



Optimalisasi Edukasi Kesehatan Pemberian Tablet Fe sebagai bentuk upaya pencegahan Anemia pada Remaja SMA Negeri 4 Kota Sorong

Optimalisation Health Education a giving of Fe tablets as to Prevention of Anemia in Adolescents at SMA Negeri 4 Kota Sorong

Etnis, Baktianita Ratna; Junaidin; Bambang, Yulinda M; Arianto, M.Faizal

Baktianita Ratna Etnis

ratnaetnis1@gmail.com

Jurusan Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Papua, Indonesia

Junaidin

Jurusan Teknologi Laboratorium Medik, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Papua, Indonesia

Yulinda M. Bambang

Jurusan Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Papua, Indonesia

Muhammad Faizal Arianto

Jurusan Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Papua, Indonesia

Jurnal Inovasi, Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat

Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia

ISSN: 2776-5628

ISSN-e: 2776-5628

Periodicity: Bianual

vol. 1, no. 1, 2021

edofficejipm@myjournal.poltekkeskdi.ac.id

Received: 11 January 2021

Accepted: 28 April 2021

Published: 30 May 2021

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/657/6573024004/>

DOI: <https://doi.org/10.36990/jipm.v1i1.244>

Funding

Funding source: Poltekkes Kemenkes Kendari

Contract number: PK.08.01/1/1094/2020

Corresponding author: reniyunus@poltekkes-kdi.ac.id

Authors retain copyright and grant the journal right of first publication with the work simultaneously licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License that allows others to share the work with an acknowledgment of the works authorship and initial publication in this journal and able to enter into separate, additional contractual arrangements for the non-exclusive distribution of the journals published version of the work (e.g., post it to an institutional repository or publish it in a book).



Ringkasan: Anemia merupakan suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Angka kejadian anemia di Indonesia sebesar 21,7%. 18,4% terjadi pada laki-laki dan 23,9% terjadi pada perempuan. Berdasarkan kriteria usia 5-14 tahun mencapai 26,4% dan pada usia 15-25 tahun mencapai 18,4%. Berdasarkan data tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran remaja, yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan dengan cara mengoptimalkan edukasi kesehatan sebagai upaya pencegahan anemia pada kaum remaja di SMAN 4 Kota Sorong sehingga remaja dapat memahami bahaya penyakit anemia selain itu remaja juga dapat mengaplikasikan bagaimana mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar sebagai bentuk optimalisasi pencegahan anemi pada remaja. Hasil yang didapat setelah remaja diberikan edukasi mengenai pemberian tablet Fe sebagai pencegahan anemi, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja sebanyak 28 orang terkait dengan pentingnya mencegah anemi dengan konsumsi tablet Fe yang baik dan benar.

Kata kunci: Edukasi, Anemi, Tablet Fe, Remaja

Abstract: Anemia is a medical condition in which the number of red blood cells or hemoglobin is less than normal. The incidence of anemia in Indonesia is 21.7%. 18.4% occurred in males and 23.9% occurred in females. Based on the criteria for the age of 5-14 years it reached 26.4% and at the age of 15-25 years it reached 18.4%. Based on these data, community service activities are carried out with the aim of youth, which aims to provide knowledge by optimizing health education as an effort to prevent anemia in adolescents at SMAN 4 Sorong City so that adolescents can understand the dangers of anemia besides that adolescents can also apply how to consume good and correct Fe tablets as a form of optimizing the prevention of anemia in adolescents. The results obtained after the adolescents were given education about administering Fe tablets as a prevention of anemia, showed that there was an increase in the knowledge of 28 adolescents regarding the importance of preventing anemia by consuming Fe tablets properly and correctly.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi mikro yang sampai saat ini masih terjadi di seluruh dunia terutama di negara berkembang perkiraan terjadi pada 30% populasi penduduk dunia. Anemia bisa dialami pada semua kelompok usia terutama pada remaja. Remaja yaitu transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan sejumlah perubahan biologis, kognitif, dan emosional. Masa remaja adalah masa yang lebih banyak membutuhkan zat gizi. Remaja membutuhkan asupan zat gizi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Berdasarkan usia remaja dibagi menjadi tiga periode yaitu remaja awal pada usia 10-13 tahun, remaja pertengahan pada usia 14-16 tahun, dan remaja akhir pada usia 17-20 tahun. Status gizi optimal apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang digunakan secara efisien sehingga memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesehatan secara umum. Masalah gizi yang biasa dialami pada masa remaja salah satunya adalah anemia (Masria, 2021).

World Health Organization (WHO) dalam worldwide prevalence of anemia tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Di Asia Tenggara, 25-40% remaja putri mengalami anemia tingkat ringan dan berat. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2017, prevalensi anemia umur 5-12 tahun di Indonesia adalah 26% dan pada wanita usia 13-18 tahun sebesar 23% (Kemenkes, 2018).

Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi. Data Kemenkes (2017) menunjukkan prevalensi anemia gizi pada kelompok usia remaja (≥ 15 tahun) adalah 22.2%, meningkat tahun 2018 yakni 19.7% terkait kejadian anemia pada usia remaja dan prevalensi anemia pada remaja putri semakin meningkat pada tahun 2019 berkisar antara 32.4–61% (Kemenkes RI, 2019). Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami anemia yang merupakan generasi masa depan bangsa. Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk menanggulangi masalah anemia pada remaja adalah melalui pemberian suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) berupa tablet zat besi (60 mg FeSO_4) dan asam folat (0.25 mg). Rekomendasi pemberian Tablet Fe dilakukan dalam rangka upaya untuk mencegah dan penanggulangan anemia gizi besi (WHO 2011). Pemberian tablet Fe saat ini juga telah dilakukan pemerintah dalam menanggulangi anemia pada wanita usia subur dan wanita hamil. Tiap tablet Fe mengandung 200 mg ferro sulfat dan 0,25 mg asam folat atau setara dengan 60 mg besi (Departemen RI, 2010) dalam (Andaruni, 2018). Pemberian suplemen zat besi akan meningkatkan haemoglobin darah, rata 10,2 g/L pada wanita hamil dan 8,6 g/L pada wanita tidak hamil. Sekitar 50% dari anemia pada wanita bisa dihilangkan dengan suplementasi zat besi secara global (WHO, 2011) dalam (Tonasih, 2019).

AUTHOR NOTES

reniyunus@poltekkes-kdi.ac.id

Upaya pemerintah dalam menanggulangi masalah anemia gizi tidak selalu berjalan dengan baik dan efektif. Selain ketersediaan pemberian tablet besi terdapat hal lainnya lainnya yang juga dapat memengaruhi keefektifan program pemberian tablet besi (Fe) cara sosialisasi kepada remaja putri, peran orangtua, kerjasama stakeholder, serta pelatihan educator yang harus selalu ditingkatkan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Andaruni (2018) menunjukkan bahwa setelah pemberian tablet Fe diperoleh rata-rata peningkatan kadar Hb sebesar 2,13 g/dl dan ada pengaruh pemberian tablet tambah darah pada remaja putri terhadap peningkatan kadar Hb. Dari beberapa hasil penelitian yang telah dilakukan maka hal ini dapat dijadikan rujukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui edukasi kesehatan dalam optimalisasi edukasi kesehatan pemberian tablet Fe sebagai bentuk upaya pencegahan anemia pada remaja dengan meningkatkan pengetahuan remaja khususnya dalam mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar di SMA Negeri 4 Kota Sorong.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat yaitu dengan edukasi kesehatan pada remaja dengan praktik tutorial dalam mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar di SMA Negeri 4 Kota Sorong. Kegiatan edukasi kesehatan sebagai bentuk optimalisasi dalam konsumsi tablet Fe yang baik dan benar sebagai upaya pencegahan anemia dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2022 di SMA Negeri 4 Kota Sorong.

Sebelum pemberian edukasi tentang anemia dan konsumsi tablet Fe, terlebih dahulu dilakukan pretest dan diakhir kegiatan dilakukan posttest. Jumlah dan jenis pertanyaan untuk kedua tes tersebut sama.

Sasaran sosialisasi sebanyak 28 orang yang dilakukan di satu ruangan dan dilengkapi peralatan audio visual untuk pelaksanaan edukasi serta menyiapkan tablet Fe untuk diberikan setelah materi edukasi diberikan dan hasil edukasi dianalisis untuk melihat adanya peningkatan pengetahuan remaja tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan

Berdasarkan hasil pretest, hasil edukasi kesehatan menunjukkan bahwa dari 28 remaja yang hadir saat kegiatan edukasi, terdapat 17,8% berpengetahuan baik, 28,6% berpengetahuan cukup dan 53,6% berpengetahuankurang. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia dengan mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar masih kurang. Adapun hasil posttest setelah edukasi dilakukan maka menunjukkan hasil yaitu sebanyak 28 orang (100%) remaja telah memiliki pengetahuan baik dalam materi pencegahan anemia dengan mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar. Optimalisasi dalam pemberian edukasi sangat berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang cara pencegahan anemia dengan pemberian tablet Fe yang dikonsumsi dengan cara yang baik dan benar.

Edukasi Kesehatan dan Pemberian Tablet Fe

Pelaksanaan edukasi kesehatan tentang pencegahan anemi dengan pemberian tablet Fe untuk dikonsumsi dengan baik dan benar dilaksanakan pada Tanggal 10 Agustus 2022. Kegiatan diawali dengan izin kepada pihak sekolah (Kepala sekolah). Kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi di ruangan kelas mengenai pencegahan anemi dengan materi yang mencakup pengertian, gejala dan cara pencegahan anemi serta pemberian tablet Fe dengan cara mengonsumsi yang baik dan benar. Dibagikan pula pamflet dan tablet Fe selama edukasi berlangsung.

Setelah edukasi selesai dilakukan, maka dilanjutkan dengan demostrasi cara mengonsumsi tablet Fe dengan menyediakan air mineral atau jus jeruk untuk mengonsumsi tablet Fe tersebut. Selanjutnya dilakukan tanya jawab kepada remaja yang ingin mengetahui lebih lanjut aturan mengonsumsi tablet Fe.



GAMBAR 1
Edukasi Kesehatan, Pemeriksaan Hb serta
Pemberian Tablet Fe

Pemberian tablet Fe dalam upaya pencegahan anemi pada remaja harus terus dilakukan secara

kontinyu dan berkelanjutan. Sebab hal tersebut menjadi salah satu indikator keberhasilan (outcome) dari program pelaksanaan pemberian tablet besi (Fe) yaitu menunjukkan adanya penurunan prevalensi anemia pada kelompok sasaran. Indikator yang dapat digunakan untuk menilai keberhasilan suatu program yakni peningkatan kadar Hb dan perubahan status anemia pada remaja. Pada Pengabdian Masyarakat ini masih berfokus pada optimalisasi pemberian tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia, namun masih banyak upaya yang lainnya yang harus diberikan secara berkelanjutan dalam pencegahan anemia pada remaja sehingga pengabdian selanjutnya dapat dilakukan pemberian edukasi pada orang tua terkait dengan kebutuhan zat-zat gizi dalam makanan yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan remaja sekaligus bisa juga digunakan sebagai upaya pencegahan anemia.

KESIMPULAN

Hasil post test setelah dilakukannya edukasi kesehatan tentang pemberian tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja sebanyak 28 orang tentang pencegahan anemia dengan mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar.

MengAKUI

Pendanaan Kegiatan Pengabdian masyarakat ini bersumber dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Papua.

Ucapan terima kasih kepada semua tim dosen Pengabdian Masyarakat dan tim mahasiswa Jurusan Teknologi Laboratorium Medik, Kesehatan Masyarakat dan Farmasi yang ikut membantu kegiatan pengabdian masyarakat di SMA Negeri 4 Kota Sorong.

DAFTAR PUSTAKA

Andaruni, 2018. Efektivitas Pemberian Tablet Zat Besi (Fe), Vitamin C dan Jus Buah Jambu Biji Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Remaja Putri di Universitas Muhammadiyah Mataram. Jurnal Universitas Muhammadiyah Mataram.

Kemendes, RI, 2019. Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Direktorat Bina Gizi: Jakarta. , 2019.

_____, 2019 Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Biro Hukum dan Organisasi : Jakarta.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI.

Masria, 2021. Efektivitas Pemberian Tablet Fe terhadap kadar Hemoglobin Siswi SMAN 2 Lakudo Kabupaten Buton Tengah. Skripsi: Gizi Poltekes Kendari.

Tonasih, 2019. Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) di Stikes Muhammadiyah Cirebon. Jurnal Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Cirebon.

CATATAN KAKI

Editor Lilin Rosyanti (Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia)

Ainul Rafiq (Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia)

Catatan Penerbit Poltekkes Kemenkes Kendari menyatakan tetap netral sehubungan dengan klaim dari perspektif atau buahpikiran yang diterbitkan dan dari afiliasi institusional manapun.