

Deteksi Anemia pada Remaja Putri SMA Negeri 4 Kota Lubuklinggau Tahun 2021

Nadi Aprilyadi¹, Zuraidah², Bambang Suwito³, Wella Juartika^{4*}

^{1,2,3,4} Prodi Keperawatan Lubuklinggau, Poltekkes Kemenkes Palembang, Jln. Stadion Bumi Silampari, Kel. Air Kuti, Kec. Lubuk Linggau, 31625, Sumatra Selatan, Indonesia

*Email Korespondensi: ns.wellajuartika@gmail.com

Abstract

Anemia is the most common nutritional problem globally, especially in developing countries, which is mainly caused by iron deficiency; WHO data shows that more than 30% or 2.2 billion people worldwide, suffer from anemia (WHO, 2015). Anemia is a condition where the concentration of hemoglobin (Hb) and the red blood cell count is less than 13.5 g/dL in adult men and less than 12 g/dL in adult women. Based on the 2018 Riskesdas data, the prevalence of anemia in adolescents is 32%, meaning that 3-4 out of 10 adolescents suffer from anemia, and the majority of female adolescents who receive blood-supplementing tablets (TTD) at school is 76.2% of the total female adolescents in Indonesia. The purpose of this activity is to increase the knowledge of young women in SMAN 4 with training and counseling in self-detecting anemia through counseling and education activities for 6 months in 2021. The implementation procedure begins through several stages, consisting of registration, weighing, and height, then carried out the Hb examination. Measurement with pre and post-using a questionnaire. The results of the study were 50 students, BMI in SMAN 4 Teenage Girls found that there were 10 (20%) thin teenagers, 12 (24%) girls who had anemia, namely 6 (12%) moderate anemia and 6 (12%). %, Pre-test knowledge, namely young women with good knowledge, 5 (15%). After conducting Health Education about anemia, there were 28 (56%). With this activity, it is hoped that young women can understand the signs and symptoms of anemia and are willing to check and control Hb regularly if anemia occurs, young women can get Fe tablets in health services and consume foods containing Fe and the Simpang Periuik Health Center can periodically check Hb and giving blood-boosting pills to young women at SMAN 4 Lubuklinggau.

Keywords: anemia, early detection, knowledge

Abstrak

Anemia merupakan masalah gizi yang paling umum di dunia khususnya negara berkembang yang terutama disebabkan oleh defisiensi besi. Data WHO menunjukkan bahwa lebih dari 30% atau 2,2 miliar penduduk di dunia menderita anemia (WHO, 2015). Anemia adalah kondisi konsentrasi hemoglobin (Hb) dan/atau jumlah sel darah merah kurang dari 13,5 g/dL pada pria dewasa dan kurang dari 12 g/dL pada wanita dewasa. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia dan prevalensi remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah (TTD) di sekolah yaitu sebesar 76,2% dari total remaja putri di Indonesia.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri di SMAN 4 dengan Pelatihan dan Penyuluhan dalam mendeteksi diri sendiri anemia melalui kegiatan konseling dan edukasi selama 6 bulan tahun 2021. Prosedur pelaksanaan melalui beberapa tahapan dimulai yaitu terdiri atas pendaftaran, penimbangan berat badan dan tinggi badan kemudian dilakukan pemeriksaan Hb. Pengukuran dengan pre dan post dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian sebanyak 50 siswa, IMT pada Remaja Putri SMAN 4 diketahui remaja yang kurus ada 10 (20%), remaja putri yang mengalami anemia ada 12 (24%) yaitu anemia sedang ada 6 (12%) dan anemia ringan ada 6(12%), Pengetahuan *Pre-test* yaitu remaja putri pengetahuan baik ada 5(15%). Setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang anemia pengetahuan baik ada 28 (56%). Dengan adanya kegiatan ini diharapkan remaja putri dapat memahami tanda dan gejala anemia dan mau memeriksa dan mengontrol Hb secara rutin jika terjadi anemia remaja putri dapat mendapatkan tablet Fe di Pelayanan kesehatan dan mengkonsumsi makanan yang mengandung Fe dan pada pihak Puskesmas Simpang Periuk dapat secara berkala melakukan pemeriksaan Hb dan pemberian Tablet Tambah Darah ke pada Remaja Putri di SMAN 4 Kota Lubuklinggau.

Kata Kunci: anemia, deteksi dini, pengetahuan

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi yang paling umum di dunia khususnya negara berkembang yang terutama disebabkan oleh defisiensi besi. Data WHO menunjukkan bahwa lebih dari 30% atau 2,2 miliar penduduk di dunia menderita anemia.¹ Anemia adalah kondisi konsentrasi hemoglobin (Hb) dan/atau jumlah sel darah merah kurang dari 13,5 g/dL pada pria dewasa dan kurang dari 12 g/dL pada wanita dewasa. Remaja putri sangat berisiko terhadap kejadian anemia karena kehilangan darah saat menstruasi sehingga membutuhkan lebih banyak asupan zat besi (Fe) untuk pembentukan Hb.²

Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia dan prevalensi remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah (TTD) di sekolah yaitu sebesar 76,2% dari total remaja putri di Indonesia.⁵ Prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Bengkulu tahun 2013 sebesar 43% dan pola makan remaja putri yang tidak baik sebesar 79,2%.⁴ Menurut Putrianti and Krismiyati, 2019; Hastuty, Khodijah and Hasibuan (2021) menyebutkan prevalensi anemia pada remaja putri di Kota Denpasar sebanyak (45,9%) mengalami anemia dan cenderung terjadi pada remaja putri dengan asupan energi kurang, asupan protein kurang, asupan zat besi kurang, asupan vitamin C kurang, status gizi kurus, siklus menstruasi pendek, durasi panjang, aktivitas tinggi dan pendapatan orang tua rendah.^{5,6}

Puskesmas Simpang Periuk memberikan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang merupakan program Pemerintah yang diampu Dinas Kesehatan Kabupaten dan Kota dan di lapangan dijalankan oleh Puskesmas. Kegiatan PKPR tersebut antara lain informasi dan edukasi berupa konseling kehamilan remaja, HIV dan AIDS, IMS dan anemia. Kegiatan tersebut antara lain diberikan ke sekolah-sekolah di lingkungan kerja Puskesmas Simpang Periuk

Kunjungan ke sekolah yang berada di wilayah kerjanya antara lain SMAN 4 Kelurahan Siring Agung. Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas program PKPR belum pernah dilakukan pemeriksaan Hb dan penyuluhan anemia pada remaja di sekolah

tersebut. PKPR dari Puskesmas Simpang Periuk baru melakukan kunjungan ke sekolah dengan program kesehatan mengenai Napza, HIV AIDS, kehamilan remaja.

Berdasarkan analisis situasi di atas, rumusan masalahnya adalah bagaimanakah status anemia pada remaja putri SMAN 4 Kota Lubuklinggau dan cara mendeteksi diri sendiri sehingga remaja mendapatkan pengetahuan untuk mencegah dan menanggulangi anemia

METODE

Jenis pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan adalah Program Kemitraan Masyarakat (PKM) berupa pemeriksaan kesehatan yaitu pemeriksaan Hb dan penyuluhan berupa edukasi deteksi anemia pada remaja SMAN 2 dan konseling kepada siswi yang mengalami anemia. Lokasi kegiatan Program Kemitraan Masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas, Simpang periuk Kota Lubuklinggau yaitu SMA Negeri 4 Kota Lubuklinggau. Jangka waktu yang dibutuhkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah selama 6 bulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat yang dilakukan di SMAN 4 Lubuklinggau terhadap 50 siswi yang ikut dalam pelatihan Deteksi dini anemia ada 3 kreteria yang diukur yaitu Indeks massa Tubuh, Status anemia dan Pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan.

Tabel 1. Indeks Massa Tubuh

No	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Kurus	10	20
	Berat	6	
	Ringan	4	
2	Normal	31	62
3	Gemuk	9	18
	Ringan	8	
	Berat	1	
	Total		100

Pada tabel 1 diketahui siswi yang kategori kurus ada 10 (20%), normal ada 31(62%) dan yang paling rendah adalah gemuk ada 9 (18%).

Tabel 2. Status Anemia

No	Anemia	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Tidak Anemia	38	76
2	Anemia	12	24
	Ringan : 6		
	Sedang : 6		
	Total	50	100

Pada tabel 2 diketahui siswi yang mengalami anemia ada 12 (24%) yang terdiri dari 6 siswi anemia ringan (12%) dan anemia berat 6 siswi (12%).

Remaja dikenal sebagai transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa ditandai oleh sejumlah biologis, kognitif dan perubahan emosi.⁶ Penelitian yang dilakukan oleh Bidasari Lubis dkk., Dalam Aek Nabara P kawasan perkebunan bekerjasama dengan USU Fakultas Psikologi, mengungkapkan bahwa dalam remaja berusia 15 tahun-18 tahun menderita anemia defisiensi besi diperoleh IQ Penuh tidak melampaui itu rata-rata, dengan terganggu konsentrasi perhatian dan fungsi kesadaran khususnya di bidang aritmatik.⁵

Anemia merupakan Anemia adalah suatu kondisi di mana Anda kekurangan sel darah merah yang sehat untuk membawa oksigen yang cukup ke jaringan tubuh Anda. Memiliki anemia, juga disebut sebagai hemoglobin rendah, dapat membuat Anda merasa lelah dan lemah.⁷ Ada banyak bentuk anemia, masing-masing dengan penyebabnya sendiri. Anemia bisa bersifat sementara atau jangka panjang dan dapat berkisar dari ringan hingga berat.³ Dalam kebanyakan kasus, anemia memiliki lebih dari satu penyebab. Temui dokter Anda jika Anda menduga Anda menderita anemia. Ini bisa menjadi tanda peringatan penyakit serius. Perawatan untuk anemia, yang tergantung pada penyebabnya, berkisar dari mengonsumsi suplemen hingga menjalani prosedur medis.⁸ Anda mungkin dapat mencegah beberapa jenis anemia dengan makan makanan yang sehat dan bervariasi.

Tabel 3. Distribusi Responden berdasarkan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pelatihan

No	Nilai	Pengetahuan			
		Sebelum		Sesudah	
		n	%	n	%
1	Baik	5	15	28	56
2	Cukup	30	60	20	40
3	Kurang	13	26	2	4
Total		50	100	50	100

Nilai pengetahuan teori sebelum Pendidikan Kesehatan yaitu 5 siswi (5%) memiliki pengetahuan baik, siswi yang memiliki pengetahuan cukup ada 30 orang (60%) dan pengetahuan kurang ada 13 siswi (26 %). Nilai pengetahuan tentang anemia setelah pendidikan kesehatan yaitu 2 siswi (4 %) memiliki pengetahuan kurang, 20 orang (40%) memiliki pengetahuan cukup dan 28 orang (56%) memiliki pengetahuan baik.

Pengetahuan yang baik diperlukan agar tidak terjadi anemia. Namun, yang rendah tingkat pengetahuan tentang anemia belum hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri.⁹ Hal ini disebabkan oleh remaja putri masih mengandalkan pola asuh pola dalam menyusun menu makanan sehari-hari agar gadis remaja, baik kurang dan baik pengetahuan, tidak akan mempengaruhi pemilihan makanan yang bisa sebelumnya anemia gizi.^{7,10}



Gambar 1. Pemberian edukasi



Gambar 2. Pengecekan Hb



Gambar 3. Pendaftaran Pengukuran BB

KESIMPULAN

Diketahui Indeks Massa Tubuh Remaja Putri di SMAN 4 Kota Lubuklinggau yaitu dengan kategori kurus ada 10 (20%), normal ada 31 (62%) dan yang gemuk ada 9 (18%). Jumlah remaja putri yang mengalami anemia di SMAN 4 Kota Lubuklinggau diketahui berjumlah 12 siswi (24%) terdiri dari anemia ringan ada 6 (12%) dan anemia sedang ada (12%). Terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia dan penanganan anemia, sebelum pendidikan kesehatan pengetahuan baik ada 5 (15%) dan setelah pendidikan Kesehatan pengetahuan baik meningkat menjadi 28 (56%) di SMAN 4 Kota Lubuklinggau.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada pihak Poltekkes Kemenkes Palembang yang telah memberikan dana pengabmas tahun 2021.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari, D. P. *et al.* Deteksi Dini Anemia pada Remaja di Pulau Nguan Kecamatan Galang Kota Batam Tahun 2020. *J. Pelayanan dan Pengabd. Masy.* **4**, 1–8 (2020).
2. Dahlan, febry mutiariami & Aulia, Y. Deteksi anemia pada remaja putri di smp yamad jawa barat. **2666**, 424–428 (2021).
3. Sari, M. H. N. & Anggraini, D. D. Penyuluhan dan Deteksi Dini Anemia menuju Generasi Berkualitas pada Mahasiswa Kebidanan. *Jurnalempathy.Com* **1**, 72–84

- (2020).
4. Nisa, J., Chikmah, A. M., Andari, I. D., Muslich, A. F. & Amalia, E. Z. Pemberdayaan Siswa PMR Sebagai Kader Anti Anemia dalam Upaya Pencegahan Anemia Prakonsepsi. *J. ABDINUS J. Pengabd. Nasant.* **4**, 154–160 (2020).
 5. Hastuty, Y. D., Khodijah, D. & Hasibuan, Y. Edukasi Dan Deteksi Dini Anemia Remaja Putri Di Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. *GEMAKES J. Pengabd. Kpd. Masy.* **1**, 70–82 (2021).
 6. Putrianti, B. & Krismiyati, M. Deteksi Dini Penyakit Anemia pada Remaja di Posyandu Remaja Dusun Biru Sleman Yogyakarta. *J. Pengabd. Masy. Karya Husada* **1**, 14–21 (2019).
 7. Shalahuddin, I., Maulana, I., Eriyani, T. & Pebrianti, S. Health Education About Anaemia in the RESSPRO Program (Healthy and Productive School Youth) at Himah Cipta Karsa Vocational School Garut. (2020).
 8. Juffrie, M., Helmyati, S. & Hakimi, M. Nutritional anemia in Indonesia children and adolescents: Diagnostic reliability for appropriate management. *Asia Pac. J. Clin. Nutr.* **29**, 18–31 (2020).
 9. Lubis, D. S., Adhi, K. T., Indraguna, P. G. N. & Agus, M. I. gusti A. *Modul: Pendidikan Kesehatan dan Pemenuhan Gizi Seimbang Pada Remaja Pada Remaja Putri.* (Panuduh Atma Waras, 2021).
 10. Suryani, I. S., Sulastri, M. & Daryanti, E. *Konseling Anemia Remaja.* (Edu Publisher, 2021).