



EDUKASI ANEMIA PADA REMAJA DI SMKS IT RAFLESIA DEPOK

Wiwin Nur Fitriani*, Indah Sri Wahyuni

Program Studi Kebidanan, Politeknik Karya Husada, Jl. Raya Tanjung Barat Rukan Tanjung Mas Raya B1/7 Tanjung Barat, Jagakarsa, Jakarta Selatan 12530, Indonesia

*wiwinnurfitriani89@gmail.com

ABSTRAK

Masalah anemia pada remaja perempuan perlu penanganan yang serius karena hal ini merupakan hal yang sangat penting demi masa depan remaja yang lebih baik. Prevalensi anemia pada remaja perempuan Anemia menyebabkan penderitanya mengalami keletihan, kelelahan dan lesu sehingga akan berdampak pada kreativitas dan produktivitas para remaja. Selain itu, anemia juga meningkatkan kerentanan penyakit pada saat dewasa serta melahirkan generasi yang bermasalah gizi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja. Kegiatan ini dilaksanakan dengan memberikan materi dan menayangkan video tentang anemia pada remaja. Peserta yang hadir yaitu siswi SMKS IT Raflesia Depok sebanyak 49 siswi. Peserta terlihat sangat antusias mengikuti rangkaian kegiatan penyuluhan mulai dari pretest, pemberian materi sampai aktif bertanya pada sesi tanya jawab serta mengerjakan posttest. Evaluasi kegiatan penyuluhan dilakukan dengan memberikan pretes dan postes. Hasil dari kegiatan pretes diperoleh rata-rata nilai peserta adalah 58,36 dan rata-rata nilai postes adalah 100, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang anemia pada remaja, terdapat peningkatan pengetahuan siswi SMKS IT Raflesia Depok tentang anemia pada remaja.

Kata kunci: anemia; edukasi; remaja

ANEMIA EDUCATION IN TEENAGERS AT SMKS IT RAFLESIA DEPOK

ABSTRACT

The problem of anemia in teenage girls needs serious treatment because this is very important for a better future for teenagers. Prevalence of anemia in adolescent girls. Anemia causes sufferers to experience tiredness, tiredness and lethargy, which will have an impact on the creativity and productivity of adolescents. Apart from that, anemia also increases susceptibility to disease in adulthood and gives birth to a generation with nutritional problems. The aim of this activity is to increase knowledge about anemia in adolescents. This activity was carried out by providing material and showing videos about anemia in adolescents. The participants who attended were 49 female students of SMKS IT Rafflesia Depok. Participants seemed very enthusiastic about taking part in a series of outreach activities starting from the pretest, providing material to actively asking questions in the question and answer session and taking the posttest. Evaluation of extension activities is carried out by providing pretests and posttests. The results of the pre-test activities showed that the average participant score was 58.36 and the average post-test score was 100, thus it can be concluded that after being given health education about anemia in teenagers, there was an increase in the knowledge of female students at SMKS IT Rafflesia Depok about anemia in teenagers.

Keywords: anemia; education; teenager

PENDAHULUAN

Anemia merupakan kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Remaja putri pada masa pubertas sangat beresiko mengalami anemia gizi besi. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa, ditandai dengan pertumbuhan remaja sangat cepat yang memerlukan asupan zat gizi lebih banyak dan remaja putri mengalami menstruasi yang menyebabkan kehilangan darah banyak (Kemenkes RI, 2018). Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, prevalensi anemia pada wanita usia 15-49 tahun adalah 29,9%, prevalensi anemia tertinggi pada wanita usia 15-49 tahun yang hamil sebesar 36,5% dan prevalensi anemia pada wanita usia 15-49 yang tidak hamil sebesar 29,6% (WHO, 2022). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja putri mengalami kenaikan dari tahun 2013 sebesar 37,1% menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2019).

Anemia dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh, kebugaran, ketangkasan berpikir, prestasi belajar dan produktivitas kinerja (Kemenkes RI, 2018). Anemia yang terjadi pada remaja putri juga dapat berisiko pada saat hamil dan akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak (Kemenkes RI, 2022). Upaya pencegahan dan penanganan anemia dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin dan mineral, fortifikasi bahan makanan yang mengandung zat besi dan suplementasi zat besi serta melakukan aktivitas fisik. Program Pemerintah terkait pemberian suplementasi zat besi yaitu dengan mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD) satu tablet setiap minggu atau 52 tablet selama setahun (Kemenkes RI, 2020). Upaya pencegahan juga dapat dilakukan dengan pemberian edukasi tentang anemia dan pencegahannya pada remaja putri melalui kegiatan penyuluhan. Sehingga pengetahuan remaja putri meningkat dan merubah perilaku remaja putri dalam menjaga kesehatannya. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis bermaksud untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan memberikan “Edukasi Anemia Pada Remaja Di SMKS IT Raflesia Depok” untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja khususnya siswi SMKS IT Raflesia Depok sehingga dapat melakukan pencegahan anemia pada remaja.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan di SMKS IT Raflesia Depok pada bulan Mei 2023. Peserta pada kegiatan ini yaitu siswi SMKS IT Raflesia Depok yang berjumlah 60 siswi. Media dan alat yang digunakan adalah materi dalam bentuk power point (PPT), video, leaflet, soal pretes, soal postes, proyektor, sound system, microphone, dan laptop, serta daftar kehadiran peserta. Pada kegiatan ini dilakukan dengan tiga tahap yaitu tahap perencanaan dengan melakukan permohonan ijin kepada pihak SMKS IT Raflesia Depok, membuat materi, video dan leaflet; pada tahap pelaksanaan dengan melakukan pretes, pemberian materi, leaflet, penayangan video, sesi tanya jawab dan diskusi; pada tahap evaluasi dilakukan postes setelah dilakukan pemberian materi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan dimulai dengan menyusun proposal kegiatan, mengirimkan surat permohonan ijin kegiatan, mengidentifikasi masalah dengan melakukan diskusi dengan bagian

kemahasiswaan SMKS IT Raflesia Depok, menyusun Satuan Acara Penyuluhan (SAP), materi, video tentang anemia pada remaja, soal pretes dan postes.

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 29 Mei 2023 di ruang Aula SMKS IT Raflesia Depok pukul 08.30 WIB. Kegiatan ini dihadiri oleh 49 siswi SMKS IT Raflesia Depok. Pada tahap awal dilakukan pretes, siswi mengerjakan 10 (sepuluh) soal terkait anemia pada remaja. Selanjutnya dilakukan pemberian materi penyuluhan dan pemutaran video tentang anemia pada remaja dilanjut sesi tanya jawab. Setelah itu dilakukan postes dengan memberikan soal yang sama dengan soal pretes untuk menggali tingkat pemahaman materi penyuluhan yang sudah diberikan.

Tahap Evaluasi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sudah diberikan ijin oleh Kepala SMKS IT Raflesia Depok. Sasaran peserta kegiatan ini berjumlah 60 siswi, namun yang menghadiri kegiatan ini berjumlah 49 siswi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan dan berlangsung kurang lebih selama 60 menit. Dari hasil evaluasi pretes dan postes diperoleh rata-rata nilai pretes sebesar 58,36 dan rata-rata nilai postes adalah 100, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang anemia pada remaja, terdapat peningkatan pengetahuan siswi SMKS IT Raflesia Depok tentang anemia pada remaja.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini didukung oleh hasil pengabdian kepada masyarakat Rahmawati (2023) yang berjudul Penyuluhan Kesehatan Anemia pada Remaja dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Mencegah Kejadian Anemia, diperoleh bahwa hasil pretest dan posttest, setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai anemia dan cara melakukan deteksi dini tanda dan gejala anemia, terjadi peningkatan pengetahuan 38,86% dan keterampilan 82% pada peserta penyuluhan kesehatan yang cukup signifikan (Rahmawati, 2023). Selain itu, hasil pengabdian kepada masyarakat ini juga sejalan dengan hasil penelitian oleh Sariwanti, dkk (2016) yang menyatakan bahwa pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia sebanyak 18 responden (51,4%) dari 35 responden, sedangkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia sesudah diberikan penyuluhan sebanyak 19 responden (54,3%) dari 35 jumlah responden. Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi $p=0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga ada hubungan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan (Sariwanti dkk., 2016).

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini juga didukung oleh hasil penelitian Nur Asmawati, dkk (2021) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri SMPN 1 Turtikale tergolong baik 12,5% dan mengalami peningkatan 72,5% setelah dilakukan penyuluhan. Hasil uji statistik diperoleh terdapat pengaruh penyuluhan menggunakan media video terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media video (Asmawati dkk., 2021). Pengabdian kepada masyarakat merupakan suatu bentuk kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa dan atau dosen (sivitas akademika) yang memanfaatkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan masyarakat dan mencerdaskan kehidupan bangsa (Permendikbud RI No. 3, 2020). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan

peserta agar terjadi perubahan perilaku hidup sehat pada individu, kelompok maupun masyarakat yang diberikan melalui pembelajaran atau instruksi yang interaktif. Media penyuluhan kesehatan menggunakan PPT, video dan leaflet dapat meningkatkan pemahaman terhadap materi yang disampaikan karena lebih menarik (Nurmala dkk., 2018). Media PPT dan leaflet merupakan jenis media visual, sedangkan video merupakan media audio visual, yang memiliki kelebihan dalam pemberian materi penyuluhan tidak membuat jenuh peserta, lebih mudah untuk dipahami, dapat menghindari kesalahan persepsi sehingga informasi yang diterima jelas dan cepat dimengerti (Martina Pakpahan, 2021).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan penyuluhan “Edukasi Anemia Pada Remaja Di SMKS IT Raflesia Depok” menggunakan media power point (PPT), video dan leaflet berpengaruh dalam meningkatkan perubahan pengetahuan anemia pada siswi SMKS IT Raflesia Depok. Disarankan kepada Kepala Sekolah SMKS IT Raflesia Depok dapat bekerjasama dengan Puskesmas dalam memberikan promosi kesehatan dengan menggunakan media materi power point (PPT), video dan leaflet.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala SMKS IT Raflesia Depok yang telah mengizinkan kami melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini dan kepada Siswi SMKS IT Raflesia Depok sudah mengikuti kegiatan ini dengan penuh antusias.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmawati, N., Nurcahyani, I. D., Yusuf, K., Wahyuni, F., & Mashitah, S. (2021). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri SMPN 1 Turikale Tahun 2020: The Influence Of Contributors Uses Video Media Against Knowledge and Attitudes About Anaemia In Teenage Daughter SMPN 1 Turikale 2020. *JURNAL GIZI DAN KESEHATAN*, 13(2), Art. 2. <https://doi.org/10.35473/jgk.v13i2.122>
- Kemendes RI. (2018). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2019). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Kemendes RI. (2020). Pedoman Pemberian Tablat Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19 Bagi Tenaga Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2021>
- Martina Pakpahan, dkk. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Yayasan Kita Menulis.
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., & Anhar, V. Y. (2018). Promosi Kesehatan. Airlangga University Press.

- Permendikbud RI No. 3. (2020). Standar Nasional Pendidikan Tinggi. <https://usd.ac.id/lembaga/lpmai/wp-content/uploads/2021/04/Permendikbud-Nomor-3-Tahun-2020.pdf>
- Rahmawati, T. (2023). Penyuluhan Kesehatan Anemia pada Remaja dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Mencegah Kejadian Anemia. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(1), Art. 1. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.499>
- Sariwanti, J., Rokhani, S., & Sandi, D. F. (2016). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia (Studi Di MAN 5 JOMBANG). *Jurnal Kebidanan*, 4(1). <https://doi.org/10.35874/jib.v8i1.251>
- WHO. (2022). World health statistics 2022: Monitoring Health for The SDGs, Sustainable Development Goals. World Health Organization. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/356584/9789240051140-eng.pdf?sequence=1>

