

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN SISWA SMA ISLAM SYARIF IMAMUZZAHIDIN TENTANG ANEMIA

Richa Poetri Risnata*, Candra Eka Puspitasari, Fitriani Noviana

Program Studi Farmasi/Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram

*Email: poetririsnata12@gmail.com

Naskah diterima: 01-10-2022, disetujui: 15-10-2022, diterbitkan: 28-10-2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.29303/jppm.v5i3.4160>

Abstrak - Salah satu permasalahan gizi yang dihadapi remaja adalah anemia. Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normalnya. Beberapa hasil penelitian menunjukkan prevalensi anemia banyak terjadi pada remaja putri dengan usia 10-18 tahun dengan persentase sebesar 57,1%. Salah satu penyebab anemia adalah masih minimnya pengetahuan remaja terkait anemia, oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan terkait pengetahuan remaja tentang anemia. Penyuluhan bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja SMA Islam Syarif Imamuzzahidin terkait anemia. Metode yang digunakan berupa sosialisasi dengan pemberian *pretest* dan *posttest* yang sudah tervalidasi untuk melihat peningkatan pengetahuan yang terjadi. Hasil yang diperoleh menunjukkan 53,49% siswa menjawab benar sebelum adanya penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan didapatkan nilai 56,98%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin sebesar 3,49% setelah pemaparan materi yang artinya kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik.

Kata kunci: anemia, pengetahuan, siswa SMA

LATAR BELAKANG

Anemia atau sering disebut juga kurang darah merupakan faktor yang dapat menimbulkan masalah kesehatan serta kematian. Anemia merupakan keadaan dimana jumlah sel darah merah atau massa hemoglobin berkurang dari normalnya, sehingga tidak mampu memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis bervariasi berdasarkan usia, tempat tinggal, jenis kelamin, gaya hidup dan tahap kehamilan (Astutik dan Ertiana, 2018). Menurut Rahayu et al (2019) anemia adalah kekurangan sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah, pada remaja putri hemoglobin normal adalah 12 g/dL dan remaja putra 13 g/dL. Batasan umum yang digunakan adalah kriteria WHO pada tahun 1968, dinyatakan anemia bila kondisi konsentrasi Hb < 13 g/dL untuk laki-laki dewasa, Hb < 12 g/dL untuk perempuan tidak hamil dan anak usia 6-14 tahun, Hb < 11 g/dL pada perempuan hamil dan anak usia 6 bulan-6 tahun (Handayani, 2006).

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan prevalensi anemia pada tahun 2017 berkisar 40-88% dengan angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7%. Berdasarkan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 dengan prevalensi pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1%, dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Perempuan mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Fadila & Kurniawati, 2019). Menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) remaja putri mengalami peningkatan anemia sebesar 48,9% dari 37,1% pada tahun 2013. Anemia sering menyerang remaja putri dikarenakan keadaan stress, haid, atau terlambat makan (Podungge et al., 2021)

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan anemia pada remaja adalah tingkat pengetahuan. Pengetahuan yang kurang dapat mengakibatkan persepsi yang salah

tentang anemia, mempengaruhi perilaku, gaya hidup, dan makanan sehari-hari. Pemilihan makanan yang tidak tepat berpengaruh terhadap ketidakcukupan asupan gizi terutama asupan zat besi (Budiarti et al., 2021). Menurut penelitian Wahyuningsih et al., (2021) remaja putri SMP IT Bukit Qur'an Nusantara Mataram mengenai remaja putri masih tidak teratur dalam sarapan pagi. Pengetahuan anemia yang kurang dapat berbahaya jika menderita anemia di usia dini.

Sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam pencegahan anemia. Penelitian yang dilakukan Martini (2015) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja. Remaja dengan pengetahuan yang kurang memiliki risiko 2,3 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan baik tentang anemia. Dampak umum anemia pada remaja yaitu dapat mengganggu konsentrasi dan kemampuan belajar, menurunkan kemampuan latihan fisik dan kebugaran tubuh, menurunkan kapasitas kerja individual, menurunkan fungsi imun tubuh, dan menurunkan kemampuan mengatur suhu tubuh (Rahayu et al., 2019). Oleh karena itu sangat perlu dilakukan kegiatan penyuluhan terkait anemia untuk mengetahui tingkat pengetahuan anemia terhadap remaja SMA Islam Syarif Imamuzzahidin yang belum pernah mendapat sosialisasi tentang anemia.

METODE PELAKSANAAN

Penyuluhan anemia dilakukan di ruang kelas SMA Islam Syarif Imamuzzahidin, Klajuh, Kecamatan Mantang, Kabupaten Lombok Tengah-NTB pada hari Sabtu, 20 Agustus 2022. Peserta penyuluhan merupakan siswa kelas 3 SMA sebanyak 43 siswa dengan jurusan Bahasa dan IPA. Terdapat 2 sesi dalam penyuluhan yaitu sesi pertama penyampaian materi anemia dan sesi kedua dilakukan

diskusi. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan pemberian kuesioner berupa *pretest* dan *posttest* terkait materi anemia untuk melihat perbandingan tingkat pengetahuan siswa baik sebelum dan sesudah penyuluhan anemia. Data kuesioner yang telah diperoleh kemudian diolah menggunakan Microsoft Excel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan anemia bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin. SMA Islam Syarif Imamuzzahidin dipilih karena sebelumnya telah dilakukan studi pendahuluan bahwa pada SMA tersebut belum pernah dilakukan penyuluhan terkait anemia. Penyuluhan dilakukan pada pukul 09.00-12.00 WITA dengan jumlah total 43 siswa yang hadir kelas 3 SMA. Sampel yang digunakan sebanyak 35 responden dikarenakan 8 siswa tidak mengisi kuesioner dengan lengkap sehingga sampel dieksklusi. Karakteristik responden yaitu terdiri dari 20 perempuan dan 15 laki-laki dengan rata-rata berat badan yaitu 38-60 kg, tinggi rata-rata berkisar 135-170 cm, dan rata-rata sebaran usia siswa berkisar 16-18 tahun. Usia responden dapat dikategorikan usia remaja, sesuai teori WHO (2018) rentang usia remaja berkisar antara 10-19 tahun dimana individu berkembang dari pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat mencapai kematangan seksual.

Penyuluhan anemia dilakukan pada remaja dikarenakan berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia tinggi pada usia 15-24 tahun yang tergolong usia remaja. Remaja putri memiliki risiko tinggi terkena anemia dengan rentang usia 10-18 tahun (Fadila & Kurniawati, 2019). Remaja putri cenderung terkena anemia karena

mengalami menstruasi yaitu kehilangan darah yang menyebabkan keluarnya zat besi dalam darah, sehingga dapat terjadi anemia. Menstruasi yang semakin lama akan berdampak pada semakin rendahnya kadar hemoglobin dalam tubuh (Herwandar & Soviyati, 2020). Kejadian anemia pada remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya kebiasaan asupan gizi tidak seimbang, kebiasaan minum kopi atau teh, faktor lain seperti cacangan, pengetahuan yang kurang, pendidikan, jenis pekerjaan orangtua, pendapatan keluarga, dan pola menstruasi (Budiarti et al., 2021).

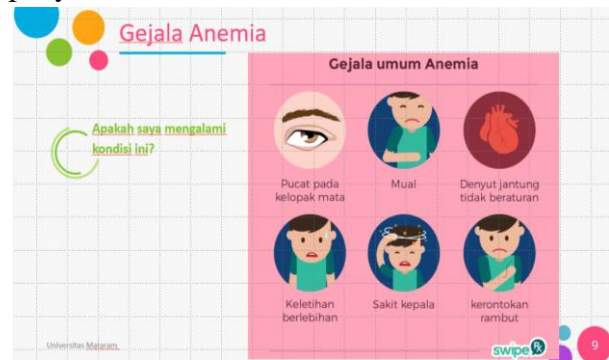
Penyuluhan dimulai pada pukul 09.00 WITA dengan mengisi *pretest* tentang anemia yang berlangsung selama 15 menit. Kuesioner diberikan sebelum penyampaian materi untuk mengetahui pengetahuan awal siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin terkait anemia.



Gambar 1. Kegiatan Pengisian Kuesioner Anemia

Acara selanjutnya dilakukan pemaparan materi anemia mengenai definisi anemia, penyebab anemia, gejala anemia, dampak anemia, pencegahan anemia, dan penyembuhan anemia. Gejala anemia dapat berupa kepala pusing, berkunang-kunang, lemah, letih, lesu, pembesaran kelenjar limpa, kurang nafsu makan, penurunan kebugaran tubuh, dan adanya gangguan penyembuhan luka (Pratiwi et al., 2022). Adapun narasumber pada pengabdian yaitu apt. Fitriani Noviana, S.Farm yang merupakan alumni dari prodi Farmasi, fakultas Kedokteran, Universitas Mataram.

Penyuluhan dilakukan selama 15 menit lalu dilanjutkan sesi diskusi selama 10 menit. Terdapat 1 penanya yaitu “penyakit apa saja yang dapat menyebabkan anemia?”. Acara terakhir siswa diminta mengisi *posttest* dengan soal yang sama selama 15 menit untuk mengetahui pemahaman siswa setelah penyuluhan.



Gambar 2. Materi Anemia



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan Anemia

Semua responden diberikan *pretest* dan *posttest* dengan 18 pertanyaan sama yang sudah divalidasi oleh para ahli dengan nilai rata-rata I-CVI sebesar 0,96. Pemberian *pretest* dan *posttest* dilakukan untuk melihat perbandingan pengetahuan siswa tentang anemia. Persentase hasil skor responden SMA Islam Syarif Imamuzzahidin dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Skor *pretest* dan *posttest* responden

	Rata-rata±SD	Persentase
<i>Pretest</i>	9,62±2,12	53,49%
<i>Posttest</i>	10,25±1,91	56,98%
Peningkatan		3,49%

Data yang diperoleh menunjukkan tingkat pengetahuan siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin meningkat setelah diberikannya penyuluhan terkait anemia. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan rata-rata nilai siswa. Pada kuesioner skor teringgi adalah 18. Sebelum adanya penyuluhan nilai pengetahuan tentang anemia didapatkan yaitu 53,49% yang menjawab benar dan setelah dilakukan penyuluhan didapatkan nilai 56,98% yang menjawab benar. Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin sebesar 3,49%. Sehingga dapat dikatakan kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan mampu menambah pengetahuan siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin terkait anemia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan anemia di SMA Islam Syarif Imamuzzahidin ini menimbulkan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan terkait anemia sebesar berapa 3,49%. Siswa SMA Syarif Imamuzzahidin diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari agar terhindar dari anemia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin, PD IAI NTB, prodi farmasi, Dinas Kesehatan yang telah berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan mengenai anemia, serta terimakasih kepada tim pengabdian masyarakat yang sudah membantu jalannya kegiatan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Astutik, R.Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia dalam Kehamilan*. Jawa Timur: CV Pustaka Abadi.

- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2).
- Fadila, I., & Kurniawati, H. (2019). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Sebagai Pilar Menuju Peningkatan Kesehatan Ibu. *Prosiding*, 78–87.
- Martini. (2015). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Man 1 Metro. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, VIII(1), 1–7.
- Podungge, Y., Nurlaily, S., & Mile, S.Y.W. (2021). *Buku Referensi Remaja Sehat, Bebas Anemia*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pratiwi, L., Liswanti, Y., Nawangsari, H., Fitriani, H., Alfiani, F., & Yulistianingsih, A. 2022. *Anemia Pada Ibu Hamil*. Jawa Barat: CV. Jejak.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A.O., & Anggraini, L. (2019). *Metode Orkes-Ku (Rapot Kesehatanku) dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri*. Yogyakarta: CV Mine.
- Riset Kesehatan Dasar. (2013). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Wahyuningsih, I., Candra, E.P., Virnia, W.U., & Fitri, A. (2021). Gambaran Pola Kebiasaan Sarapan Dan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Smp It Bukit Qur'an Mataram. *Jurnal PEPADU*, 2(4), 486-492.