

KOMUNIKASI KELOMPOK TERARAH (*FGD*) TENTANG ANEMIA PADA REMAJA DI DESA LAMPINEUNG KECAMATAN BAITUSSALAM KABUPATEN ACEH BESAR

Raudhatun Nuzul ZA¹, Ade Dita Puteri², Rulia Meilina³

¹Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh, Indonesia

²Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia

³Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh, Indonesia

raudhatun@uui.ac.id

Abstrak: Anemia merupakan salah satu masalah gizi pada remaja putri. Anemia adalah suatu keadaan ketika kadar hemoglobin dalam darah kurang dari nilai normal (<12gr/dl) pada wanita yang ditandai dengan gejala klinis, yaitu lesu, lemah, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat. Kegiatan ini dilakukan dengan metode FGD (Komunikasi Kelompok Terarah) agar memberikan pemahaman yang mendetail kepada remaja tentang menanggapi permasalahan tentang anemia sejak dini dan agar meningkatkan status kesehatan dengan mengkonsumsi tablet penambah darah, zat besi, dan mencegah terjadinya anemia. Metode FGD efektif dilakukan karena pembawaannya suasana yang informal dan santai sehingga para peserta lebih leluasa dan terbuka dalam menyampaikan pendapat masing-masing. Tujuan kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada remaja di desa lampineung kecamatan baitussalam kabupaten aceh besar agar dapat menangani anemia yang terjadi pada masa remaja. Metode pelaksanaan kegiatan ini menggunakan metode daring dan luring yang diberikan materi oleh narasumber atau pelaksana penyuluhan. Hasil dari kegiatan ini para remaja memahami dan memberikan umpan balik yang baik dari informasi yang disampaikan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah remaja mampu memahami dan mengerti tentang pengertian dari anemia serta dapat memahami bagaimana cara menanggapi terjadinya anemia.

Kata Kunci: FGD, Anemia, Remaja

Abstract: *Anemia is one of the nutritional problems in adolescent girls. Anemia is a condition when the hemoglobin level in the blood is less than the normal value (<12gr/dl) in women which is characterized by clinical symptoms, namely lethargy, weakness, dizziness, light-headed eyes, and pale face. This activity was carried out using the FGD (Focused Group Communication) method in order to provide a detailed understanding to adolescents about responding to problems regarding anemia from an early age and in order to improve health status by consuming blood booster tablets, iron, and preventing anemia. The FGD method is effective because it has an informal and relaxed atmosphere so that the participants are more flexible and open in expressing their respective opinions. adolescence. The method of implementing this activity uses online and offline methods provided by the resource person or the extension agent. The results of this activity the youth understand and provide good feedback from the information submitted. The conclusion of this activity is that adolescents are able to understand and understand the meaning of anemia and can understand how to respond to the occurrence of anemia.*

Keywords: FGD, Anemia, Adolescents

Pendahuluan

Anemia didefinisikan sebagai konsentrasi hemoglobin yang rendah dalam darah (WHO,2015). National Institute of Health (NIH) Amerika tahun 2011 menyatakan bahwa anemia dapat terjadi saat tubuh tidak memiliki jumlah sel darah merah yang cukup karena produksi sel darah merah terlalu sedikit sedangkan penghancuran sel darah merah terlalu banyak atau kehilangan sel darah merah berlebihan. Hemoglobin terkandung di dalam sel darah merah dan berfungsi membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Seseorang yang

tidak memiliki cukup sel darah merah atau jumlah hemoglobin dalam darah rendah maka tubuh tidak bisa mendapatkan oksigen sesuai kebutuhan sehingga akan cepat merasa lelah atau menderita gejala lainnya (NIH,2011).

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin. Pada orang sehat butir-butir darah merah mengandung hemoglobin, yaitu sel darah merah yang bertugas untuk membawa oksigen serta zat gizi lain seperti vitamin dan mineral ke otak dan ke jaringan tubuh. Remaja putri lebih beresiko menderita anemia daripada remaja putra setiap bulannya mengalami menstruasi, sering kali menjaga penampilan, ingin mendapatkan tubuh ideal sehingga berdiet dan mengurangi makan. Pola menstruasi yang tidak normal dapat menyebabkan anemia karena terjadi pengeluaran darah yang berlebih, sehingga hemoglobin yang terkandung dalam darah juga ikut terbuang (Muhayati & Ratnawati, 2019).

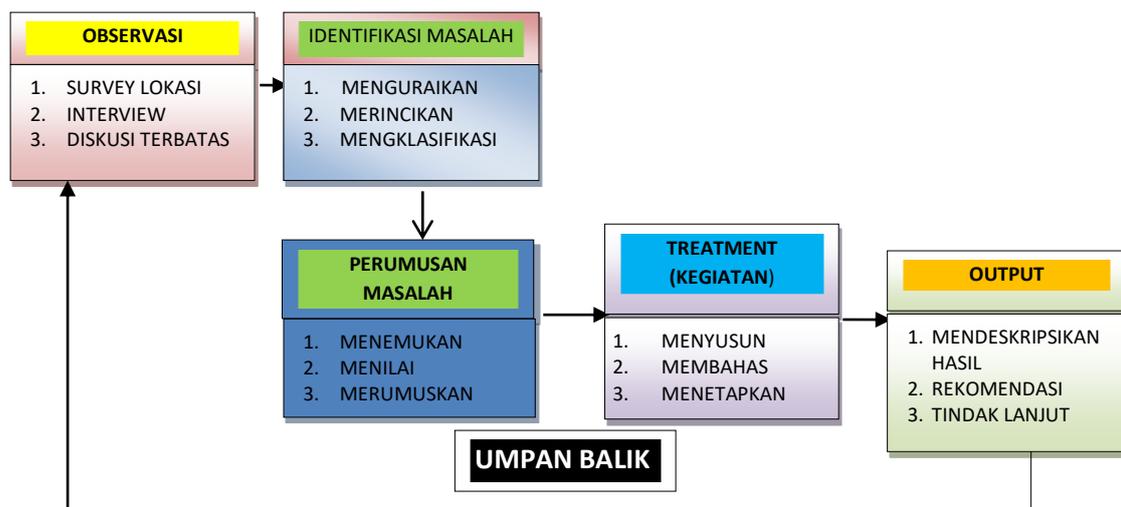
Remaja putri sebagian besar berstatus anemia karena setiap bulannya mengalami menstruasi sehingga membutuhkan asupan zat besi yang banyak. Pola menstruasi yang tidak normal menyebabkan remaja putri mengalami perdarahan yang berlebih. Konsumsi zat besi yang kurang disebabkan beberapa faktor seperti kurangnya pengetahuan, ketersediaan pangan, dan kebiasaan makan yang salah. Remaja putri sebagian besar memiliki pengetahuan tentang anemia tetapi belum diterapkan dalam kehidupan sehari-hari seperti tidak sarapan sebelum berangkat sekolah dan sering mengganti makan pagi menjadi makan siang. Mayoritas remaja putri juga jarang mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi (heme iron) seperti daging, ikan, dan hati (Muhayati & Ratnawati, 2019).

Focus group discussion yang lebih terkenal dengan singkatannya FGD merupakan salah satu metode riset kualitatif yang paling terkenal selain teknik wawancara. FGD adalah diskusi terfokus dari suatu group untuk membahas suatu masalah tertentu, dalam suasana informal dan santai. Jumlah pesertanya bervariasi antara 8-12 orang, dilaksanakan dengan panduan seorang moderator. FGD secara sederhana dapat didefinisikan sebagai suatu diskusi yang dilakukan secara sistematis dan terarah mengenai suatu isu atau masalah tertentu. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa diskusi kelompok adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh perubahan tingkah laku sebagai pengalaman individu dalam interaksinya dengan lingkungan yang dilakukan secara bersama-sama atau berkelompok (Swadayaningsih, 2020).

Untuk mengatasi isu permasalahan anemia maka dalam kegiatan ini dilakukan bentuk komunikasi kelompok terarah (FGD) yang bertujuan untuk memberikan perubahan tingkah laku dan meningkatkan pemahaman tentang anemia pada remaja putri.

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini dengan daring dan luring yang memberikan informasi dari pelaksana memakai metode FGD (Focused Group Discussion). Para remaja di desa lampineung diminta berkumpul dan membentuk 2 kelompok dengan masing-masing pemateri. Setelah itu setaip pemateri memberikan informasi dan pengetahuan tentang anemia dan cara menanggapi jika terjadinya anemia pada usia remaja. Setelah itu para remaja memberikan umpan balik dari penyampaian informasi yang diberikan oleh pemateri. Adapun bentuk kegiatan yang dilakukan adalah memberikan informasi tentang anemia pada remaja di desa lampineung Kec. Baitussalam Kab. Aceh Besar. Dapat dilihat dari gambar dibawah ini tentang kerangka dari pemecahan masalah kegiatan pengabdian masyarakat.



Bagan 1. Kerangka Pemecahan Masalah

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan ini yang menerapkan metode FGD (Komunikasi Kelompok Terarah) dapat diketahui bahwa informasi tersebut dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Para peserta mampu memahami isi materi yang disampaikan oleh pemateri, peserta mampu mengenali penyebab anemia, mampu menjelaskan pengertian anemia, dapat menyebutkan satu persatu mengenai dampak yang ditimbulkan akibat anemia, dan para peserta dapat menerapkan pemahaman mengenai cara mencegah anemia dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu metode FGD (Komunikasi Kelompok Terarah) efektif dilakukan untuk menjawab isu permasalahan karena sifat nya lebih informal sehingga para peserta dapat lebih terbuka ketika menyampaikan isi pendapatnya.



Gambar 1 dan 2. Memberikan Informasi secara Komunikasi Kelompok Terarah (FGD) pada Remaja

Kesimpulan

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman yang baik kepada remaja bagaimana cara menanggapi terjadinya anemia dan menambahkan informasi tentang anemia kepada seluruh remaja di desa lampineng kecamatan baitussalam kabupaten Aceh Besar. Dari hasil yang didapatkan diketahui bahwa remaja banyak yang tidak mengetahui tentang anemia maka dengan diberikannya kegiatan ini dengan menerapkan metode FGD maka memberikan respon langsung kepada para remaja secara intens sehingga remaja dapat mengerti dan memahami langsung tentang anemia.

Ucapan Terima Kasih

Para pelaksana mengucapkan terima kasih kepada :

1. Kepala desa yang telah memberikan akses dan dukungan demi terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini
2. Kader dan Bidan desa Lampineng kecamatan baitussalam kabupaten Aceh Besar yang sudah memberikan dukungan dan bantuan demi terlaksananya kegiatan ini secara baik dan lancar.

Referensi

- Muhayati, A. & Ratnawati, D. (2019). Hubungan Antara Status Gizi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, Vol (9) No 1.
- NIH. (2011). National Institutes of Health. 9000 Rockville Pike, Bethesda, Maryland 20892. U.S. Department of Health and Human
- Swadayaningsih, M. (2020). FGD Meningkatkan Kemampuan Guru Dalam Memanfaatkan Lingkungan Sekolah Sebagai Sumber Belajar di SD. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, Vol (4) No 1.
- WHO. (2015). World Health Statistic Report . Geneva: World Health Organization; 2015.