

Langkah Awal Mengenal Status Anemia Pada Remaja Perempuan di MAN 1 Padang

Debie Anggraini^{1*}, Madina Munawaroh², Roland Helmizar³

¹. Bagian Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia.

². Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia.

³. Bagian Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

E-mail: debieanggraini@fk.unbrah.ac.id

Abstrak

Latar belakang: Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan pada remaja, di mana kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan fisik dan kognitif. Rendahnya asupan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, dan perubahan fisiologis selama masa pubertas merupakan faktor penyebab utama. Deteksi dini anemia melalui pendekatan pengabdian masyarakat dianggap sangat penting guna mencegah komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup remaja. **Tujuan:** Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan deteksi dini anemia pada remaja melalui serangkaian kegiatan edukasi dan skrining menggunakan alat Easy Touch. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja dan masyarakat sekitarnya mengenai pencegahan serta penanganan dini anemia. Kegiatan dilakukan secara terintegrasi di lingkungan sekolah dengan melibatkan tenaga kesehatan, pendidik, dan masyarakat. Proses skrining meliputi pemeriksaan konsentrasi hemoglobin menggunakan alat Easy Touch, yang dilakukan dengan prosedur pengambilan sampel darah melalui tusuk jari dan analisis hasil secara cepat dan akurat. Selain itu, kegiatan penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang dan pencegahan anemia dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran serta perubahan perilaku hidup sehat. **Kesimpulan:** Program pengabdian masyarakat tentang deteksi dini anemia pada remaja merupakan langkah strategis dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia sejak dini. Keterlibatan berbagai stakeholder dan pendekatan intervensi yang komprehensif terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan mengidentifikasi remaja yang berisiko, sehingga dapat dijadikan dasar bagi pengembangan program kesehatan yang lebih luas di masa mendatang.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Perempuan, Deteksi Dini

Abstract

Background: Anemia is one of the significant health problems in adolescents, where this condition has the potential to inhibit physical and cognitive development. Low iron intake, unbalanced diet, and physiological changes during puberty are the main causative factors. Early detection of anemia through a community service approach is considered very important to prevent long-term complications and improve the quality of life of adolescents. **Objective:** This community service program aims to conduct early detection of anemia in adolescents through a series of educational and screening activities using the Easy Touch tool. This activity is expected to increase the knowledge of adolescents and the surrounding community regarding the prevention and early treatment of anemia. Activities are carried out in an integrated manner in the school environment by involving health workers, educators, and the community. The screening process includes checking hemoglobin concentration using the Easy Touch tool, which is carried out with a blood sampling procedure through a finger prick and analyzing the results quickly and accurately. In addition, counseling activities regarding the importance of balanced nutrition and prevention of anemia are carried out to increase awareness and changes

in healthy living behavior. **Conclusion:** The community service program on early detection of anemia in adolescents is a strategic step in efforts to prevent and treat anemia early. The involvement of various stakeholders and a comprehensive intervention approach has proven effective in raising awareness and identifying adolescents at risk, which can be used as a basis for developing broader health programs in the future.

Keywords: Anemia, Adolescent Girls, Early Detection

1. PENDAHULUAN

Anemia pada remaja merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang mendesak, terutama mengingat fase pertumbuhan dan perkembangan remaja yang sangat bergantung pada kecukupan nutrisi dan kesehatan sistem hematologis. Kondisi ini ditandai dengan penurunan jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin, sehingga berdampak pada penurunan kemampuan tubuh dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan. Keberadaan anemia tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik remaja, tetapi juga berpotensi menurunkan konsentrasi, performa akademik, serta kualitas hidup secara keseluruhan.

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan remaja masih tergolong tinggi, terutama di wilayah dengan tingkat kemiskinan yang signifikan dan akses terbatas terhadap sumber pangan bergizi. Faktor penyebab utama anemia pada kelompok usia ini meliputi asupan zat besi yang tidak memadai, pola makan yang kurang seimbang, serta kondisi fisiologis seperti menstruasi pada remaja putri. Kondisi-kondisi ini, apabila tidak segera ditangani, dapat berkembang menjadi masalah kesehatan jangka panjang dan berdampak pada produktivitas serta perkembangan sosial ekonomi.

Dalam konteks pengabdian masyarakat, intervensi yang dilakukan hendaknya mengadopsi pendekatan holistik yang mencakup aspek edukasi, pencegahan, serta penanganan dini terhadap anemia. Upaya edukasi diharapkan mampu meningkatkan kesadaran remaja dan lingkungan sekitarnya tentang pentingnya pola makan bergizi serta peran zat besi dalam mendukung kesehatan. Pemberdayaan keluarga dan sekolah sebagai

unit-unit pendukung juga sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang kondusif dalam upaya pencegahan anemia melalui perubahan perilaku dan peningkatan literasi gizi.

Implementasi program pengabdian masyarakat dengan tema anemia pada remaja merupakan langkah strategis untuk mengatasi permasalahan ini secara menyeluruh. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada intervensi klinis, tetapi juga mengutamakan pendekatan preventif dan edukatif yang melibatkan berbagai stakeholder, seperti tenaga kesehatan, pendidik, dan aparat pemerintah. Dengan demikian, diharapkan program ini dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan, menurunkan angka kejadian anemia, serta meningkatkan kualitas hidup dan potensi perkembangan remaja di masa mendatang.

2. METODE KEGIATAN

Kegiatan dilakukan dengan metode penyuluhan melalui media berupa banner, poster dan leaflet yang dilakukan oleh tim pengabdian pada remaja perempuan di MAN 1 Padang. Tahap pelaksanaan yang dilakukan adalah mendata jumlah peserta remaja yang mungkin hadir dalam kegiatan, kemudian diikuti dengan penyusunan desain banner, poster dan leaflet sehingga kegiatan ini menarik dan tujuan pengabdian untuk mengenal penyakit anemia pada remaja dapat tercapai.



Gambar 1. Desain Media berupa banner dan leaflet.

Kegiatan dilakukan pada bulan September hingga November 2024 di MAN 1 Padang. Penilaian dilakukan dengan mengukur kadar hemoglobin dan mengisi kuesioner mengenai pengetahuan dan sikap terhadap kejadian anemia.

3. HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja perempuan di MAN 1 Padang. Penelitian ini melibatkan 90 sampel, dengan 87 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penilaian dilakukan dengan mengukur kadar hemoglobin dan mengisi kuesioner mengenai pengetahuan dan sikap terhadap kejadian anemia. Berdasarkan analisis data, hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Anemia Pada Remaja Perempuan

No	Status Anemia	F	Persentase(%)
1.	Anemia	51	58.6 %
2.	Tidak Anemia	36	41.4%
	Jumlah	87	100 %

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja perempuan di MAN 1 Padang tahun 2024, hampir setengah dari mereka mengalami anemia, dengan 51 responden (58,6%) menunjukkan gejala tersebut. Sebanyak 36 responden lainnya (41,4%) tidak mengalami anemia. Penyebab utama anemia pada responden, berdasarkan hasil pengisian kuesioner, adalah kekurangan zat besi.



Gambar 2. Foto Kegiatan 1



Gambar 3. Foto Kegiatan 2



Gambar 4. Foto Kegiatan 3

Pengabdian ini mengevaluasi konsentrasi hemoglobin pada sampel populasi yang telah ditentukan. Metode ini dipilih karena memungkinkan pengukuran yang cepat dan akurat dalam kondisi lapangan, serta memberikan gambaran awal mengenai status gizi dan kesehatan hematologi peserta penelitian. Pemilihan desain cross-sectional juga mendukung identifikasi hubungan antara variabel-variabel yang diteliti tanpa memerlukan observasi jangka panjang.

Pemeriksaan hemoglobin dilakukan dengan menggunakan alat Easy Touch, sebuah perangkat portabel yang berbasis teknologi spektrofotometri. Alat ini dirancang untuk mengukur konsentrasi hemoglobin secara cepat dengan akurasi yang memadai, sehingga sangat ideal untuk digunakan dalam setting lapangan atau program skrining massal. Sebelum pelaksanaan pengambilan sampel, alat Easy Touch dikalibrasi dengan menggunakan standar referensi yang telah ditetapkan guna memastikan konsistensi dan validitas hasil pemeriksaan.

Prosedur pengambilan sampel darah dilakukan dengan metode tusuk jari menggunakan peralatan steril. Sampel darah yang diperoleh langsung dioleskan pada strip tes khusus yang telah disediakan, kemudian strip tersebut dimasukkan ke dalam alat Easy Touch. Proses pengukuran berlangsung secara otomatis, dengan hasil yang ditampilkan dalam waktu singkat dan langsung direkam untuk keperluan analisis. Pelaksanaan pemeriksaan dilakukan oleh tim Pengabdian yang telah mendapatkan pelatihan khusus, guna meminimalkan variabilitas teknik dan potensi kesalahan dalam pengambilan sampel. Proses kontrol kualitas juga dilakukan dengan melakukan pemeriksaan ulangan pada sebagian sampel untuk memastikan konsistensi dan reliabilitas data yang diperoleh. Langkah-langkah tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang akurat dan

komprehensif mengenai status hemoglobin pada populasi remaja ini.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian ini mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap status anemia pada remaja perempuan di MAN 1 Padang, maka dapat disimpulkan bahwa, Sebagian besar remaja perempuan di MAN 1 Padang tahun 2024 mengalami anemia dengan kadar hemoglobin di bawah 12 g/dL. Mayoritas remaja perempuan di MAN 1 Padang berusia 16 tahun, dengan sedikit yang berusia 17 dan 18 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Muhayati A, Ratnawati D, Ilmu Kesehatan F, Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Jalan Limo Raya Kelurahan Limo Kecamatan Limo Kota U. Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. 2019.
- [2]. Yuniarti O, Kemenkes Banjarmasin P. Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Vol. 2. 2021.
- [3]. World Health Organization (WHO). Tackling The Enormous Global Burden Of Anaemia. Vol. 10, The Lancet Haematology. Elsevier Ltd; 2023. P. E695.
- [4]. Riskeudas. Profil-Kesehatan-Indonesia. 2018.
- [5]. Munir R, Sari A, Hidayat DF. Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan (JPPK). 2022 Jun 9;1(02):83–93.
- [6]. Kurniati I. Anemia Defisiensi Zat Besi (Fe). Vol. 4, Jk Unila |. 2020.
- [7]. Zainiyah H, Mkeb MP, Khoirul YA, Studi D-IVKebidanan P, Studi DIII Analisis Kesehatan Stikes Ngudia Husada Madura P. Pemeriksaan Kadar Hb dan Penyuluhan Tentang Anemia Serta Antisipasinya Pada Siswa SMA Al Hidayah. Jurnal Paradigma . 2019;1:16–25.
- [8]. Artikel S, Randayani LD, Angraeni L. Deteksi Dini Anemia Melalui Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Jpm Parahita : Jurnal Pengabdian Masyarakat Parahita Deteksi Dini Anemia Melalui Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Early Detection Of Anemia Through Hemoglobin Examination In Adolescent. 2022.
- [9]. Darmayanti E, Siregar P, Senior S, Selli M, Stikes MP, Medan S. Pengetahuan yang Baik dan Sikap Positif Berperan Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri. Vol. 15, Health Information : Jurnal Penelitian. 2023.
- [10]. Putri, M. A., Humairah, Z., & Anggraini, D. (2024). KONSUMSI TEH TERHADAP PENYERAPAN ZAT BESI DAN RESIKO ANEMIA PADA REMAJA. *Journal of Public Health Science*, 1(4), 293-299.
- [11]. Hasni, D., Ellia, R., Khalila, A. S., & Anggraini, D. (2023). The Relationship Between Diet and Nutritional Status Balance in Adolescents. *Nusantara Hasana Journal*, 3(6), 159-173.