

Deteksi Dini Anemia dengan Pemeriksaan HB dan Pemberian Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri SMK PGRI Banjarbaru

Fitria Jannatul Laili*, Erni Setiawati, Zakiah

Email: fitria.jlaili@gmail.com

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

Jalan H. Mistar Cokrokusumo No. 1A Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan

Telp: (0511) 4773267

Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi pada remaja, terutama di negara berkembang, termasuk di Indonesia. Anemia pada remaja putri berkontribusi sebagai salah satu penyebab stunting. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat (Abdimas) ini adalah untuk mendeteksi dan mengedukasi remaja putri tentang pencegahan anemia. Metode yang digunakan dalam Abdimas ini adalah pemeriksaan HB remaja putri untuk mengetahui jumlah remaja putri yang mengalami anemia, dan pemberian edukasi pencegahan anemia pada remaja putri. Hasil dari Abdimas ini adalah masih ada remaja putri yang mengalami anemia ringan (29%) dan anemia sedang (4%). Kontribusi Abdimas ini adalah dapat membantu dalam mendeteksi dini adanya remaja putri yang mengalami anemia sehingga dapat diatasi secara cepat kedepannya.

Kata kunci: remaja; edukasi; anemia.

DOI:

[10.37402/abdimaship.vol5.iss1.264](https://doi.org/10.37402/abdimaship.vol5.iss1.264)

History artikel:

Diterima
26/07/2023
Direvisi
20/02/2024
Diterbitkan
23/02/2024

*Fitria Jannatul Laili**
Erni Setiawati
Zakiah

Abstract

Anemia is a common health problem in adolescents, especially in developing countries, including Indonesia. Anemia in teenage girls contributes as one of the causes of stunting. The purpose of this community service (Abdimas) is to detect and educate teenage girls about anemia prevention. The methods used in this Abdimas were examining the HB of teenage girls to find out the number of teenage girls who have anemia, and providing education to prevent anemia in teenage girls. The results of this Abdimas were that there were still teenage girls who had mild anemia (29%) and moderate anemia (4%). The contribution of this Abdimas was that it can help in early detection of teenage girls who had anemia so that it can be resolved quickly in the future.

Keywords: *teenage girls; education; anemia.*

1. Pendahuluan

Anemia adalah kondisi medis di mana tidak ada cukup sel darah merah atau hemoglobin dalam darah. Hemoglobin adalah protein dalam sel darah merah yang membawa oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh. Anemia dapat terjadi ketika ada masalah dengan produksi sel darah merah atau ketika sel darah merah dihancurkan atau hilang lebih cepat dari yang bisa diganti.⁽¹⁾

Anemia merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi pada remaja, terutama di negara berkembang. Masa remaja adalah masa kritis pertumbuhan dan perkembangan, dan anemia dapat memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap perkembangan fisik dan kognitif, kinerja sekolah, dan kualitas hidup.

Beberapa riset memaparkan bahwa prevalensi anemia tinggi (58,2%) disebabkan oleh status sosial ekonomi yang rendah, asupan makanan yang buruk, dan kehilangan darah menstruasi. Prevalensi anemia secara keseluruhan adalah 52,1%, dan prevalensinya lebih tinggi pada anak perempuan dibandingkan dengan anak laki-laki.⁽¹⁾

Anemia dan defisiensi besi di kalangan remaja di negara berpenghasilan rendah dan menengah oleh R. Stoltzfus et al. Artikel ulasan ini merangkum prevalensi dan konsekuensi anemia dan defisiensi besi di kalangan remaja di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anemia dan defisiensi zat besi lazim di kalangan remaja, terutama di kalangan anak perempuan, dan dikaitkan dengan hasil kesehatan yang negatif, termasuk gangguan fungsi kognitif dan penurunan kinerja fisik.

Penelitian yang dilakukan oleh Andriastuti, dkk menyebutkan bahwa prevalensi keseluruhan anemia adalah 14,0%. Prevalensi IDA, ID tanpa anemia, dan deplesi besi masing-masing adalah 5,8%, 18,4%, dan 4,3%. Prevalensi IDA, ID, dan deplesi besi lebih tinggi pada wanita daripada pria.⁽²⁾ Berdasarkan beberapa penelitian tersebut didapatkan bahwa anemia pada remaja putri lebih besar daripada laki-laki.

Beberapa dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai dan juga berdampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak, pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya.⁽³⁾ Ketika seorang anak menderita anemia, mereka mungkin tidak mendapatkan oksigen yang cukup untuk jaringan tubuhnya, termasuk otot dan tulang yang dibutuhkan untuk pertumbuhannya. Anemia juga dapat mempengaruhi nafsu makan anak, yang menyebabkan berkurangnya asupan makanan dan penyerapan nutrisi, yang selanjutnya dapat memperburuk kekurangan gizi mereka.

Pencegahan anemia pada remaja sangat penting dilakukan secara intensif. Beberapa hal yang perlu dilakukan adalah memastikan asupan nutrisi makro dan mikro tercukupi dengan baik.⁽⁴⁾

Penambahan suplementasi zat besi juga bisa menjadi solusi terkait dengan pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri. Penanganan anemia pada remaja putri merupakan salah satu program pada transformasi kesehatan yang dicanangkan oleh Kemenkes RI.

Di Banjarbaru, program pencegahan anemia pada remaja putri dilakukan oleh Puskesmas bekerja sama dengan sekolah-sekolah. Berdasarkan hasil wawancara dan koordinasi tim pengabdian kepada masyarakat Poltekkes Kemenkes Banjarmasin menyepakati adanya kegiatan kolaborasi untuk deteksi dini anemia pada remaja putri pada SMK PGRI Banjarbaru. Hal ini dikarenakan adanya beberapa remaja putri yang mengalami tanda dan gejala anemia.

Oleh karenanya, kami ingin turut serta dalam mendukung program transformasi Kesehatan dibidang Kesehatan ibu dan anak dengan mengadakan deteksi dini anemia remaja putri di SMK PGRI Banjarbaru.

2. Metode

Kegiatan Abdimas ini diselenggarakan pada hari Rabu, 22 Februari 2023 bertempat di SMK PGRI Banjarbaru. Sasaran Abdimas ini adalah remaja putri (Siswi) kelas X SMK PGRI Banjarbaru.

Abdimas ini terdiri dari 2 (dua) kegiatan yaitu pemeriksaan haemoglobin (HB) dengan HB meter dan stik HB dan pemberian edukasi pencegahan anemia pada remaja putri. Materi edukasi terdiri atas definisi anemia, anemia pada remaja putri, penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, akibat dan komplikasi anemia, cara pencegahan dan pengobatan anemia. Pemberian

materi ini dilakukan melalui media *leaflet*.

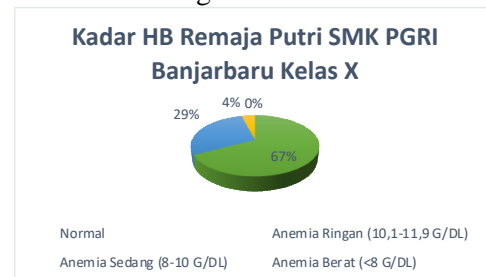
3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pertama yang dilakukan adalah pemeriksaan HB yang dilakukan oleh tenaga kesehatan Puskesmas Banjarbaru Utara. Remaja putri kelas X SMK PGRI Banjarbaru dipanggil secara berkelompok antara 5-8 orang kemudian dilakukan pemeriksaan HB seperti pada gambar 1.



Gambar 1. Pemeriksaan HB oleh tenaga kesehatan

Hasil dari pemeriksaan HB adalah sebagai berikut:



Grafik 1. Kadar HB Remaja Putri

Dari data hasil pemeriksaan HB tersebut sejumlah 49 orang remaja putri (siswi) kelas X SMK PGRI Banjarbaru didapatkan hasil Normal (67%), Anemia ringan (29%), anemia sedang (4%), anemia berat (0%).

Selanjutnya kelompok remaja putri yang telah dilakukan pemeriksaan HB dan telah mendapatkan hasil pemeriksaan maka akan diarahkan ke pemberian

edukasi pencegahan anemia pada remaja putri yang diberikan oleh Tim Pengabmas dari unsur Dosen Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin. Pada kegiatan ini juga diberikan suplemen zat besi dan diajarkan bagaimana minum zat besi yang tepat.

Pelaksanaan pemberian edukasi pencegahan anemia pada remaja putri seperti pada gambar 2 berikut.



Gambar 2. Pelaksanaan pemberian edukasi pencegahan anemia

Berdasarkan hasil pemeriksaan HB yang dilakukan dengan menggunakan HB meter dan stik HB didapatkan 67% normal, 29% anemia ringan, 4% anemia sedang, dan 0% anemia berat. Ditemukannya remaja putri dengan anemia ringan dan anemia sedang membuktikan bahwa beberapa penelitian sebelumnya adalah benar adanya.^(3,5,6)

Penanganan anemia ringan dan anemia sedang tidak dapat ditangani hanya dengan pemberian supmentasi zat besi. Namun perlu diberikan edukasi secara komprehensif mengenai anemia, merubah pola hidup yang kurang sehat ke pola hidup sehat sesuai dengan anjuran kementerian Kesehatan RI, termasuk pemenuhan nutrisi makro dan mikro. Hal ini sesuai dengan penelitian Wiafie M, 2023 yang menyatakan bahwa pemberian edukasi dan

konseling pada remaja putri dapat menjadi salah satu upaya dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja putri.⁽⁴⁾

4. Kesimpulan

Simpulan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah terdapat remaja putri yang mengalami anemia ringan (29%) dan anemia berat (4%).

5. Daftar Pustaka

- [1] Chandrakumari A, Sinha P, Singaravelu S, Jaikumar S. Prevalence of anemia among adolescent girls in a rural area of Tamil Nadu, India. *J Family Med Prim Care*. 2019;8(4):1414.
- [2] Andriastuti M, Ilnana G, Nawangwulan SA, Kosasih KA. Prevalence of anemia and iron profile among children and adolescent with low socio-economic status. *Int J Pediatr Adolesc Med*. 2020 Jun 1;7(2):88–92.
- [3] Apriyanti F. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Palalawan Tahun 2019. *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*. 2019;3(2):18–21.
- [4] Wiafie MA, Apprey C, Annan RA. Impact of nutrition education and counselling on nutritional status and anaemia among early adolescents: A randomized controlled trial. *Human Nutrition and Metabolism*. 2023 Mar 1;31.

- [5] Deivita Y, Syafruddin S, Andi Nilawati U, Aminuddin A, Burhanuddin B, Zahir Z. Overview of Anemia; risk factors and solution offering. *Gac Sanit.* 2021 Jan 1;35:S235–41.
- [6] Chandrakumari A, Sinha P, Singaravelu S, Jaikumar S. Prevalence of anemia among adolescent girls in a rural area of Tamil Nadu, India. *J Family Med Prim Care.* 2019;8(4):1414.