

Pemberian Edukasi Kesehatan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Madrasah Tsanawiyah Al-Amin

Hilda Irianty

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin

*Corresponding author

E-mail: hildairianty89@gmail.com (Hilda Irianty)*

Article History:

Received: Februari 2024

Revised: Mei 2024

Accepted: Mei 2024

Abstract: *Anemia pada remaja menjadi perhatian dalam dunia kesehatan. Berdasarkan hasil dari data statistik di Indonesia lebih dari 10% anak remaja putri mengalami anemia. Tujuan dari kegiatan pengabdian adalah untuk pemberian edukasi kesehatan tentang anemia pada putri Madrasah Tsanawiyah Al-Amin. Metode kegiatan pengabdian ini dimulai dari tahap perizinan, tahap perencanaan dan tahap pelaksanaan. Pemberian edukasi dilaksanakan selama 1 hari dan bertempat di Aula sekolah Adapun khalayak sasaran berjumlah 34 Siswi yang terbagi menjadi 2 kelas dari kelas 7 dan 8. Hasil dari kegiatan yang telah dilaksanakan untuk dapat meningkatkan pengetahuan siswi tentang anemia terutama bahaya anemia dan cara pencegahannya. Serta dapat mengetahui dampak dan solusi apabila terkena anemia. Saran untuk siswi dampak jangka panjang dari kegiatan ini akan menciptakan perubahan positif dalam pola pikir dan tindakan siswi, serta berkontribusi pada kesehatan umum di MTs. Putri Al-Amin Pesayangan Martapura.*

Keywords:

Anemia, Edukasi, Remaja Putri

Pendahuluan

Penyakit Anemia atau kurang darah merupakan kondisi yang ditandai oleh penurunan jumlah sel darah merah (*eritrosit*) dengan disertai penurunan kadar butiran-butiran darah merah (Kader Hb), Pengukuran jumlah sel darah merah di dalam darah (*Hematokrit*), dan perhitungan jumlah sel darah merah, menjadi pusat perhatian kesehatan yang utama di kalangan remaja putri di Indonesia (Kulsum, 2020) dalam (Mahshid Naghashpour, Reza Amani, Sorur Nematpour, 2013). Di katakan bahwa risiko yang mengalami anemia lebih banyak di alami oleh remaja putri dari pada remaja putra. Faktor utama yang menyebabkan anemia pada kelompok ini adalah menstruasi bulanan dan perkembangan tubuh yang membutuhkan asupan zat besi dalam darah lebih besar. (Kulsum, 2020) dalam (Nissenson, 2005).

Data statistik menunjukkan tingginya prevalensi penyakit anemia di Indonesia, sebanyak 19,7% yang di alami wanita, 13,1% jenis kelamin laki-laki, dan 9,8% anak-anak yang mengalami kondisi ini. Sebanyak 60,2 % Kasus Anemia mikrositik hipokrom disebabkan oleh defisiensi zat besi dari kasus anemia keseluruhan (Kulsum, 2020) dalam (Mahshid Naghashpour, Reza Amani, Sorur Nematpour, 2013). Hasil dari Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa lebih dari 32% anak usia 15-24 tahun di Indonesia yang menderita anemia.(Kemenkes, 2018).

Pentingnya zat besi dalam *sintesis hemoglobin* menjadi fokus utama. Proses zat gizi atau senyawa (*Sintesis hemoglobin*) memerlukan ketersediaan cukup zat besi dan protein dalam tubuh. Oleh karena itu, defisiensi zat besi dapat menyebabkan produksi *hemoglobin* yang kurang, yang pada gilirannya menyebabkan anemia. Kondisi ini menjadi lebih kompleks pada remaja putri yang mengalami menstruasi bulanan, yang membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi (Kulsum, 2020).

Upaya penanggulangan dan pencegahan penyakit anemia pada anak remaja putri dapat dilakukan kerja sama dengan pihak pemerintah dan masyarakat. Beberapa upaya yang dapat dilakukan adalah dengan meminum obat Tablet Tambah Darah (TTD), meningkatkan konsumsi zat besi, sayur mayur, protein dan berolahraga secara teratur. (RI, 2021).Edukasi mengenai anemia remaja putri sangat penting dilakukan, beberapa upaya yang dapat dilakukan melalui beberapa informasi seperti sosialisasi atau penyuluhan langsung ke sekolah, media sosial (*leaflet, brosur, dan poster*).

Hasil dari studi pendahuluan didapatkan kurang dari 50% remaja putri di MTs Puteri Al-amin belum memahami tentang anemia. Walaupun tidak ada ditemukannya remaja yang mengalami anemia, tetapi untuk mencegah terjadinya anemia maka penulis tertarik untuk melakukan kegiatan ini dengan judul “Pemberian edukasi kesehatan tentang anemia pada remaja putri Madrasah Tsanawiyah Al-Amin di Pesayangan “.

Metode

Pemberian edukasi ini dilakukan di aula MTs Puteri Al-Amin dengan jumlah khalayak sasaran 34 siswi yang terbagi 2 kelas yaitu kelas 78. Metode kegiatan dilakukan dengan pemberian materi berupa presentasi dan tanya jawab dalam bentuk permainan untuk pelaksanaan kegiatan ini terbagi menjadi tiga tahapan yaitu tahapan pertama survei pendahuluan sekaligus meminta perizinan dalam rangka melakukan kegiatan ini, tahap kedua perencanaan edukasi dengan

melakukan perencanaan materi, persiapan media, konsumsi dan spanduk. Tahap yang terakhir adalah tahapan pelaksanaan pemberian edukasi.

Hasil

Pelaksanaan pemberian edukasi yang dilaksanakan di MTS Puteri Al- Amin dilaksanakan selama 1 hari dengan pemberian materi tentang anemia. Sebelum melakukan kegiatan edukasi terlebih dahulu melakukan Survei tempat serta meminta izin kepada Kepala Sekolah dan pihak yang bersangkutan untuk kegiatan penyuluhan pada hari Kamis tanggal 23 November 2023.



Gambar 1. Foto dengan kepala sekolah dalam rangka perizinan

Setelah melakukan perizinan dengan pihak sekolah maka pada hari Sabtu tanggal 18 Desember 2023 kegiatan dilaksanakan di AULA MTS Puteri Al-Amin dengan memberikan materi edukasi tentang anemia pada remaja putri.



Gambar 2. Penyampaian Materi Edukasi

Setelah dilakukan penyampaian materi edukasi tentang anemia, maka

selanjutnya dilakukan tanya jawab dalam bentuk *games* untuk menarik perhatian siswi dalam bertanya dan apabila berhasil menjawab maka akan diberikan hadiah.



Gambar 3. Peserta yang ikut *games* dan Gambar 4. Pemberian Hadiah ke peserta

Terakhir sebelum menutup kegiatan melakukan sesi foto bersama dengan khalayak sasaran dan tim Edukasi sekaligus pemberian konsumsi kepada peserta.



Gambar. 5 Pemberian Konsumsi



Gambar 6. Foto Bersama

Diskusi

Hasil dari kegiatan ini, setelah fasilitator memberikan edukasi tentang anemia pada remaja didapatkan peningkatan pengetahuan siswi sekitar 85 % terkait bahaya akibat dari anemia, penyebab terkena anemia dan cara pencegahan apabila terkena anemia. Hasil peningkatan pengetahuan ini juga tertuang di dalam penelitian (Asmara, alda nurani, 2022) hasil didapatkan setelah dilakukan penyuluhan tingkat pengetahuan sasaran semakin meningkat dan mampu menjawab dengan benar.

Hasil dari pengabdian masyarakat oleh (Fitriyani, sri laksmi, 2022) yang juga melakukan kegiatan penyuluhan tentang pengetahuan remaja di dapatkan hasil dengan metode *pre-test* dari 54 peserta rata-rata hanya dapat nilai 71 dari jumlah keseluruhan nilai 100, tetapi setelah dilakukan penyuluhan dan mengisi *form post-test* pengetahuan peserta meningkat dengan rata-rata nilai 92. Pendapat dari (Barik, AL; Purwaningtyas, RA; Astuti, 2019) mengemukakan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang dapat di berikan media kesehatan seperti *leaflet* sebagai upaya promosi kesehatan yang bertujuan untuk mengubah kebiasaan masyarakat ke arah yang lebih baik lagi.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan hanya 1 hari yaitu memberikan edukasi tentang anemia kepada remaja putri yang ada di MTS Puteri al-amin. Sebelum dilakukan edukasi, pada saat studi pendahuluan di dapatkan bahwa sekitar 50 % remaja putri belum mengetahui tentang anemia. Dan setelah dilaksanakan edukasi tingkat pengetahuan remaja putri oleh fasilitator di dapatkan peningkatan sebanyak 85%.

Dengan demikian, penyuluhan kesehatan remaja mengenai Anemia di MTs. Puteri Al-Amin Pesayangan Martapura dapat dianggap sebagai langkah positif dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan siswi terkait kondisi ini. Kegiatan ini berhasil menumbuhkan partisipasi aktif, menggali wawasan baru, dan membuka ruang bagi siswi dalam melakukan pencegahan Anemia dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan penuh dari pihak sekolah, umpan balik positif, dan terbentuknya kelompok pendukung kesehatan remaja adalah indikator keberhasilan penyuluhan ini.

Pengakuan/Acknowledgements

Kegiatan pengabdian ini tidak akan sempurna dan berhasil dengan baik

tanpa adanya halangan dan rintangan, maka dari itu kami ucapkan banyak terima kasih kepada pihak sekolah (kepala sekolah, guru dan siswi) MTS Puteri Al-Amin Pesayangan atas kerja samanya serta mahasiswi dalam pelaksanaan kegiatan ini.

Daftar Referensi

- Asmara, alda nurani, dkk. (2022). Penyuluhan Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja. *Jurnal Kolaborasi (Inspirasi Masyarakat Madani)*, 2(3), 254–261. <https://journal.inspira.or.id/index.php/kolaborasi/article/view/72/46>.
- Barik, AL; Purwaningtyas, RA; Astuti, D. (2019). The effectiveness of traditional media (leaflet and poster) to promote health in a community setting in the digital era: a systematic review. *Jurnal Ners*, 14(3), 76–80. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/jn.v14i3.16988>
- Fitriyani, sri laksmi, dkk. (2022). Penyuluhan Mengenai Cemara (Cegah Anemia Pada Remaja) Serta Pemberian Ttd Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Kepada Siswi Man 21 Jakarta. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ*, 1–7. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaska>
- Kemenkes, R. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*.
- Kulsum, U. dan D. A. (2020). Pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314–327. <file:///C:/Users/User/Downloads/832-3029-1-PB.pdf>.
- Mahshid Naghashpour, Reza Amani, Sorur Nematpour, M. H. H. (2013). Dietary, Anthropometric, Biochemical and Psychiatric Indices in Shift Work Nurses. *Food and Nutrition Sciences*, 4(12). <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1018829>
- Nissenson, A. R. (2005). The National Anaemia Action Council, Inc.: The primary North American resource for anaemia education and research. *European Journal of Clinical Investigation, Supplement*, 35(3), 100–106. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2362.2005.01537.x>
- RI, K. K. (2021). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/buku-pedoman-pencegahan-dan-penanggulangan-anemia-pada-remaja-putri-dan-wanita-usia-subur>