

## Peran Tenaga Kesehatan Dalam Menurunkan Prevalensi Anemia Pada Remaja, dan Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia

Ade Irma Seftiyani Lubis<sup>1</sup>, Aisa Maharani Hasibuan<sup>2</sup>, Annisa Riandini<sup>3</sup>, Erika Ayenti<sup>4</sup>, Fahira Ramadhani Saragih<sup>5</sup>, Muhammad Fauzi Sitorus<sup>6</sup>, Nisrina<sup>7\*</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

e-mail: adeirmaseftiyani14@gmail.com

### Abstrak

*Anemia adalah penyakit yang ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) yang lebih rendah dari normal dalam darah. Hemoglobin adalah protein dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Berdasarkan temuan penelitian diketahui bahwa peran remaja Posyandu adalah memberikan pelayanan kesehatan oleh tenaga kesehatan. Pelayanan yang diberikan berupa fasilitator yang akan melakukan pemeriksaan kesehatan dan merujuk remaja putri yang terdiagnosis anemia ke Puskesmas untuk dilakukan pemeriksaan hemoglobin. Karena remaja putri berisiko mengalami anemia saat menstruasi, maka penting bagi Posyandu Remaja untuk memotivasi mereka agar meminum tablet produk darah dan menjalani pemeriksaan kesehatan rutin setiap bulan. Penelitian ini menggunakan metodologi tinjauan pustaka yang berfokus pada tema atau variabel yang diperoleh dari penelitian sebelumnya yaitu penelitian tertulis (Wahyudi, 2022). Data mengenai peran tenaga kesehatan dalam menurunkan prevalensi anemia pada remaja dan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia diidentifikasi dari artikel penelitian dan tinjauan literatur. Mirip dengan Bangladesh dan India, prevalensi anemia di india sangat tinggi yaitu 45,9%. Salah satu faktor utama penyebab anemia pada remaja putri adalah kebiasaan gizi yang tidak tepat.*

**Kata kunci:** Anemia, Prevalensi, Remaja, Tenaaga Kesehatan

### Abstract

*Anemia is a disease characterized by lower-than-normal hemoglobin (Hb) levels in the blood. Hemoglobin is a protein in red blood cells that functions to transport oxygen from the lungs to the rest of the body. Based on the research findings, it is known that the role of Posyandu adolescents is to provide health services by health workers. The services provided are in the form of facilitators who will conduct health checks and refer adolescent girls diagnosed with anemia to the Puskesmas for hemoglobin testing. Since adolescent girls are at risk of anemia during menstruation, Posyandu Remaja needs to motivate them to take blood product tablets and undergo regular health checks every month. This study uses a literature review methodology that focuses on themes or variables obtained from previous research, namely written research (Wahyudi, 2022). Data regarding the role of health workers in reducing the prevalence of anemia in adolescents and factors*

*influencing the occurrence of anemia were identified from research articles and literature reviews. Similar to Bangladesh and India, the prevalence of anemia in India is very high at 45.9%. One of the main factors causing anemia in adolescent girls is improper nutritional habits.*

**Keywords: Anemia, Adolescents, Health Workers, Prevalence**

## **PENDAHULUAN**

Karena mereka menjalani siklus menstruasi setiap bulannya, remaja putri merupakan termasuk populasi yang paling mungkin terkena anemia. Selain itu, remaja putri sering kali memiliki kesadaran diri yang tinggi terhadap bentuk tubuh mereka, yang antara lain menyebabkan mereka membatasi asupan makanan, mengonsumsi makanan vegetarian. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, antara 30 dan 40 persen remaja putri mengalami anemia defisiensi besi pada tahun 2017. Meskipun demikian, remaja putri masih mengalami anemia dengan prevalensi yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Remaja perempuan lebih besar kemungkinannya mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki (Ristanti, Fatimah and KD, 2023).

Indonesia masih mempunyai angka kejadian anemia yang relatif tinggi. Tiga hingga empat dari sepuluh remaja menderita anemia, menurut statistik Riskesdas 2018, prevalensi anemia di kalangan remaja sebesar 32% (Kemenkes RI, 2018). Aktivitas fisik yang tidak memadai dan kebiasaan makan yang buruk berdampak pada hal ini. Kadar hemoglobin (Hb) yang lebih rendah dari normal dalam darah merupakan ciri dari kondisi medis anemia. Sel darah merah mengandung protein yang disebut hemoglobin, yang membawa oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh lainnya. Kekurangan hemoglobin dapat mengakibatkan penurunan pengiriman oksigen ke organ dan jaringan tubuh. Siapapun bisa terkena penyakit ini. Namun remaja, khususnya remaja perempuan, lebih mungkin terkena anemia (Budiarti, Anik and Wirani, 2021).

Oleh karena itu, tenaga kesehatan mempunyai peran penting dalam menurunkan kejadian anemia di kalangan remaja. Salah satu strategi pencegahan anemia pada remaja putri adalah dengan pemberian suplemen darah. Remaja putri menerima 76,2% tablet yang dimaksudkan sebagai suplemen darah. 98,6% perempuan muda mengonsumsi kurang dari 52 tablet suplemen darah, dibandingkan dengan hanya 1,4% yang mengonsumsi lebih dari 52 tablet. Penggunaan TTD oleh remaja perempuan merupakan ukuran efektivitas inisiatif yang dirancang untuk mencegah dan mengendalikan anemia (Kemenkes RI, 2018).

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metodologi tinjauan pustaka yang berpusat pada topik atau variabel diteliti dari penelitian terdahulu yaitu ditulis (Wahyudi, 2022). Tindakan mempelajari literatur melibatkan pengumpulan data dari perpustakaan dan dokumentasi. Data mengenai peran tenaga kesehatan dalam menurunkan prevalensi anemia pada remaja, dan faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia diperoleh dari artikel penelitian dan tinjauan pustaka.

Dengan menggunakan kriteria inklusi yang telah ditetapkan, yaitu publikasi ilmiah lengkap yang diterbitkan selama lima tahun terakhir, proses pengumpulan artikel dilakukan dengan menelusuri sumber literatur. Sampel penelitian ditemukan dengan menggunakan kata kunci berikut di Google Scholar: peran

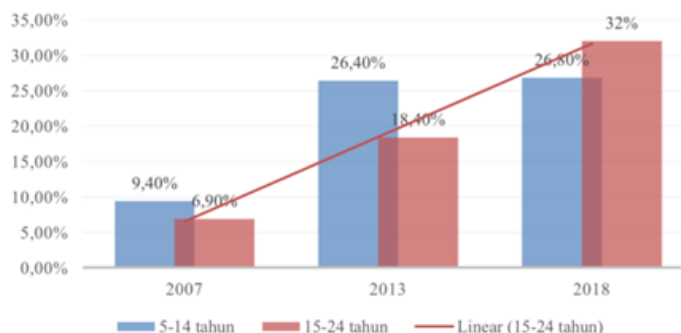
tenaga kesehatan, menurunkan anemia, pada remaja, dan faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Anemia adalah penyakit yang ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) yang lebih rendah dari normal dalam darah. Hemoglobin adalah protein dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Kekurangan hemoglobin dapat menyebabkan berkurangnya pasokan oksigen ke jaringan dan organ tubuh. Siapapun bisa mengalami kondisi ini. Namun remaja, terutama remaja perempuan, mempunyai risiko lebih tinggi terkena anemia (Indrawatiningsih *et al.*, 2021). Anemia dapat terjadi pada masa remaja ketika kebutuhan nutrisi tertentu tidak terpenuhi selama masa pertumbuhan yang cepat atau permulaan menstruasi. Berbagai penyakit yang mempengaruhi sel darah merah juga bisa menjadi penyebabnya. Remaja yang menderita anemia lebih cenderung mengalami gejala seperti kulit dan bibir pucat serta sakit kepala dan kelelahan. Anemia berat mungkin termasuk sesak napas, detak jantung cepat, dan pembengkakan pada kaki dan tangan. Penyebab umum anemia pada remaja adalah penyerapan zat besi yang buruk, kekurangan vitamin B12 dan asam folat, pendarahan, kelainan bentuk sel darah merah, dan penyakit tertentu. Kondisi ini bisa dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi seperti daging merah, telur, dan kacang merah. (Julaecha, 2020).

Hasil penelitian Birch di Amerika Serikat menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja usia 12 hingga 20 tahun adalah 25,5% pada pria dan 30% pada wanita. Prevalensi lebih tinggi di perdesaan (27%) dibandingkan di perkotaan (22,6%). Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) juga disebutkan bahwa 30% penduduk dunia menderita anemia, terutama menyerang wanita hamil dan remaja putri. Angka anemia pada remaja masih cukup tinggi yaitu sebesar 29%, namun menurut data Riksdas tahun 2018, di Indonesia prevalensi anemia mencapai 23,7% secara nasional, dan 26,8% penderita anemia berusia 5 hingga 14 tahun. pasien berusia 20-an mencapai 32,0%. Usia pasien berkisar antara 15 hingga 24 tahun, namun berdasarkan jenis kelamin, prevalensi anemia ditemukan lebih tinggi pada wanita (27,2%) dibandingkan pada pria (20,3%) (Kemenkes RI, 2018).

**Diagram 1.** Prevalensi Anemia pada Kelompok Remaja di Indonesia



Sedangkan di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2018, proporsi penderita anemia berdasarkan umur adalah 84,6% pada umur 15-24 tahun, 33,7% pada umur 25-34 tahun, 33,6% pada umur 35-44 tahun, dan 45 tahun menderita anemia . -24% pada tahun 1955.

Berdasarkan hasil Riskedas tahun 2013, jumlah penderita anemia meningkat dari 37,1% menjadi 48,9% pada tahun 2018, dengan banyak remaja berusia 15 hingga 24 tahun yang menderita anemia. Oleh karena itu, peran petugas kesehatan sangat penting dalam menurunkan prevalensi anemia pada remaja (Amareta and Ardianto, 2018). Peran tenaga kesehatan dalam mencegah anemia pada remaja khususnya remaja putri adalah:

### **Pemberian Pelayanan Kesehatan (Fasilitator, Motivator, Educator, dan Konselor)**

Berdasarkan temuan penelitian, peran posyandu remaja adalah: Berupa pemberian pelayanan medis oleh tenaga medis profesional. Pelayanan yang diberikan berupa fasilitator yang akan melakukan pemeriksaan kesehatan dan merujuk remaja putri yang terdiagnosis anemia ke Puskesmas untuk dilakukan pemeriksaan hemoglobin. Sebagai seorang pendidik dan konsultan, saya memberikan pendidikan kesehatan, khususnya kepada remaja putri. Remaja putri berisiko mengalami anemia saat menstruasi, sehingga penting untuk memotivasi remaja untuk mengonsumsi tablet produk darah dan rutin melakukan pemeriksaan kesehatan bulanan di Posyandu Remaja (Rukmaini, 2022).

Peran petugas kesehatan dalam pekerjaan kaum muda konsisten dengan beberapa teori. Artinya, petugas kesehatan memberikan pelayanan berupa insentif yang memotivasi generasi muda untuk memeriksakan status kesehatannya. Sebagai seorang pendidik, saya mempersiapkan remaja untuk menikah dengan mendidik mereka tentang penggunaan suplemen darah dan kesehatan. Pengasuh untuk membantu remaja yang menderita anemia segera menghubungi layanan kesehatan setempat untuk pemeriksaan lebih lanjut, memberikan lembar pemantauan kepada remaja putri dalam meminum tablet produk darah, dan memberikan dukungan kepada remaja secara individu dan kelompok. Hal ini sesuai dengan temuan bahwa Posyandus remaja berfungsi sebagai fasilitator dan motivator (Ristanti, Fatimah and KD, 2023). Hal ini didasarkan pada pendapat bahwa tenaga kesehatan berperan sebagai komunikator, motivator, fasilitator, dan penasihat.

### **Peran Sebagai Penghubung Antara Masyarakat Dengan Tenaga Kesehatan**

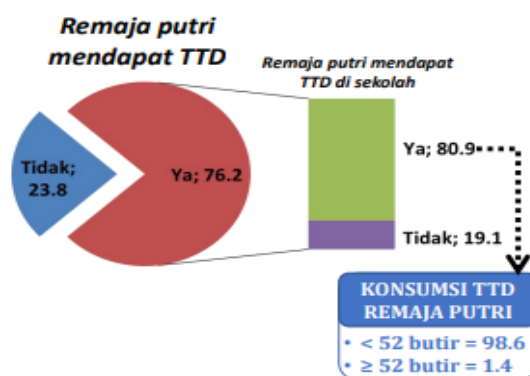
Selain membantu pengukuran tinggi badan, berat badan, dan lingkar perut, pimpinan posyandu dan kader kesehatan juga berperan sebagai penghubung bagi remaja putri dan tenaga kesehatan. Mereka juga menyebarkan informasi dan mengingatkan kader remaja dan remaja untuk menghadiri posyandu remaja (Astapani, Harahap and Apriyanti, 2020). Mengkondisikan wilayah dengan bekerja sama dengan peserta dalam melaksanakan posyandu remaja, menyediakan fasilitas yang dibutuhkan posyandu, dan bertindak sebagai perantara kebutuhan posyandu ketika berinteraksi dengan pengurus desa. Dorongan remaja untuk menghadiri posyandu remaja dapat dilakukan dalam bentuk menceritakan kepada teman tentang acara tersebut, menekankan manfaatnya, dan membantu remaja lainnya memahami pentingnya refleksi diri dan kehadiran remaja di posyandu (Puspita, Oktaviarini and Dyah Puspita Santik, 2017).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2012), kader posyandu remaja berfungsi sebagai penghubung antara masyarakat dan petugas kesehatan. Inilah peran ketua dan kader posyandu. Intervensi program dikondisikan di lokasi posyandu. pengorganisir komunitas yang, sejauh kekuasaannya, mengambil bagian dalam inisiatif kesehatan. mendorong masyarakat untuk memanfaatkan UKBM dan layanan kesehatan esensial. mengedukasi masyarakat tentang masalah kesehatan dan memberikan penyuluhan. Pengelola laporan kegiatan mengenai pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan. melaporkan setiap kejadian masalah atau insiden kesehatan lokal yang melibatkan profesional medis (Novarica *et al.*, 2023).

## Menerapkan Program Konsumsi Tablet Tambah Darah Oleh Remaja Putri

Tablet suplemen darah diberikan kepada remaja di sekolah dan pusat remaja. Melalui penjangkauan dan konseling individu atau kelompok, remaja juga dapat mempelajari lebih lanjut tentang tablet suplemen darah. Remaja dididik oleh petugas dan diberi kesempatan bertanya agar lebih memahami gejala dan tanda anemia. Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2016), posyandu remaja membantu remaja, khususnya remaja putri, memperoleh pengetahuan dan keterampilan terkait kesehatan reproduksi, kesehatan mental, dan pencegahan penyalahgunaan narkoba. Selain itu juga mendorong aktivitas fisik, pencegahan penyakit tidak menular (PTM), seperti anemia, dan pencegahan kekerasan. Aktualisasi diri PKHS dalam kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan remaja adalah mempersiapkan mereka memiliki keterampilan hidup sehat (Budiarti, Anik and Wirani, 2021).

**Diagram 2.** Prevalensi Remaja Putri yang Mengonsumsi Tablet Tambah Darah



Suplementasi zat besi dan asam folat melalui pemberian tablet suplemen darah (TTD) merupakan salah satu intervensi yang digunakan dalam upaya menurunkan prevalensi anemia pada remaja. Pada tahun 2018, 76,2% remaja perempuan menerima tablet suplemen darah pada tahun sebelumnya. Namun, hanya 2,13% dari mereka yang mengonsumsi 52 pil TTD yang direkomendasikan dalam setahun. Secara umum, sekolah dan fasilitas kesehatan merupakan dua tempat utama dimana remaja putri tertular TTD (Elizar *et al.*, 2022).

## SIMPULAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang memerlukan perhatian khusus terutama di kalangan remaja perempuan. Prevalensi anemia di benua Asia Selatan sangat tinggi, melebihi 45% di beberapa negara seperti Bangladesh dan India. Mirip dengan Bangladesh dan India, prevalensi anemia di India sangat tinggi yaitu 45,9%. Salah satu faktor utama penyebab anemia pada remaja putri adalah kebiasaan gizi yang tidak tepat. Di antaranya adalah makan lebih jarang, melewatkan sarapan saat ingin beraktivitas, dan mengonsumsi makanan rendah zat besi, folat, vitamin C, dan protein.

## SARAN

Dalam lingkungan penelitian, profesional kesehatan dapat mengedukasi dan memberi informasi kepada remaja tentang pentingnya mengurangi prevalensi anemia, serta memantau penggunaan obat

tablet untuk meningkatkan kepatuhan remaja. Responden menginginkan hal-hal berikut: Hasil penelitian ini akan memberikan informasi mengenai faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya anemia dan tidak hanya menambah pengetahuan responden, namun juga memotivasi upaya peningkatan kesehatan remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ristanti, Y.E., Fatimah, J. and KD, M. (2023) 'Hubungan Peran Serta Kader, Peran Bidan Dan Motivasi Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Untuk Persiapan Reproduksi Remaja Putri Di Desa Ciharang Tahun 2022', *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(5), pp. 1649–1662. Available at: <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i5.858>.
- Julaecha, J. (2020) 'Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri', *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), p. 109. Available at: <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.105>.
- Elizar, E. et al. (2022) 'Hubungan Peran Petugas Kesehatan Dan Sikap Remaja Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha', *Indonesian Trust Health Journal*, 5(2), pp. 72–77. Available at: <https://doi.org/10.37104/ithj.v5i2.112>.
- Budiarti, A., Anik, S. and Wirani, N.P.G. (2021) 'Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya', *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). Available at: <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>.
- Astapani, N., Harahap, D.A. and Apriyanti, F. (2020) 'Hubungan Cara Konsumsi Tablet Fe Dan Peran Petugas Kesehatan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 1(1), pp. 69–75. Available at: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/1107>.
- Indrawatiningsih, Y. et al. (2021) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), p. 331. Available at: <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>.
- Amareta, D.I. and Ardianto, E.T. (2018) 'Pendampingan Kader Kesehatan Remaja dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri', *Prosiding Politeknik Negeri Jember*, pp. 152–155.
- Rukmaini, E.C. (2022) 'Peran Tenaga Kesehatan, Guru, dan Keluarga terhadap Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Tangerang', *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(3), pp. 77–82. Available at: doi: <http://dx.doi.org/10.33846/sf13nk213>.
- Puspita, E., Oktaviarini, E. and Dyah Puspita Santik, Y. (2017) 'Peran Keluarga Dan Petugas Kesehatan Dalam Kepatuhan Pengobatan penderita Hipertensi Di Puskesmas Gunungpati Kota Semarang', *Jurnal Kesehatatan Masyarakat Indones*, 12(2), pp. 25–32.
- Novarica et al. (2023) 'Peran Posyandu Remaja Dalam Pencegahan Anemia Bagi Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Labanan', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), pp. 611–620.
- Petugas, P., Dan, K. and Ibu, K. (2013) 'Peran Tenaga Kesehatan Terhadap Fe', 7(2).
- Afriani, B. (2017) 'Peranan Petugas Kesehatan dan Ketersedian Sarana Air Bersih Dengan Kejadian Diare', *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), pp. 117–122. Available at: <https://doi.org/10.30604/jika.v2i2.53>.

Kemenkes RI (2018) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018', *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689–1699.