

PENYULUHAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA DI DESA WIYONO KABUPATEN PESAWARAN TAHUN 2023

Yulistiana Eva Yanti¹, Ratna Dewi Putri^{2*}, Muhammad Hatta³,
Dainty Maternity⁴

^{1,2,4}Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati

³Dosen Fakultas Kedokteran

Korespondensi Email:putrin_77@yahoo.com

ABSTRAK

Angka kejadian anemia di Indonesia masih tinggi. Berbagai alasan dikemukakan oleh para remaja mengapa tidak mengkonsumsi gizi seimbang karena diet ketat dan belum memahamidampak buruknya anemia. Tujuan kegiatan diharapkan remaja dapat mengerti tentang anemia pada remaja dan dampak anemia.Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 06 Februari 2020. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kepada para remaja tentang anemia dan cara mengatasinya di Desa Wiyono Kabupaten Pesawaran dengan metode penyuluhan menggunakan power point. Terdapat pengaruh signifikan Pada pengetahuan remaja sebelum dan sesudah penyuluhan anemia pada remaja. Dengan demikian, pemberian edukasi dapat memberikan peningkatan pengetahuan, khususnya yang berkaitan dengan anemia saat remaja.

Kata kunci : anemla remaja, tingkat pengetahuan, penyuluhan.

ABSTRACT

Anemia's number in Indonea is still high. Various reasons that stated by teenager about why they do not consume balanced nutrition ,because they are strict diet and do not understand yet about bad impact of anemia . The aim of this activity is hoped that citizen can understand about anemia for teenager and the impact of it. This activity was done on thursday, 06 february 2020. Then, form of the activity ls in the forming of counseling to teenager about anemia and the way to overcome it at Wiyono by counseling method, using power point . There was a significant Influence on teenager knowledge before and after anemia counseling for teenager . Thus, the provision of education can provide increased knowledge , particularly those related to anemia when teenagre.

Keywords : Anemia of teenager, level of knowledge, counseling.

1. PENDAHULUAN

Anemia, Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia.

Dampak anemia pada remaja putri dapat memperbesar resiko kematian saat melahirkan, bayi lahir prematur, dan berat badan bayi yang cenderung rendah. hasil kehamilan dan kesehatan ibu. Pada ibu hamil, anemia akan meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR),

keguguran, lahir sebelum waktunya, risiko perdarahan sebelum dan/atau pada saat persalinan yang dapat menyebabkan kematian ibu dan bayinya.

Anemia di kalangan remaja perempuan lebih tinggi disbanding remaja laki-laki. Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas (Kemenkes, 2016)

Oleh karena itu penanganan kasus anemia pada remaja putri berusia 10-19 tahun perlu di prioritaskan karena mereka dapat memutus siklus anemia pada ibu hamil dan dampak kelahiran bayi dengan kognitif rendah akibat ibu hamil yang anemia.

Meski terdapat berbagai penanganan kasus anemia diantaranya, pemberian tablet tambah darah dan penambahan zat besi pada tepung terigu, yang telah dilakukan, kasus anemia dikalangan remaja putri masih tetap tinggi. Karena itu, diperluka cara alternatif yang efektif untuk mengurangi anemia pada remaja putri yaitu melalui pendidikan kesehatan.

Kondisi anemia pada remaja putri berimplikasi terhadap kesehatan remaja putri saat ini dan masa mendatang. Remaja putri anemia mempengaruhi konsentrasi dan memori sekolah, kehadiran di sekolah, pertumbuhan fisik dan onset menarche yaitu perkembangan dan interaksi dari sumbu hipotalamus-hipofisis-ovarium dengan penyebab sistem reproduksi dan endokrin timbulnya menarche. Biasanya, usia pada onset menarche berkisar antara 11-15 tahun. Namun, ada dua faktor utama yang menyebabkan usia ini bervariasi antar individu, waktu, genetik dan lingkungan, status kekebalan dari infeksi dan morbiditas, kapasitas fisik dan kinerja. Bila kondisi berlanjut maka berimplikasi pada berbagai macam masalah kesehatan, diantaranya adalah penurunan imunitas, penurunan konsentrasi, mengalami penurunan prestasi dalam belajar, tidak bugar dan mengalami penurunan produktivitas⁽¹⁾.

Lebih lanjut dampak anemia pada remaja putri dapat memperbesar resiko kematian saat melahirkan, bayi lahir prematur, dan berat badan bayi yang cenderung rendah. hasil kehamilan dan kesehatan ibu. Pada ibu hamil, anemia akan meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR), keguguran, lahir sebelum waktunya, risiko perdarahan sebelum dan/atau pada saat persalinan yang dapat menyebabkan kematian ibu dan bayinya. Pada bayi dalam kandungan dapat mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan, tidak dapat mencapai tinggi optimal dan anak menjadi kurang cerdas, berat badan lahir rendah dan peningkatan kematian bayi secara keseluruhan. Implikasi kondisi ini di Indonesia dapat dilihat dari tingginya angka kematian ibu (AKI), Angka Kematian Bayi (AKB), BBLR, stunting pada balita di Indonesia dibandingkan dengan Negara-negara tetangga di Asia Tenggara (UNDP, 2020).⁽²⁾

Program penanganan anemia remaja putri yang ada sekarang berupa pemberian tablet tambah darah berupa tablet yang mengandung zat besi tetapi terdapat kendala dimana pemberian tablet tersebut terdapat makanan yang dapat menghambat atau meningkatkan penyerapan zat besi tersebut.

2. MASALAH

Belum adanya informasi mengenai pentingnya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja menjadi salah satu alasan dilakukannya kegiatan pengabdian ini. Remaja belum mengetahui dan memahami sepenuhnya bahwa anemia dapat memberi dampak kurang baik terhadap konsentrasi, prestasi belajar bahkan hampir semua remaja belum mengetahui bahwa anemia saat remaja memiliki resiko mengalami anemia pada saat hamil. Oleh karena itu, tim tertarik melaksanakan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang Anemia pada Remaja di Desa Wiyono Kabupaten Pesawaran. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan remaja khususnya remaja putri tentang anemia, menjadikan remaja tanggap terhadap anemia serta dapat melakukan upaya pencegahan sejak dini. Tujuan khusus jangka panjangnya adalah memutus siklus anemia pada ibu hamil yang memiliki dampak baik pada tahap reproduksi selanjutnya dan berdampak pada generasi penerus bangsa yang dilahirkan.

;

3. METODE

Subyek dalam kegiatan pengabdian ini adalah Remaja di di Desa Wiyono Kabupaten Pesawaran. Kegiatan di lakukan dengan 3 tahapan. Pada tahap awal dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan yang berkaitan dengan anemia (*pre test*). Pengukuran dilakukan dengan memberikan pertanyaan terbuka tentang definisi anemia, dampak, pencegahan dan cara penanggulangannya. Kemudian narasumber memberikan materi tentang anemia dengan menggunakan media power point. Materi diberikan dalam waktu 45 menit, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Tahap akhir yaitu memberikan pertanyaan kembali (*post test*) kepada peserta penyuluhan dengan pertanyaan yang sama yang diberikan pada saat *pre test*.

4. HASIL & PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang anemia saat remaja di di Desa Wiyono Kabupaten Pesawaran berjalan dengan lancar. Peserta yang hadir sekitar 36 Remaja Putri.

Peserta penyuluhan cukup antusias terbukti dengan adanya feedback dari siswa/i dengan aktif memberikan pertanyaan dan sanggahan terkait materi. Materi penyuluhan-pun dapat diterima dengan baik. Hasil penyuluhan yaitu meningkatnya pengetahuan remaja tentang anemia. Hasil *per test* rata - rata pengetahuan remaja tentang anemia dalam kategori kurang. Saat *post test* terjadi peningkatan sebanyak 50 %, yaitu sebagian besar (70%) remaja mengetahui dan faham tentang definisi, dampak, pencegahan dan penanggulangan anemia.

5. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Wiyono Kabupaten Pesawaran dapat ditarik kesimpulan yaitu: adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia (definisi, dampak, pencegahan dan penanggulangannya).

6. DAFTAR PUSTAKA

Akabas SR, KR Dolins. 2005. Micronutrien requirements of phycsally active womken; what can we learn from iron?. The journal of nutrition ; 81(suppl):1246S-51S(5 April[c2008)

- Almatsier S.2001.Prinsip Dasar Ilmu gizi. Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama
- Ani, L. S. (2013). Buku Saku Anemia Defisiensi Besi: Masa Prahamil dan Hamil. EGC.
- Kemenkes, R. I. (2016). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). *Direktorat Gizi Masyarakat Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI*.
- Putri, S., & Lathifah, N. S. (2019). PERBEDAAN PEMBERIAN TABLET FE DENGAN JUS JERUK DAN TABLET FE DENGAN VITAMIN C TERHADAP KENAIKAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER II. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(2).
- The Conversation. (2019). 4,8 juta remaja putri Indonesia anemia, bagaimana aplikasi Android bisa mengurangnya. Diakses pada: <https://theconversation.com/4-8-juta-remaja-putri-indonesia-anemia-bagaimana-aplikasi-android-bisa-mengurangnya-110790>