

Deteksi Dini Anemia dengan Pemeriksaan Haemoglobin (Hb) Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Maqna ul Ulum Jember

Rita Sri Kurniawati*

Universitas Islam Jember, Indonesia
Email: ritasri.1207@gmail.com

Dewi Rakhmawati

Universitas Islam Jember, Indonesia
Email: dewirakhmawati2310@gmail.com

Khoirul Anam

Universitas Islam Jember, Indonesia
Email: cunam.212@gmail.com

Abstract: Adolescence is a transition period from childhood to adulthood, marked by physical, psychological and psychosocial changes (Dieny, 2014). According to Basic Health Research (Riskesdas) in 2018, the prevalence of anemia in adolescent girls was 32%. Fulfilling nutritional needs during adolescence would maximize the reproductive organs function which will lead to a better conception result. This community service was carried out in December 2022 at the Maqnaul Ulum Islamic Boarding School, Jember. This community service was carried out because of the anemia cases in teenagers is quite high. The method used in community service is examining Hb (Haemoglobin) levels in every young woman in Islamic boarding schools. The examination results of the hemoglobin levels female students showed that 10 female students had anemia, 31 female students did not have anemia. Through this Hb examination, it is expected that teenagers can prevent anemia and avoid other health problems that occur in teenagers

Keywords: Anemia, Adolescence, Hb (Haemoglobin)

PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan kesehatan sangat bergantung pada kesehatan remaja, terutama dalam hal mencetak kualitas generasi penerus. Jika individu di usia produktif

berkualitas tinggi, generasi muda yang memasuki usia produktif akan menjadi keuntungan. Sebaliknya, jika tidak memiliki kualitas dan daya saing, itu hanya akan meningkatkan tanggungan negara. Untuk mendorong remaja untuk memiliki kualitas hidup yang jauh lebih baik kedepannya, intervensi diperlukan untuk mendukung arah tumbuh kembang mereka yang sehat dan produktif.

Perubahan fisik, mental, dan psikologis dapat terjadi pada masa remaja, yaitu masa antara masa kanak-kanak dan kedewasaan. (Dieny, 2014). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), seseorang yang berusia antara 10 dan 19 tahun yang belum menikah disebut usia remaja. Namun Kementerian Kesehatan RI mendefinisikan remaja adalah orang yang berusia antara 12 hingga 14 tahun. (Kementerian Kesehatan, 2013). Organ reproduksi mulai berfungsi pada masa remaja. Pria akan berfantasi basah, dan wanita akan menstruasi. (Perawat, 2009). Menurut data BKKBN tahun 2014 (Kementerian Kesehatan, 2014), terdapat 64 juta orang di Indonesia yang berusia 10 hingga 24 tahun, atau 27,6% dari total penduduk negara. Organ reproduksi remaja dapat berfungsi lebih efektif jika kebutuhan nutrisinya terpenuhi, dan hal ini akan berujung pada kehamilan. Lestari, W. (2014) menemukan bahwa orang tua yang mempunyai masalah gizi, khususnya tinggi badan rendah mempunyai risiko 11,13 kali lebih tinggi untuk mempunyai anak stunting. Ulfani, D.H. (2011) menyatakan bahwa penyebab utama terjadinya stunting adalah rendahnya pendidikan ibu. Pada bulan Desember 2022, layanan ini akan tersedia. Informasi mengenai gizi seimbang, gizi, asupan makanan, dan siklus menstruasi menjadi data awal kegiatan ini.

METODE

Pengabdian ini dilakukan dengan 41 santriwati yang diperiksa adalah melakukan pemeriksaan Haemoglobin (Hb) pada 41 santriwati di pondok pesantren Maqna'ul Ulum Jember. Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan melakukan screening terlebih pada santriwati yang menunjukkan gejala dan tanda anemia. Setelah itu, pemeriksaan Hb dilakukan pada santriwati, dan terakhir memberikan pengetahuan pendidikan tentang kesehatan bagaimana cara pencegahan anemia (Hb) kepada santriwati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

pengabdian masyarakat ini dilaksanakannya pada tanggal 25 November 2022 didapatkan santriwati yang mengikuti pemeriksaan Hb adalah 41 santriwati yang ditemukan dengan dikukannya screening dan pemeriksaan Hb pada santriwati, kegiatan

pemeriksaan Hb dengan menggunakan alat *easy touch* dengan menyiapkan stik Hb dan *alcohol swab*. Setelah dilakukan pemeriksaan Hb pada 41 santriwati terdapat 10 orang dengan kadar Hb <12 mg/dL (24,3%) artinya peserta tersebut mengalami anemia dan sebagian besar santriwati yang lainnya yaitu 31 santriwati (75,7%) dengan kadar >12 mg/dL tidak mengalami anemia.

Kandungan hemoglobin, yang membawa oksigen ke jaringan manusia diubah oleh anemia, menurun di bawah tingkat normal, yang menyebabkan kelelahan dan stres pada organ tubuh. Jika kadar Hb dalam darah rendah, tubuh akan cepat lelah, lemah, lesu, dan letih. Hal ini akan menyebabkan berkurangnya hasil belajar dan produktivitas kerja. (Widyastuti & HardiyantiE.A, 2010) Menstruasi remaja putri biasanya berlangsung 2 hingga 7 hari per bulan dan juga dapat meningkatkan kejadian anemia karena rata-rata jumlah aliran darah menstruasi berkisar antara 33 hingga 50 ml atau setara dengan sekitar 7 hingga 10 sendok teh/hari. selama menstruasi. Selama menstruasi, wanita kehilangan 30 mg zat besi. Kehilangan darah yang banyak akan menyebabkan wanita saat menstruasi merasa lemas, lesu, bahkan pusing yang merupakan salah satu tanda anemia defisiensi besi. Hal ini bisa menjadi lebih buruk jika siklus menstruasi panjang akibat kehilangan banyak darah.

Menurut temuan penelitian, siklus menstruasi seorang wanita dan anemia saling berkaitan (Kristianti et al., 2014). Siapa pun yang memiliki kadar hemoglobin memadai atau seseorang yang tidak menderita anemia dapat mengontrol siklus menstruasi wanita. Namun, rendahnya kadar hemoglobin yang disebabkan oleh kekurangan zat besi dalam tubuh dapat menimbulkan sejumlah masalah bagi wanita. Anemia mempengaruhi imunitas, konsentrasi, hasil belajar, kesehatan fisik, dan produktivitas remaja. Sel darah putih yang berfungsi sebagai bagian dari sistem kekebalan tubuh tidak dapat berfungsi efektif dalam kondisi kekurangan zat besi. Selain itu, jika terjadi kekurangan zat besi, fungsi enzim myeloperoksidase yang bekerja pada sistem kekebalan tubuh terganggu. (Almatsier, 2007).

Menurut Maryam S. (2016), remaja anemia yang hamil berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (2500 gram). Hal yang sama, bahwa anemia zat besi dapat mempengaruhi aktivitas sel darah putih dan membuat sel darah putih kurang mampu menghancurkannya, juga dikemukakan oleh Barasi (2009). menyerang binatang. Untuk menjadi ibu yang sehat dan membesarkan anak yang akan berkembang menjadi sumber daya manusia yang bermanfaat, remaja putri harus dalam keadaan sehat jasmani dan rohani. Selain itu, adalah bahaya yang lebih besar bagi remaja putri, terutama karena

mereka akan hamil dan melahirkan, meningkatkan risiko kematian ibu saat melahirkan dan kelahiran bayi premature dan berat bayi lahir rendah (BBLR). Ibu yang mengalami anemia dan bayi yang dikandungnya dapat mengalami kelainan kongenital prematur seperti BBLR dan kelainan kongenital lainnya jika mereka kekurangan gizi mikro, neural tube defect dan tuli (GAVI, 2014). Oleh karena itu, untuk mencegah risiko Untuk mempersiapkan remaja yang sehat menghadapi kehamilan dan menurunkan risiko cacat lahir, salah satu tanda bahwa mereka siap adalah tidak mengalami anemia. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada santriwati Maqnaul Ulum yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan 10 santriwati anemia 31santriwati tidak mengalami anemia Banyak faktor memengaruhi kadar hemoglobin remaja. Studi oleh Permaesih dan Herman (2005) menemukan bahwa adanya hubungan antara jenis kelamin, usia, tempat tinggal, pola makan, kesakitan, tingkat pendidikan, dan berat badan akan mempengaruhi tingkat anemia yang terjadi pada remaja. Remaja yang tinggal di desa memiliki risiko anemia 27,1%, dibandingkan dengan 22,6% remaja yang tinggal di kota. Hasil penelitian ini juga menunjukkan hasil yang sama. (Caturiyantiningtyas T. Raharjo B, 2015).



Gambar 1. Pemeriksaan Hb pada Santriwati Maqna'ul Ulum

KESIMPULAN

Melalui kegiatan pengabdian ini jika anemia tidak dicegah dan diatasi, efeknya pada remaja putri akan bertahan lama salah satu cara Melakukannya adalah salah satu metode untuk menghentikannya. pencegahan cepat dan mudah dengan pemeriksaan Hb ini diharapkan para remaja putri dapat mencegah terjadinya anemia dan terhindar dari

masalah kesehatan lain terkait kesehatan reproduksi yang terjadi pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M., & Wirjatmadi, B. 2013. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Kencana Pranada Media Grup.
- Akmal L. 2016. *Analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia gizi pada remaja putri di SMKN 1 Terbanggi Besar LampungTengah*. *Jurnal Kesehatan*, 7(3):455-469.
- Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia
- Arumsari, E. 2008. *Faktor Risiko Anemia Pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (Ppagb) Di Kota Bekasi*. Skripsi Institut Pertanian Bogor, 21–26
- Caturiyantiningtiyas T. Raharjo B, A. D. 2015. *Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas X dan XI SMA Negeri 1 Polokarto*.
- Gavi. 2014. *Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak*. Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI, Direktorat Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. 2014. *Pedoman gizi seimbang*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak,.
- Kemenkes RI. 2018. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017 : Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan. <https://ekoren.bkkbn.go.id/wpcontent/uploads/2018/10/laporansdki-2017-remaja.pdf>
- Kristianti, S., Wibowo, T. ., & Winarsi Winarsi.2014. *Hubungan Anemia dengan Siklus menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Imogiri Bantul Yogyakarta Tahun 2013*. *Jurnal Studi Pemuda*
- Maharani, Sri. 2019. *Penyuluhan Tentang Anemia Pada Remaja*. Prodi DIII Kebidanan STIKes Baiturrahim Jambi

- Mahmut, J., Simanjuntak, B. Y., & Yuliantini, E. 2017. *Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri*. Jurnal Kesehatan, VIII(3), 358–368.
- Martini. 2015. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 1 Metro*. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai, 8(1). Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan 17 Volume 3 No 2, 2021 Copyright © 2021, JPMK, e-ISSN: 2654-7996
- Maryam S. 2016. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Proverawati, A, Asfuah, S. 2009. *Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Proverawati, A. 2011. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Resmi, Setiani. 2020 . *Literatur Review: Penerapan Terapi Non Farmakologis Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia*. FIKES UNSIQWONOSOBO.
- Riskesdas. 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kemenkes RI. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>. Diakses 5 Desember 2022.
- Sandra. 2017. *Gizi Anak dan Remaja*. Rajawali Pers.
- Sharlin J, & Edelstein, S. 2015. *Buku Ajar Gizi dalam Daur Kehidupan*. EGC.
- Sulistyawati, Nurjanah (2020). *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Studi Kasus Pada Siswa Putri SMAN 1 Piyungan Bantul*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Madani Yogyakarta
- Suryani, D., Hafiani, R., & Junita, R. 2015. *Analisis Pola Makan dan Anemia Gizi Besi pada remaja Putri Kota Bengkulu*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas, 10(1), 11–18.
- Widyastuti, P., & Hardiyanti E.A. 2010. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. EGC