



---

**DETEKSI DINI ANEMIA SERTA PEMBERIAN EDUKASI, TABLET Fe DAN VITAMIN C SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN SALAFIYAH SYAFI'YAH SUKOREJO SUMBEREJO KECAMATAN BANYUPUTIH KABUPATEN SITUBONDO****Oleh****Hayatul Rahimah<sup>1</sup>, Siti Zamilatul Azkiyah<sup>2</sup>****<sup>1,2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibrahimy****E-mail: <sup>1</sup>[hayatulrahimah27@gmail.com](mailto:hayatulrahimah27@gmail.com)**

---

**Article History:***Received: 05-08-2022**Revised: 11-08-2022**Accepted: 23-09-2022***Keywords:***Deteksi Dini, Edukasi, Tablet Fe Dan Vitamin C, Anemia, Remaja Putri*

**Abstract:** *Anemia menjadi salah satu dari 10 masalah terbesar di abad modern ini, yang mana kelompok yang beresiko tinggi anemia diantara anak usia sekolah, remaja, wanita usia subur dan ibu hamil. Remaja merupakan generasi yang akan melahirkan generasi-generasi baru selanjutnya. beberapa siswa yang merupakan santri di pondok salafiyah syafi'iyah menyatakan bahwa belum ada anjuran dari sekolah maupun pondok untuk menertibkan atau membiasakan remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah dan mereka juga belum mengkonsumsi secara rutin kecuali jika merasakan gejala seperti pusing, sering mengantuk, mudah lelah dan letih. Pada kegiatan ini bertujuan deteksi dini adanya anemia serta meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia hingga cara mengatasinya sebagai upaya pencegahan terjadinya anemia pada remaja putri. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan skrining dan pendampingan dengan pemberian edukasi, pemberian tablet Fe dan Vitamin C pada remaja putri. Hasil skrining didapatkan sebagian kecil ditemukan mengalami anemia dan sebanyak 165 orang telah diberikan tablet Fe dan Vit C sebagai bentuk upaya pencegahan dan pengobatan anemia.*

---

**PENDAHULUAN**

Anemia merupakan keadaan tubuh dengan kadar hemoglobin dibawah batas normal. Hal tersebut terjadi karena disebabkan kekurangan zat besi yang berfungsi sebagai pembentuk hemoglobin sel darah merah. Ibu hamil memiliki resiko lebih besar untuk mengalami anemia karena saat kondisi hamil menimbulkan peningkatan volume darah dan penurunan hemoglobin (Hb) dalam tubuh (Proverawati A, 2011). Anemia merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami kelelahan, letih dan lesu hingga akan berdampak pada kreativitas dan produktivitasnya. Selain itu, anemia juga meningkatkan kerentanan pada saat dewasa serta melahirkan generasi yang bermasalah gizi (Kemkes. 2021).

Penyakit Anemia saat ini menjadi masalah gizi yang banyak terjadi tidak hanya di



negara berkembang saja namun juga di negara maju. Anemia menjadi salah satu dari 10 masalah terbesar di abad modern ini, yang mana kelompok yang beresiko tinggi anemia diantara anak usia sekolah, remaja, wanita usia subur dan ibu hamil.

Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih tinggi. Hal ini dibuktikan dari data Riskesdas 2013 dan tahun 2018 terus mengalami kenaikan. prevalensi anemia pada ibu hamil di tahun 2013 sebesar 37,1% , dan 18,4% terjadi pada remaja. Sementara di tahun 2018 kejadian anemia pada remaja sebesar 32%, sedangkan ibu hamil 48%. Mengingat dampak anemia pada ibu hamil memiliki risiko tinggi pada bayi yang akan dilahirkan, sehingga tidak hanya ibu hamil saja, namun anemia pada remaja pun perlu diperhatikan.

Remaja merupakan generasi yang akan melahirkan generasi-generasi baru selanjutnya. Saat masa remaja sudah mengalami anemia, maka berpeluang menderita anemia saat kehamilannya. remaja yang anemia cenderung merasa lemah, lemas sehingga malas dan lambat dalam beraktifitas termasuk dalam menyelesaikan masalah.

Pemerintah telah melakukan intervensi sebagai upaya pencegahan melalui Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur, pemberian TTD pada remaja putri dilakukan melalui UKS/M di institusi Pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) dengan menentukan hari minum TTD bersama. Dosis yang diberikan adalah satu tablet setiap minggu selama sepanjang tahun. Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi para remaja putri yang akan menjadi ibu di masa yang akan datang. Dengan cukupnya asupan zat besi sejak dini, diharapkan angka kejadian anemia ibu hamil, pendarahan saat persalinan, BBLR, dan balita pendek dapat menurun (Kemkes, 2019). Perlu adanya dukungan dari semua stakeholder dalam meningkatkan kepatuhan mengkonsumsi Tablet Fe demi tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang baik (Kartini, 2021).

Pada realitanya belum semua institusi pendidikan melakukan sesuai himbauan pemerintah sebagai upaya memenuhi kecukupan gizi pada remaja. Hal ini juga disampaikan oleh beberapa siswa yang merupakan santri di pondok salafiyah syafi'iyah bahwa belum ada anjuran dari sekolah maupun pondok untuk menertibkan atau membiasakan remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah dan mereka juga belum mengkonsumsi secara rutin kecuali jika merasakan gejala seperti pusing, sering mengantuk, mudah lelah dan letih.

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu adanya bentuk tindakan konkrit yang harus dilakukan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya zat besi untuk tubuh serta membiasakan remaja putri yaitu santri pondok salafiyah syafi'iyah untuk mengkonsumsi Tablet tambah darah sebagai upaya mencegah anemia serta bentuk implementasi dalam mensukseskan program pemerintah.

## **METODE PENELITIAN**

Pengabdian ini dilakukan dengan beberapa tahapan, tahapan yang pertama adalah melakukan edukasi dengan bentuk penyuluhan pada remaja putri dipondok salafiyah syafi'iyah tentang anemia dan pentingnya mengkonsumsi Tablet tambah darah. Tahap kedua pemberian tablet Fe dan Vitamin C dilakukan dengan maksud memberikan pemenuhan kebutuhan zat besi pada remaja tepatnya santri putri pondok salafiyah syafi'iyah sukorejo. Tahap berikutnya melakukan pemeriksaan kadar Hb yang dilakukan pada remaja putri di pondok salafiyah syafi'iyah. Kegiatan ini ditujukan untuk mengetahui secara dini kondisi



remaja putri dipondok salafiyah syafi'iyah.

## HASIL

Kegiatan pertama yaitu pemberian edukasi, ini dilakukan pada remaja putri yang merupakan santri pondok salafiyah syafi'iyah sebanyak 160 orang yang diselesaikan hingga 4 kali kegiatan. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan materi tentang anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah untuk remaja putri. Kegiatan selanjutnya adalah pemeriksaan pada kadar Haemoglobin (Hb). Kegiatan ini ditujukan untuk mengetahui secara dini kondisi remaja putri dipondok salafiyah syafi'iyah dan ditemukan dari 200 orang sebanyak 14 orang diketahui mengalami anemia yaitu kadar Hb < 11g/dl. Kegiatan ini dilaksanakan secara terpisah dengan kegiatan pemberian edukasi dikarenakan padatnya kegiatan remaja putri yang berada dalam pondok salafiyah syafi'iyah, sehingga harus menyesuaikan dengan kegiatan mereka agar tidak mengganggu kegiatan yang sudah di atur oleh pondok. Setiap remaja yang dilakukan pemeriksaan kadar Hb, kemudian diberikan tablet tambah darah (Fe) dan Vitamin C masing-masing 3 tablet. Hasil pemeriksaan kadar Hb diklasifikasikan sebagaimana tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Usia remaja pada pemeriksaan kadar Hb

| Kategori Usia              | Jumlah    |
|----------------------------|-----------|
| Remaja awal (< 15 tahun)   | 14 orang  |
| Remaja Akhir (15-20 tahun) | 186 orang |

Tabel 2. Hasil pemeriksaan Kadar Hb

| Kategori hasil | Jumlah (orang) |
|----------------|----------------|
| $\geq 11$      | 186            |
| 10 - 8         | 14             |
| < 8            | 0              |

## DISKUSI

Pemberian edukasi merupakan salah satu upaya dalam promosi kesehatan yang bertujuan dimana diskripsi perilaku yang dicapai dapat mengatasi masalah kesehatan yang ada (Pakpahan, 2021). Sebagaimana hasil *literature review* yang ditemukan oleh Kamilah (2021) bahwa salah satu faktor terjadinya anemia pada remaja salah satunya adalah faktor pengetahuan. Pada kegiatan ini pemberian edukasi dilakukan yang bertujuan untuk memberikan informasi atau pengetahuan tentang anemia dan bahaya serta cara mengatasinya dengan salah satunya mengkonsumsi tablet Fe dengan harapan bahwa setelah mengetahui bahayanya anemia, manfaat mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe) ada kesadaran pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah dan mengubah perilaku remaja dalam menjaga kesehatannya yaitu dengan cara mengkonsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan terjadinya anemia.

## PENUTUP

### Kesimpulan

Pengetahuan merupakan modal awal sebagai upaya mengubah suatu perilaku. Peran guru dan pemangku tentu sangat diharapkan demi mengubah perilaku sehat remaja putri dari terjadinya anemia dengan membiasakan mengkonsumsi tablet tambah darah (Fe).

**PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Terima kasih atas perhatian dan kerjasamanya kepada semua pihak yang turut membantu suksesnya kegiatan pengabdian masyarakat.

**DAFTAR REFERENSI**

- [1] Rikesdas. 2018. Prevalensi Anemia Pada Ibu Hamil. [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data/0000/data/1333/sdgs\\_2/1](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data/0000/data/1333/sdgs_2/1). Di Akses tanggal 28 Juni 2022
- [2] Kemkes. 2021. Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/article/view/21012600002/remaja-sehat-komponen-utama-pembangunan-sdm-indonesia.html>. Di Akses tanggal 28 Juni 2022
- [3] Martina pakpahan, dkk. 2021. Promosi Kesehatan dan Perilaku kesehatan. Yayasan Kita Menulis.
- [4] Kamilah, Zamilatul. Literatur Review Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja putri. Jurnal Bidkesmas Respasi. Vol.1. no.12.(2021)