



PENGABDIAN MASYARAKAT PEMERIKSAAN HB GRATIS DAN SOSIALISAI TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Silvi Zaimy^{1*}, Ika Yulia Darma², Meldafia Idaman³

¹Program Studi S1 Kebidanan, Stikes Syedza Saintika

^{2,3}Program Studi D3 Kebidanan, Stikes Syedza Saintika

*Email : zaimysilvi06@gmail.com

ABSTRAK

Anemia gizi disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, baik karena kekurangan konsumsi atau karena gangguan absorpsi. Anemia terjadi karena penurunan jumlah eritrosit atau kadar hemoglobin dalam darah. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Masa remaja adalah masa transisi dari anak menuju dewasa. Masa ini merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Tujuan kegiatan ini adalah sebagai bentuk Tri Dharma Perguruan Tinggi Stikes Syedza Saintika Padang dan sebagai tempat mengaplikasikan ilmu Kebidanan. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat Pemeriksaan Hb gratis dan Sosialisasi tentang anemia pada remaja di asrama putri Stikes Syedza Saintika Padang. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 62 orang. Simpulan dari kegiatan pemeriksaan Hb gratis dan sosialisai tentang anemia pada remaja putri ini adalah 23 orang mengalami anemia ringan, dan masih banyak penghuni asrama yang belum memahami tentang anemia pada remaja.

Kata Kunci: *Anemia, remaja putri, pemeriksaan Hb*

ABSTRACT

Nutritional anemia is caused by a deficiency of nutrients that play a role in the formation of hemoglobin, either due to lack of consumption or absorption problems. Anemia occurs due to a decrease in the number of erythrocytes or hemoglobin levels in the blood. According to WHO, adolescents are the population in the age range of 10 to 19 years. Adolescence is a period of transition from child to adulthood. This period is a period of preparation for adulthood that will go through several important stages of development in life. Based on Riskesdas 2018 data, the prevalence of anemia in adolescents is 32%, meaning that 3-4 out of 10 adolescents suffer from anemia. The purpose of this activity is as a form of Tri Dharma Perguruan Tinggi Syedza Saintika Padang and as a place to apply Midwifery knowledge. Based on the above background, the authors are interested in doing community service free Hb examination and socialization about anemia in adolescents in the girls' dormitory at Stikes Syedza Saintika Padang. The participants who took part in this activity were 62 people. The conclusion from the free Hb examination and socialization about anemia in adolescent girls is that 23 people have mild anemia, and many boarders do not understand about anemia in adolescents.

Keywords: *Anemia, young women, Hb examination*

PENDAHULUAN

Anemia gizi disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, baik karena

kekurangan konsumsi atau karena gangguan absorpsi (Almatsier, 2010). Anemia terjadi karena penurunan jumlah eritrosit atau kadar hemoglobin dalam



darah. Anemia menyebabkan keadaan mudah lelah dan pening, terutama perubahan posisi duduk ke posisi berdiri. Anemia dapat terjadi pada remaja akibat kurangnya asupan zat besi pada makanan yang dikonsumsi. Selain itu, pada remaja wanita yang mengalami menstruasi terjadi kekurangan darah yang menyebabkan wanita remaja rentan terkena anemia. Hal tersebut tentunya tidak baik dalam perkembangan para remaja karena dapat mengganggu tingkat produktifitas dalam belajar (Istiany dan Rusilanti, 2013).

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Masa remaja adalah masa transisi dari anak menuju dewasa. Masa ini merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisisi kemampuan (skill) untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi. Kadar Hb normal pada remaja putri adalah >12 g/dl (WHO, 2014). Prevalensi di Asia, anemia pada wanita usia 15–45 tahun mencapai 191 juta orang dan Indonesia menempati urutan ke 8 dari 11 negara di Asia. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia.

Penanganan anemia salah satunya dengan program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri. Berdasarkan Riskesdas Tahun 2018 cakupan TTD yang diperoleh ratri adalah 76,2%, dan 80,9% nya mendapatkan dari sekolah. Kemenkes RI, Dirjen Kesmas,

mengeluarkan surat edaran nomor HK 03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Dengan sasaran anak usia 12-18 tahun yang diberikan melalui institusi pendidikan dan wanita usia subur (WUS) usia 15-49 tahun di institusi tempat kerja.

Pemberian TTD dengan komposisi terdiri dari 60 mg zat besi elemental (dalam bentuk sediaan Ferro Sulfat, Ferro Fumarat atau Ferro Glukonat) dan 0.4 mg asam folat. Pelaksanaan pemberian TTD sebelumnya adalah 1 (satu) tablet per minggu dan pada masa haid diberikan 1 (satu) tablet per hari selama 10 (sepuluh) hari, tetapi pertemuan para pakar memberi rekomendasi pemberian TTD diubah supaya lebih efektif dan mudah pelaksanaannya.

Tujuan kegiatan ini adalah sebagai bentuk Tri Dharma Perguruan Tinggi STIKES SYEDZA SAINTIKA Padang dan sebagai tempat mengaplikasikan ilmu Kebidanan. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat Pemeriksaan Hb gratis dan Sosialisasi tentang anemia pada remaja putri di asrama putri Stikes Syedza Saintika Padang.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dengan melakukan pemeriksaan Hemoglobin (Hb) gratis serta memberikan pendidikan kesehatan tentang Anemia pada remaja berupa penyuluhan, melihat video dampak anemia pada remaja dan adanya sesi tanya jawab setelah kegiatan



penyuluhan dilaksanakan. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 62 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemeriksaan Hb gratis dan sosialisasi tentang anemia pada remaja di asrama putri Stikes Syedza Saintika Padang dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan perencanaan. Namun dalam kegiatan tersebut juga ditemui hambatan-hambatan yang tidak mempengaruhi tujuan dari kegiatan tersebut.

A. Hambatan Selama Kegiatan

Penghuni asrama tidak semuanya berada di tempat karena ada kegiatan lain. waktu penyuluhan terbatas sehingga tidak semua peserta memiliki kesempatan mengajukan pertanyaan.

B. Pemecahan Masalah

Direncanakan untuk membentuk tim kesehatan di asrama putri yang nantinya dapat membantu penghuni asrama yang lain dalam melakukan pemeriksaan Hb, sebagai bentuk pencegahan anemia pada remaja.

SIMPULAN

Simpulan dari kegiatan pemeriksaan Hb gratis dan sosialisasi tentang anemia pada remaja putri ini adalah 23 orang mengalami anemia ringan, dan masih banyak penghuni asrama yang belum memahami tentang anemia pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamaister, S. 2016 . Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : PT.Cramedia Pustaka Utama
- Arisman, 2016. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: EGC.
- Kemertian Kesehatan, R. I. (2018). Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan
- Proverawati, A., & Asfuah, S. (2009). Buku ajar gizi untuk kebidanan. Yogyakarta: Nuha
- Saifudin. (2009). Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Wirawan, R 2011. Pemeriksaan Laboratorium Hematolog, Jakarta : Universitas Indonesia
- Wirjatmadi A . 2015. Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta : Kencana Prenada Media.