

MENUJU KESADARAN ANEMIA: SOSIALISASI UNTUK REMAJA PUTRI DI DESA PONDOKNONGKO, KOTA BANYUWANGI

Nabilla Zaskia Liviansyah^{1*}

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga¹

*Corresponding Author : nabilla.zaskia.liviansyah-2020@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Mengingat kurangnya perhatian atas edukasi kesehatan remaja di Desa Pondoknongko seperti pembentukan kader kesehatan dan pengadaan sosialisasi untuk remaja, penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan para remaja putri Desa Pondoknongko akan pentingnya peduli anemia dan konsumsi tablet tambah darah (TTD) untuk pencegahan anemia. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif yang dilakukan di Desa Pondoknongko melalui kegiatan sosialisasi yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena yang terjadi di masyarakat khususnya mengenai pencegahan anemia pada remaja.. Sosialisasi dilakukan dengan memberikan materi terkait anemia serta pencegahannya termasuk pembagian TTD dan menjalankan pre-test dan post-test untuk mengetahui tingkat pemahaman dari peserta sosialisasi. Hasil dari menunjukkan bahwa edukasi melalui sosialisasi dapat menjadi jembatan bagi masyarakat remaja putri untuk dapat lebih mendalami dan peduli tentang kesehatannya, terutama untuk upaya pencegahan anemia. Didapatkan bahwa mayoritas dari remaja putri sudah memiliki pengetahuan tentang anemia. Dengan diadakannya sosialisasi ini dapat menambah pengetahuan tentang anemia dan pencegahannya lebih mendalam. Serta diharapkan pemberian TTD dalam sosialisasi ini dapat membantu para remaja untuk meningkatkan jumlah hemoglobin (Hb) dalam tubuh, serta terhindar dari anemia. Hasil post-test menunjukkan mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia dan cara pencegahannya. Diharapkan dengan telah dilaksanakannya sosialisasi ini, apa yang disampaikan dapat bermanfaat dan direalisasikan para remaja putri di Desa Pondoknongko demi membantu menurunkan kasus anemia di Indonesia, terutama di wilayah pedesaan.

Kata kunci: Anemia, Edukasi, Remaja Putri, Tablet Tambah Darah.

ABSTRACT

Considering the lack of attention to adolescent health education in Pondoknongko Village such as the formation of health cadres and the provision of socialization for adolescents, this study was conducted with the aim of increasing the knowledge of Pondoknongko Village adolescent girls about the importance of anemia awareness and consumption of blood supplement tablets (TTD) for anemia prevention. The descriptive method used in this study was conducted in Pondoknongko Village through socialization activities aimed at describing phenomena that occur in the community, especially regarding the prevention of anemia in adolescents. Socialization was carried out by providing material related to anemia and its prevention including the distribution of TTD and running pre-test and post-test to determine the level of understanding of the socialization participants. Results: education through socialization can be a bridge for the community of adolescent girls to be able to explore and care more about their health, especially for anemia prevention efforts. It was found that the majority of young women already had knowledge about anemia. By holding this socialization can increase knowledge about anemia and its prevention more deeply. And it is expected that the provision of TTD in this socialization can help adolescents to increase the amount of hemoglobin (Hb) in the body, and avoid anemia. Education through socialization can be a bridge for the community of adolescent girls to be able to explore and care about their health, especially for anemia prevention efforts. It was found that the majority of young women already had knowledge about anemia. By holding this socialization can increase knowledge about anemia and its prevention more deeply. And it is expected that the provision of TTD in this socialization can help adolescents to increase the amount of hemoglobin (Hb) in the body, and avoid anemia. The post-test results showed that the majority of participants had good knowledge about anemia and how to prevent it. It is expected that with the implementation of this socialization, what is conveyed can be useful and realized by adolescent girls in Pondoknongko Village to help reduce cases of anemia in Indonesia, especially in rural areas.

Keywords: Anemia, Education, Iron Supplements, Adolescent Girl.

PENDAHULUAN

Anemia adalah salah satu masalah kesehatan yang mengancam banyak remaja putri. Penyebab anemia bervariasi, salah satunya adalah kurangnya asupan nutrisi yang berdampak signifikan pada status gizi remaja (Harahap, 2018). Seseorang dikatakan menderita anemia jika jumlah sel darah merah atau hemoglobin (Hb) berada di bawah normal. Kondisi ini merupakan kelainan darah yang terjadi saat kadar eritrosit dalam darah rendah. Secara normal, pada remaja putri usia 12-15 tahun kadar Hb normal adalah 12 g/dl (Taufiq, 2020).

Anemia telah lama menjadi fokus perhatian kesehatan global yang membutuhkan tindakan lebih lanjut. Negara berkembang menjadi sasaran utama perhatian dunia dalam mengatasi masalah ini karena kondisi ekonomi yang kurang baik. Indonesia, sebagai negara berkembang, membutuhkan penanganan lebih lanjut dalam mengatasi kasus anemia. Data dari Kemenkes RI tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan remaja Indonesia cukup tinggi, yaitu sebesar 32%, yang berarti 3-4 dari 10 remaja Indonesia menderita anemia (Kemenkes RI, 2018).

Kesehatan remaja masih memerlukan perhatian dan pembangunan lebih lanjut di Desa Pondoknongko, yang terletak di Kecamatan Kabat, Kota Banyuwangi, Jawa Timur. Desa ini terdiri dari tiga dusun: Krajan, Palu Kuning, dan Kedawung. Program kesehatan untuk lansia dan orangtua di desa ini telah berjalan rutin dan mendapat sambutan baik, namun hal ini tidak berlaku bagi remaja. Penyuluhan kesehatan untuk remaja masih sangat kurang, sehingga beberapa masalah kesehatan, terutama pada remaja putri, masih sering ditemui di Desa Pondoknongko. Salah satu masalah kesehatan utama yang dihadapi adalah anemia. Ketiadaan kader kesehatan khusus remaja menyebabkan kurangnya program atau kegiatan yang membangun kesadaran kesehatan di desa ini. Meskipun sudah tersedia akses internet seperti wifi, belum ada inisiatif untuk memanfaatkannya dalam mengakses informasi kesehatan. Fasilitas yang ada tanpa didukung kondisi ekonomi dan pendidikan yang memadai tidak akan efektif dalam pembangunan kesehatan yang lebih baik (Dimiyati & Mudjiono, 2009).

Anemia pada remaja putri disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk status gizi dan tingkat pendidikan ibu. Menurut Martini (2015), ibu dengan pendidikan rendah dan remaja yang memiliki status gizi kurus berisiko 3,1 kali lebih tinggi terkena anemia. Kurangnya perhatian keluarga terhadap gizi anak, seperti makanan yang dikonsumsi, dapat meningkatkan risiko anemia pada remaja. Sebaliknya, keluarga dengan pendidikan tinggi cenderung lebih mampu menerima dan mengolah informasi kesehatan untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Ihsan, 2003 dalam Basrowi & Juariyah, 2010).

Kota Banyuwangi sendiri sangat peduli terhadap isu stunting dan gizi pada ibu hamil. Di Desa Pondoknongko, sering diadakan sosialisasi mengenai pencegahan stunting dan pemberian makanan tambahan untuk anak-anak yang menderita stunting. Mengingat berat badan dan siklus menstruasi adalah faktor yang berkontribusi pada anemia, penyuluhan tentang anemia dan penyebabnya sangat dibutuhkan. Ini akan membantu dalam menjalankan program kesehatan di Desa Pondoknongko dengan tujuan memberdayakan kesehatan remaja yang masih tertinggal di desa ini (Keputusan Kepala Desa Pondoknongko, 2023).

Peneliti mengundang perwakilan 14 remaja putri dari Desa Pondoknongko untuk menghadiri sosialisasi tentang anemia dan distribusi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menerbitkan surat edaran nomor HK 03.03/V/0595/2016 mengenai Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja dan Wanita Usia Subur. Berdasarkan data, cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri mencapai 76,2%, dengan 80,9% di antaranya mendapat TTD di sekolah jika mereka masih berstatus siswi. Namun, hanya 1,4% dari remaja putri yang menerima TTD di sekolah mengonsumsi ≥ 52 tablet, sedangkan 98,6% lainnya mengonsumsi < 52 tablet. Surat edaran dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa kesadaran tentang anemia dan

konsumsi TTD di kalangan remaja putri Indonesia masih rendah, dan surat tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mereka tentang anemia. Beberapa faktor penyebab rendahnya kesadaran konsumsi TTD adalah kurangnya pengetahuan. Ada hubungan antara rendahnya pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD (Saridewi dan Ekawati, 2019).

Menanggapi masalah rendahnya kesadaran anemia di kalangan remaja putri di Indonesia, khususnya di Desa Pondoknongko, Banyuwangi, sosialisasi yang diadakan oleh peneliti pada 28 Juli 2023 bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri Desa Pondoknongko tentang pentingnya peduli anemia dan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Tablet tambah darah, yang setiap tabletnya mengandung sekitar 60 mg zat besi elemental dan 400 mcg asam folat (KEMENKES RI, 2018), berguna untuk meningkatkan asupan zat besi dalam tubuh. Seperti yang dijelaskan dr. Gia Pratama, MD, dalam wawancaranya dengan detikHealth (Azizah, 2019), TTD dikonsumsi untuk meningkatkan kadar zat besi guna mempercepat pembentukan hemoglobin dalam sel darah merah (eritrosit). Sel darah merah berperan penting dalam memompa oksigen ke seluruh tubuh, sehingga sangat penting untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Selain itu, kegiatan sosialisasi ini juga bertujuan memberikan saran dan arahan terkait perlunya pembentukan kader peduli anemia untuk mendukung pelayanan kesehatan di Desa Pondoknongko, khususnya bagi remaja putri (Podungge dkk, 2022)

Pemahaman dan kesadaran akan gizi seimbang, asupan zat besi, pola makan sehat, serta pengetahuan tentang anemia sangat penting bagi remaja putri. Sosialisasi dan promosi melalui berbagai media dapat membantu mendukung pencegahan anemia pada remaja putri. Pemahaman ini ditekankan dalam kegiatan sosialisasi di Desa Pondoknongko untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya peduli anemia. Dengan diadakannya sosialisasi ini, diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi remaja putri, bidan, dan warga Desa Pondoknongko dalam upaya meningkatkan pencegahan dan pengetahuan tentang bahaya anemia.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah metode deskriptif, bertujuan untuk menggambarkan fenomena yang terjadi di masyarakat, khususnya mengenai pencegahan anemia pada remaja. Penelitian ini dilaksanakan di Balai Desa Pondoknongko, Kecamatan Kabat, Kabupaten Banyuwangi. Sampel penelitian terdiri dari 14 remaja putri di Desa Pondoknongko, Kecamatan Kabat, Kabupaten Banyuwangi.

HASIL

Remaja menjadi salah satu kelompok yang rawan mengalami kejadian anemia, terutama remaja putri. Dengan begitu, sasaran dalam program kerja bidang kesehatan terkait sosialisasi pencegahan anemia ini dikhususkan untuk remaja putri yang ada di Desa Pondoknongko. Penyebaran informasi pada partisipan dilakukan dengan cara menyebarkan surat undangan yang ditujukan hanya kepada remaja putri di Desa Pondoknongko. Mahasiswa meminta bantuan kepada perangkat desa bagian kesejahteraan desa untuk dibantu dalam menyebarkan undangan kegiatan sosialisasi pencegahan anemia. Pada surat undangan tertera dengan jelas terkait materi yang hendak disampaikan. Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan pada hari Jum'at, 28 Juli 2023 pukul 15.20-17.00 WIB. Sosialisasi secara offline ini dilakukan oleh seluruh peserta KKN BBK 2 Universitas Airlangga Kelompok Pondoknongko berupa penyuluhan terkait pencegahan anemia pada remaja putri dengan menggunakan powerpoint, memberikan pre-test dan post-test tepat sebelum dan sesudah penjelasan materi, kemudian pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada partisipan yang hadir sebanyak 4 tablet per-

orang. Kegiatan sosialisasi ini dihadiri oleh 14 orang remaja putri yang ada di Desa Pondoknongko.

Tabel 1. Karakteristik Usia Responden

Umur (tahun)	n	%
18	2	14%
19	3	21%
20	5	35%
21	3	21%
23	1	7%
Total	14	100%

Berdasarkan tabel 1 terhadap karakteristik usia responden remaja putri Desa Pondoknongko diketahui bahwa yang memiliki usia 18 tahun berjumlah 2 orang, usia 19 tahun berjumlah 3 orang, usia 20 tahun berjumlah 5 orang, usia 21 tahun berjumlah 3 orang dan usia 23 tahun berjumlah 1 orang.

Tabel 2. Hasil Pre-Post Test

Pertanyaan	% Pre-Test	% Post-Test
1	100%	100%
2	100%	100%
3	100%	100%
4	100%	100%
5	100%	100%
6	100%	100%
7	80%	100%
8	80%	100%
9	80%	100%
10	80%	100%
11	80%	100%
12	10%	100%
13	0%	100%
14	0%	90%

Indikator keberhasilan terhadap pengetahuan hasil pre-test dan post-test memiliki indikator sebagai berikut:

- a. Baik : nilai >70%-100%
- b. Cukup : nilai 60%-70%
- c. Kurang : nilai <60%

Tabel 3. Akumulasi Penilaian Pre-Test

Kategori	n (orang)	%
Baik	2	78%
Kurang	3	21%
Total	14	100%

Pada tabel 3 dapat dianalisis bahwa hampir remaja putri Desa Pondoknongko sebelum melakukan sosialisasi mereka sudah memiliki pengetahuan tentang anemia dimana mereka mendapatkan nilai dalam kategori baik yaitu sebanyak 11 orang (100%), kemudian yang memiliki nilai dalam kategori kurang yaitu sebanyak 3 orang. Berdasarkan hasil pre-test dalam menjawab soal pertanyaan dapat disimpulkan bahwa, responden dalam menjawab 81 pertanyaan melalui soal pretest kurang tepat pada soal nomor 5 mengenai konsumsi Tambah Tablet Darah (TTD) dilakukan sebanyak berapa kali.

Tabel 4. Akumulasi Penilaian *Post-Test*

Kategori	n (orang)	%
Baik	14	100%
Total	14	100%

Pada tabel 4 menjelaskan terkait hasil post-test setelah melakukan sosialisasi yang telah dianalisis dapat diketahui bahwa hasil pengetahuan responden setelah mendapatkan edukasi dari pelaksanaan sosialisasi adalah masuk ke dalam kategori baik dengan jumlah responden 14 orang (100%).

PEMBAHASAN

Sebelum sosialisasi ini dilakukan kami melakukan *pre-test* yang mendapatkan hasil bahwa, mayoritas remaja putri di Desa Pondoknongko sudah memiliki pemahaman yang baik mengenai anemia dan cara pencegahannya. Namun, mereka masih menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi tentang penyakit anemia, terbukti dari antusiasme mereka saat bertanya selama sesi diskusi. Sosialisasi ini memberikan informasi lebih mendalam tentang anemia, termasuk perbedaan antara anemia dan tekanan darah rendah. Hasil dari sosialisasi ini menunjukkan peningkatan pemahaman yang baik di kalangan peserta. Materi yang disampaikan meliputi pengertian anemia, tanda-tanda anemia, gejala anemia, penyebab dan dampak anemia, serta pencegahannya. Tujuan pemberian materi ini adalah untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya peduli anemia pada remaja putri di Desa Pondoknongko dan mendorong konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya pencegahan stunting pada remaja putri di desa tersebut. Post-test dilakukan setelah semua diskusi selesai, dengan peserta kembali mengisi lembar berisi 5 pertanyaan yang serupa dengan pre-test. Selain itu, Tablet Tambah Darah (TTD) diberikan kepada remaja putri di akhir kegiatan. Pemberian TTD bertujuan untuk meningkatkan kadar zat besi dalam tubuh remaja putri, sehingga membantu mencegah anemia dan diharapkan dapat meningkatkan fungsi tubuh secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa edukasi melalui sosialisasi dapat menjadi jembatan bagi masyarakat remaja putri untuk dapat lebih mendalami dan peduli tentang kesehatannya, terutama untuk upaya pencegahan anemia. Didapatkan bahwa mayoritas dari remaja putri sudah memiliki pengetahuan tentang anemia. Dengan diadakannya sosialisasi ini dapat menambah pengetahuan tentang anemia dan pencegahannya lebih mendalam. Serta diharapkan pemberian TTD dalam sosialisasi ini dapat membantu para remaja untuk meningkatkan jumlah hemoglobin (Hb) dalam tubuh, serta terhindar dari anemia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pembimbing lapangan, pihak Desa Pondoknongko, Kota Banyuwangi, serta semua pihak lain yang telah membantu kegiatan ini sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, E. R. (2023). Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal Of Health Science And Research*, 5(2), 550–561.

- Azizah, K. N. (2019, April 29). *Suplemen Penambah Darah, Bagaimana Cara Kerjanya dalam Tubuh?* DetikHealth.
- Budianto, A., & Fadhilah, N. (2016). Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(9), 689–698.
- Dimiyati, & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Harahap, N. R. (2018). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nursing Arts*, 12(2), 78–90.
- Jaelani, M., Simanjuntak, B. Y., & Yuliantini, E. (2017). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 358–368.
- Basrowi, & Juariyah, S. (2010). Analisis Kondisi Sosial Ekonomi Dan Tingkat Pendidikan Masyarakat Desa Srigading, Kecamatan Labuhan Maringgai, Kabupaten Lampung Timur. *Jurnal Ekonomi & Pendidikan*, 7(1), 58–81.
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*.
- Kemendes RI. (2021, July 2). *Modul: Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*.
- Kepkades Pondoknongko. (2023). *Surat Keputusan Kampung Cerdik*. https://jdih.banyuwangikab.go.id/Dokumen/Kepkades/SK_KAMPUNG_CERDIK.pdf.
- Luthfianto, M. N., Anindi, R. S., Adzani, A., Musalamah, S., Safiqah, U., Damayanti, J. S., & Supratman, S. (2022). *Penyuluhan Anemia dan Pemeriksaan Kadar Hb sebagai Upaya Mencegah Kejadian Anemia pada Remaja Putri Desa Jetis Kecamatan Baki*.
- Podungge, Y., Nurlaily, S. N., & Mile, S. Y. W. (2022). (2022). Pemberdayaan Kader dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia. *Jurnal Surya Masyarakat*, 4(2), 199–207.
- Saridewi, W., & Ekawati, K. (2019). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMAN1 Ngamprah. *The 1st Proceeding Publication of Creativity and Research Medical Laboratory Technology DIV*, 1(1), 87–92.
- Taufiq, Z., Ekawidyan, K. R., & Sari, T. P. (2020). *Aku Sehat Tanpa Anemia: Buku Saku Anemia untuk Remaja Putri* (Z. Taufiq, Ed.). CV. Wonderland Family Publisher.
- Triharini, M., Nastiti, A. A., Armini, N. K. A., Kurnia, I. D., Rachmawati, P. D., Krisnana, I., Setyani, A., & Pratiwi, A. H. (2022). Education And Training Regarding Menstrual Hygiene Management (MHM) As An Effort To Care Reproductive Organs In Adolescent. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dalam Kesehatan*, 4(1), 17–24.