

IMPLEMENTASI *GAME* EDUKASI MONOPOLI ANEMIA (GEMA) UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG ANEMIA DI POSYANDU REMAJA PUTRI PAYUNG KELURAHAN Kp. BULANG WILAYAH KERJA PUSKESMAS MELAYU KOTA PIRING

Rita Ridayani¹, Kartika Sri Dewi Batubara²

^{1,2}Program Studi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang

e-mail: ritaridayani31@gmail.com

Abstrak

Wanita akan mengalami hamil, menyusui, sehingga kebutuhan zat besinya sangat tinggi yang perlu disiapkan sedini mungkin semenjak remaja. Ketidakseimbangan antara asupan kebutuhan dan kecukupan akan menimbulkan masalah gizi. Masalah gizi yang utama dialami para remaja antara lain, anemia defisiensi zat besi, obesitas dan kekurangan zat gizi. Akibat yang ditimbulkan anemia defisiensi besi pada remaja putri antara lain; menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan serta dalam mempersiapkan masa reproduksi nanti, menurunkan kemampuan fisik, menurunkan kekebalan tubuh sehingga memudahkan terjangkitnya infeksi. Anemia pada remaja akan meningkatkan risiko pada anak yang akan dilahirkan nanti seperti persalinan prematur, berat badan lahir rendah, dan meningkatkan kematian perinatal. Prevalensi kejadian anemia usia reproduktif akan berdampak pada pertumbuhan kognitif, fisik dan psikologis sehingga menjadi penting untuk memberi perhatian karena akan berdampak investasi pada generasi berikutnya. Berbagai metode penyuluhan sudah dilakukan dalam konteks meningkatkan pengetahuan remaja. Pengetahuan remaja berdasarkan wawancara survey 8 orang remaja belum tahu tentang anemia, penyebab anemia, akibat anemia dan cara penanggulangan anemia, sehingga mempengaruhi perilaku remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan. Tujuan dari pengabmas ini adalah meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia melalui games edukatif monopoli anemia (GEMA). Metode kegiatan pengabmas dalam simulasi permainan GEMA. Tempat pelaksanaan di Posyandu Remaja Putri Payung Kp.Bulang. Waktu pelaksanaan pengabmas, direncanakan mulai bulan April s.d Agustus 2022. Jumlah Peserta dalam kegiatan ini adalah 30 orang remaja Kp Bulang. Data yang dihasilkan adalah pengetahuan remaja tentang anemia di Kel. Kp Bulang Sebelum dan sesudah diberi Games Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) sebagai salah satu media inovasi Health Education. Hasil Analisa data didapat bahwa ada perbedaan rata rata hasil pengetahuan sebelum dan sesudah bermain GEMA di Posyandu Remaja Kel. Kp Bulang dengan hasil ada peningkatan pengetahuan dan remaja dapat mengaplikasikan permainan GEMA dengan Baik.

Kata kunci: Anemia, Remaja, Permainan

Abstract

Abstract A maximum of 150-225 Indonesian words printed in italics with Times New Roman 11 Women will experience pregnancy, breastfeeding, so the need for iron is very high which needs to be prepared as early as possible since adolescence. Imbalance between intake needs and adequacy will cause nutritional problems. The main nutritional problems experienced by adolescents include iron deficiency anemia, obesity and nutritional deficiencies. The consequences of iron deficiency anemia in adolescent girls include; reduce learning ability and concentration, interfere with growth and development as well as in preparing for the later reproductive period, reduce physical abilities, lower immunity so that it is easier for infection to spread. Anemia in adolescents will increase the risk for children who will be born later, such as premature labor, low birth weight, and increased perinatal mortality. The prevalence of anemia of reproductive age will have an impact on cognitive, physical and psychological growth so it is important to pay attention because it will have an impact on investment in the next generation. Various counseling methods have been carried out in the context of increasing adolescent knowledge. Adolescent knowledge based on survey interviews of 8 teenagers did not know about anemia, the causes of anemia, due to anemia and how to overcome anemia, thus affecting the behavior of adolescents in consuming the given blood-added tablets. The purpose of this community service is to increase adolescent knowledge about

anemia through the anemia monopoly educational game (GEMA). The method of community service activities in the GEMA simulation game. The place of implementation is at the Umbrella Women's Posyandu, Kp. Bulang. The implementation of community service is planned from April to August 2022. The number of participants in this activity is 30 youths from Kp Bulang. The resulting data is the knowledge of adolescents about anemia in Ex. Kp Bulang Before and after being given the Anemia Monopoly Educational Games (GEMA) as one of the Health Education innovation media. The results of data analysis showed that there was a difference in the average results of knowledge before and after playing GEMA at the Youth Posyandu Ex. Kp Bulang with the result that there is an increase in knowledge and teenagers can apply the GEMA game well.

Keywords: Anemia, Teen, Game

PENDAHULUAN

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) ditentukan oleh banyak faktor yang saling berhubungan dan berkaitan diantaranya adalah faktor pendidikan dan kesehatan. Kesehatan merupakan prasyarat yang diperlukan agar upaya pendidikan berhasil, selanjutnya pendidikan yang diperoleh akan sangat mendukung tercapainya peningkatan status kesehatan seseorang. Untuk membentuk kualitas manusia yang mempunyai kemampuan kerja fisik yang baik, tentunya harus didukung oleh tingkat keadaan gizi yang baik pula. Keadaan gizi yang tidak baik pada remaja seperti kekurangan zat gizi mikro masih merupakan masalah di negara berkembang termasuk Indonesia (Hasri, 2016).

Wanita mengalami hamil, menyusui, sehingga kebutuhan zat besinya sangat tinggi yang perlu disiapkan sedini mungkin semenjak remaja (Kumalasari, 2012). Pada masa remaja ini, remaja perempuan mengalami menstruasi awal dalam fase hidupnya. Dalam hal ini, menstruasi menuntut kebutuhan zat besi yang lebih banyak. Kebutuhan zat besi pada remaja perempuan adalah 15 mg/hari (IDAI, 2013). Jika asupan tidak kuat dapat menyebabkan seluruh fungsional remaja akan menderita antara lain; derajat metabolisme yang buruk, tingkat efektifitas, tampilan fisik dan kematangan seksual. Ketidakseimbangan antara asupan kebutuhan dan kecukupan akan menimbulkan masalah gizi, baik berupa gizi lebih maupun gizi kurang. Masalah gizi yang utama dialami para remaja antara lain, anemia defisiensi zat besi, obesitas dan kekurangan zat gizi (Proverawati, 2017).

Akibat yang ditimbulkan anemia defisiensi besi pada remaja putri antara lain; menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan serta dalam mempersiapkan masa reproduksi nanti, menurunkan kemampuan fisik, menurunkan kekebalan tubuh sehingga memudahkan terjangkitnya infeksi. Anemia pada remaja akan meningkatkan risiko pada anak yang akan dilahirkan nanti seperti persalinan prematur, berat badan lahir rendah, dan meningkatkan kematian perinatal. Prevalensi kejadian anemia usia reproduktif akan berdampak pada pertumbuhan kognitif, fisik dan psikologis sehingga menjadi penting untuk memberi perhatian karena akan berdampak investasi pada generasi berikutnya (Swastika 2013).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada dasarnya adalah mengatasi penyebabnya. Pada anemia berat (kadar Hb < 8 gr%) biasanya ada penyakit yang melatarbelakangi, yaitu penyakit TBC, infestasi cacing, dan malaria, sehingga penanggulangan pada anemianya harus dilaksanakan pengobatan terhadap penyakit-penyakit tersebut. Sedangkan upaya pencegahan dan penanggulangan anemia akibat kekurangan konsumsi besi pada remaja adalah, melalui pendidikan atau penyuluhan gizi yang bertujuan untuk meningkatkan konsumsi besi dan sumber alami, terutama makanan sumber hewani yang mudah diserap seperti hati, ikan daging, dan lain-lain (Proverawati, 2017).

Penanggulangan kejadian anemia dapat dilakukan dengan intervensi langsung dengan program yang efektif, seperti suplementasi besi (besi dan asam folat atau beberapa mikronutrien), pendidikan gizi, fortifikasi makanan pokok atau bumbu dan pengendalian penyakit (terutama malaria dan cacingan). Pemerintah Indonesia telah melaksanakan beberapa program dengan sasaran anak sekolah menengah melalui pemberian suplementasi (kapsul) zat besi. Program ini kurang memberikan hasil yang memuaskan terhadap penurunan prevelansi anemia remaja dikarenakan pengetahuan remaja yang kurang tentang anemia, penyebab anemia, akibat anemia dan cara penanggulangan anemia, sehingga mempengaruhi perilaku remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah yang diberikan (Anwar, 2011).

Pengetahuan merupakan bagian dari perilaku. Salah satu upaya dalam memperkenalkan serta meningkatkan pengetahuan mengenai kesehatan adalah melalui kegiatan penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Untuk mencapai hasil yang maksimal maka perlu menggunakan metode dan media penyuluhan yang tepat sesuai sasaran penyuluhan (Aeni, 2018).

Media atau alat peraga sangat membantu sasaran didik dalam menerima informasi berdasarkan kemampuan penangkapan pancaindera. Semakin banyak indera yang digunakan semakin baik penerimaan sasaran didik terhadap pesan/materi pendidikan/penyuluhan kesehatan yang diperoleh karena salah satu indikator keberhasilan penyuluhan adalah terjadinya penambahan atau peningkatan pengetahuan yang mendukung terjadinya perubahan perilaku yang lebih baik (Kapti dkk, 2013).

Remaja masih merupakan kategori usia anak yang masih senang bermain. Untuk itu perlu inovasi media pendidikan/penyuluhan kesehatan pada remaja dengan metode permainan simulasi (*simulation game*). Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Khoirani, Albiner Siagian, dan Fitri Ardiani (2012) menyatakan bahwa pemberian promosi kesehatan dengan menggunakan media permainan dapat memberikan perbedaan tindakan antara sebelum dan sesudah perlakuan, begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Nanda Aditya Rizki (2012) juga membuktikan bahwa metode *simulation game* lebih berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan mengenai KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja) dibandingkan dengan metode *Focus Group Discussion* (Khamidah, 2011).

Permainan (*game*) digunakan untuk menyampaikan informasi kepada para peserta didik dengan menggunakan simbol-simbol atau alat-alat komunikasi lainnya. Informasi tersebut disampaikan dengan singkatan kata-kata. Permainan dapat mengetes kemampuan para pemain. Permainan dapat pula memperlihatkan situasi atau masalah kepada para peserta didik (Sudjana, 2011). Keunggulan pendidikan kesehatan yang diberikan melalui permainan (*game*) yakni Permainan menumbuhkan kegembiraan dan tidak melelahkan dalam belajar, ada kompetisi dan ingin menang yang dirasakan oleh para peserta, dapat menggunakan alat-alat yang mudah ditemukan di daerah setempat, murah, dan gampang digunakan, dan ganjaran bagi pemenang dirasakan secara langsung serta penilaian bersama oleh pengamat dan pemain. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2015), bahwa permainan SHART JOURNEY (inovasi permainan monopoli) efektif meningkatkan pengetahuan tentang HIV/AIDS pada remaja.

Berdasarkan studi kasus di kelurahan Kp.Bulang secara wawancara acak sekitar 8 remaja tidak tau apa itu anemia dan bagaimana cara mencegah dan mengatasinya. Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang **“Implementasi Game Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia di Posyandu Remaja Putri Payung Wilayah Kerja Puskesmas Melayu Kota Piring”**

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat untuk menganalisis pengetahuan remaja tentang anemia dalam dengan tahapan sebagai berikut :

1. Kegiatan diawali dengan melakukan peninjauan dalam rangka perizinan untuk melaksanakan kegiatan dengan menyampaikan maksud dan tujuan dari kegiatan pengabdian,
2. Tahap persiapan meliputi persiapan tempat, alat dan bahan, serta jadwal kegiatan.
3. Tahap pelaksanaan dengan melakukan **Implementasi Game Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) Untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Anemia.**
4. Tahap evaluasi dengan melakukan Pre test dan Post test.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan berupa upaya peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia melalui game edukasi monopoli anemia (GEMA) . Pendekatan yang digunakan yaitu edukatif persuasif dengan simulasi permainan edukatif. Kegiatan Pemilihan metode ini dilakukan dengan tujuan tercapainya target yang diinginkan yaitu meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia guna mencegah kejadian anemia pada remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta dari kegiatan ini adalah 30 orang remaja di Posyandu Remaja Putri Payung Kelurahan Kampung Bulang Wilayah Kerja Puskesmas Melayu Kota Piring. Kegiatan dilaksanakan sebanyak 2 kali. Kegiatan tahap pertama dilaksanakan tanggal 8 juli 2022. Kegiatan tahap kedua dilaksanakan tanggal 15 Juli 2022.

Luaran yang Dihasilkan

1. Siswa memahami tentang anemia pada remaja.
Sebelum pelaksanaan sosialisasi tentang Game Edukasi Monopoli Anemia (GEMA), dilakukan *pre test* menggunakan kuesioner untuk menilai pengetahuan siswa tentang anemia. Kuesioner berisi 20 pertanyaan. Rerata pengetahuan siswa tentang anemia sebelum dilakukan sosialisasi adalah 67.
Kegiatan selanjutnya adalah bermain GEMA, adapun cara bermain GEMA adalah sebagai berikut:
 - a. Permainan dimainkan oleh 4-6 pemain dengan salah satu pemain berperan menjadi Bank
 - b. Bank menyiapkan uang, papan permainan, pemain, Kartu Kesempatan, Dana Umum, dan Kartu Tanya
 - c. Pemain berhak mendapatkan uang senilai RP. 20.000,- setiap melewati kotak START
 - d. Bank membagikan uang sejumlah Rp. 50.000,- kepada setiap pemain (selembar Rp. 50.000, selembar Rp. 20.000, dua lembar Rp. 10.000, dan dua lembar Rp. 5.000,-)
 - e. Setiap pemain melempar dadu untuk menentukan urutan permainan, pemain yang mendapatkan angka dadu terbanyak menjadi pemain pertama. Putaran permainan mengikuti arah jarum jam
 - f. Pada perjalanan pertama, pemain melangkah sesuai dengan angka dadu yang didapatkan dan membacakan materi yang ada di dalam kotak
 - g. Untuk dapat melanjutkan perjalanan, setiap pemain harus mengambil satu kartu tanya tentang anemia dan menjawabnya dengan benar (Bank bertugas sebagai pembaca pertanyaan kartu tanya)
 - h. Pemain hanya dapat melanjutkan perjalanannya jika dapat menjawab Kartu Tanya. Apabila pemain tidak bisa menjawab, maka pemain tersebut tidak boleh melanjutkan perjalanannya dan tetap pada kotak yang sedang ditempati. Bank boleh memberikan jawaban jika pemain tidak berhasil menjawabnya. Begitu seterusnya hingga pemain berhasil menjawab pertanyaan pada Kartu Tanya
 - i. Pada perjalanan kedua, para pemain boleh membeli rumah/hotel di salah satu kotak jika mendapat kartu Bebas Plesir (pada Kartu Kesempatan dan Dana Umum)
 - j. Pemain yang akan membeli pulau dikenakan biaya sebesar Rp. 50.000,-
 - k. Pemain yang memasuki Pulau milik pemain lain dikenakan biaya Rp 10.000,-.
 - l. Permainan berlangsung selama 60 menit.
 - m. Hitung jumlah kekayaan tiap pemain.
 - n. Pemain yang memiliki kekayaan terbanyak ialah pemenangnya
2. Setelah sosialisai permainan GEMA, kemudian dilaksanakan *post test* dengan hasil rerata pengetahuan siswa adalah 90. Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan siswa tentang anemia setelah bermaian GEMA. Usia remaja masih termasuk anak yang masih suka bermain

Capaian Luaran

Tabel 4.1
Capaian Luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1	Peningkatan pemahaman dan keterampilan masyarakat khususnya remaja	Hasil post tes meningkat dibandingkan pre test
2	Banner pengabdian kepada masyarakat	Adanya banner pengabdian kepada masyarakat
3	Hak Kekayaan intelektual pengabdian kepada masyarakat	Proses editing

SIMPULAN

Tingkat pengetahuan remaja sebelum bermain *Game* Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) adalah 67 dan sesudah bermain adalah 94, kemudian Remaja sudah mampu mengimplementasikan permainan *Game* Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) di Posyandu Remaja “Putri Payung” Kelurahan Kampung Bulang, Wilayah Kerja Puskesmas Melayu Kota Piring Tahun 2022 dengan baik.

SARAN

1. Bagi Remaja
Diharapkan kepada remaja setelah bermaian GEMA dapat memahami anemia dengan baik untuk dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari khususnya dalam mencegah kejadian anemia pada remaja.
2. Bagi Pembina Kegiatan Posyandu Remaja. (Koordinator Posyandu Remaja di Puskesmas)
Sebagai bahan masukan dalam penanggulangan anemia pada remaja yang dapat digunakan oleh petugas kesehatan dalam menyampaikan penyuluhan tentang anemia dengan media yang unik dan menarik sehingga angka kejadian anemia pada remaja dapat di turunkan

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh civitas akademika Poltekkes Kemenkes Tanjungpinang yang telah memberi dukungan baik secara moril dan financial terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M dan Bambang W. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana
- Badriah, 2014. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung : PT Refika Aditama
- Citra kesumasari, 2012. *Anemia Gizi Masalah dan Pencegahannya*. Yogyakarta:Kalika.
- Dahro, A., 2012, *Analisis Perilaku wanita untuk kesehatan*, Salemba Medika. Jakarta
- Kumalasari, A. (2012). *Kesehatan reproduksi*, Salemba Medika, Jakarta.
- Kusmiran. E. 2011. *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Salemba medika, Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Laporan Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta
- Kholid. A. 2015. *Promosi Kesehatan*. PT Raja Grafindo Persada, Jakarta
- Martini, 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 1 METRO*. Jurnal Kesehatan Metro Sai Mawai. Vol. 8(1) Edisi Juni.
- Notoatmodjo S., 2014, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, PT. Rineka Cipta, Jakarta
- Proverawati. A. (2015). *Buku ajar gizi untuk kebidanan*, Mutia Mediak, Yogyakarta
- Rahmi, Nur. 2014. *Hubungan Asupan Zat Besi (Fe) dan Infeksi Kecacingan Terhadap Kejadian Anemia pada Anak Jalanan di Kecamatan Mariso. Kota Makassar*. UIN Alauddin Makassar
- Riyanto, 2011. *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jakarta: EGC
- Silistyaningsih, haryani, (2011). *Gizi untuk kesehatan ibu dan anak*, Yogyakarta: Graha Ilmu
- WHO, 2013. *World Health Satistic. World Health Organization*.
- Citrakesumasari. *Anemia Gizi Masalah dan Pencegahannya*. Yogyakarta: Kalika; 2012.