



INTERVENSI GIZI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEKAYON JAYA KOTA BEKASI

Della Yuliana^{1*}, Dinda Sukma Tiara², Minasri Lestari³, Nabila Fairuz Maulidya⁴, Siti Chaerani⁵, Syifa Kharisma Oleifera⁶, Noerfitri Noerfitri⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Prodi S1 Gizi, STIKes Mitra Keluarga, Bekasi, Indonesia

*dellayuliana78@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Article history Submitted: 15 - 06 - 2024 Accepted: 31 - 07 - 2024 Published: 03 - 08 - 2024 DOI: https://doi.org/10.47522/jmm.v5i1.184</p> <p>Kata kunci: Anemia; Intervensi Gizi; Penyuluhan; Puskesmas; Remaja Putri.</p> <p>Keywords: <i>Anemia; Nutritional Intervention; Extension; Public health center; Teenage girl.</i></p>	<p>Pendahuluan: Penanggulangan masalah gizi anemia pada remaja yang ada di sekitar lingkungan Puskesmas Pekayon Jaya. Berdasarkan permasalahan tersebut anemia pada remaja putri merupakan permasalahan tertinggi yang ada di Puskesmas Pekayon Jaya. Kegiatan ini dilaksanakan di lingkungan Sekolah Menengah Keatas Gema Karya Bahana Kota Bekasi dikarenakan berdasarkan data e-PPGBM prevalensi kasus terjadinya anemia pada remaja khususnya remaja putri pada tahun 2023 wilayah SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi memiliki masalah anemia tertinggi dengan prevalensi sebesar 64,6%. Kegiatan intervensi ini bertujuan untuk meningkatkan peran aktif remaja putri dalam mencegah dan mengatasi permasalahan kesehatan anemia. Metode: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi. Metode yang digunakan adalah <i>consecutive sampling</i> yaitu sampel yang dipilih sesuai dengan kriteria penelitian, dimana sasaran kegiatan ini adalah 25 remaja putri kelas 10 dan 12 di SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi. Data sekunder didapatkan melalui akses web Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (e-PPGBM). Sedangkan data primer didapatkan berdasarkan hasil survey lapangan secara langsung. Hasil: Berdasarkan hasil penyuluhan gizi masyarakat dan pengolahan data di SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa diketahui nilai koefisien korelasi (<i>Correlation</i>) sebesar 0,522 dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,007. Kesimpulan: Dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal, sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan antara variabel <i>pre-test</i> dengan variabel <i>post-test</i>.</p>

ABSTRACT

Introduction: Overcoming nutritional problems around the Pekayon Jaya Community Health Center. Based on these problems, anemia in adolescent girls is the highest problem at the Pekayon Jaya Community Health Center. This activity was carried out in the Gema Karya Bahana High School, Bekasi City, because based on e-PPGBM data, the prevalence of cases of anemia in teenagers, especially young women, in 2023, the Gema Karya Bahana Vocational School area, Bekasi City, has the highest anemia problem with a prevalence of 64.6%. This intervention activity aims to increase the active role of young women in preventing and overcoming the health problem of anemia. Method: This community service activity was carried out at Gema Karya Bahana Vocational School, Bekasi City. The method used was consecutive sampling, namely the sample was selected according to research criteria, where the target of this activity was 25 young women in grades 10 and 12 at SMK Gema Karya Bahana, Bekasi City. Secondary data was obtained through web access for Community Based Nutrition Recording and Reporting (e-PPGBM). Meanwhile, primary data was obtained based on the results of direct field surveys. Research Result: Based on the results of the counseling and data processing that has been carried out, the results show that the correlation coefficient (Correlation) value is 0.522 with a significance value (Sig.) of 0.007. Conclusion: It can be concluded that the data is normally distributed, so it can be said that there is a relationship between the pre-test variables and the post-test variables.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang paling sering dijumpai pada remaja termasuk remaja putri. Berdasarkan Kemenkes RI, prevalensi anemia di Indonesia pada remaja usia 15-24 tahun terjadi peningkatan pada periode 2013-2018 dari 18,4% menjadi 48,9%. Anemia seringkali terjadi pada remaja putri dibandingkan remaja putra. Hal ini terjadi dikarenakan remaja putri kehilangan zat besi (Fe) saat menstruasi sehingga membutuhkan lebih banyak asupan zat besi (Fe). Perilaku remaja putri yang mengonsumsi makanan nabati lebih banyak mengakibatkan asupan zat besi belum mencukupi kebutuhan zat besi harian (Budiarti et al., 2021). Kejadian anemia pada remaja putri (27,2%) yang lebih tinggi daripada anemia pada remaja putra (20,3%) (Kemenkes RI, 2018). Remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya yang menyebabkan berkurangnya sel darah merah di dalam tubuh (Junita et al., 2023). Selain itu pengetahuan remaja juga dapat menjadi faktor penyebab terjadinya anemia, yaitu pengetahuan yang rendah mengenai pentingnya zat besi dalam tubuh sebagai upaya pencegahan terjadinya anemia (Fikawati et al., 2017).

Anemia pada remaja memiliki dampak yang dapat menimbulkan berbagai masalah serius pada remaja. Remaja yang menderita anemia akibat rendahnya zat besi akan mengalami kondisi lemah, letih, lesu, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan tampak pucat, pusing, hingga terjadinya penurunan konsentrasi, menghambat pertumbuhan fisik, menghambat kecerdasan otak serta penurunan produktivitas kerja (Elisa et al., 2023). Dampak jangka panjang dari anemia bagi remaja putri khususnya

adalah berisiko mengalami pendarahan saat persalinan, serta melahirkan bayi dengan berat badan lahir yang kurang jika penderita masih mengalaminya menjelang kehamilan dan saat hamil hingga kematian pada janin (Februhartanty et al., 2019).

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, sasaran dalam kegiatan ini adalah remaja putri. Dalam rangka penyelesaian masalah gizi kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Kegiatan ini merupakan tindak lanjut dari penanggulangan masalah gizi yang ada di sekitar lingkungan Puskesmas Pekayon Jaya dimana masalah gizi dengan presentase tertinggi yang terdapat pada Puskesmas Pekayon Jaya, yaitu remaja putri anemia sebesar 37,59%. Kegiatan dilaksanakan di lingkungan Sekolah Menengah Kejuruan Gema Karya Bahana Kota Bekasi yang telah di tentukan prioritasnya berdasarkan data e-PPGBM, prevalensi kasus terjadinya anemia pada remaja khususnya remaja putri pada tahun 2023 di wilayah SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi sebesar 64,6%. Kegiatan intervensi ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan remaja terkait masalah gizi serta mampu mengurangi masalah gizi di lingkungan Puskesmas Pekayon Jaya.

Tujuan khusus yang ingin dicapai dalam kegiatan ini adalah menyusun perencanaan intervensi berdasarkan prioritas masalah kesehatan di wilayah Puskesmas Pekayon Jaya, hingga melakukan monitoring dan evaluasi program yang dilaksanakan selama kegiatan berlangsung, serta meningkatkan peran aktif remaja putri dalam mencegah dan mengatasi permasalahan kesehatan anemia.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi. Metode yang digunakan adalah *consecutive sampling* yaitu sampel yang dipilih sesuai dengan kriteria penelitian. Kriteria inklusi dalam kegiatan ini adalah remaja putri yang berusia >15 tahun yang aktif sekolah dan bersedia menjadi responden. Dalam kegiatan ini kriteria eksklusi yang digunakan adalah remaja putra dan responden yang tidak bersedia menjadi responden. Sasaran dalam kegiatan ini adalah 25 remaja putri kelas 10 dan 12 di SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi. Adapun populasi pada penelitian ini menggunakan populasi target (seluruh remaja putri di lingkungan Puskesmas Pekayon Jaya) dan populasi terjangkau (seluruh remaja putri di SMK Gema Karya Bahana Kota Bekasi). Data sekunder didapatkan melalui akses web Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (e-PPGBM). Kemudian kami mengelompokan remaja putri berdasarkan letak sekolah, sehingga didapatkan satu sekolah yang memiliki remaja putri dengan masalah anemia tertinggi, yaitu SMK Gema Karya Bahana. Sedangkan data primer didapatkan berdasarkan hasil survey lapangan secara langsung. Data primer pada kegiatan ini didapatkan melalui pengukuran biokimia berupa kadar hemoglobin serta menggunakan instrumen kuesioner (*pre-test*, *post-test*, penilaian sikap, dan penilaian Upaya pencegahan anemia) bagi siswi SMK Gema Karya Bahana. Alat yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu media edukasi gizi berupa *power point*, leaflet dan kuesioner *pre-post test*. Kegiatan masyarakat ini dilakukan mulai dari (1) survey data, (2) persiapan, (3) pelaksanaan, (4) monitoring dan evaluasi kegiatan.

(1) Tahapan survei dilakukan untuk analisa data sekunder yang didapatkan dengan mengakses website Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (e-PPGBM) yang terdapat pada puskesmas pekayon jaya untuk mengamati remaja putri yang mengalami anemia. (2) Tahapan persiapan diawali penyusunan proposal, mengurus surat perizinan, penyusunan materi dan soal (berjumlah 10 soal pilihan ganda), penyebaran leaflet atau brosur sebagai media edukasi dan menyiapkan sarana perlengkapan untuk kegiatan Pengabdian Masyarakat serta penetapan pelaksanaan kegiatan. (3) Tahapan pelaksanaan dilakukan dengan penyampaian maksud, tujuan kegiatan dan pengumpulan data melalui pengisian kuesioner yang berisi karakteristik peserta dan pertanyaan *pre-test* dan *post-test*. Data karakteristik meliputi nama, usia, jenis kelamin, dan kadar Hb terakhir. Pengisian *pre-test* untuk memperoleh gambaran pemahaman peserta tentang anemia pada remaja, upaya pencegahan anemia pada remaja, sikap terhadap anemia. Penyampaian materi/penyuluhan mengenai anemia pada remaja yang dilanjutkan dengan membagikan brosur atau leaflet terkait dengan anemia pada remaja yang disampaikan oleh mahasiswa S1 Gizi, melakukan diskusi tanya jawab dan diakhiri dengan melakukan pengisian *post-test* untuk mengetahui adanya perubahan kognitif dan motivasi dari peserta setelah dilakukan edukasi. (4) Selanjutnya dilakukan kegiatan monitoring dan evaluasi yang dilihat dari adanya peningkatan nilai rata-rata dan peningkatan jumlah responden yang mengalami perubahan nilai ke arah lebih tinggi (nilai *post-test* lebih tinggi dari *pre-test*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program intervensi gizi untuk mengurangi anemia pada remaja putri ini dilakukan dengan memberikan informasi terkait Kesehatan dan gizi melalui penyuluhan dengan menggunakan leaflet dan power point yang diharapkan dapat memberikan kontribusi pada peningkatan pengetahuan dan sebagai Upaya yang efektif dalam penyampaian informasi bagi remaja anemia dengan melakukan program untuk mengurangi anemia pada remaja putri di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pekayon Jaya.

Tabel 1. Analisis Skor Pengetahuan Remaja terkait Anemia (n=25)

Skor	Rata-rata	SD	P-value
<i>Pre-test</i>	50,0	13,5	0,0001
<i>Post-test</i>	74,4	14,7	

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa nilai rata-rata skor sebelum penyuluhan (*pre-test*) sebesar 50 poin dan nilai rata-rata skor setelah penyuluhan (*post-test*) sebesar 74,4 poin. Terlihat adanya kenaikan skor sebesar 24,4 poin setelah adanya penyuluhan. Hasil analisis uji beda rata-rata kelompok berpasangan menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan rata-rata antara hasil *pre-test* dengan *post-test* ($p\text{-value} = 0,0001$), yang artinya terdapat pengaruh edukasi terkait anemia dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri di SMK Gema Karya Bahana dengan menggunakan media *leaflet* dan *power point*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada 34 siswa remaja putri di SMKN 1

Bone Raya, dimana hasil pengetahuan siswa terbukti meningkat setelah pemberian edukasi dilakukan (Rasdianah et al., 2023).

Tabel 2. Analisis Hubungan antara Sikap dan Upaya Pencegahan Anemia (n=25)

Variabel	r	P-value
Sikap	-0,219	0,294

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa hasil uji hubungan sikap dengan upaya memiliki hubungan yang sedang ($r = -0,219$) dan berpola negatif (bersifat tidak searah atau berlawanan), artinya ketika nilai sikap semakin besar maka nilai upaya remaja putri dalam pencegahan anemia cenderung semakin kecil. Dalam penelitian ini tidak ada hubungan antara sikap dan upaya pencegahan anemia pada remaja putri hal ini karena remaja yang mempunyai sikap positif belum tentu mau melakukan upaya pencegahan anemia, hal ini karena pengaruh modernisasi atau gaya hidup dan belum adanya kesadaran dalam diri remaja sendiri (Risva et al., 2016). Didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki sikap pencegahan anemia dengan kategori positif (80%), sedangkan upaya pencegahan anemia pada responden mayoritas memiliki upaya yang cukup (48%) dapat dilihat pada hasil uji statistik didapatkan adanya hubungan yang tidak signifikan antara sikap dengan upaya ($P\text{-value} = 0,294$). Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Jaswadi (2020) dimana tidak ada hubungan antara sikap dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 9 Matraman tahun 2018, hal ini diperkuat juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardiana & Putri (2018) bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap pencegahan anemia dengan kadar hb, karena sikap bukan merupakan faktor langsung terhadap kadar hemoglobin. Sikap adalah reaksi atau respon suatu stimulus atau objek yang kemudian diyakini dan akan menimbulkan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan yang diyakininya. Sikap belum merupakan tindakan atau praktik yang dapat secara langsung dapat meningkatkan kadar hemoglobin, sikap merupakan faktor yang mempermudah terbentuknya perilaku upaya atau pencegahan anemia (Febrianti et al., 2023)

Mahmudah (2016) menyebutkan bahwa suatu sikap belum otomatis terwujud dalam bentuk praktik. Untuk mewujudkannya menjadi suatu perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung atau kondisi yang memungkinkan. Meskipun sikap remaja putri baik, apabila lingkungannya kurang mendukung terhadap pola makan atau praktik pencegahan anemia lainnya maka belum menjamin terhindar dari anemia. Pada penelitian ini tidak dilakukan lebih lanjut mengenai intervensi sikap yang diteliti sehingga tidak diketahui perubahan sikap pada responden setelah diberikan edukasi.

KESIMPULAN

Program intervensi ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan terkait masalah anemia pada remaja serta melakukan pengecekan kadar hemoglobin pada remaja putri. Hasil yang didapatkan yaitu 9 remaja putri yang mengalami anemia sedang dan 6 remaja

putri yang mengalami anemia ringan sedangkan 10 remaja putri lainnya tidak mengalami anemia, adapun penyebab masalahnya yaitu kurangnya kesadaran dan pengetahuan terkait anemia serta pola makan yang diterapkan oleh remaja tersebut. Berdasarkan hasil penyuluhan dan pengolahan data yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa data terdistribusi normal dimana berdasarkan output di atas diketahui nilai koefisien korelasi (*Correlation*) sebesar 0,522 dengan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,007 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara variabel *pre-test* dengan variabel *post-test*. Peningkatan pengetahuan tersebut terkait pentingnya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Selain itu, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja memiliki sikap positif (80%) dan upaya yang cukup dalam pencegahan anemia (48%). Hal tersebut dikarenakan remaja yang mempunyai sikap positif belum tentu mau melakukan upaya pencegahan anemia, yang mana hal tersebut dapat dipengaruhi oleh gaya hidup dan belum adanya kesadaran dalam diri remaja sendiri.

SARAN

Penyuluhan yang dilakukan sebagai pengetahuan untuk pencegahan anemia sudah dilaksanakan sebaik mungkin, akan tetapi masih terdapat beberapa remaja yang masih memiliki upaya yang cukup dalam pencegahan anemia. Maka dari itu diharapkan remaja dapat menerapkan ilmu pengetahuan serta meningkatkan kesadaran setelah mengikuti penyuluhan tersebut sehingga dapat memotivasi untuk mengatasi serta mencegah terjadinya anemia. Selain itu sebaiknya pihak puskesmas dan sekolah lebih memantau pemberian tablet tambah darah yang rutin diberikan dengan membuat absensi serta dokumentasi agar terpantau setiap remaja putri yang mengkonsumsi tablet tambah darah maupun yang tidak mengkonsumsi tablet tambah darah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak Puskesmas Pekayon Jaya yang telah terlibat dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
- Elisa, S., Oktafany, & Oktarlina, R. Z. (2023). Faktor penyebab kejadian anemia pada remaja putri. *Agromedicine*, 145–148.
- Febrianti, K. D., Ayu, W. C., Anidha, Y., & Mahmudiono, T. (2023). Effectiveness of Nutrition Education on Knowledge of Anemia and Hemoglobin Level in Female Adolescents Aged 12-19 Years: a Systematic Reviews and Meta-Analysis. *Amerta Nutrition*, 7(3), 478–486. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3.2023.478-486>
- Febrihartanty, J., Ermayani, E., Rachman, P. H., Dianawati, H., & Harsian, H. (2019). *Gizi dan Kesehatan Remaja*. Southeast Asian Ministers Of Education Organization Regional Centre For Food And Nutrition (SEAMEO RECFON). Kementerian

Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia.

- Fikawati, S., A, S., & A, V. (2017). *Gizi Anak Dan Remaja*. Penerbit: Rajawali Press, Depok.
- Jaswadi, J. (2020). Hubungan Sikap Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMAN 9 Mataram. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3), 12–15. <https://doi.org/10.58258/jisip.v4i3.1144>
- Junita, F., Wati, P. K., & Ulfah, R. (2023). Nutritional Status with the Incidence of Anemia in Students of LSPR Jakarta Institute of Communication and Business. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 288–294. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.994>
- Kementerian Kesehatan, R. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Penerbit : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Mahmudah, N. (2016). Sikap Santri terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja di Pondok Pesantren Putri Al Manaar Muhammadiyah 1 Pemasang. *Thesis (Skripsi)*.
- Mardiana, A. P. (2018). Hubungan sikap pencegahan anemia dan perilaku mengkonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kadar Hemoglobin (Hb) pada Remaja Putri di SMKN 1 Sukoharjo. *Naskah Publikasi*.
- Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandiabang, P. A. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri sebagai upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society*, 2(2), 97–102. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v2i2.18841>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Penerbit : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Risva, T. C., Suyatno, & Rahfiludin, M. Z. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Konsumsi Tablet Tambah Darah Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Puteri (Studi Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(3), 2356–3346.