

PENYULUHAN ANEMIA, PEMERIKSAAN HB DAN PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH BAGI REMAJA PUTRI DI SMP 23 MANTANG TAHUN 2024

Kartika Sri Dewi Batubara¹, Rita Ridayani²

^{1,2}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang

Email : kartikasridewibatubara@gmail.com

ABSTRAK

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal. Hemoglobin (Hb) ini dibuat didalam sel darah merah, sehingga anemia dapat terjadi baik karena sel darah merah mengandung terlalu sedikit hemoglobin maupun sedikit hemoglobin ataupun karena jumlah sel darah yang tidak cukup. ejadian anemia pada remaja di Provinsi Kepulauan Riau menunjukkan remaja putri usia 15-19 tahun mengalami anemia sebanyak 38,1% dan remaja putra sebanyak 19,7%. Angka kejadian anemia di Kabupaten Bintan berdasarkan data dari Dinkes Provinsi Kepulauan Riau, yang mengalami anemia pada remaja putri pada tahun 2020 dengan usia 15-19 tahun yaitu berjumlah 54,48%. Lokasi pelaksanaan ialah SMP 23 Desa Mantang Kab Bintan. Kegiatan penyuluhan dan penyuluhan dilakukan terhadap 60 orang siswa. Pengabdi membuat grup yang terdiri dari Dosen dan Mahasiswa, kemudian menyampaikan materi dengan menggunakan *Leaflet* dan *Power Point* yang telah dirancang sebelumnya sebagai alat penyuluhan. *Leaflet* yang dibagikan berjudul "Cegah Anemia, Pemeriksaan HB dan Tablet tambah Darah". Kegiatan penyuluhan berhasil dilaksanakan sehingga diperoleh respon serta antusiasme yang baik dari responden. Hal ini ditunjukkan dengan antusias responden bertanya dan membagikan informasi yang didapat. Penyuluhan yang diberikan juga tersampaikan dengan baik yang dibuktikan dari peningkatan pengetahuan responden terkait Anemia dengan melihat perbandingan hasil pre-test dan post-test. Untuk itu, kegiatan penyuluhan menggunakan media penyuluhan sangat penting diterapkan sebagai salah satu upaya peningkatan pengetahuan masyarakat terutama kelompok rentan yaitu remaja.

Kata Kunci: **Penyuluhan, Anemia, Remaja**

ABSTRACT

Anemia is a condition in which the amount of hemoglobin in the blood is less than normal. Hemoglobin (Hb) is made in red blood cells, so anemia can occur either because red blood cells contain too little hemoglobin or little hemoglobin or because the number of blood cells is not enough. The incidence of anemia in adolescents in Riau Islands Province shows that adolescent girls aged 15-19 years experience anemia as much as 38.1% and adolescent boys as much as 19.7%. The incidence of anemia in Bintan Regency is based on data from the Riau Islands Provincial Health Office, which experienced anemia in adolescent girls in 2020 with the age of 15-19 years, which amounted to 54.48%. The location of the implementation is SMP 23 Mantang Village, Bintan Regency. Counseling and counseling activities were carried out for 60 students, The community service creates a group consisting of lecturers and students, then delivers the material using leaflets and Power Points that have been designed in advance as an extension tool. The leaflet distributed was entitled "Prevent Anemia, HB Examination and Blood Tablets". The counseling activities were successfully carried out so that a good response and enthusiasm were obtained from the respondents. This is shown

by the enthusiasm of respondents asking questions and sharing the information obtained. The counseling provided was also well conveyed, as evidenced by the increase in respondents' knowledge related to Anemia by looking at the comparison of pre-test and post-test results. For this reason, counseling activities using counseling media are very important to be implemented as one of the efforts to increase public knowledge, especially vulnerable groups, namely adolescents.

Keywords: *Counseling, Anemia, Adolescents.*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) dalam world health statistics tahun 2021 menunjukan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 % dan prevalensi anemia pada Wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 29.6% yang mana kategori usia remaja termasuk didalamnya. Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 oleh Balitbangkes di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri berkisar sebesar 27.2 % pada kelompok usia 15-24 tahun sedangkan pada remaja putra angka anemia lebih rendah yaitu sebesar 20.3 % sehingga hal ini menyebabkan anemia merupakan masalah kesehatan utama pada remaja khususnya remaja putri. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik. Anemia ialah suatu keadaan dimana kadar Hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari kadar normal untuk kelompok orang berdasarkan usia dan jenis kelamin,

pada Wanita remaja kadar Hb normal ialah 12-15 gr/dl dan pada remaja pria sebesar 13-17 gr/dl (Adriani, 2017)

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2017 anemia merupakan kondisi tubuh dimana jumlah sel darah merah dan kapasitas pengangkatan oksigenya tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh, ini adalah kondisi ketika jumlah sel darah merah normal (<4.2 juta/ μ l) atau kadar Hb <12 g/l pada Wanita dan <13 pada pria. Kebutuhan fisiologis tubuh seseorang bervariasi tergantung pada usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Penyebab anemia umumnya karena kurangnya pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan Vitamin A. Beberapa penyebab lain yang tidak umum terjadi ialah peradangan akut dan kronis, infeksi parasite, kelainan bawaan yang mempengaruhi sintesis hemoglobin, kekurangan produksi sel darah merah (Siska, 2017)

Kejadian anemia pada remaja di Provinsi Kepulauan Riau menunjukkan remaja putri usia 15-19 tahun mengalami anemia sebanyak 38,1% dan remaja putra sebanyak 19,7% (Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau, 2018). Angka kejadian anemia di Kabupaten Bintan berdasarkan data dari Dinkes Provinsi Kepulauan Riau, yang mengalami anemia pada remaja putri pada tahun 2020 dengan usia 15-19 tahun yaitu berjumlah 54,48% (Dinkes Provinsi Kepri, 2021)

Hasil penelitian Mariana dan Khafidhoh (2013) menunjukkan bahwa penyebab terjadinya anemia pada remaja dikarenakan pola makan yang tidak teratur, pantangan makan makanan berprotein, tidak suka mengkonsumsi sayuran, kebiasaan makan fast food dan junk food. Keadaan ini yang dapat menyebabkan remaja menjadi anemia selain itu penyebab anemia pada remaja status kesehatan yang kurang baik, status gizi, infeksi parasit dan pengetahuan yang kurang tentang anemia (Mariana dkk, 2013)

Studi pendahuluan yang dilakukan di SMP 23 Mantang Kab Bintan yaitu Remaja Putri belum paham mengenai pengertian anemia dan beberapa gejala anemia yang dialaminya. Oleh karena itu diperlukan peningkatan

pengetahuan remaja mengenai Anemia pada remaja, peningkatan pengetahuan remaja tentang bagaimana pencegahan anemia pada remaja yang tepat untuk pencegahan kejadian anemia pada remaja. Selain itu penyuluhan kepada kader posyandu remaja, guru disekolah dan orang tua juga harus dilakukan agar pihak-pihak tersebut dapat memberikan penyuluhan secara berkelanjutan kepada para remaja. Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik "Penyuluhan Anemia, Pemeriksaan Hb dan Pemberian Tablet Tambah Darah Bagi Remaja Di SMP 23 Mantang Tahun 2024, sehingga melalui kegiatan pengabdian masyarakat tersebut diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja di SMP 23 mantang dalam pencegahan anemia melalui penyuluhan.

METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di SMP 23 Mantang Kabupaten Bintan. Kegiatan penyuluhan dilakukan secara langsung dengan mengumpulkan responden. Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut

1. Kegiatan *Pre-test*, dilakukan ujian untuk mengetahui

gambaran pengetahuan remaja putri, tentang anemia pada remaja. Kegiatan ini dilakukan menggunakan kuisioner yang berisi tentang beberapa pertanyaan *pre-test*. Kuisioner yang sudah dirancang sebelumnya, kemudian dibagikan oleh tim pengabdi ke responden.

2. Pemeriksaan HB seluruh responden remaja Putri dan pemberian tablet tambah darah.
3. Penyampaian materi tentang Anemia dan pencegahannya dilakukan oleh Ketua Pengabdian sebagai pemateri utama dengan membagikan alat promosi kesehatan berupa leaflet tentang anemia pada remaja. Setelah materi disampaikan oleh pemateri, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).
4. Kegiatan *Post-test*, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan responden terhadap materi yang telah disampaikan. Kegiatan ini dilakukan dengan membagikan *post-test* yang telah dibuat.
5. Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah

kegiatan penyuluhan anemia pada remaja putri. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku remaja putri dalam pemahaman tentang anemia pada remaja melalui kuesioner. Kegiatan ini dilakukan oleh Tim pengabmas di SMP 23 Mantang Kab Bintan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menjelaskan hasil luaran pengabdian, baik berupa peningkatan pengetahuan remaja putri terkait pencegahan anemia, Pengabdian kepada masyarakat ini, dilakukan di Desa Mantang Baru Kecamatan Mantang Kabupaten Bintan Tahun 2024.

Kegiatan ini dimulai dari tahapan persiapan kegiatan dan Pelaksanaan kegiatan. Berikut Rincian hasil kegiatan :

1. Persiapan Kegiatan

- a. Pengurusan izin kegiatan pengabdian kepada masyarakat Ke SMP 23 Mantang
- b. Pembuatan Leaflet





Gambar 1.
Leaflet Materi

- c. Koordinasi dengan Kepala Sekolah SMP 23 Mantang dan Bidan Koordinator di Puskesmas Mantang untuk mengizinkan mahasiswa dan dosen untuk mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
 - d. Penyusunan kuesioner *pre test* dan *post test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMP 23 Mantang.
2. Pelaksanaan Kegiatan
- a. Peserta Pengabdian
- Kegiatan diikuti oleh 60 orang siswi SMP 23 Mantang.
- b. Perkenalan
- Kegiatan diawali dengan pembukaan yang dihadiri oleh Kepala Sekolah SMP 23 Mantang, guru SMP 23 Mantang, Dosen dan mahasiswa Poltekkes Tanjungpinang. Kemudian dilanjutkan perkenalan dan penjelasan mengenai maksud dan tujuan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan. Hal ini

disampaikan oleh Ketua Pengabdian yang dibantu oleh anggota pengabdian.

c. Pre Test

Kegiatan *pre-test* dilakukan sebelum disampaikannya materi tentang "Anemia, Pemeriksaan HB, Pemberian Tablet Tambah Darah dan Kesehatan Reproduksi. Edukasi Kepada remaja putri Dalam Upaya Pencegahan Anemia di Desa Mantang Kabupaten Bintan. Remaja putri diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan (kuesioner) yang terkait dengan materi yang akan disampaikan.

d. Penyampaian Materi

Penyampaian materi menggunakan media Leaflet. Leaflet yang dibagikan berjudul Anemia dan Kesehatan Reproduksi. Setelah penyampaian materi, responden diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan yang kemudian didiskusikan bersama. Responden cukup antusias dengan materi yang disampaikan. Hal ini terlihat dari pertanyaan yang diajukan dan beberapa responden membagikan

informasi kesehatan yang didapat di akun media sosialnya masing-masing.

Beberapa pertanyaan yang diajukan adalah mengenai tanda-tanda anemia pada anak remaja? Jawaban pemateri "tanda-tanda anemia yaitu remaja mengalami 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), pucat pada telapak tangan, wajah dan gusi, sesak nafas, pusing dan ngantuk serta mata berkunang-kunang.

Kemudian ditambahkan dengan artikel terkait pertanyaan responden.

Pertanyaan selanjutnya adalah mengenai apakah makanan yang dapat mencegah anemia pada remaja putri? Jawaban pemateri "mengonsumsi makanan yang meningkatkan penyerapan zat besi makan sayur-sayuran dan buah yang mengandung vitamin C seperti daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, tomat, jeruk dan nanas, selain itu dapat mengonsumsi tablet Fe seminggu sekali.

e. Post Test

Kegiatan *post-test* dilakukan setelah materi edukasi diberikan dan semua pertanyaan dari responden telah dijawab. Pada kegiatan ini responden diminta untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang sama dengan pertanyaan *pre-test*. *Post-test* sebelumnya telah disiapkan oleh anggota pengabdian.

Tingkat pengetahuan responden yang ikut dalam kegiatan pengabdian dapat diketahui melalui beberapa pertanyaan yang diajukan. Pengetahuan remaja putri dikelompokkan menjadi 2 kategori, yaitu pengetahuan baik dan pengetahuan kurang. Pengetahuan baik apabila remaja putri dapat menjawab pertanyaan betul sebanyak ≥ 8 pertanyaan dan pengetahuan kurang apabila remaja putri menjawab pertanyaan betul sebanyak < 8 pertanyaan. Hasil kegiatan *pre-test* dan *post-test* menunjukkan gambaran tingkat pengetahuan remaja putri terkait anemia, dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi pengetahuan Remaja

Karakteristik	Jumlah	
	F	%
Pre Test		
Kurang	53	65
Baik	7	35
Post Test		
Kurang	4	20
Baik	56	80

Berdasarkan Tabel tersebut dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri terkait materi yang diberikan saat melakukan kegiatan pre-test dan post-test. Pada saat pre-test tingkat pengetahuan remaja putri dengan kategori kurang adalah sebanyak 53 orang (65%), sedangkan dengan kategori baik adalah sebanyak 7 orang (35%). Pada saat post-test tingkat pengetahuan ibu dengan kategori kurang adalah sebanyak 4 orang (20%) dan dengan kategori baik adalah sebanyak 56 orang (80%). Berdasarkan hasil yang diperoleh diketahui bahwa pengetahuan remaja putri meningkat setelah diberi edukasi terkait pencegahan anemia dan Kesehatan reproduksi. Bertambahnya pengetahuan remaja putri diharapkan dapat meningkatkan kesadaran remaja putri untuk menerapkan pola makan yang baik.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat seperti yang dilakukan oleh pengabdi melalui kerjasama

antar institusi kesehatan, salah satunya dengan Puskesmas Mantang merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat,hususnya para remaja putri untuk mencegah terjadinya anemia. Pemahaman tentang pola makan yang baik diharapkan lebih efektif sehingga meningkatkan pengetahuan, sikap dan prilaku remaja putri untuk mencegah anemia

Berikut dokumentasi kegiatan yang dilaksanakan:



Gambar 2. Perkenalan diri oleh ketua pelaksana dan anggota pelaksana pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 3. Penyampaian materi menggunakan media Power point dan leaflet.



Gambar 4. Melakukan pemeriksaan HB kepada para siswa remaja putri



Gambar 5. Sesi tanya Jawab



Gambar 6. Pembagian godiebag kepada remaja putri

KESIMPULAN

Kegiatan terlaksana dan berjalan dengan baik sesuai dengan yang direncanakan tidak ada kendala yang berarti selama proses pengabdian masyarakat. Kegiatan ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan yang

meliputi *pre-test*, penyampaian materi terkait anemia, diskusi tanya jawab dan *post-test*. Responden dalam kegiatan ini menunjukkan respon yang baik dan antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan. Hal ini terlihat dari antusias responden untuk bertanya bertanya setelah penyampaian materi dan beberapa responden membagikan informasi yang diperoleh di media sosialnya. Hasil dari kegiatan yang telah dilaksanakan adalah adanya peningkatan pengetahuan dan informasi terkait materi yang dapat dilihat dari perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*

SARAN

1. Remaja putri agar dapat meningkatkan pengetahuan nya terkait Anemia pada usia remaja.
2. Desa Mantang Baru khususnya wilayah kerja Puskesmas Mantang dan para kader posyandu agar dapat melakukan deteksi dini tentang anemia pada remaja
3. SMP 23 Mantang agar melakukan tindak lanjut jika ditemukan adanya kejadian anemia dilingkungan sekolah

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M, Wirjatmadi, B. (2016) 'Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan', in. Jakarta: Prenadamedia Grup.

- Arisman, M. (2002) *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Aulia, Ghea Yanna., Udoyono, Ari., Saraswati, Lintang Dian., Adi, M. Sakundarno, 2017. Gambaran Status Anemia pada Remeja Putri di Wilayah Pegunungan dan Pesisir Pantai. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1): 193-200. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Mariana dan Asfuah, S. (2009) *Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nopiana., Kusdalinah., Meriwati. 2015. Hubungan Asupan Protein dan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin. *Jurnal Media Kesehatan*, 8(1): 96-99.
- M, Marylin, D. (2003) 'Keperawatan Keluarga. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoadmojo (2014) *Promosi Kesehatan Teori dan ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2011) *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2002. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Putri, Angelita Afina Arif., Salwa, Amira., Wahyuningsih, Utami. 2021. Edukasi mengenai Anemia Defisiensi Besi bagi Remaja Putri dengan Media Leaflet. *Senapenmas*, Jakarta 21 Oktober 2021: 279-288.
- Adriani, M., Wirjatmadi, B. (2016) 'Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan', in. Jakarta: Prenadamedia Grup.
- Siska (2018) *Metodologi Ilmu keperawatan Pendekatan Praktis*.
- Sugiyono (2021) *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.