

DETEKSI DINI KEJADIAN ANEMIA PADA SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN DARUL HIKMAH TERONG TAWAH LOMBOK BARAT

Ernawati¹⁾, Baiq Heni Rispawati¹⁾, Dewi Nur Sukma Purqoty¹⁾, Indah Wasliah¹⁾

¹⁾Program Studi NERS Tahap Akademik STIKES YARSI Mataram, Mataram, NTB, Indonesia

Corresponding author : Ernawati
E-mail : ernawati091984@gmail.com

Diterima: 18 Mei 2022, Direvisi 16 Juni 2022, Disetujui 16 Juni 2022

ABSTRAK

Anemia gizi masih merupakan salah satu masalah kesehatan disamping masalah-masalah gizi yang lainnya di Indonesia, yaitu: kurang kalori protein, defisiensi vitamin A dan gondok endemic. Anemia gizi disebabkan oleh defisiensi zat besi, asam folat dan atau vitamin B12 yang kesemuanya berakar pada asupan yang tidak adekuat. Kekurangan besi pada remaja ditandai dengan gejala pucat, lemah, letih, lesu, sering pusing, mudah mengantuk dan menurunnya konsentrasi dalam belajar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melakukan deteksi dini kejadian anemia pada santriwati dan memberikan penyuluhan kesehatan tentang konsep anemia dan bagaimana pencegahannya. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah melakukan kegiatan screening terlebih dahulu pada santriwati kemudian dilakukan pemeriksaan Hb pada santriwati dan terakhir dilakukan tindakan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia (Hb) pada santriwati. Sambutan dan partisipasi para santriwati sangat antusias mengikuti kegiatan. Dengan kegiatan ini didapatkan dari 35 santriwati yang dilakukan pemeriksaan ditemukan 11 santriwati yang memiliki Hb kurang dari normal (Hb Normal:12 gr/dl) dan para santriwati mengetahui dan memahami tentang anemia dan pencegahan terjadinya anemia tersebut.

Kata kunci: anemia; penyuluhan kesehatan; santriwati

ABSTRACT

Nutritional anemia is still a health problem in addition to other nutritional problems, namely in Indonesia: lack of protein calories, vitamin A deficiency and endemic goiter. Nutritional anemia is caused by deficiency of iron, folic acid and or vitamin B12, all of which are rooted in inadequate intake. Iron deficiency in adolescents is characterized by symptoms of pale, weak, tired, lethargic, often dizzy, easily drowsy and decreased concentration in learning. This community service activity aims to carry out early detection of anemia in female students and provide health education about the concept of anemia and how to prevent it. The method used in this activity is to carry out screening activities first on female students, then carry out Hb checks on female students and finally carry out health education actions on the prevention of anemia (Hb) in female students. The welcome and participation of the students were very enthusiastic in participating in the activity. With this activity, it was found that from 35 female students who were examined, it was found that 11 female students had Hb less than normal (Hb Normal: 12 g/dl) and the female students knew and understood about anemia and the prevention of anemia.

Keywords: anemia; health education; female students

PENDAHULUAN

Anemia merupakan penyakit kurang darah yang ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) dan sel darah merah (eritrosit) lebih rendah dari nilai normal. Anemia pada umumnya terjadi diseluruh dunia, terutama dinegara berkembang dan pada kelompok sosio-ekonomi rendah.

Anemia gizi masih merupakan salah satu masalah kesehatan disamping masalah-masalah gizi yang lainnya di Indonesia yaitu: kurang kalori protein, defisiensi vitamin A dan

gondok endemic. Anemia gizi disebabkan oleh defisiensi zat besi, asam folat dan atau vitamin B12 yang kesemuanya berakar pada asupan yang tidak adekuat (Arisman,2007). Penyebab anemia gizi besi, selain karena adanya pantangan terhadap makanan hewani, faktor ekonomi juga merupakan penyebab pola konsumsi masyarakat kurang baik, dimana tidak semua masyarakat dapat mengkonsumsi lauk hewani dalam sekali makan. Padahal pangan hewani merupakan sumber zat besi yang tinggi absorbsinya dalam tubuh

Anemia defisiensi besi lebih sering terjadi pada remaja putri daripada remaja putra dikarenakan meningkatnya kebutuhan zat besi akibat kehilangan darah saat menstruasi. Kebiasaan makan pada remaja putri yang lebih banyak mengonsumsi pangan nabati dan membatasi asupan makan harian dengan pola diet yang tidak tepat mengakibatkan rendahnya kecukupan asupan besi harian sehingga sering mengalami anemia (Triwinarni dkk, 2017).

Kurang lebih tiga ratus tujuh puluh juta remaja putri di berbagai negara berkembang menderita anemia defisiensi besi sedangkan prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar tujuh puluh dua koma tiga persen dimana empat puluh satu persen diantaranya merupakan remaja putri tidak hamil. Kekurangan besi pada remaja ditandai dengan gejala pucat, lemah, letih, lesu, sering pusing, mudah mengantuk dan menurunnya konsentrasi dalam belajar (Fakhidah dkk, 2016).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Nasional (2013), prevalensi anemia secara nasional pada semua kelompok umur sebesar dua puluh satu koma tujuh persen. Prevalensi anemia pada remaja putri relatif lebih tinggi (23,90 persen) dibanding laki-laki (18,40 persen).

Masa remaja putri merupakan masa pertumbuhan anak-anak menuju proses kematangan manusia dewasa. Proses pertumbuhan dan perkembangan remaja putri terjadi secara terus-menerus selama masa ini dan mengalami perubahan pada fisik, biologis, dan psikologis. Masa remaja putri masuk pada pematangan dan perkembangan organ reproduksinya ditandai dengan menstruasi pada remaja putri, dimana remaja putri akan kehilangan darah 50-80 ml pada masa menstruasi setiap bulannya secara teratur sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi. Oleh karena itu remaja putri rentan untuk mengalami anemia apalagi bila asupan gizi besi yang dibutuhkan tidak mencukupi (Sya'bani dkk, 2016).

Asupan gizi besi yang kurang pada remaja putri dapat disebabkan karena pengetahuan remaja putri yang kurang tentang pangan sumber zat besi dan peran zat besi bagi remaja putri. Tingkat pengetahuan gizi remaja putri berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan, yang menentukan mudah tidaknya remaja putri memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Dengan sikap dan perilaku makan yang kurang baik akan mengakibatkan asupan gizi besi yang kurang bagi remaja putri yang dapat menyebabkan terjadinya anemia yang

berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan pada remaja putri

Berdasarkan hasil survei pada 60 orang santriwati di pondok pesantren Darul Hikmah Terong Tawah pada bulan maret 2022 didapatkan sebanyak 20 orang santriwati ataupun sebesar 30% santriwati yang mengeluh gejala anemia gizi besi yaitu lemah, letih, lesu, mudah mengantuk, kurang konsentrasi dalam belajar, pucat dan nafsu makan yang kurang. Dari hasil wawancara terhadap 20 orang santriwati yang mengalami gejala tersebut, sebanyak 13 santriwati atau sekitar 50% lebih diantaranya sedang mengalami menstruasi, dan sebanyak 15 santriwati mengatakan memiliki kebiasaan selalu minum teh bersamaan pada saat makan serta mengaku belum pernah mendapatkan informasi terkait anemia dari guru maupun tenaga kesehatan di puskesmas setempat. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari kepala sekolah diketahui pula bahwa kurikulum di pondok pesantren Darul Hikmah belum ada yang memuat materi terkait anemia gizi besi (AGB). Berdasarkan fenomena tersebut penting untuk dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk mendeteksi dini kejadian anemia pada santriwati di pondok pesantren Darul Hikmah Terong Tawah Lombok Barat

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di pondok pesantren Darul Hikmah Terong Tawah Lombok Barat dengan jumlah santriwati yang dilakukan pemeriksaan sebanyak 35 orang. Metode yang digunakan untuk mencapai tujuan dari program pengabdian masyarakat ini adalah kegiatan *screening* terlebih dahulu pada santriwati yang memiliki tanda dan gejala anemia kemudian dilakukan pemeriksaan Hb pada santriwati dan terakhir dilakukan tindakan pendidikan kesehatan tentang pencegahan anemia (Hb) pada santriwati.

Tahap persiapan dilakukan pada tanggal 31 maret 2022 mulai dari survei lokasi, permohonan izin kepada kepala pondok pesantren dan melakukan wawancara pada beberapa santriwati tentang anemia pada remaja

Tahap pelaksanaan dilakukan pada tanggal 20 april 2022, melakukan kegiatan *screening* dan kegiatan pemeriksaan Hb menggunakan alat *easy touch* dengan menyiapkan stik Hb dan *alcohol swab* setelah itu dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan dengan media PPT tentang anemia, *leaflet*, laptop, pengeras suara, dan LCD untuk menyampaikan materi edukasi tentang konsep

anemia dan pencegahan kejadian anemia pada remaja putri (santriwati).

Tahap evaluasi dilakukan untuk mendeteksi kejadian anemia pada santriwati, memberikan pengetahuan dan pemahaman pada santriwati tentang kejadian anemia dan cara pencegahannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah di lakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada tanggal 20 April 2022 didapatkan 35 orang santriwati yang ditemukan memiliki tanda dan gejala anemia dengan melakukan *screening* terlebih dahulu. Setelah itu dilakukan pemeriksaan Hb pada santriwati, kegiatan pemeriksaan Hb menggunakan alat *easy touch* dengan menyiapkan stik Hb dan *alcohol swab*. Setelah dilakukan pemeriksaan Hb pada 35 santriwati ditemukan 11 santriwati yang memiliki Hb kurang dari normal (Hb Normal:12 gr/dl). Kemudian selanjutnya diberikan penyuluhan kesehatan tentang pengetahuan dan pencegahan kejadian anemia pada santriwati. Setelah dilakukan tindakan penyuluhan kesehatan diharapkan para santriwati mengetahui dan memahami tentang kejadian anemia pada remaja dan pencegahan terjadinya anemia tersebut.

Dengan adanya pemahaman dan pengetahuan yang baik pada santriwati tentang kejadian anemia dan pencegahannya, santriwati akan lebih peka terhadap kondisi kesehatannya jika memiliki tanda dan gejala anemia dengan segera untuk melakukan pemeriksaan Hb dan banyak mengonsumsi makanan-makanan yang banyak mengandung zat besi. Dengan demikian diharapkan para santriwati ke depannya memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang optimal



Gambar 1. Foto Sebelum Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 2. Kegiatan *Screening* pada Santriwati



Gambar 3. Kegiatan Pemeriksaan Hb Santriwati



Gambar 3. Sebagian Hasil Pemeriksaan Hb Santriwati

Status Hemoglobin pada Remaja Putri. Mathernal

- Handyani, Wiwik. Dkk. (2008). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Jakarta : Salemba Medika
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013
- Smeltzer, Suzanne C. & Brenda G. Bare (2008). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, Brunner & Suddarth*. Ed. 8. Vol. 2. Jakarta: EGC.
- Sya'bani, I. R. N., & Sumarmi, S. (2016). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada santriwati di Pondok Pesantren Darul Ulum Peterongan Jombang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Triwinarni, C., Hartini, T. N. S., & Susilo, J. (2017). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia gizi besi (AGB) pada siswi SMA di Kecamatan Pakem. *Jurnal Nutrisia*.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dalam upaya meningkatkan kesadaran pada santriwati untuk segera melakukan pemeriksaan Hb jika mengalami ada tanda-tanda dan gejala anemia seperti yang dijelaskan melalui pendidikan kesehatan tentang kejadian anemia dan pencegahannya di rasa telah berhasil bagi para santriwati. Dimana para santriawati mengatakan telah mengetahui nilai Hb yang dikatakan normal atau tidak dan memahami tentang konsep anemia dan bagaimana pencegahannya. Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini di harapkan para santriwati memahami dan mengetahui tentang kejadian anemia, nilai normal Hb pada remaja dan cara pencegahannya jika ada muncul tanda dan gejala anemia

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pimpinan pondok pesantren Darul Hikmah, para santriwati, adek-adek mahasiswa yang telah membantu dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga kegiatan ini bisa terlaksana dengan baik

DAFTAR RUJUKAN

- Arisman. (2007). *Gizi Dalam Kehidupan*. Jakarta: EGC
- Fakhidah, L.,N & Putri, K.,S.E (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan