



Pemberdayaan Masyarakat BAPER “Bahaya Anemia pada Remaja” pada Siswi SMK Islam Wijaya Kusuma Jakarta Selatan Tahun 2023

¹⁾Anggi Risma Dianti*, ²⁾Agustina Sari, ³⁾Intan Puspita Asri, ⁴⁾Afida Rahmanita, ⁵⁾Al Farel Dimas Wibisono, ⁶⁾Sukmawati Boru Saragih, ⁷⁾Adhela Apriliana, ⁸⁾Mestika Akhirunnisa Khair, ⁹⁾Anggraeni Kurnia Romawati, ¹⁰⁾Tari Maspupah

¹⁻¹⁰⁾Universitas Indonesia Maju, Indonesia

*Email:anggirismadianti@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Rendahnya asupan zat besi sering terjadi pada orang-orang yang mengkonsumsi bahan makanan yang kurang beragam, seperti protein. Anemia defisiensi zat besi lebih banyak terjadi pada remaja putri dibanding remaja putra dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan, sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Permasalahan yang dihadapi mitra saat ini antara lain masih kurangnya pengetahuan remaja mengenai anemia maka dinilai perlu memberikan penyuluhan untuk memberikan pengetahuan kepada remaja untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 18 Januari 2023 dengan siswi dari SMK Islam Wijaya Kusumah yang hadir sebanyak 14 orang. Metode pengabdian masyarakat pendekatan survei, ceramah, diskusi, demonstrasi/simulasi. Hasil yang diperoleh adalah siswi mampu memahami tentang pencegahan anemia pada remaja. Disarankan kepada petugas kesehatan khususnya di Puskesmas agar lebih memberikan penyuluhan tentang anemia pada remaja putri sebelum memberikan tablet tambah darah dilakukan secara berkala, sehingga siswi mendapatkan informasi tentang anemia dan mau mengonsumsi tablet tambah darah yang diberikan. Sebelum diberikan penyuluhan hanya sebesar 16% peserta yang memiliki pengetahuan baik tentang Bahaya Anemia pada remaja dengan BAPER dalam Upaya pencegahan anemia. Setelah diberikan penyuluhan, tingkat pengetahuan peserta yang baik meningkat menjadi 53%. Kegiatan penyuluhan ini tidak berkelanjutan hanya saja kami berharap derajat kesehatan masyarakat menjadi jauh lebih baik lagi.

Kata Kunci: edukasi, pencegahan, anemi, remaja

Abstract

Anemia is a nutritional problem that is widely found throughout the world which does not only occur in developing countries but also in developed countries. Low iron intake often occurs in people who consume less diverse foodstuffs, such as protein. Iron deficiency anemia is more common in young women than young men because young women menstruate every month and are still growing, so they need more iron intake. The problems faced by partners at this time include the lack of knowledge about anemia among adolescents, so it is considered necessary to provide counseling to provide knowledge to adolescents to prevent anemia in adolescents. This community service activity was carried out. This activity was carried out on Wednesday, January 18, 2023 with 14 students from Wijaya Kusumah Islamic Vocational School in attendance. Methods of community service survey approach, lectures, discussions, demonstrations/ simulations. The results obtained were that female students were able to understand the prevention of anemia in adolescents. It is recommended that health workers, especially at the Puskesmas, provide more counseling about anemia to young women before giving blood-supplementing tablets to be carried out regularly, so that students get information about anemia and want to consume the blood-supplementing tablets given. Before counseling was given, only 16% of participants had good knowledge about the Dangers of Anemia in Adolescents with BAPER in an effort to prevent Anemia. After being given counseling, the participants' good level of knowledge increased to 53%. This counseling activity is not sustainable, it's just that we hope that the community's health status will be much better.

Keywords: education, prevention, anemia, teenager

Pendahuluan

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan bagi masyarakat terutama di Negara berkembang. Prevalensinya kejadian anemia di Negara berkembang mencapai 20% World Health Organization.¹ Menurut WHO, sekitar 25-40% remaja putri di Asia Tenggara menderita anemia tingkat ringan sampai berat. Berdasarkan Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2018 prevalensi anemia remaja putri adalah 57.1% sedangkan tahun 2021 sebesar 30%.²

Menurut Leenstra dan Nursari, prevalensi anemia pada remaja putri umur 12-18 tahun sebesar 21.1 % sedangkan di Morogoro Municipality Tanzania ditemukan prevalensi anemia pada remaja putri umur 11-17 tahun sebesar 42 %.³ Di negara India, 60-70 % remaja putri menderita anemia di Kuala Lumpur Malaysia, ditemukan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 28.3 %.⁴

Hasil penelitian pada beberapa Negara di Indonesia menunjukkan tingginya prevalensi anemia pada remaja di Indonesia.⁵ Penelitian yang dilakukan oleh Saidin dan, didapatkan prevalensi anemia pada remaja sebesar 41 dan 85%.⁶ Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2018), yang dilakukan di Semarang menunjukkan kejadian anemia sebesar 50,12%.⁶

Konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar rendah dan dapat menurunkan produktivitas kerja. Disamping itu juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi.⁷ Anemia dapat mempengaruhi tingkat kesegaran jasmani serta berpengaruh terhadap kreativitas dan prestasi belajar remaja. Siswa yang mengalami anemia memiliki kecenderungan untuk mengalami lelah, letih, lunglai, dan lesu, akibatnya motivasi dalam belajar menurun.⁷

Beberapa faktor dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja diantaranya, tingkat pendidikan, asupan besi, status gizi, status ekonomi, infeksi atau penyakit, demografi, gaya hidup, serta kurangnya informasi. Anemia gizi merupakan masalah kesehatan masyarakat

yang paling umum dijumpai terutama di negara-negara sedang berkembang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Jackson dan Al-Mousa (2000) yang mengatakan bahwa anemia merupakan masalah gizi dengan prevalensi yang tinggi. Anemia gizi pada umumnya dijumpai pada golongan rawan gizi yaitu ibu hamil (bumil), ibu menyusui (busui), anak balita, anak sekolah, anak pekerja atau buruh yang berpenghasilan rendah.⁸

Pendidikan berpengaruh dalam kejadian anemia, pendidikan berkaitan dengan perawatan kesehatan, *higiene*, kesadaran terhadap anak dan keluarga, di samping itu pendidikan juga berpengaruh terhadap faktor sosial ekonomi lainnya seperti pendapatan, pekerjaan, makanan dan perumahan. Tingkat pendidikan ibu menentukan pengetahuan dan ketrampilan dalam mengatur pola makan dan gaya hidup. Gaya hidup dan pola makan ini selanjutnya berkontribusi dalam mempengaruhi status gizi seseorang, dan selanjutnya berpengaruh dalam kejadian anemia.⁹

Status ekonomi berpengaruh terhadap asupan besi seseorang. Khumaidi (1989) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang melatarbelakangi tingginya prevalensi anemia gizi di Negara berkembang adalah keadaan sosial ekonomi yang rendah yang meliputi pendidikan orang tua dan penghasilan yang rendah serta keadaan kesehatan lingkungan yang buruk.¹⁰

Menurut Suhardjo (1989) bahwa rendahnya tingkat konsumsi disebabkan oleh pemanfaatan pangan belum optimal, distribusi makanan belum merata, pengetahuan tentang gizi dan pangan kurang, faktor sosial ekonomi seperti tingkat pendidikan rendah, besar keluarga tinggi, tingkat pengetahuan rendah serta faktor budaya setempat yang tidak mendukung antara lain masih terdapat pantangan, tahayul, tabu dalam masyarakat.¹⁰

Tingkat pengetahuan seseorang terhadap asupan besi akan berpengaruh pada kecukupan besi pada seseorang. Hasil penelitian dari Rachmawati juga sejalan dengan penelitian Dian Gunatmaningsih yang mengatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang berhubungan dengan

kejadian anemia.¹¹ Pendidikan mengenai bahan makanan dan pola hidup sehat menyebabkan pengaruh yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap status anemia di Indonesia.¹²

Kejadian anemia juga sering dihubungkan dengan status gizi seseorang. Pola hidup seseorang dalam mengkonsumsi makanan akan mempengaruhi status nutrisi pada dirinya. Status gizi akan mempengaruhi kekebalan tubuh seseorang sehingga mempengaruhi kerentanan seseorang terhadap infeksi atau kejadian suatu penyakit.¹² Penelitian yang dilakukan oleh Antelman di Tanzania menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan indeks massa tubuh (IMT), konsumsi sayuran dan kadar serum retinol dengan anemia pada wanita usia subur.¹³

Beberapa penyebab lain seperti adanya infeksi atau penyakit yang dimiliki seseorang akan berkontribusi terhadap asupan besi pada seseorang¹³ yang menyatakan ada hubungan antara infeksi malaria dengan kejadian anemia.¹⁴ Infeksi malaria menjadi salah satu faktor kejadian anemia pada remaja di daerah endemis malaria, meskipun demikian beberapa penelitian menunjukkan hasil yang berbeda. Beberapa penelitian menunjukkan gambaran penyebab berkurangnya asupan besi pada remaja selain dipengaruhi oleh faktor infeksi juga dipengaruhi oleh faktor gaya hidup,

berkurangnya nafsu makan, anemia besi dan lain-lain.¹⁵

Metode

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 18 Januari 2023 dengan siswi dari SMK Islam Wijaya Kusumah yang hadir sebanyak 14 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini melalui cek kesehatan, ceramah, diskusi, serta tanya jawab.

Acara diawali dengan pengukuran tekanan darah dan pengecekan HB para siswi. Setelah itu acara dibuka oleh MC kemudian perkenalan dari anggota. Baru setelahnya dilakukan *pre-test*. Setelah *pre-test* dilanjutkan dengan pemaparan materi anemia itu sendiri. Setelah itu diselingi dengan *games* dan pengenalan komunitas yang dimana dibawakan oleh komunitas fonis.id. Setelah itu *post-test*. Selepas *pos-test* baru dijelaskan mengenai *e-book* BAPER kepada siswa dan membagikan juga obat tablet penambah darah. Terakhir penutup dan dokumentasi. Tahapan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat meliputi tahap Persiapan, Pelaksanaan monitoring dan evaluasi untuk persiapan yaitu Sosialisasi: pertemuan dengan pihak sekolah, kepala sekolah, guru BK, Mengidentifikasi masalah. Perumusan solusi: Menyampaikan rencana kegiatan kepada pihak sekolah.

Gambar 1. Foto Bersama Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Di SMK Wijaya Kusuma Jakarta Selatan



Gambar 2. Dokumentasi Proses Prsentasi Pemberian Fasilitas Kesehatan



Selanjutnya yaitu dalam tahap Pelaksanaan yaitu: Melakukan *pre-test* (me-*nggali* pemahaman siswi tentang anemia), Memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri (pengertian, macam-macam, gejala, pencegahan dan pengobatan). Terakhir yaitu tahap Monitoring dan Evaluasi pemberian *post-test* kegiatan serta memberika evaluasi dari kegiatan kita dari dosen dan pihak sekolah serta mahasiswa untuk kelancaran kedepannya.

Hasil Dan Pembahasan

Tabel 1. Perbedaan *Pre-Test* dan *Post-Test* Tingkat Pengetahuan Bahaya Anemia Pada Remaja di SMK Islam Wijaya Kusuma Jakarta Selatan

| Kategori Pengetahuan | Kelompok | | | |
|----------------------|----------|----|-----------|----|
| | Pre Test | | Post Test | |
| | J | % | J | % |
| Baik | 6 | 16 | 20 | 53 |
| Cukup | 30 | 79 | 18 | 47 |
| Kurang | 2 | 5 | 0 | 0 |

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa adanya perbedaan tingkat

Simpulan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat khususnya siswi SMK Islam Wijaya Kusuma yang dilakukan oleh Mahasiswa Universitas Indonesia Maju berjalan dengan baik. Siswi yang hadir antusias dalam membaca power point yang ditampilkan dan bertanya apa yang mereka belum mengerti.

pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan fasilitasi kesehatan mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi terdapat 6 responden (16%) berpengetahuan baik, 30 responden (30 %) berpengetahuan cukup, 2 responden (5%) berpengetahuan kurang setelah dilakukan kegiatan pemberdayaan masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi terdapat 20 responden (53%) berpengetahuan baik, 18 responden (47%) berpengetahuan cukup, dan 0 responden (0%) dengan tingkat pengetahuan kurang. dengan tingkat pengetahuan kurang. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan agar siswi memahami tentang pentingnya pencegahan anemia. Pada pengabdian masyarakat ini dilakukan pendidikan kesehatan kepada remaja putri mengenai anemia. Kegiatan penyuluhan berlangsung kurang lebih 30 menit dan terlaksana dengan tertib dan lancar serta mendapat antusias yang baik dari peserta, maupun pihak sekolah. Kegiatannya adalah melakukan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan tentang anemia pada remaja putri meliputi Definisi Gejala-gejala, Pengobatan dan Pencegahan. Siswi cukup memahami dan sangat antusias dalam kegiatan ini, terbukti beberapa siswi bertanya khususnya tentang upaya pencegahan anemia gejala anemia antara lain muka pucat, kurang bertenaga, mudah mengantuk, sakit kepala dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini dilakukan dalam periode yang relatif singkat dan kurang kondusif karena peserta yang terlalu banyak sedangkan anggota panitia yang masih kurang. Dengan demikian, kegiatan fasilitasi kesehatan kepada masyarakat lanjutan dapat dilakukan dengan membahas jumlah peserta dan melakukan perencanaan yang lebih matang untuk panitia seperti konsultasi mengenai kegiatan lebih sering dilakukan.

Kegiatan ini memberikan pengalaman yang baik kepada para siswi untuk mencegah terjadinya anemia. Setelah dilakukan pelaksanaan kegiatan Pemberdayaan komunitas Cegah Anemia pada Remaja didapatkan hasil bahwa kegiatan ini memberikan perbedaan pengetahuan para peserta sebelum dan sesudah, Hasil penyuluhan Diketahui bahwa

adanya peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan. Sebelum diberikan penyuluhan hanya sebesar 16% peserta yang memiliki pengetahuan baik tentang bahaya Anemia pada Remaja diberikan penyuluhan, tingkat pengetahuan peserta yang baik meningkat

menjadi 53%. Keberhasilan penyuluhan dengan Pemahaman siswi tentang anemia. Kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, serta pemberian kesadaran remaja putri untuk mengkonsumsi makanan sehat.

Daftar Pustaka

1. Situmeang AMN, Apriningsih A, Makkiah FA, Wahyuningtyas W. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sosioekonomi dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Desa Sirnagalih, Bogor. *J Kesehat Komunitas*. 2022;8(1):32–9.
2. Puspitasari CE, Ratnata Dewi NMA, Aini SR, Pratama IS, Erwinayanti GAPS, Wahyuningsih I, et al. Edukasi Pencegahan Anemia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *J PEPADU*. 2020;1(4):529–36.
3. Amareta DI, Ardianto ET. Pendampingan Kader Kesehatan Remaja dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Pros Politek Negeri Jember*. 2018;(July 2020):152–5.
4. Putri PH, Sulistiyono A, Mahmudah M. Analisis Faktor yang Mempengaruhi Anemia pada Kehamilan Usia Remaja. *Maj Obstet Ginekol*. 2015;23(1):33.
5. Risva TC, Rahfiludin MZ. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Puteri (Studi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro). *J Kesehat Masy*. 2016;4(3):2356–3346.
6. Budianto A. Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. *J Ilmu Kesehat*. 2016;5(10).
7. Jaelani M, Simanjuntak BY, Yuliantini E. Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *J Kesehat*. 2017;8(3):358.
8. Basith A, Agustina R, Diani N. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Dunia Keperawatan*. 2017;5(1):1.
9. Indrawatiningsih Y, Hamid SA, Sari EP, Listiono H. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *J Ilmu Univ Batanghari Jambi*. 2021;21(1):331.
10. Mularsih S. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di Smk Nusa Bhakti Kota Semarang. *J Kebidanan*. 2017;6(2):80.
11. Wahtini S. Faktor-faktor yang berpengaruh dengan kejadian anemia pada bayi. *JHeS (Journal Heal Stud)*. 2019;3(1):21–7.
12. Laksmi S, Yenie H. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten. *J Ilmu Keperawatan Sai Betik*. 2018;14(1):104.
13. Hasyim AN, Mutalazimah M, Muwakhidah M. Pengetahuan Risiko, Perilaku Pencegahan Anemia Dan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Profesi (Profesional Islam Media Publ Penelit)*. 2018;15(2):33.
14. Zahara R. Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Suami Ibu Menyusui Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Kecamatan Percutseir Tuan, Kabupaten Deli Serdang 2020. 2020;9(2).
15. Styaningrum SD, Puspitarini Z, Sari SP. Program edukasi terpadu di sekolah berbasis asrama untuk pencegahan anemia pada remaja putri. *Ilmu Gizi Indones*. 2020;3(2):145.