

## **PENYULUHAN ANEMIA PADA ANAK DAN REMAJA PUTRI DI JEMAAT GMIT IMANUEL NATOEN SULAMU DESA PANTULAN KEC SULAMU KAB KUPANG**

Roslin E.M. Sormin<sup>1</sup>, Maria V. Nuhan<sup>2</sup>, Yosefa S. Atok<sup>\*3</sup>

<sup>1,2,3</sup>STIKes Maranatha Kupang

Corresponding Email: atok\_yosefa@yahoo.com\*

### **Abstract**

*Implementing this Community Service program aims to reduce the morbidity of anemia in children and young women in the village of Sulamu District reflection of Kupang Regency. This activity was held at GMIT Imanuel Natoen Sulamu Bounce Village of Sulamu District of Kupang Regency. The targets and partners of this activity are children and young women in the Congregation of Imanuel Natoen Sulamu, Lecturer and student of STIKes Maranatha Kupang. Implementation of anemia PKM activities amid the COVID-19 pandemic situation through 3 stages: the preparation of facilities and infrastructure, the stage of socialization, and evaluation. As for the results of the implementation of anemia counseling, namely the increase in the knowledge of young women of the Church of Emmanuel Natoen Sulamu after being given counseling.*

**Keywords:** Counseling, Knowledge, Anemia

### **Abstrak**

Tujuan pelaksanaan program Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah untuk menurunkan morbiditas anemia pada anak dan remaja putri di Desa Pantulan Kecamatan Sulamu Kabupaten Kupang. Kegiatan ini dilaksanakan di GMIT Imanuel Natoen Sulamu Desa Pantulan Kecamatan Sulamu Kabupaten Kupang. Sasaran dan Mitra kegiatan ini merupakan anak dan remaja putri yang ada di Jemaat Imanuel Natoen Sulamu, Dosen dan mahasiswa STIKes Maranatha Kupang. Pelaksanaan kegiatan PKM anemia di tengah situasi pandemi COVID-19 melalui 3 tahap yaitu persiapan sarana dan prasarana, tahap sosialisasi dan evaluasi. Adapun hasil dari pelaksanaan penyuluhan anemia yaitu terjadinya peningkatan pengetahuan remaja putri Jemaat Imanuel Natoen Sulamu setelah diberikan penyuluhan.

**Kata Kunci :** Penyuluhan, Pengetahuan, Anemia

### **PENDAHULUAN**

Anemia yang terjadi pada remaja putri merupakan risiko terjadinya gangguan fungsi fisik dan mental serta dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan pada saat kehamilan nantinya. Status zat besi harus diperbaiki pada saat sebelum hamil yaitu sejak remaja sehingga keadaan anemia pada saat kehamilan dapat dikurangi (WHO, 2014). Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Oleh karena itu, sasaran program penanggulangan anemia gizi telah dikembangkan yaitu mencapai remaja putri SMP, SMA, dan sederajat, serta wanita di luar sekolah sebagai

upaya strategis dalam upaya memutus simpul siklus masalah gizi. Walaupun begitu, prevalensi anemia di kalangan remaja putri masih tergolong dalam kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan anemia masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia (Kemenkes RI, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Pantulan Kecamatan Sulamu Kabupaten Kupang masalah penyebab anemia pada remaja putri yaitu pengetahuan mengenai definisi, risiko, penyebab, tanda dan gejala, serta pencegahan anemia kurang diketahui dengan baik. Perilaku sebagian besar anak dan remaja yang tidak membiasakan diri sarapan pagi setiap hari secara rutin dan beberapa anak remaja putri terbiasa keluar rumah tanpa menggunakan alas kaki, yang dapat meningkatkan risiko mengalami kecacingan sehingga dapat menyebabkan anemia, juga kebiasaan anak remaja putri yang tidak menyukai sayuran hijau.

Melihat besarnya risiko remaja putri untuk menderita anemia, maka perlu diwaspadai bahaya anemia yang dapat membahayakan kesehatannya saat remaja maupun dimasa mendatang, terlebih lagi saat hamil dan melahirkan, selain itu belum tercapainya target penurunan prevalensi anemia pada remaja yang dicanangkan oleh pemerintah sejak tahun 2010, yakni sebesar 20%, sehingga membuat penulis tertarik untuk memilih topik mengenai anemia pada anak dan remaja putri di Jemaat Imanuel Natoen Sulamu Desa Pantulan Kecamatan Sulamu Kabupaten Kupang.

## **METODE PELAKSANAAN**

Dalam menyusun dan melaksanakan program kesehatan masyarakat, salah satu metode yang sering digunakan adalah pendekatan epidemiologi, dalam hal ini berupa diagnosis komunitas. Diagnosis komunitas diselenggarakan untuk mengetahui sampai sejauh mana tingkat kesakitan dan permasalahan kesehatan pada masyarakat terhadap suatu penyakit tertentu dan faktor-faktor apa saja yang ikut mempengaruhi atau variabel bebas yang ikut berperan dalam menularkan penyakit atau masalah kesehatan kepada masyarakat dan tindakan apa yang harus dilakukan agar penyakit atau masalah tersebut tidak menyebar luas menjadi epidemis. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 03 Juli 2012<sup>1</sup> dengan menerapkan protokol kesehatan secara ketat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN PELAKSANAAN

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin seseorang dalam darah lebih rendah dari normal. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan menderita anemia. Anemia secara fungsional didefinisikan sebagai penurunan jumlah massa eritrosit (*red cell mass*) sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer. Penyebab utama anemia pada wanita adalah asupan zat besi yang kurang, kehilangan darah secara kronis pada saat persalinan dan kehilangan darah pada masa haid.

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan yaitu :

### 1. Tahap Persiapan Sarana dan Prasarana

Untuk dapat melaksanakan kegiatan penyuluhan anemia terlebih di situasi Pandemi COVID-19 seperti saat ini yaitu tidak hanya menyiapkan materi penyuluhan, laptop dan LCD tetapi juga menyiapkan alat cek suhu, hand sanitizer dan masker.

### 2. Tahap Penyuluhan

Pelaksanaan penyuluhan dengan tema “Penyuluhan Anemia pada Anak dan Remaja Putri di Jemaat GMIT Imanuel Natoen Sulamu Desa Pantulan Kec Sulamu Kab Kupang”, mengingat tengah berada dalam situasi pandemi COVID-19, peserta maupun pelaksana kegiatan sebelum memasuki tempat penyuluhan telah melakukan pengecekan suhu, menggunakan hand sanitizer dan memakai masker selama mengikuti kegiatan. Dalam kegiatan ini difokuskan pada pembahasan mengenai diturunkannya morbiditas anemia pada anak dan remaja putri di Desa Pantulan Kecamatan Sulamu Kabupaten Kupang. Sebagai penutup kegiatan pemateri memberikan tips sederhana pencegahan anemia yaitu mendorong anak remaja puteri untuk memperbanyak makanan yang kaya akan Zat Besi.



### 3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan memberikan post-test secara lisan untuk mengukur sejauh mana peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk membantu masyarakat tertentu dalam beberapa aktivitas tanpa mengharapkan imbalan dalam bentuk apapun. Kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi. Bentuk-bentuk kegiatan pengabdian masyarakat yaitu sosialisasi dan Mengajar. Pengabdian kepada masyarakat merupakan proses implementasi keilmuan yang dipelajari diperguruan tinggi guna memberikan manfaat seluas-luasnya bagi masyarakat.

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan dengan Tema “Penyuluhan Anemia pada Anak dan Remaja Putri di Jemaat GMIT Imanuel Natoen Sulamu Desa Pantulan Kec Sulamu Kab Kupang” berhasil dilaksanakan dengan hasil yaitu adanya peningkatan pengetahuan anak remaja putri tentang anemia setelah diberikan penyuluhan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada peserta kegiatan Jemaat GMIT Imanuel Natoen Sulamu Desa Pantulan Kec Sulamu Kab Kupang dan Pendeta GMIT Imanuel Natoen Sulamu yang telah mendukung dan memfasilitasi agar kegiatan ini terlaksana. Ucapan terima kasih juga kepada pihak Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKes Maranatha Kupang, sebagai pihak pelaksana kegiatan Pengabdian Masyarakat Dosen Tahun 2021.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adition, Nari. 2009. Faktor-faktor yang mempengaruhi Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri. Jakarta. FKM Universitas Indonesia
- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). Peran Gizi Dalam Status Kehidupan. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Almatsier, S., Soetardjo, S., Soekarti, M. 2011. Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan. Jakarta:

PT. Gramedia Pustaka Utama

Bakta IM. Pendekatan terhadap Pasien Anemia. dalam: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S. Editor. Buku ajar ilmu penyakit dalam. Edisi 5. Jakarta: Interna Publishing; 2009

Depkes RI. 2010. Pedoman Penanggulangan Anemia Gizi untuk Remaja Putri. Jakarta. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Anemia. dalam: Riset kesehatan dasar 2014. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

WHO. *Haemoglobin concentrations for diagnosis of anemia and assessment of severity. Vitamin and Mineral Nutrition Information System. World Health Organization: Geneva. 2014*