

Pemberdayaan Siswa PMR Sebagai Kader Anti Anemia dalam Upaya Pencegahan Anemia Prakonsepsi

Juhrotun Nisa^{1*}, Adevia Maulidya Chikmah², Istiqomah Dwi Andari³,
Annisa Fadillah Muslich⁴, Elfa Zulfatun Amalia⁵
nisa.jn20@gmail.com^{1*}, depheeya@gmail.com², istyandari44@gmail.com³
^{1,2,3,4,5}Program Studi DIII Kebidanan
^{1,2,3,4,5}Politeknik Harapan Bersama

Received: 13 02 2020. Revised: 03 07 2020. Accepted: 06 08 2020.

Abstract: The World Health Organization (WHO) targets a 50% reduction in the incidence of anemia by 2025, while adolescents are still in the vulnerable group for anemia, because the peak of iron absorption occurs in adolescence. The high incidence of anemia is not balanced by the existence of screening for anemia, even teenagers tend not to have their hemoglobin levels checked. Delay in handling anemia affects when a woman has a pregnancy, so that it can cause bleeding complications during childbirth, giving birth to babies with low body weight, infants growing with stunting and so on. The purpose of this community service is to conduct training and empower students who are active in the Youth Red Cross (PMR) activities as cadre of anti-anemia in the effort to prevent preconception anemia by providing knowledge about anemia, how to detect early anemia events through physical examination and examination of hemoglobin. The activity was carried out in one of the Tegal City Vocational Schools on January 28-29, 2020 followed by Class X and XI students who were active in the Youth Red Cross extracurricular activities (PMR), with a total of 20 people (4 class XI and 16 class X).

Keyword: Anemia, Empowerment, Youth Red Cross

Abstrak: *World Health Organization* (WHO) menargetkan penurunan angka kejadian anemia sebesar 50% pada tahun 2025, sedangkan remaja masih termasuk kelompok rentan terjadinya anemia, dikarenakan puncak absorpsi zat besi terjadi pada usia remaja. Cukup tingginya kejadian anemia tersebut tidak diimbangi dengan adanya *screening* terhadap kejadian anemia, bahkan remaja cenderung tidak pernah memeriksakan kadar hemoglobinnnya. Keterlambatan penanganan anemia berdampak pada saat wanita mengalami kehamilan, sehingga bisa menyebabkan komplikasi perdarahan saat persalinan, melahirkan bayi dengan berat badan rendah, bayi tumbuh dengan stunting dan sebagainya. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk melakukan pelatihan dan pemberdayaan siswa yang aktif di kegiatan Palang Merah Remaja (PMR) sebagai kader anti anemia dalam upaya pencegahan anemia prakonsepsi dengan membekali pengetahuan tentang anemia, cara mendeteksi dini kejadian anemia melalui pemeriksaan fisik dan pemeriksaan hemoglobin. Kegiatan dilakukan di salah satu SMK Kota Tegal pada tanggal 28-29 Januari 2020 diikuti oleh Siswi Kelas X dan XI yang aktif dikegiatan ekstrakurikuler Palang

Merah Remaja (PMR), dengan jumlah 20 orang (4 orang kelas XI dan 16 orang kelas X).

Kata Kunci: Anemia, Pemberdayaan, Palang Merah Remaja

ANALISIS SITUASI

Pada tahun 2025 *World Health Organization* (WHO) menargetkan penurunan angka kejadian anemia sebesar 50% sedangkan anemia sendiri masih menjadi masalah gizi yang cukup besar di Negara berkembang salah satunya Indonesia, prevalensi anemia di Negara maju sebesar 9% dan 43% di Negara berkembang (WHO, 2002; McLean E at al, 2009; WHO, 2014).

Hasil Riskesdas (2013) menunjukkan bahwa proporsi anemia di Indonesia pada kelompok umur 5-14 tahun adalah sebesar 26,4% sedangkan pada remaja putri di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Kota Tegal ditemukan kasus anemia sebesar 35% (Nisa, J *et al*, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja masih termasuk kelompok rentan terjadinya anemia, dikarenakan puncak absorpsi zat besi terjadi pada usia remaja, selain itu remaja juga mengalami menstruasi setiap bulan ditambah lagi perilaku remaja yang masih suka jajan sembarangan. Cukup tingginya kejadian anemia tersebut tidak diimbangi dengan adanya *screening* terhadap kejadian anemia, bahkan remaja cenderung tidak pernah memeriksakan kadar hemoglobinnya, walaupun sebenarnya Dinas Kesehatan Kota Tegal rutin memberikan tablet Fe yang harus dikonsumsi remaja pada hari jumat setiap minggunya, tetapi pemberian zat besi tersebut tidak diimbangi dengan pemeriksaan hemoglobin pada remaja, selain itu beberapa remaja juga enggan mengonsumsi zat besi yang diberikan Dinas Kesehatan karena rasanya yang kurang enak dan adanya efek mual serta konstipasi, sehingga pemutusan mata rantai anemia pada kehamilan dirasa masih kurang efektif. Keterlambatan penanganan anemia sejak dini berdampak pada saat wanita mengalami kehamilan, sehingga bisa menyebabkan komplikasi perdarahan saat persalinan, melahirkan bayi dengan berat badan rendah, bayi tumbuh dengan stunting dan sebagainya.

Cukup tingginya kejadian anemia pada remaja khususnya remaja putri perlu ditangani dan di deteksi secara dini, hal tersebut dikarenakan remaja putri merupakan calon ibu yang perlu dipersiapkan kondisinya sebelum hamil, penelitian menyebutkan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan terutama buah memiliki pengaruh terhadap kejadian anemia pada kehamilan (Nisa, J *et al*, 2019).

Wanita yang memiliki cadangan zat besi rendah pada saat awal kehamilan memiliki risiko anemia defisiensi besi yang cukup besar dikarenakan kebutuhan tubuh terhadap mineral

besi meningkat secara substansial dengan bertambahnya umur kehamilan. Kebutuhan zat besi wanita hamil lebih dari 90%, kebutuhan tersebut saat kehamilan trimester kedua dan ketiga, yaitu setara dengan 5.5 mg zat besi setiap harinya (Machado *et al*, 2016).

Pelatihan kader anti anemia di sekolah dianggap perlu di karenakan siswa sekolah menengah kejuruan dianggap jarang sekali terpapar masalah kesehatan, kecuali mereka yang aktif di kegiatan palang merah remaja (PMR), sehingga pemberdayaan kader anti anemia dilakukan pada mereka yang aktif dikegiatan PMR.

SOLUSI DAN TARGET

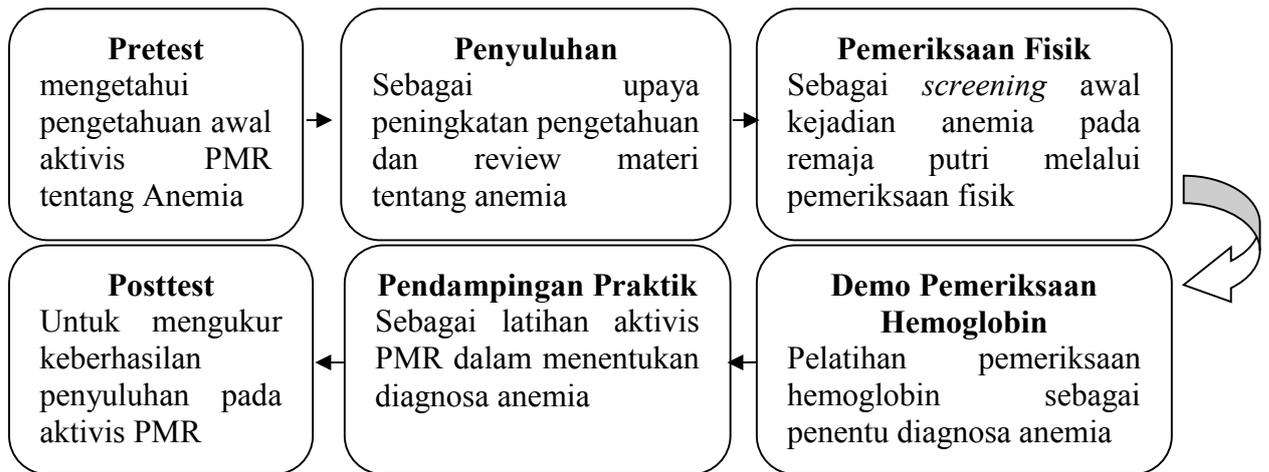
Berdasarkan analisis situasi yang ada maka perlu dilakukan “Pemberdayaan Siswa PMR sebagai Kader Anti Anemia dalam Upaya Pencegahan Anemia Prakonsepsi’. Dimana kegiatan ini bertujuan untuk melatih siswa PMR sebagai kader anti anemia, dengan membekali cara melakukan pemeriksaan hemoglobin, meningkatkan pengetahuan siswa tentang cara mendeteksi anemia pada remaja melalui pemeriksaan fisik, dan meningkatkan pengetahuan calon kader dalam mengatasi anemia pada remaja khususnya remaja putri. Adapun dalam praktiknya kader tersebut masih tetap dengan pendampingan Prodi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama.

Adapun target yang diharapkan setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi terlatihnya siswa PMR sebagai kader anti anemia di SMK, meningkatnya pengetahuan kader tentang anemia, kader anti anemia mampu melakukan screening anemia melalui pemeriksaan fisik, dan kader anti anemia mampu melakukan pemeriksaan hemoglobin dengan GCHb melalui pendampingan Prodi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama dalam menemukan kasus anemia.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di SMK Kota Tegal pada tanggal tanggal 28-29 Januari 2020 dengan sasaran dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah Siswi Kelas X dan XI yang aktif dikegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR), adapun jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 20 orang dengan rincian 4 orang kelas XI dan 16 orang kelas X.

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi metode kepakaran berupa penyuluhan, pelatihan dan pendampingan. Adapun kegiatan yang dilaksanakan tergambar dalam bagan dibawah ini.



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan PKM

HASIL DAN LUARAN

Kegiatan pemberdayaan kader anti anemia dilaksanakan pada tanggal 28-29 Januari 2020 di SMK Kota Tegal, tanggal 28 dilaksanakan sebagai proses persiapan kegiatan tersebut, sedangkan tanggal 29 pelaksanaan kegiatan meliputi penyuluhan, pelatihan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan hemoglobin, serta evaluasi pengetahuan dari calon kader. Adapun rincian kegiatan tersebut dimulai dari penyuluhan, pemeriksaan fisik, praktikum pemeriksaan hemoglobin, pendampingan praktik pemeriksaan hemoglobin, dan evaluasi.

Kegiatan pertama adalah penyuluhan. Penyuluhan dilakukan sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan *review* pada aktivis PMR di SMK Kota Tegal tentang anemia, tanda gejala, diagnosa dan solusinya. Aktivis PMR di SMK Kota Tegal *interest* mengikuti kegiatan penyuluhan tersebut dikarenakan mereka belum pernah mendapatkan materi tersebut, dan beberapa dari mereka sudah pernah mendapat materi yang sama, tetapi ketertarikannya cukup besar hal ini ditunjukkan dengan banyaknya pertanyaan setelah selesai penyampaian materi.



Gambar 2. Penyuluhan tentang anemia pada remaja putri

Kegiatan kedua adalah praktikum pemeriksaan fisik sebagai upaya deteksi dini adanya anemia yang diajarkan pada aktivis PMR meliputi pemeriksaan pada bagian muka (terlihat pucat atau tidak), pemeriksaan konjungtiva pada mata, pemeriksaan warna gusi dan pemeriksaan kuku. Pada kegiatan ini aktivis PMR juga terlihat tertarik karena belum pernah mendapatkan materi tersebut dibuktikan dengan banyaknya/hampir semua peserta langsung mempraktikkan pada teman di sebelahnya dengan cara berpasang-pasangan.



Gambar 3. Pemeriksaan Fisik dalam skrining anemia

Kegiatan berikutnya yaitu melakukan praktikum pemeriksaan hemoglobin yang dilakukan untuk memberikan gambaran pada peserta calon kader anti anemia dalam mendeteksi kejadian anemia di lingkungan sekolahnya, jumlah aktivis PMR yang tidak terlalu banyak menjadikan peserta fokus dan memahami cara melakukan pemeriksaan hemoglobin. Adapun penjelasan terkait praktikum meliputi cara penggunaan alat, kesesuaian chief dan stik, cara dan tempat pengambilan spesimen darah yang sesuai serta pembacaan hasil pemeriksaan.



Gambar 4. Penjelasan dan praktikum pemeriksaan hemoglobin

Dilanjutkan dengan melakukan pendampingan praktik pemeriksaan hemoglobin dilakukan agar kader anti anemia yang terbentuk memiliki skill pasti dalam melakukan deteksi anemia. Ketertarikan kader anti anemia tersebut dapat dilihat melalui banyaknya aktivis PMR yang mau mencoba untuk melakukan praktik pemeriksaan hemoglobin, walaupun pada awalnya beberapa dari aktivis PMR tersebut takut dilakukan pemeriksaan. Dengan dilatihnya aktivis PMR sebagai kader anti anemia tersebut diharapkan mampu

melakukan deteksi anemia prakonsepsi pada remaja khususnya remaja putri disekolahnya, adapun dalam pelaksanaannya tetap dengan pendampingan dari Prodi DIII Kebidanan.



Gambar 5. Pendampingan Praktik Pemeriksaan Hemoglobin

Untuk mengevaluasi pengetahuan awal aktivis PMR sebagai kader anti anemia di SMK 1 Kota Tegal dilakukan pemberian kuesioner awal tentang anemia dan untuk mengetahui keberhasilan penyuluhan Prodi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama juga melakukan evaluasi melalui pengisian kuesioner tentang pengetahuan anemia. Adapun hasilnya sebagai berikut.

Tabel 1. Gambaran Pengetahuan Kader tentang Anemia

No.	Kriteria	Tingkat Pengetahuan		
		Baik	Cukup	Kurang
1.	Pre test	45%	40%	15%
2.	Post Test	85%	10%	5%

Tingkat pengetahuan Kader tentang anemia sebelum dilakukan penyuluhan tentang anemia sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebanyak 15%, pengetahuan cukup sebanyak 40% dan pengetahuan baik sebanyak 45%, sedangkan tingkat pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan mengalami peningkatan yaitu responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 85%, pengetahuan cukup 10% dan pengetahuan kurang sebanyak 5%.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan berjalan dengan baik, walaupun terdapat beberapa hambatan. Adapun kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan PKM diantaranya siswa PMR telah terlatih sebagai kader anti anemia melalui peningkatan pengetahuan, kemampuan untuk melakukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan hemoglobin dalam melakukan skrining anemia, kegiatan pengabdian masyarakat tersebut meningkatkan pengetahuan aktivis PMR tentang anemia, aktivis PMR sebagai kader anti anemia mampu

melakukan skrining anemia melalui pemeriksaan fisik dan aktivis PMR sebagai kader anti anemia mampu melakukan pemeriksaan hemoglobin dan menentukan hasilnya (anemia/tidak anemia).

DAFTAR RUJUKAN

- Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta
- Machado, Carli, Szarfarc, Souza, Fujimori And Colli. 2016. Anemia Among Pregnant Women Attending Primary Healthcare Units In The Municipality Of São Paulo, Brazil: Evaluations After The Mandatory Fortification Of Wheat And Maize Flours With Iron. *Nutrire*. Biomedical Central. 41:19.
- Mclean E At Al, Cogswell M, Egli I, Wojdyla D, De Benoist B. 2009. Worldwide Prevalence Of Anaemia, WHO Vitamin And Mineral Nutrition Information System, 1993–2005. *Public Health Nutr*. 12: 444–54.
- Nisa, J. , Chikmah, A. M., Zulfiana, E. 2019. Perilaku Konsumsi Sumber Enhancer Dan Inhibitor Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Kehamilan. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*. 8 (1): 41-47
- Nisa, J. , Chikmah, A. M., Harnawati, R. A.. 2020. The Effects Of Gadgets On The Occurrence Of Anemia In Teenage Girls. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*. 9 (1): 54-59
- World Health Organization. 2002; *The World Health Report. Reducing Risks, Promoting Healthy Life*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. 2014. *WHA Global Nutrition Targets 2025: Anaemia Policy Brief*. Geneva: World Health Organization.