

SKRINING PEMERIKSAAN HEMOGLOBIN UNTUK DETEKSI DINI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 4 BAUBAU

¹Besse Dahlia✉, ¹Rina Anwar, ¹Juwitriani Alwi, ¹Muh. Siddik Ibrahim,
¹Hamsia L. Waru, ²Abdul Fandir

¹Institut Kesehatan dan Teknologi Buton Raya, Bau-Bau, Indonesia

²Universitas Tadulako, Palu, Indonesia

Email: bessedahlia.s@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.46880/methabdi.Vol5No1.pp54-57>

ABSTRACT

Anemia is a condition in which hemoglobin (Hb), hematocrit, or erythrocyte count fall below normal. Teenage girls are at high risk of developing anemia because they have menstrual periods that will cause a loss of a lot of iron in the blood. Other factors that can affect anemia are poor nutritional habits and a lack of physical activity. An attempt to reduce the incidence of anemia is to consume foods rich in iron (greens, fruits, and meats) that can increase hemoglobin levels in the blood. This activity was carried out by examining hemoglobin levels in teenage daughters for early detection of anemia and giving an assessment related to anemia. As for the results of the hemoglobin examination in the schoolgirls, of the 35 participants, there were 24 people with a haemoglobin level of <12 g/dL. With knowledge of anemia, a teenage princess is expected to be able to maintain her eating patterns, like choosing foods that are rich in iron.

Keyword: *Anemia, Hemoglobin Testing, Teenage Daughters.*

ABSTRAK

Anemia merupakan keadaan dimana terjadi penurunan kadar Hemoglobin (Hb), hematokrit atau eritrosit hitung dibawah batas normal. Remaja putri sangat berisiko terhadap kejadian anemia dikarenakan remaja putri mengalami masa menstruasi yang akan menyebabkan kehilangan banyak zat besi dalam darah. Beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia yaitu kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi terjadinya anemia adalah dengan mengonsumsi makanan kaya akan zat besi (sayur-sayuran, buah-buahan, daging) yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Kegiatan ini dilakukan dengan pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja putri untuk deteksi dini anemia dan memberikan penyuluhan terkait anemia. Adapun hasil pemeriksaan hemoglobin pada siswi yaitu dari 35 peserta terdapat 24 orang dengan kadar hemoglobin <12 g/dL. Dengan pengetahuan tentang anemia diharapkan remaja putri dapat menjaga pola makannya seperti memilih makanan yang kaya akan zat besi.

Kata Kunci: *Anemia, Pemeriksaan Hemoglobin, Remaja Putri.*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sering dijumpai diseluruh dunia khususnya di negara berkembang. Anemia dapat terjadi di berbagai kelompok umur, seperti wanita usia subur (WUS), anak-anak, remaja, dan ibu hamil. Menurut *World Health Organization* (WHO), bahwa prevalensi kejadian anemia pada

tahun 2019 yaitu sebanyak 29,9% pada wanita usia subur, 36,5% pada wanita hamil, dan 39,8% pada anak usia 6-59 bulan. Sejak 20 tahun yang lalu prevalensi anemia pada wanita usia subur tidak mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan dengan prevalensi anemia pada ibu hamil, hal tersebut mendorong WHO untuk

menargetkan penurunan prevalensi anemia pada WUS sebesar 50% pada tahun 2025.

Anemia adalah suatu keadaan dimana terjadi penurunan kadar Hemoglobin (Hb), hematokrit atau hitung eritrosit dibawah batas normal sehingga kadar eritrosit dan atau hemoglobin (Hb) yang beredar dalam tubuh tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen (Dewita dan Henniwati, 2020).

Menurut WHO (2011) adapun kadar Hb normal perempuan (tidak hamil) usia ≥ 15 tahun yaitu 12 g/dL. Kejadian anemia akibat kekurangan zat besi menyumbang sekitar 50% kasus. Selain itu, beberapa faktor lain yang juga berkontribusi terhadap terjadinya anemia yaitu termasuk kekurangan mikronutrien (vit. A, vit. B2, vit. B6, asam folat, vit. B12). Infeksi akut maupun kronis seperti malaria, infeksi cacing tambang, skistosomiasis, tuberkulosis, dan HIV juga dapat menjadi penyebab anemia. Tidak kalah penting, kelainan dalam sintesis hemoglobin yang bersifat genetik, seperti hemoglobinopati turut berperan dalam kejadian anemia (Wibowo et al., 2021).

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bawa remaja Indonesia yang mengalami anemia masih tinggi yakni mencapai 32%. Hal ini berarti sekitar 3-4 dari setiap 10 remaja mengalami anemia. Adapun penyebab anemia remaja yaitu terkait dengan pola makan yang tidak seimbang serta minimnya aktifitas fisik. Sebagai upaya penanggulangan terhadap kejadian anemia, remaja putri dan ibu hamil diberikan Tablet Tambah Darah (TTD) yang merupakan program dari Kemenkes sebagai langkah intervensi spesifik. Disamping itu, terdapat program pendidikan serta kampanye mengenai gizi seimbang, fortifikasi zat besi dalam makanan, dan penerapan gaya hidup bersih dan sehat juga dilakukan untuk pencegahan anemia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Usia remaja mulai dari 10-19 tahun merupakan masa transisi dari fase kanak-kanak ke dewasa. Pada periode ini sangat penting untuk menjaga kesehatan untuk pertumbuhan secara fisik, kognitif dan psikososial yang cepat dan akan berpengaruh terhadap pola pikir, perasaan,

mengambil keputusan, serta bagaimana cara berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Pada periode ini kebiasaan remaja terhadap pola perilaku seperti diet, aktivitas fisik/olahraga, konsumsi zat tertentu, serta aktivitas seksual akan mempengaruhi kehidupan masa mendatang remaja (WHO, 2023).

Remaja putri sering kali rentan terhadap anemia akibat kekurangan zat besi, terutama selama masa pubertas. Kondisi ini disebabkan oleh hilangnya sejumlah besar zat besi selama menstruasi dan diperparah oleh asupan zat besi yang kurang atau tidak memadai. Kecukupan zat besi juga perlu diperhatikan pada wanita hamil karena kebutuhan zat besinya 3x lebih besar. Hal ini disebabkan terjadi peningkatan jumlah sel darah merah pada wanita hamil guna untuk pembentukan plasenta dan pertumbuhan janin selama kehamilan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Mengonsumsi makanan yang tinggi akan zat besi seperti sayuran, buah-buahan, dan daging dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan menurunkan kemungkinan terjadinya anemia. Selain itu, juga dapat dilakukan edukasi tentang penyebab terjadinya anemia dan pemberian tablet penambah darah yang bertujuan untuk mengurangi terjadinya anemia pada remaja putri (Rusmaningrum, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh (Hamidah, 2017)) menunjukkan bahwa sebagian besar penduduk di daerah pesisir memiliki pekerjaan sebagai nelayan yang cenderung mengonsumsi produk laut. Hal ini berkontribusi pada ketidakseimbangan gizi atau masalah rentan terhadap gizi. Temuan serupa diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Hidayanty et al., 2020)) yang menunjukkan bahwa remaja yang tinggal di wilayah pesisir menghadapi risiko asupan nutrisi yang tidak memadai, sehingga menyebabkan berbagai masalah gizi.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dilakukan skrining pemeriksaan hemoglobin untuk mendeteksi sedini mungkin kejadian anemia pada remaja putri.

TUJUAN DAN MANFAAT

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mendeteksi dini anemia pada remaja putri di SMAN 4 Baubau sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri dengan cara pemeriksaan kadar hemoglobin untuk deteksi dini.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pemeriksaan darah menggunakan alat *easy touch GCHb* untuk melihat kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 4 Baubau. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, 8 Juli 2024 dan diikuti sebanyak 35 siswa. Metode pelaksanaannya yaitu mengambil sampel darah dari jari tangan untuk memeriksa kadar hemoglobin, setelah itu melakukan penyuluhan terkait anemia pada remaja.

Pada sesi penyuluhan dilakukan dengan memaparkan materi tentang anemia untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam pencegahan terjadinya anemia.

Kegiatan diakhiri dengan melakukan sesi tanya jawab terkait materi yang diberikan dan melakukan sesi foto bersama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “skrining pemeriksaan hemoglobin untuk deteksi dini anemia pada remaja putri” yang dilaksanakan di sekolah SMAN 4 Baubau berjalan dengan baik dan lancar. Hal ini terlihat dari antusiasme dari para siswi yang mengikuti kegiatan dengan penuh semangat, sehingga para peserta memiliki pengetahuan lebih lanjut tentang upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Kegiatan ini bertujuan untuk mendeteksi dini kejadian anemia pada remaja putri, selain itu juga dilakukan penyuluhan terkait anemia yang disampaikan selama ± 10 menit. Selanjutnya dilakukan diskusi dan tanya jawab yang berkaitan dengan materi pencegahan anemia yang telah disampaikan sebelumnya. Adapun hasil pemeriksaan kadar Hb remaja putri yaitu;

Tabel 1. Distribusi Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMAN 4 Baubau

Kadar Hb	n	%
<12 g/dL	24	68,6
≥ 12 g/dL	11	31,4
Total	35	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 1. menunjukkan bahwa dari 35 peserta, sebanyak 24 orang (68,6%) memiliki kadar Hb < 12 g/dL dan sebanyak 11 orang (31,4%) memiliki kadar Hb ≥ 12 g/dL. Seperti yang diketahui bahwa batas normal kadar Hb usia remaja yaitu 12 g/dL, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat 24 orang yang mengalami anemia.



Gambar 1. Pemeriksaan Kadar Hb



Gambar 2. Penyuluhan Tentang Anemia



Gambar 3. Foto Bersama

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Skrining Pemeriksaan Hemoglobin untuk Deteksi Dini Anemia pada Remaja Putri” berjalan dengan baik dan lancar. Selain itu para siswi mengikuti kegiatan dengan penuh semangat, sehingga para peserta memiliki pengetahuan lebih lanjut tentang upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Hasil pemeriksaan hemoglobin pada siswi yaitu terdapat 24 orang dengan kadar hemoglobin <12 g/dL. Dengan peningkatan pengetahuan tentang anemia diharapkan remaja putri dapat menjaga pola makannya seperti memilih sumber makanan dengan kandungan zat besi tinggi.

Wibowo, N., Irwinda, R., & Hiksas, R. (2021). *Anemia Defisiensi Besi Pada Kehamilan*. UI Publishing.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewita dan Henniwati. (2020). Jus Bit MerahH (Beta vulgaris L.) Bermanfaat Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia. In *Jurnal Kebidanan* (Vol. 6, Issue 4).
- Hamidah, I. (2017). Studi Tentang Pola Konsumsi Masyarakat Pesisir Indramayu. *Mangifera Edu: Jurnal Biologi Dan Pendidikan Biologi*, 1(2), 46–51.
- Hidayanty, H., Virani, D., Manti, S., Indriasari, R., & Arsyad, D. S. (2020). Inadequate nutrients intake and wasting status among adolescent students in Small Island of Indonesia. *Enfermeria Clinica*, 30, 210–213.
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.10.070>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM Indonesia*. Kemenkes RI.
- Rusmaningrum, S. W. (2023). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Faktor Penyebab Terjadinya Anemia Di Smp Negeri 1 Merakurak. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8), 1994–2000.
<https://doi.org/10.58344/jmi.v2i8.409>
- WHO. (2023). *Adolescent Health*.
https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1.