 29 orang peserta. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengukuran antropometri, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan kadar hemoglobin, dan edukasi tentang anemia.

C. Tahap ketiga : Evaluasi

Pada tahap ini penulis melakukan evaluasi dengan memberikan Post-test kepada peserta penyuluhan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan KKN IPE AIK UMS Jetis Berseri Bebas Anemia dilaksanakan pada tanggal 2

Agustus 2022. Kegiatan tersebut diisi dengan penyuluhan pencegahan anemia pada remaja putri, disamping itu juga diadakan pemeriksaan antropometri berupa pengukuran berat badan, tinggi badan, dan LILA, serta pemeriksaan tekanan darah dan juga pemeriksaan kadar Hb darah.

Berdasarkan analisis situasi Desa Jetis oleh Tim KKN, ditemukan adanya permasalahan kesehatan salah satunya yaitu pada remaja khususnya remaja putri yakni anemia. Adapun solusi yang dilakukan Tim KKN adalah dengan meningkatkan pengetahuan para remaja mengenai anemia dan mengadakan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Metode yang Tim KKN gunakan adalah mengadakan penyuluhan dengan tema pencegahan anemia pada remaja putri dengan bantuan media elektronik yaitu

powerpoint. Intervensi berupa penyuluhan ceramah yang dilakukan selama kurang lebih 30 menit dengan

materi meliputi pengertian anemia, gejala anemia, penyebab anemia dan pencegahan anemia. Metode yang digunakan ini menunjukkan peningkatan yang nyata pada pengetahuan peserta, namun beberapa peserta merasa takut dengan adanya pemeriksaan kadar Hb juga adapula kendala waktu pada peserta yang tidak dapat hadir pada penyuluhan ini.

3.1. Pengetahuan Anemia

Sebelum dimulainya penyuluhan, peserta diberikan lembar *pre-test* terkait anemia dengan jumlah 20 pernyataan benar atau salah. Sedangkan lembar *post-test* diberikan setelah penyuluhan selesai dengan jumlah pernyataan benar atau salah sama dengan *pre-test*. Pemberian lembar *pre-test* dan *post-test* tersebut bertujuan untuk mengetahui peningkatan

pengetahuan peserta yang mengikuti penyuluhan.

Tabel 1. Pengetahuan remaja putri tentang anemia di Desa Jetis

Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik (≥ 70)	26	89,6	23	79,3
Kurang (< 70)	3	10,3	6	20,6
Total	29	100	29	100

Sumber : Hasil pengabdian, 2022

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa pengetahuan *pre-test* remaja putri dengan mayoritas kategori baik berjumlah 26 peserta (89,6%) sedangkan pengetahuan *post-test* dengan kategori baik berjumlah 23 peserta (79,3%). Berdasarkan hasil tersebut maka dilakukan uji T-Test yang hasilnya dapat terlihat pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Hasil T-Test pengetahuan remaja putri di Desa Jetis

Pengetahuan	N	Rata-Rata	St. Deviasi	p-value
Sebelum penyuluhan	29	78.28	8.992	0.31
Sesudah penyuluhan	29	80.34	11.644	

Sumber : Hasil pengabdian, 2022

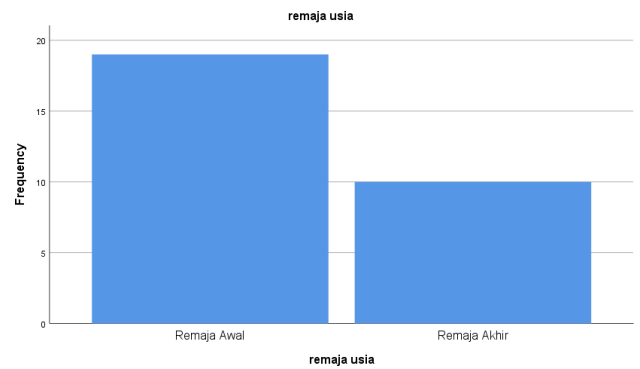
Hasil Uji T-Test menunjukkan dari 29 peserta didapatkan rata-rata pengetahuan sebelum penyuluhan (*pre-test*) yaitu 78,28 sedangkan rata-rata pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan (*post-test*) yaitu 80,34. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan remaja putri setelah mendapatkan penyuluhan mengenai pengertian anemia, gejala anemia, penyebab anemia, dan pencegahan anemia. Namun pada hasil Uji T-Test yang dapat dilihat pada tabel 2 menunjukkan bahwa nilai *p-value* adalah 0,311 ($> 0,005$) yang berarti bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan tentang anemia. Hal

ini dapat disebabkan karena intervensi yang diberikan terlalu singkat, peserta cenderung terganggu fokusnya (main hp, mengobrol, situasi kurang kondusif) dan jumlah peserta terlalu sedikit.

Penelitian yang dilakukan oleh Adziim (2022), menghasilkan hasil uji *T-Test* yang sama yaitu tidak adanya perubahan yang signifikan pada pengetahuan yang diberikan sebelum dan sesudah penyuluhan. Hal ini disebabkan oleh responden yang telah memiliki pengetahuan yang baik sebelum dilakukan penyuluhan sehingga ketika dilakukan evaluasi, hasil uji analisis menyatakan tidak adanya perbedaan yang signifikan. Keterpaparan informasi dan pendidikan menjadi salah satu faktor responden telah berpengetahuan baik sebelum dilakukan penyuluhan.

3.2. Kadar Haemoglobin (Hb)

Pemeriksaan kadar Hb diikuti oleh semua peserta yang berjumlah 29 orang. Rentang usia peserta yang mengikuti sangat beragam dari usia 11 – 26 tahun. Karena beragam usia remaja yang datang, maka untuk memudahkannya kami kelompokkan berdasarkan kategori usia menurut Depkes (2009) yaitu remaja awal (12-16 tahun) dan remaja akhir (17-25 tahun). Dari kategori tersebut didapatkan terdapat 19 peserta dalam kategori remaja awal dan 10 peserta dalam kategori remaja akhir.



Gambar 1. Kelompok Usia Remaja

Tabel 3. Hasil Kadar Hb sesuai Kategori Usia Remaja

Usia Remaja	Kadar Hb		Jumlah
	Rendah	Normal	
Remaja Awal	6	13	19
Remaja Akhir	1	9	10
Total	7	22	29

Sumber : Hasil pengabdian, 2022

Dari hasil pemeriksaan didapatkan kadar Hb pada rentang 7,2 – 15,5 g/dL. Pada kategori remaja awal didapatkan data 6 peserta (20,6%) memiliki kadar Hb rendah dan 13 peserta (44,8%) memiliki kadar Hb normal. Sedangkan pada kategori remaja akhir 1 peserta (3,4%) memiliki kadar Hb rendah dan 9 peserta (31,2%) memiliki kadar Hb normal. Hal ini sesuai dengan analisis situasi yang dilakukan sebelumnya.

Pada pemeriksaan kadar Hb ditemukan bahwa 7 peserta (24%) memiliki kadar Hb yang rendah. Remaja khususnya wanita dikatakan mengalami anemia bila memiliki kadar Hb <12,0 g/Dl (Kemenkes, 2013). Hal ini berarti 24% peserta mengalami gejala anemia karena memiliki kadar Hb yang rendah (<12 g/dL). Kemenkes RI (2013), mengatakan bahwa anemia pada remaja putri menjadi masalah kesehatan jika prevalensinya $\geq 20\%$ sedangkan hasil prevalensi remaja putri di Desa Jetis sebanyak 24% (>20%)

sehingga masalah anemia pada remaja putri di Desa Jetis merupakan masalah kesehatan yang perlu menjadi prioritas agar prevalensi anemia pada remaja putri tidak semakin meningkat.

Menurut Budiarti (2020) dalam penelitian yang ia lakukan didapatkan beberapa faktor umum penyebab remaja putri mengalami anemia yaitu seperti kurangnya pengetahuan mengenai anemia, kebiasaan sarapan pagi, kebiasaan minum teh dan kopi, serta asupan gizi yang kurang dari AKG serta asupan zat besi yang defisit. Maka dari itu, setelah pemeriksaan anemia kami memberikan penyuluhan mengenai anemia serta memberikan pencegahan-pencegahan yang bisa dilakukan sedini mungkin serta bekerja sama dengan pihak puskesmas Jetis dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) yang dikonsumsi 1 tablet per minggu.

4. KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan mengenai anemia sebelum dan setelah diberikan penyuluhan serta didapatkan bahwa dari 29 peserta yang mengikuti kegiatan ini 7 peserta mengalami anemia. Penulis berharap remaja putrid di Desa Jetis rutin mengkonsumsi Tablet Tambah Darah 1 tablet per minggu yang sudah diberikan oleh pihak puskesmas atau pihak sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

a. Bagi Bidan Desa dan Puskesmas

Bagi Bidan Desa Jetis dan Pihak Puskesmas dapat membuat program cek kadar Hb rutin atau pertemuan bagi remaja putri dengan memberikan penyuluhan serta TTD agar anemia remaja putri dapat dikontrol dan dicegah sedini mungkin. Bidan desa

juga dapat bekerja sama dengan karang taruna desa untuk membentuk posyandu remaja agar mempermudah untuk mengontrol kejadian anemia dan mempermudah menyebarkan informasi kesehatan dan TTD kepada remaja putri.

b. Bagi Pengabdian Selanjutnya

Dapat melakukan pendekatan yang lebih lanjut dengan peserta agar jalannya pengabdian menjadi lebih menarik dan terjalin hubungan yang baik sehingga pengabdian dapat berjalan lancar serta dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri mengenai anemia.

REFERENSI

- Adziim, A. M. F., Manyullei, S., Tarisa, S., Hamka, A., Putri, A., Yunus, R. B., & Yusuf, T. W. A. (2022). Promosi Kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak SDN Inpres 190 Bura'ne Desa Boddia, Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar Tahun 2022. *Locus Abdimas*, 1(2), 238-247.
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2).
- Departemen Kesehatan RI. 2009. *Kategori Usia*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Herwandar, F. R., & Soviyati, E. (2020). Perbandingan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Premenarche Dan Postmenarche Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(1), 71-82.
- Kemenkes RI. 2013. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI.
- Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta : Badan Penelitian

- dan Pengembangan Kesehatan
Kementerian RI.
Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Profil
Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta:
Kemenkes RI.
Nasruddin, H., Syamsu, R. F., &
Permatasari, D. (2021). Angka
Kejadian Anemia Pada Remaja Di
Indonesia. *Journal Ilmiah
Indonesia CERDIKIA*, 357–36