
Edukasi tentang Anemia pada Remaja Putri di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara

Jasmianti^{1*}, Elizar², Nurmila³, Nova Sumaini Prihatin⁴

¹⁻⁴Program Studi Kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh

Jl.Medan-B.Aceh Km 6 Bukit Rata Kota Lhokseumawe, 24375, Aceh, Indonesia.

*Email Korespondensi: jasmiatif.1@gmail.com

Abstract

Adolescence is a period when growth occurs rapidly, so nutritional needs also increase. One of the nutrients whose needs increase is iron. Iron deficiency can cause anemia. Failure to reduce anemia can result in millions of women experiencing health and quality of life problems, can interfere with development and learning. Anemia is more common in young women, because it is the age group that needs the most nutrients. The purpose of this community service activity is to increase young women's knowledge about anemia. The problem-solving method used is to provide education about anemia to young women starting with a pre-test followed by delivery of counseling materials about anemia to young women and ending with a post-test and distributing leaflets and posters about anemia. Community service activities carried out for one day at Integrated Dayah Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha, Dewantara District, North Aceh Regency with 30 target audiences, resulted in an increase in knowledge during the pre test in the good category, namely 57% to 87% during the post test after being given counseling about anemia. Participants were enthusiastic about the education delivered, no one left the counseling area, this proved that the participants paid attention to the counseling material delivered. It is expected that health workers and teachers will provide information about anemia to young women as an effort to increase knowledge by activating peers so that information is conveyed to young women continuously so that they can prevent and treat anemia as early as possible.

Keywords: *anemia, adolescent girls*

Abstrak

Masa remaja merupakan masa dimana pertumbuhan terjadi dengan cepat, sehingga kebutuhan gizi juga ikut meningkat. Salah satu zat gizi yang kebutuhannya meningkat adalah zat besi. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia. Kegagalan untuk mengurangi anemia dapat mengakibatkan jutaan wanita mengalami gangguan kesehatan dan kualitas hidup, dapat mengganggu perkembangan serta pembelajaran. Anemia lebih banyak dialami pada remaja putri, karena merupakan kelompok usia yang paling banyak membutuhkan zat gizi. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Metode pemecahan masalah yang digunakan adalah memberikan edukasi tentang anemia pada remaja putri yang diawali dengan pre test dilanjutkan penyampaian materi penyuluhan tentang anemia pada remaja putri dan diakhiri dengan *post test* serta membagikan leaflet dan poster tentang anemia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan selama satu hari di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara dengan 30 khalayak sasaran, didapatkan hasil terjadi peningkatan pengetahuan saat *pre test* pada kategori baik yaitu 57% menjadi 87% saat *post test* setelah diberikan penyuluhan tentang anemia. Peserta antusias terhadap edukasi yang disampaikan, tidak ada yang meninggalkan tempat penyuluhan, hal ini membuktikan bahwa peserta memperhatikan materi penyuluhan yang

disampaikan. Diharapkan bagi tenaga kesehatan dan guru untuk memberikan informasi tentang anemia pada remaja putri sebagai upaya peningkatan pengetahuan dengan mengaktifkan peer / teman sebaya agar informasi tersampaikan kepada remaja putri secara terus menerus sehingga dapat mencegah dan mengobati anemia sedini mungkin.

Kata Kunci: anemia, remaja putri

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terjadi dan tersebar di seluruh dunia, baik di negara berkembang dan negara miskin. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa anemia merupakan 10 masalah kesehatan terbesar, namun kemajuan dalam penurunan angka kejadian (prevalensi) masih dinilai sangat rendah.¹

Menurut WHO tahun 2017, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7%, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stres, haid, atau terlambat makan.¹ Anemia lebih banyak dialami pada remaja putri karena merupakan kelompok usia yang paling banyak membutuhkan zat gizi dibanding kelompok usia lainnya.²

Masa remaja merupakan masa dimana pertumbuhan terjadi dengan cepat, sehingga kebutuhan gizi juga ikut meningkat. Salah satu zat gizi yang kebutuhannya meningkat adalah zat besi. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia. Kegagalan untuk mengurangi anemia dapat mengakibatkan jutaan wanita mengalami gangguan kesehatan dan kualitas hidup, dan dapat mengganggu perkembangan serta pembelajaran.³

Upaya penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi, suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD), serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat.⁴

Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Pemberian TTD dilakukan pada remaja putri mulai dari usia 12-18 tahun di institusi Pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) melalui UKS/M. Dosis pencegahan dengan memberikan satu tablet tambah darah setiap minggu selama 52 (lima puluh dua) minggu.⁸

Hasil penelitian faktor determinan anemia pada santri Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo Tahun 2017 menunjukkan bahwa mayoritas santri menderita anemia sebesar 79%. dengan 3 faktor determinan penyebab anemia tertinggi adalah konsumsi gizi santri mayoritas tidak sesuai AKG sebesar 94%, mengidap penyakit infeksi sebesar 64% serta aktivitas fisik santri mayoritas dalam kategori ringan sebesar 85%. Sehingga, butuh kontroling dari pihak pesantren untuk memastikan santri dapat memenuhi kebutuhan gizi hariannya dari aspek frekwensi dan kualitas makanannya untuk mencegah terjadi anemia.⁶

Sebagian besar makanan yang dikonsumsi oleh remaja yang tinggal di pondok pesantren biasanya kurang memerhatikan asupan makan karena makanan yang mereka konsumsi akan sangat tergantung pada makanan yang diberikan di pondok pesantren. Penelitian Ekayanti, et al terkait faktor risiko anemia pada subjek kelompok rawan yaitu remaja putri di sekolah berasrama (*boarding school*) didapatkan hasil bahwa sistem penyelenggaraan makan di pesantren harus diperbaiki dan ditingkatkan terhadap ketersediaan dan kualitas makanan yang disajikan terutama zat gizi protein dan zat besi. Santri juga perlu diberikan edukasi terkait pentingnya untuk mengonsumsi makanan sehat bergizi seimbang untuk pencegahan anemia serta berperilaku hidup bersih/sehat.⁷

Rendahnya pengetahuan remaja putri merupakan salah satu faktor resiko terjadinya anemia, Oleh karena itu kegiatan penyuluhan disarankan dapat dikembangkan di sekolah, guna mencegah anemia pada remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh Nadimin bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan oleh teman sebaya terhadap pengetahuan remaja putri tentang anemia di Pondok pesantren Darul Arqam. Penelitian yang dilakukan menggunakan pretest-posttest tanpa control group design. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang anemia dan cara pencegahannya. Sebelum kegiatan, proporsi perempuan yang berpengetahuan baik hanya 58,8%, kemudian meningkat menjadi 75%.⁵

Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan edukasi tentang anemia pada remaja putri di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh.

METODE

Khalayak sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah remaja putri di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara berjumlah 30 remaja putri dimana pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tahun 2022. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan selama satu hari yaitu:

1. Kegiatan diawali dengan pengenalan dan penjelasan tujuan kegiatan yang dilanjutkan pre test dengan menyebarkan kuesioner kepada responden untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang anemia.
2. Kegiatan dilanjutkan penyampaian materi penyuluhan tentang anemia pada remaja putri menggunakan LCD untuk menyajikan materi dalam bentuk power point, menyebarkan leaflet serta poster dan melakukan tanya jawab dengan remaja putri tentang materi yang telah diberikan.
3. Kegiatan diakhiri post test dengan menyebarkan kuesioner sebagai bentuk evaluasi pengetahuan remaja putri tentang anemia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara sesuai dengan waktu yang telah dijadwalkan. Kegiatan ini dibantu oleh mahasiswi Prodi Kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh. Jarak tempuh dari Prodi D-III Kebidanan Aceh Utara ke Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha (\pm) 18 km dengan lokasi wilayah mudah dijangkau. Jumlah khalayak sasaran yang hadir pada kegiatan ini adalah 30 remaja putri. Berdasarkan hasil rekap *pre test* dan *post test* khalayak sasaran dapat diketahui bahwa :

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Khalayak Sasaran Tentang Anemia

No	Kategori	Pretest		Posttest	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	Baik	17	57%	26	87%
2	Kurang	13	43%	4	13%
	Jumlah	30	100	30	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa mayoritas tingkat pengetahuan khalayak sasaran pada saat *pre test* sebelum mendapatkan penyuluhan tentang anemia berada pada kategori baik yaitu 57% dan setelah mengikuti penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan pada kategori baik menjadi 87%. Dari rekap jawaban khalayak sasaran

dari 30 responden terdapat 15 responden menjawab salah pada pertanyaan tentang dampak dari anemia.

Pada kegiatan penyuluhan ini juga didapatkan informasi bahwa khalayak sasaran tidak pernah melakukan pemeriksaan hemoglobin untuk mendiagnosis anemia dan beranggapan bahwa pemeriksaan hemoglobin sama dengan pengukuran tekanan darah. Khalayak sasaran sudah mengkonsumsi tablet tambah darah yang merupakan salah satu upaya pencegahan anemia. Tablet tambah darah yang dikonsumsi setiap minggu 1 tablet didapatkan dari Puskesmas Dewantara sebanyak 4 tablet setiap bulan.

Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara merupakan salah satu lembaga yang menjadi binaan kegiatan PKPR Puskesmas Dewantara Kabupaten Aceh Utara yang dilaksanakan 1 bulan sekali. Kegiatan yang dilakukan Puskesmas merupakan salah satu prioritas intervensi untuk menurunkan angka kasus prevalensi stunting di Aceh yang masuk dalam kegiatan Gerakan Imunisasi dan Stunting Aceh (GISA) sebagai upaya percepatan penurunan stunting melalui intervensi gizi spesifik dengan melibatkan peran serta petugas kesehatan melalui edukasi terus menerus pada guru dan siswa⁹

Di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha juga terdapat peer/teman sebaya yang dibentuk oleh pihak Puskesmas Dewantara agar informasi yang disampaikan terkait kesehatan khususnya kesehatan reproduksi sampai kepada semua remaja putri. Sesuai dengan penelitian Nadimin bahwa Peer group memiliki peran penting dalam memberikan informasi tentang cara pencegahan anemia pada remaja. Edukasi tentang pencegahan anemia oleh teman sebaya dapat meningkatkan pengetahuan. Konseling oleh teman sebaya perlu terus dikembangkan di pesantren dan sekolah umum lainnya.⁵

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan dengan menggunakan leaflet, poster, dan power point didapatkan peningkatan pengetahuan khalayak sasaran. Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Fadhilah dimana media visual dan audiovisual efektif digunakan secara bersamaan untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam pemberian edukasi tentang anemia. Jenis media visual yang baik digunakan dalam penyampaian edukasi yaitu berupa brosur, leaflet, power point, poster, *booklet* dan media audiovisual yang baik digunakan ialah berupa video dengan berisikan materi mengenai anemia serta tampilan visual yang menarik. Meningkatkan pengetahuan berkaitan dengan kejadian anemia di negara-negara berkembang, pemberian media edukasi merupakan kegiatan yang dapat membantu para remaja lebih memahami tentang anemia dan dapat menjadi salah satu tindakan pencegahan terjadinya anemia pada remaja.¹⁰



Gambar1. Pengisian kuesioner



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 3. Foto Bersama

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan selama 1 hari di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara berhasil dengan baik dengan kehadiran seluruh khalayak sasaran. Terjadi peningkatan pengetahuan khalayak sasaran saat pre test dan setelah mendapatkan penyuluhan tentang anemia. Diharapkan bagi tenaga kesehatan dan pengelola dayah untuk terus memberikan informasi tentang anemia pada remaja putri sebagai upaya peningkatan pengetahuan remaja putri dengan mengaktifkan peer / teman sebaya agar informasi tersampaikan kepada remaja secara terus menerus dan diharapkan juga pengabdian masyarakat selanjutnya untuk dapat melakukan upaya pencegahan dan pengobatan anemia sedini mungkin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Poltekkes Kemenkes Aceh yang telah memfasilitasi kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen dan Pimpinan Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara yang telah memberikan izin, Dewan Guru yang terlibat dan telah membantu dalam kelancaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat serta seluruh remaja putri yang sudah bersedia menjadi responden pada kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O. & Anggraini, L. *Metode Orkes-Ku (raport kesehatanku) dalam mengidentifikasi potensi kejadian anemia gizi pada remaja putri*. CV Mine (2019).
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kementeri. Kesehat. RI* 1, 1 (2019).
3. Organization, W. H. *Anaemia in Women and Children: WHO Global Anaemia Estimates*.
https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children#:

- ~:text=In 2019%2C global anaemia prevalence,39.1%25) in pregnant women. (2021).
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. (2018).
 5. Nadimin. Health Notions , Volume 2 Number 4 (April 2018) Education by Peer to Improve Knowledge About Anemia in Female Student 487 | Publisher : Humanistic Network for Science and Technology Health Notions , Volume 2 Number 4 (April 2018) ISSN 2580-4936 488 | . 2, 487–489 (2018). <http://heanoti.com/index.php/hn/article/view/hn20418>
 6. Hamidiyah, A., Rohmani, L. & Zahro, N. A. *Faktor Determinan Anemia Santri Putri. Oksitosin J. Ilm. Kebidanan* **6**, 64–72 (2019).
 7. Ekayanti, I., Rimbawan, R. & Kusumawati, D. Faktor Risiko Anemia Pada Santri Putri Di Pondok Pesantren Darusalam Bogor
 Risk Factor of Anemia among Female Students in Darusalam Islamic Boarding School Bogor</br>. *Media Gizi Indones.* **15**, 79 (2020).
 8. Kemenkes RI. *Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19*. Kementerian Kesehatan. RI 22 (2020).
 9. Aceh, S. *Pemerintah Aceh Luncurkan GISA , Untuk Percepat Penanganan Stunting*. 1–2 (2022).
 10. Fadhilah, A. N., Simanjuntak, B. Y. & Haya, M. *Kajian Literatur: Studi Intervensi Media Edukasi Visual dan Audiovisual terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Anemia di Negara Berkembang*. *Amerta Nutr.* **6**, 91 (2022). <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/26718>