



PEMBERDAYAAN KADER DALAM UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA KELOMPOK REMAJA PUTRI

Adisti Kusuma Putri¹, Vinami Yulian²

^{1,2}Program Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
adistiikusumaa@gmail.com

Abstrak

Merujuk pada literatur sebelumnya menunjukkan bahwa 27,2% kelompok remaja putri menderita anemia. Berbagai strategi dilakukan untuk mencegah peningkatan kejadian anemia. Pemberdayaan kader yang menjadi salah satu strategi untuk menurunkan angka kejadian anemia khususnya pada kelompok remaja putri. Tujuan asuhan keperawatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang pencegahan kejadian anemia pada remaja putri. Pemberdayaan kepada kader terdiri dari pelatihan, pendampingan dan evaluasi yang dilakukan secara kontinu. Intervensi dilakukan kepada tujuh kader. Instrumen intervensi ini menggunakan lembar kuesioner tingkat pengetahuan dengan total 27 pertanyaan. Adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam upaya pencegahan kejadian anemia pada remaja putri dengan kader yang mempunyai tingkat pengetahuan baik meningkat dari tiga kader (42,9%) menjadi tujuh kader (100%) dan kader yang mempunyai pengetahuan cukup menurun dari empat kader (57,1%) menjadi tidak ada kader yang mempunyai pengetahuan cukup mengenai pencegahan anemia (0%). Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader dalam upaya pencegahan kejadian anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: *Pemberdayaan, Kader, Tingkat Pengetahuan, Anemia, Remaja*

Abstract

Referring to the previous literature, it shows that 27.2% of the group of adolescent girls suffer from anemia. Various strategies are carried out to prevent an increase in the incidence of anemia. Cadre empowerment is one of the strategies to reduce the incidence of anemia, especially in adolescent girls. The purpose of this nursing care is to increase the knowledge of cadres about the prevention of anemia in adolescent girls. Empowerment of cadres consists of training, mentoring and evaluation that is carried out continuously. The intervention was carried out to seven cadres. This intervention instrument used a knowledge level questionnaire with a total of 27 questions. There is an increase in the knowledge and skills of cadres in efforts to prevent the incidence of anemia in adolescent girls with cadres who have a good level of knowledge increasing from three cadres (42.9%) to seven cadres (100%) and cadres who have sufficient knowledge decreased from four cadres (57.1%) to no cadres who have sufficient knowledge about anemia prevention (0%). The results of the evaluation showed that there was an increase in cadre knowledge in efforts to prevent the incidence of anemia in adolescent girls.

Keywords: *Empowerment, Cadres, Knowledge Level, Anemia, Adolescents.*

* Corresponding author :

Address : Belung Wetan, 004/005, Sambongbangi, Kradenan, Grobogan.

Email : adistiikusumaa@gmail.com

Phone : 085926506929

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju (Maharani, 2020). Menurut WHO (2015), anemia yang dialami diakibatkan oleh defisiensi zat besi, dimana kelompok yang berisiko tinggi salah satunya adalah remaja. Di negara berkembang remaja putri yang mengalami anemia pada umur rata-rata 10-18 tahun mencapai 41,5%. Begitu juga di Indonesia remaja putri yang mengalami anemia defisiensi zat besi yaitu sebanyak 51,7%. Hasil Riskesdas 2020 menunjukkan proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32%, sedangkan proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3%) (Fauziah dkk., 2020).

Selain karena menstruasi setiap bulannya yang mengakibatkan remaja putri rentan terkena anemia, terjadinya anemia pada remaja putri berfokus pada pola perilaku yang tidak sehat, seperti remaja cenderung tidak suka mengonsumsi sayuran, adanya keinginan untuk tetap langsing atau kurus, diet tidak seimbang dan ketidakseimbangan asupan nutrisi dengan aktivitas yang dapat menimbulkan berbagai dampak (Linda & Michelle, 2019). Ketidakseimbangan antara asupan dan kebutuhan apabila tidak ditangani dapat mengakibatkan menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu tumbuh kembang remaja, serta menurunkan kemampuan fisik (Neri, 2019). Hal itu apabila dibiarkan berlanjut begitu saja akan memiliki dampak yang memanjang ketika telah menikah dan dalam kondisi mengandung, karena anemia menjadi faktor risiko timbulnya komplikasi kehamilan (Fibrila et al., 2025). Pencegahan dan permasalahan anemia dapat dilakukan dengan baik apabila faktor risiko penyebab terjadinya anemia dapat diketahui secara dini (Taufiq dkk., 2020).

Pemberdayaan kader kesehatan dalam pengendalian faktor risiko anemia merupakan langkah yang strategis, mengingat bahwa kader merupakan aspek integral dari strategi peningkatan kesehatan dalam Program Kesehatan Primer Pembangunan Pelayanan (PHSDP) (Handayani & Nini, 2021). Pemberdayaan kader kesehatan berkembang melalui kegiatan pelatihan, pendampingan, dan sosialisasi program. Pemberdayaan kader kesehatan diharapkan dapat membawa dampak keberhasilan pencegahan anemia pada remaja (Yusni & Nurlaily, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara di Posyandu Remaja Puskesmas Gatak di Desa Sraten didapatkan bahwa total jumlah remaja sebanyak 1455 remaja. Hasil *screening* dari Puskesmas Pembantu Desa Sraten didapatkan data empat remaja putri terdeteksi anemia. Keadaan ini menunjukkan bahwa masih rendahnya cakupan kunjungan posyandu remaja karena tidak terdeteksinya kejadian anemia. Adapun pemberian

pemberdayaan kader dalam upaya pencegahan anemia pada remaja sudah pernah dilakukan di Posyandu Remaja namun dalam pelaksanaan dan penerapannya tidak berjalan dengan efektif. Oleh sebab itu, sangat diperlukan pemberdayaan kader posyandu khususnya tentang anemia dan diharapkan kader dapat mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja putri serta dapat bekerja sama dengan petugas kesehatan untuk penatalaksanaan kasus anemia pada remaja.

METODE

Proses pelaksanaan kegiatan diaplikasikan dalam bentuk asuhan keperawatan komunitas yang dilakukan kepada tujuh kader posyandu remaja di Desa Sraten, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo. Kegiatan ini menggunakan metode *one group pre-test and post-test design* untuk menilai tingkat pengetahuan kader kesehatan dalam pencegahan kejadian anemia pada kelompok remaja putri. Instrumen intervensi ini kuesioner dengan total 27 pertanyaan dan *PowerPoint* mengenai pencegahan anemia. Data yang telah terkumpul dilakukan analisis data dan prioritas masalah (skoring) sehingga diperoleh masalah keperawatan dalam agregat remaja yaitu kurangnya pengetahuan tentang penyakit anemia pada remaja putri. Selanjutnya, menyusun rencana keperawatan yang mengacu pada NIC dan indikator pencapaian tujuan berdasarkan NOC.

Metode pelaksanaan terdiri dari beberapa bagian, **Kegiatan I:** Penjelasan tujuan dilakukan intervensi kepada kader kesehatan mengenai pencegahan anemia (*Retraining*). **Kegiatan II:** Melaksanakan *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan kader kesehatan tentang anemia. **Kegiatan III:** Penyuluhan tentang pencegahan anemia pada kader kesehatan kemudian dilakukan demonstrasi cara mengidentifikasi anemia pada remaja putri dengan menggunakan kuesioner anemia. **Kegiatan IV:** Pemberdayaan kader kesehatan sebagai upaya pendampingan pencegahan anemia terhadap kelompok remaja dengan cara: demonstrasi cara mengidentifikasi anemia pada remaja putri dengan menggunakan kuesioner anemia. Pendampingan kader dilaksanakan selama satu bulan. **Kegiatan V:** Setelah satu bulan dilakukan intervensi, kemudian dilakukan *post-test* pengetahuan kader kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja putri dengan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang pencegahan anemia. Setelah semua rencana keperawatan di implementasikan maka di akhir pelaksanaan asuhan keperawatan dilakukan evaluasi sumatif untuk mengevaluasi seluruh proses yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil intervensi keperawatan, menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan kader sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

Tabel 1. Pengetahuan kader sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Pengetahuan <i>Pre-Posttest</i>	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	0	0	0	0
Cukup	4	57,1	0	0
Baik	3	42,9	7	100
Total	7	100	7	100

Setelah dilakukan intervensi, tingkat pengetahuan kader tentang pencegahan anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi meningkat. Diketahui bahwa kader yang mempunyai tingkat pengetahuan baik meningkat dari tiga kader (42,9%) menjadi tujuh kader (100%) dan kader yang mempunyai pengetahuan cukup menurun dari empat kader (57,1%) menjadi tidak ada kader yang mempunyai pengetahuan cukup mengenai pencegahan anemia (0%).

Hasil intervensi menunjukkan bahwa pengetahuan kader tentang pencegahan anemia sesudah dilakukan intervensi menunjukkan peningkatan pengetahuan. Kader yang termasuk dalam kategori pengetahuan baik mengalami peningkatan dari tiga kader (42,9%) pada *pretest* menjadi tujuh kader (100%) pada saat *posttest*. Sedangkan kader yang termasuk dalam kategori pengetahuan cukup mengalami penurunan dari empat kader (57,1%) pada *pretest* menjadi tidak ada kader yang mempunyai pengetahuan cukup tentang pencegahan anemia pada saat *posttest*. Berdasarkan hasil intervensi dapat dinyatakan bahwa pengetahuan kader mengenai pencegahan anemia sebelum dilakukan intervensi yang termasuk dalam kategori pengetahuan cukup sebanyak 57,1% dan kategori pengetahuan baik sebanyak 42,9%. Kemudian tingkat pengetahuan kader mengenai pencegahan anemia meningkat setelah dilakukan intervensi yang menghasilkan pengetahuan kategori cukup menurun menjadi 0% dan kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 100%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kader mengenai pencegahan anemia meningkat setelah adanya intervensi.

Peningkatan pengetahuan kader diperoleh karena adanya informasi yang diberikan melalui kegiatan I sampai III yang dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Peningkatan pengetahuan kader dapat menjadi langkah awal kader untuk merubah perilaku yang tidak sehat menjadi sehat termasuk merubah kebiasaan dalam mengonsumsi makanan yang kaya zat besi, memenuhi kebutuhan istirahat tidur, maupun aktifitas fisik sesuai dengan kemampuan (Notoatmojo, 2020). Dengan adanya pengetahuan, kader menjadi memahami nutrisi yang dibutuhkan oleh remaja, jenis makanan yang harus disajikan, kebiasaan makan yang diterapkan, maupun pola hidup yang harus diterapkan dalam

keluarga sehingga anemia pada remaja dapat diatasi (Friedman dkk., 2020).

Hasil kegiatan IV yaitu demonstrasi dan pendampingan dalam meningkatkan keterampilan kader melakukan pemeriksaan tanda dan gejala anemia dengan kuesioner. Keterampilan kader tentunya sangat penting dalam melakukan perubahan perilaku di dalam masyarakat. Kegiatan IV dilakukan untuk memberikan pemahaman dan keterampilan baru dengan cara memberikan bimbingan langsung (Marwan, 2019). Efektifitas kegiatan IV dalam mempelajari keterampilan didukung hasil penelitian Iskandar (2019), demonstrasi dan pendampingan efektif dilakukan untuk mengajarkan perilaku hidup sehat. Hasil kegiatan V yaitu sosialisasi kembali terkait kegiatan yang telah dilakukan, yaitu dengan melakukan *post-test* tingkat pengetahuan kader tentang pencegahan anemia. Hasil kegiatan adalah terjadi peningkatan pengetahuan kader yang menghasilkan pengetahuan kategori cukup menurun menjadi 0% dan kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 100%.

Peningkatan pengetahuan dan pemahaman kader kesehatan tentang anemia pada kelompok remaja putri membawa perubahan yang signifikan terhadap sikap kader kesehatan dalam memahami penyakit anemia pada kelompok remaja putri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Rasmaniar & Nurlaela (2022), yang menyimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan kader disebabkan adanya bimbingan yang diberikan dari pihak puskesmas. Pengetahuan yang baik tentang anemia sangat penting untuk kader posyandu remaja agar kader mampu menyampaikan penyuluhan dan konseling dengan baik (Abdi, 2019).

Apresiasi sikap yang ditunjukkan oleh para kader kesehatan saat pelaksanaan kegiatan diharapkan dapat menjadi dasar upaya peningkatan dukungan sosial bagi remaja anemia. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Yusni & Nurlaely (2022), menyimpulkan adanya pengaruh pemberdayaan kader dalam upaya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia. Sehingga diharapkan peran serta kader dapat memberikan dukungan dalam upaya pencegahan anemia pada kelompok remaja putri.

Continue care yang dapat dilakukan perawat komunitas untuk mengatasi masalah anemia pada remaja putri diantaranya melaporkan hasil temuan anemia pada remaja putri dan melakukan advokasi kepada pihak puskesmas untuk melanjutkan pemberian asuhan keperawatan dan melakukan monitoring terhadap kondisi kesehatan remaja putri.

SIMPULAN

Setelah dilakukan pemberdayaan kader melalui pelatihan, pendampingan dan sosialisasi kembali, masalah kurangnya pengetahuan tentang

penyakit anemia pada remaja putri dapat teratasi. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

(2022). Pemberdayaan Kader dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia. *Jurnal Surya Masyarakat Vol. 4 No. 2, Mei 2022, Hal. 199-207.*

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, F. & S. (2019). The peer education approach in adolescents-narative review article. *Iranian Journal of Public Health, 42 (11), 1200–1206.*
- Fauziah, I. N., Lutfiasari, D., & Aminah, S., & (2020). (2020). Perbedaan Pengetahuan tentang Anemia Pada remaja Putri di Pondok Pesantren Al Ma’ruf Kota Kediri Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Mahasiswa UNIK, 2(1), 84–91.*
- Fibrila, F., Agusman, F., Mendrofa, M., & Suryantara, B. (2025). *LITERATURE REVIEW: PENGARUH INDEKS MASSA TUBUH DAN ANEMIA TERHADAP KEJADIAN KOMPLIKASI KEHAMILAN. 9, 1362–1370.*
- Friedman, M., Bowden, V., Jones, E. (2020). Family Nursing Research. Theory & Practice. *New Jersey: Pearson Education.*
- Iskandar, A. (2019). Hubungan faktor Internal dan Eksternal Keluarga terhadap Kejadian Anemia Gizi Besi pada Agregat Remaja Putri di SMP Negeri 1 Cimalaka Kabupaten Sumedang. *Tesis. FIK UI.*
- Linda, Michelle, & L. (2019). Treatment of Anemia in the Adolescent Female. *Fediatric Annals, 42(1:36-39).*
- Maharani, S. (2020). Penyuluhan Tentang Anemia pada Remaja. *JurnalAbdimasKesehatan (JAK)Vol2,No.1,Januari2020.*
- Marwan, Amien, & Y. (2019). Anemia and risk factors among female secondary students inthe Gaza Strip. *Diunduh Dari <https://www.researchgate.net>.*
- Neri, A. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Gizi Remaja Putri SMP 133 di Pulau Pramuka Kepulauan Seribu. *Tesis FKM UI.*
- Nini., H. &. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN I Kijang Kecamatan Bintan Timur Kabupaten Bintan. *Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.*
- Notoatmojo, S. (2020). Promosi Kesehatan, Teori, dan Aplikasi. *Jakarta: Rineka Cipta.*
- Rasmaniar, Nurlaela, N. (2022). Pendidikan Teman Sebaya melalui Pemberdayaan Kader Posyandu Remaja terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja tentang Manfaat Gizi dalam Pencegahan Anemia. *Jurnal Penelitian, Poltekkes Kemenkes Kendari.*
- Taufiq, Ekawidnyani, karina rahmadia, & Sari, &. (2020). Aku Sehat Tanpa Anemia. *Aku Sehat Tanpa Anemia.*
- Yusni Podungge1, Sri Nurlaily Z, S. Y. W. M.