

## PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG DETEKSI DINI DAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA

Fitriani<sup>1\*</sup>, Titi Iswanti Afelya<sup>2</sup>, Diyah Astuti Nurfa'izah<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Universitas Cenderawasih (Program Studi Profesi Ners, Kota Jayapura, Indonesia)

<sup>2</sup>Universitas Cenderawasih (Program Studi Ilmu Keperawatan, Kota Jayapura, Indonesia)

\*fitriany2512@gmail.com

### Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah yang dialami oleh remaja. Kejadian anemia dialami sekitar 60% anak dimana ditemukan tertinggi pada Asia Tenggara yaitu pada anak sekolah. Berbagai dampak yang dapat ditimbulkan oleh anemia yang dialami remaja yaitu konsentrasi belajar yang menurun, pertumbuhan terganggu, menurunkan kondisi fisik dan daya tahan tubuh yang turun serta produktivitas kerja. Penanggulangan kejadian anemia dapat dilakukan dengan pemenuhan gizi yang seimbang serta pemberian tablet tambah darah (TTD). Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang anemia sehingga mampu untuk melakukan deteksi dini serta pencegahan terhadap anemia. Hasil kegiatan menunjukkan pengetahuan peserta meningkat tentang deteksi dini dan pencegahan anemia pada remaja. Dari hasil diperoleh bahwa pengetahuan peserta tentang anemia pada remaja sebelum dilakukan edukasi sebanyak 72 peserta berpengetahuan baik dan 28 peserta berpengetahuan kurang. Dan setelah dilakukan edukasi, seluruh peserta telah memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia pada remaja. Kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan pengetahuan peserta yang meningkat tentang anemia pada remaja setelah pemberian edukasi.

**Kata kunci:** Pendidikan kesehatan, anemia, remaja

### Abstract

Anemia is one of the problems experienced by adolescents. The incidence of anemia is experienced by around 60% of children where it is found to be highest in Southeast Asia, namely in school children. Various impacts that can be caused by anemia experienced by adolescents are decreased learning concentration, impaired growth, decreased physical condition and decreased endurance and work productivity. Prevention of anemia can be done by fulfilling balanced nutrition and giving blood supplement tablets (TTD). This service activity aims to increase participants' knowledge about anemia so that they are able to carry out early detection and prevention of anemia. The results of the activity showed that the participants' knowledge increased about early detection and prevention of anemia in adolescents. From the results obtained that the participants' knowledge about anemia in adolescents before education was 72 participants with good knowledge and 28 participants with poor knowledge. And after education, all participants had good knowledge about anemia in adolescents. The conclusion of community service activities shows the participants' increased knowledge about anemia in adolescents after providing education.

**Keywords:** Health education, anemia, teenagers

## 1. PENDAHULUAN

Masalah gizi yang umum terjadi di seluruh dunia termasuk pada kelompok remaja adalah anemia dimana masalah ini disebabkan oleh defisiensi zat besi (Khibibah et al., 2021). Anemia adalah kondisi menurunnya jumlah eritrosit yang ditandai dengan menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit dan eritrosit (Astuti & Kulsum, 2020). Pada dasarnya anemia disebabkan kurangnya zat besi pada makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Dengan mengonsumsi makanan yang mengandung gizi yang cukup, maka status gizi akan baik. Demikian pula sebaliknya, dengan konsumsi makanan yang mengandung gizi

yang kurang, akan mengakibatkan kekurangan gizi dan berdampak pada kejadian anemia (Nasruddin et al., 2021).

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 prevalensi angka kejadian anemia di Indonesia sebesar 23,9% dan untuk remaja putri sebanyak 37,1%, angka ini mengalami peningkatan di tahun 2018 sebanyak 48,9%. Untuk kejadian anemia pada wanita dengan usia 5-14 tahun sebanyak 26,4% dan usia 15-25 tahun sebanyak 18,4% (Kemenkes RI, 2018). Demikian pula untuk konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di kota Jayapura remaja putri yang menerima tablet tambah darah sebesar 69,58% dan sebesar 52,48% tidak minum atau menghabiskan TTD dengan alasan lupa (Tim Riskesdas, 2018).

Kejadian anemia yang tinggi khususnya pada kelompok remaja akibat dari konsumsi zat besi serta gizi lainnya yang rendah seperti asam folat dan B12 serta kesalahan saat mengonsumsi zat besi yang dilakukan dengan zat lain yang mengganggu zat besi terserap (Briawan, 2014). Kebutuhan zat besi tambahan pada remaja putri penting karena remaja putri mengalami siklus menstruasi, untuk mengatasi kekurangan zat besi akibat siklus ini maka diperlukan zat besi pengganti (Junita & Wulansari, 2021). Berdasarkan hasil penelitian (Indrawatiningsih et al., 2021) mengemukakan bahwa status gizi erat kaitannya kejadian anemia pada remaja, dimana dengan meningkatnya asupan makanan olahan yang memiliki nilai gizi kurang namun berkalori tinggi sehingga dapat memicu obesitas pada remaja, selain itu, makanan *junk food* juga dapat mengakibatkan remaja rentan untuk kekurangan gizi.

Selain dari faktor gizi, peran petugas kesehatan serta pengetahuan mempengaruhi anemia pada remaja. Pada penelitian (Azzahroh & Rozalia, 2018) mengemukakan bahwa pengetahuan dan peran petugas kesehatan berhubungan dengan kejadian anemia, dan diantar kedua faktor tersebut peran petugas kesehatan memiliki peluang yang lebih besar dalam kejadian anemia pada remaja. Penelitian oleh (Kusnadi, 2021) dimana pengetahuan signifikan mempengaruhi kejadian anemia, remaja berpengetahuan baik akan lebih waspada dalam pencegahan anemia dibandingkan dengan pengetahuan kurang. Meningkatnya anemia pada remaja akibat pengetahuan tentang gizi seimbang yang kurang (Nasruddin et al., 2021). Dari hal ini kita dapat menyimpulkan bahwa untuk mencegah anemia maka diperlukan peran dari petugas kesehatan untuk memberikan pendampingan dalam meningkatkan pengetahuan remaja untuk mencegah terjadinya anemia.

Berbagai dampak yang dapat ditimbulkan oleh anemia yang dialami remaja yaitu konsentrasi belajar yang menurun, pertumbuhan terganggu, menurunkan kondisi fisik dan daya tahan tubuh yang turun serta produktivitas kerja (Wahida et al., 2022). Selain itu, remaja putri adalah calon ibu yang kelak akan melahirkan generasi penerus. Jika anemia tidak ditangani sejak dini dikhawatirkan dapat meningkatkan risiko pendarahan yang akan menimbulkan kematian pada ibu (Azzahroh & Rozalia, 2018). Diusia remaja mayoritas sedang dalam tahap menempuh pendidikan di sekolah, dan salah satu sekolah di kota Jayapura adalah SMP Muhammadiyah Jayapura, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat akan dilaksanakan di lokasi tersebut.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan atau edukasi kesehatan tentang deteksi dini dan pencegahan anemia. Kegiatan ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Muhammadiyah

Jayapura pada 09 Agustus 2024 pukul 09.00 WIT, dan peserta yang mengikuti kegiatan adalah siswa Perempuan.

Tahap persiapan diawali dengan perijinan dari Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih yang ditujukan kepada Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah Jayapura. Pada pelaksanaan meliputi 3 (tiga) tahap yaitu *pre test* untuk mengetahui pengetahuan peserta sebelum edukasi, tahap kedua yaitu penyuluhan tentang anemia, dan tahap ketiga yaitu *post test* untuk mengetahui pengetahuan peserta setelah kegiatan edukasi.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMP Muhammadiyah Jayapura diikuti oleh 100 peserta yaitu siswi dari kelas VII, kelas VIII dan kelas IX. Adapun narasumber dari kegiatan ini adalah Tim Pengabdian Kepada Masyarakat yaitu Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih. Topik yang dipaparkan yaitu tentang anemia pada remaja.



Gambar 1. Foto peserta dan TIM Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan secara langsung dengan pemberian pendidikan kesehatan kepada peserta tentang anemia pada remaja. Tahap pertama yang dilakukan yaitu *pre test* yaitu peserta mengisi kuisioner tentang anemia. Dari hasil *pre test* diperoleh 72 (72%) peserta memiliki pengetahuan yang baik, dan 28 (28%) peserta dengan pengetahuan yang kurang.



Gambar 2 : *Pre test*

Tahap kedua yang dilaksanakan dalam kegiatan ini yaitu penyuluhan tentang anemia pada remaja. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan peserta. Materi yang diberikan meliputi definisi anemia, penyebab anemia, tanda dan gejala anemia serta pencegahan dan pengobatan anemia. Pendidikan kesehatan dilakukan melalui ceramah dan pemutaran video tentang anemia pada remaja. Selanjutnya dilakukan tanya jawab atau diskusi. Dalam kegiatan ini, peserta aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan.



Gambar 3 : Kegiatan Edukasi Kepada Peserta

Tahap ketiga dimana merupakan tahap terakhir yaitu *post test*. Peserta kembali mengisi kuis tentang anemia setelah diberikan edukasi. Hasil *post test* menunjukkan bahwa seluruh peserta 100 (100%) telah memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia pada remaja seperti yang tertera pada tabel 1. Hasil ini sejalan dengan kegiatan pengabdian oleh (Julaecha, 2020) bahwa pengetahuan remaja tentang anemia meningkat setelah dilakukan edukasi. Demikian pula hasil penelitian (Solehati et al., 2018) bahwa edukasi kesehatan tentang anemia memberikan peningkatan pengetahuan kepada peserta dalam pencegahan anemia. Perilaku peningkatan kesehatan akan dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang (Kusnadi, 2021).

Tabel 1 : Pengetahuan peserta tentang anemia pada remaja

Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja	Edukasi	
	Pre	Post
Baik	62	75
Kurang	13	0
<b>Total</b>	75	75

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan atau edukasi Kesehatan tentang deteksi dini dan pencegahan anemia di SMP Muhammadiyah Jayapura berhasil meningkatkan pengetahuan peserta. Setelah kegiatan ini, peserta diharapkan mampu untuk melakukan pencegahan terhadap anemia.

Secara umum peserta masih membutuhkan pemahaman yang lebih mendalam tentang deteksi dini dan pencegahan anemia. Dengan demikian kegiatan ini dapat dilanjutkan pada

tahap pemberdayaan siswi sebagai kader penanggulangan anemia dengan memberikan pelatihan lebih lanjut.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih atas hibah pengabdian kepada Masyarakat, serta seluruh pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.

## REFERENSI

- Astuti, D., & Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314–327. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i1.920>
- Azzahroh, P., & Rozalia, F. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA N 2 Kota Jambi. *Jurnal Ilmu Dan Budaya*, 41(58), 6797–6816.
- Briawan, D. (2014). *Anemia. Masalah Gizi Pada Remaja Wanita*. EGC.
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Julaecha, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.105>
- Junita, D., & Wulansari, A. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA N 12 Kabupaten Merangin. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i1.148>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Khobibah, K., Nurhidayati, T., Ruspita, M., & Astyandini, B. (2021). Anemia Remaja Dan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 11. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v3i2.7855>
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1293–1298.
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <https://doi.org/10.59141/cerdika.v1i4.66>
- Solehati, T., Sari, C. W. M., Lukman, M., & Kosasih, C. E. (2018). Pengaruh Pendidikan

Kesehatan Terhadap Pengetahuan Deteksi Dini Dan Pencegahan Anemia Dalam Upaya Menurunkan Aki Pada Kader Posyandu. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(1), 7–12. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i1.75>

Tim Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi PAPUA Riskesdas 2018. *Badan Litbang Kesehatan*, 540.

Wahida, Gusriani, & Noviyanti, N. I. (2022). EDUKASI KESEHATAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo*, VOLUME 6, 278–283. <http://jurnal.borneo.ac.id/index.php/jpmb>