

PROMOSI KESEHATAN TENTANG DETEKSI DINI ANEMIA PADA REMATRI DAN IBU HAMIL DI PUSKESMAS BANJARBARU UTARA

Sarifah Nazla Nabelia¹, Nurul Mardiaty^{2*}, Feni Narulita³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, FMIPA, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia

²Program Studi Farmasi, FMIPA, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia

³Puskesmas Banjarbaru Utara, Banjarbaru, Indonesia

*Email:nurul.mardiaty@ulm.ac.id

ABSTRAK

Remaja putri (Rematri) memerlukan asupan zat besi untuk mengatasi potensi defisiensi zat besi dalam darah selama masa menstruasi karena dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan akibat anemia dan penurunan fungsi imun. Kekurangan zat besi yang terus berlanjut pada Rematri memungkinkan risiko terjadinya anemia pada masa kehamilan. Hal ini berakibat buruk dalam perkembangan dan pertumbuhan janin saat masih berada di dalam tubuh ibu karena berpotensi menyebabkan komplikasi saat kehamilan maupun persalinan, bahkan kematian ibu dan anak. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai anemia, dengan fokus khusus pada Rematri dan ibu hamil. Sasaran kegiatan yaitu warga Kelurahan Loktabat Utara dan Mentaos khususnya Rematri dengan umur kisaran 12-21 tahun dan ibu hamil yang datang berkunjung ke Puskesmas Banjarbaru Utara. Promosi kesehatan dilaksanakan menggunakan metode ceramah dengan media leaflet dan telah diikuti oleh 15 orang partisipan dari Rematri dan ibu hamil. Kegiatan ini memperoleh hasil positif dengan peningkatan pengetahuan sebesar 29,33% yang diukur dari nilai rerata (*mean*) evaluasi *pretest* sebesar 64,00% dan *posttest* sebesar 93,33% serta nilai signifikansi $p < 0.0001$ diperoleh dari uji-t dengan *paired samples test*.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Putri, Ibu Hamil

ABSTRACT

Adolescent girls (Rematri) need adequate iron intake to prevent iron deficiency during menstruation, which can lead to growth disorders, anemia, and weakened immune function. Prolonged iron deficiency increases the risk of anemia during pregnancy, potentially causing complications for both mother and fetus, including death. This activity aimed to raise public awareness and understanding of anemia, focusing on adolescent girls and pregnant women. The targets were residents of Loktabat and Mentaos, especially Rematri aged 12–21 years and pregnant women visiting the North

Banjarbaru Community Health Center. Health promotion was delivered through a lecture method using leaflets, involving 15 participants from both target groups. The activity showed positive outcomes, with a 29.33% increase in knowledge based on the average pretest score of 64.00% and posttest score of 93.33%. Statistical analysis using a paired sample t-test showed a significant improvement ($p < 0.0001$).

Keywords: *Anemia, Adolescent girls, Pregnant Women*

PENDAHULUAN

Masa remaja ditandai dengan meningkatnya kebutuhan zat besi sehingga kematangan seksual disertai dengan peningkatan volume darah dan konsentrasi hemoglobin harus dipenuhi akibat peningkatan kebutuhan ini. Remaja putri (Rematri) memerlukan asupan zat besi untuk mengatasi potensi defisiensi zat besi dalam darah selama masa menstruasi. Rematri yang kekurangan asupan zat besi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan penurunan fungsi imun¹. Suatu kondisi yang dikenal sebagai anemia defisiensi besi dapat berkembang jika kekurangan zat besi terus berlanjut. Hal ini juga memungkinkan bagi Rematri untuk mengalami anemia saat kehamilan di masa yang akan datang. Hal ini berakibat buruk dalam perkembangan dan pertumbuhan janin saat masih berada di dalam tubuh ibu.

Selain itu, anemia pada saat hamil meningkatkan risiko komplikasi kehamilan maupun persalinan, bahkan kematian ibu dan anak².

Tingkat Hemoglobin (Hb) yang rendah dalam darah adalah tanda utama anemia³. Nilai Hb normal adalah sebesar 12 g/dL, dan didiagnosa anemia jika nilai Hb kurang dari 12 g/dL. Peran Hb dalam sel darah merah adalah untuk mengangkut oksigen dan menghantarkannya ke setiap sel dalam tubuh agar jaringan tubuh dapat menjalankan tugasnya. Gejala seperti gangguan fokus dan ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas fisik mungkin timbul akibat dari otak dan jaringan otot yang tidak mendapatkan cukup oksigen⁴. Kondisi ini akan berakibat buruk terutama pada saat persalinan karena memicu atau meningkatkan risiko kematian ibu

akibat komplikasi seperti perdarahan. Langkah preventif perlu mulai dipersiapkan sejak remaja untuk menghindari dampak negatif anemia saat kehamilan⁵.

Kehilangan darah banyak yang terjadi selama menstruasi membuat Rematri lebih rentan terhadap anemia. Rematri akan melalui masa pubertas dimana pada kondisi ini terjadi perkembangan yang cepat sehingga membutuhkan lebih banyak protein dan zat besi. Kebiasaan Rematri dalam konsumsi makanan dengan giziburuk dan diet asal-asalan yang keliru juga dapat meningkatkan potensi gizi yang diterima tidak seimbang dan terkena anemia. Berdasarkan hal ini, Kementerian Kesehatan Indonesia telah membuat modul untuk mendidik remaja putri tentang pentingnya mencegah anemia. Kartu monitoring berisi informasi terkait suplementasi zat besi juga telah disebarluaskan sebagai alat edukasi pencegahan anemia ke remaja putri. Namun, jumlah keseluruhan kasus anemia di kalangan Rematri masih cenderung tinggi. Oleh karena itu, pendekatan lebih lanjut

diperlukan untuk menumbuhkan kesadaran dan pengetahuan terkait pencegahan anemia pada Rematri⁵.

Rematri yang mengalami anemia juga berisiko akan mengalami anemia saat hamil. Hasil Riskesdas 2018 menyebutkan bahwa 48,9% ibu hamil menderita anemia. Sebesar 84,6% dari ibu hamil ini berusia 15-24 tahun dimana usia ini termasuk dalam rentang usia Rematri. Risiko kelahiran bayi prematur yang tinggi juga dikaitkan dengan kondisi anemia pada ibu hamil. Sekitar 33,3% bayi yang dilahirkan dengan BBLR atau prematur disebabkan oleh anemia selama kehamilan, serta menyumbang sebesar 70% penyebab kematian ibu dan anak. Perkembangan janin dan pasca melahirkan dapat dipengaruhi oleh anemia defisiensi besi pada ibu⁶.

Prevalensi Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia berada di kisaran 189 per 100.000 kelahiran hidup sehingga masih dikategorikan tinggi. Sementara itu di Kalimantan Selatan (Kalsel), AKI mencapai 224 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2021. Beberapa faktor utama penyebab

kondisi ini adalah kondisi sebelum hamil dengan anemia dan kurang kalori atau energi kronis sehingga terjadi perdarahan pasca persalinan. Ibu dengan jarak kehamilan yang dekat, hamil kembar, sering muntah (*morning sickness*) dan kurang menerima asupan zat besi dan protein cukup juga merupakan faktor utama ibu hamil mengalami anemia. Selain bahaya kematian, ibu hamil dengan anemia berisiko melahirkan bayi dengan BBLR, janin dan ibu asupan gizinya terhambat sehingga mudah terinfeksi atau imunnya menurun, serta keguguran (*abortus*) atau meningkatkan bayi lahir prematur⁷.

Kurangnya pemahaman masyarakat khususnya Rematri dan ibu hamil terhadap bahaya anemia menjadi salah satu permasalahan dalam peningkatan kualitas hidup masyarakat. Oleh karena itu perlu adanya upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman. Tujuan kegiatan promosi kesehatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan wawasan masyarakat mengenai anemia, dengan fokus khusus pada

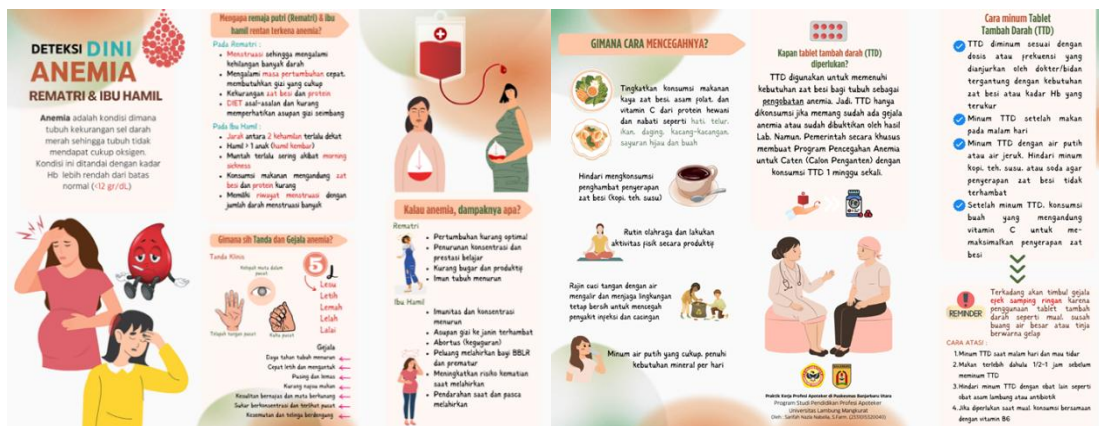
remaja putri (Rematri) dan ibu hamil. Upaya ini diharapkan dapat memberikan motivasi partisipasi dalam melakukan deteksi dini terhadap potensi anemia pada Rematri dan ibu hamil di kelompok masyarakat sekitar Puskesmas Banjarbaru Utara.

METODE PENELITIAN

Sasaran dari kegiatan Promosi Kesehatan dengan judul “Deteksi Dini Anemia Rematri dan Ibu Hamil” adalah warga Kelurahan Loktabat Utara dan Mentaos khususnya pada remaja putri (Rematri) dengan umur kisaran 12-21 tahun dan ibu hamil yang datang berkunjung ke Puskesmas Banjarbaru Utara. Kegiatan dilaksanakan dalam 2 hari yaitu pada hari Rabu dan Kamis tanggal 29-30 November 2023, pada pukul 08.30-12.00 WITA di Puskesmas Banjarbaru Utara, terutama Poli KIA-KB, di Jalan Karang Anyar II RT 20/RW XI, Kelurahan Loktabat Utara, Kecamatan Banjarbaru Utara. Promosi kesehatan ini dilakukan dengan metode ceramah yaitu pendekatan sosialisasi secara tatap langsung dalam pemberian ilmu pengetahuan dan pendidikan

untuk partisipan. Media yang digunakan berupa leaflet bertujuan untuk membantu menambah pemahaman masyarakat terkait informasi yang disampaikan karena sudah terangkum jelas dalam leaflet yang sudah diberikan kepada partisipan. Leaflet disusun dan dibuat dengan judul “Deteksi Dini Anemia Rematri dan Ibu Hamil” sebagaimana dicantumkan pada Gambar 1. Leaflet dibuat dengan desain serta warna yang menarik dan sesuai agar menarik perhatian partisipan dalam membaca dan menyimak penjelasan. Partisipan merupakan Rematri dan ibu hamil yang

berkunjung ke Puskesmas Banjarbaru Utara dimana promosi kesehatan dilakukan saat partisipan sedang menunggu antrian pelayanan di ruang tunggu. Pelaksanaan kegiatan meliputi pengisian daftar hadir partisipan, pelaksanaan *pretest*, penyampaian materi dengan media leaflet, dan pelaksanaan *postest*. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui hasil *pretest* dan *postest* setelah kegiatan promosi kesehatan menggunakan lembar daftar pertanyaan terkait informasi yang akan diberikan.



Gambar 1. Leaflet Media Promosi Kesehatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi teknis pelaksanaan terdiri atas kehadiran partisipan, suasana dan kondisi selama

berlangsungnya kegiatan, antusiasme partisipan terhadap kegiatan promosi kesehatan dan evaluasi melalui *pretest* dan *postest*.

Peserta pada awal sesi diminta mengisi daftar hadir, identitas diri dan mengerjakan *pretest* pada lembar daftar pertanyaan terkait informasi yang akan diberikan. Soal berjumlah 5 soal dengan pilihan jawaban *true or false* yang meliputi definisi, gejala atau tanda, serta cara pencegahan anemia. Pertanyaan-pertanyaan ini bertujuan untuk menilai kemampuan dasar peserta. Selanjutnya disampaikan materi terkait definisi anemia, faktor resiko, tanda, gejala klinis, dampak, cara pencegahan anemia dan informasi terkait tablet tambah darah (TTD) meliputi kapan TTD perlu dikonsumsi, cara mengonsumsi serta cara atasi efek samping penggunaan TTD. Partisipan di akhir sesi akan diminta mengerjakan soal *posttest*, dimana soal *posttest* sama dengan soal *pretest*, sehingga dapat menggambarkan pengetahuan peserta setelah materi diberikan. Pelaksanaan promosi kesehatan disajikan pada Gambar 2, Gambar 3 dan Gambar 4.



Gambar 2. Pelaksanaan *Pretest*



Gambar 3. Pemaparan Materi dengan Media Leaflet



Gambar 2. Pelaksanaan *Posttest*

Anemia pada Rematri dan ibu hamil mungkin dipengaruhi oleh

rendahnya tingkat kesadaran dan pendidikan masyarakat⁸. Pencegahan awal anemia pada Rematri dan ibu hamil dapat dilakukan dengan pemberian informasi kepada Rematri dan ibu hamil serta keluarga tentang tanda, faktor resiko, gejala, dan penatalaksanaan anemia⁹. Promosi kesehatan hendaknya ditujukan pada upaya perubahan kualitas hidup dan mutu konsumsi sehari-hari, termasuk jumlah asupan zat besi dalam makanan setiap harinya sebagai upaya mencegah anemia. Oleh karena itu, melalui kegiatan promosi kesehatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang bahaya, pencegahan, serta cara penanganan anemia pada Rematri dan ibu hamil.

Evaluasi dilakukan secara langsung oleh promotor kesehatan kepada partisipan untuk melihat luaran dan dampak, baik positif maupun negatif terhadap pelaksanaan promosi kesehatan bagi Rematri dan ibu hamil melalui evaluasi *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan pemahaman partisipan. Hasil partisipan yang diberi promosi kesehatan yaitu 10 Rematri dan 5 ibu hamil. Hasil evaluasi menggunakan soal *pretest* dan *posttest* dari setiap partisipan dihitung rata-ratanya. Pertanyaan yang diajukan pada *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada Tabel 1 dan hasil rerata (*mean*) evaluasi *pretest* dan *posttest* disajikan pada Tabel 2.

Tabel 1. Pertanyaan *Pretest* dan *Posttest*

No.	Pertanyaan dan Jawaban
1.	Anemia adalah kondisi dimana tubuh kekurangan sel darah merah yang ditandai dengan Hb kurang dari 15 gr/dL (S)
2.	Lemas dan kurang konsentrasi merupakan gejala seseorang mengalami anemia (B)
3.	Remaja putri dan ibu hamil adalah yang paling rentan mengalami anemia (B)
4.	Cara mencegah anemia adalah dengan mengkonsumsi makanan kaya zat besi, asam folat dan vitamin C (B)
5.	Tablet tambah darah dapat dikonsumsi meskipun tidak ada gejala anemia atau kadar Hb terukur normal (S)

Tabel 2. Hasil rerata (mean) evaluasi pretest dan postestpartisipan

Variabel	Nilai
Rerata (mean) nilai pretest (n=15)	64,00%
Rerata (mean) nilai postest (n=15)	93,33%
Persentase peningkatan pengetahuan	29,33%

Perbandingan hasil evaluasi pretest dan postest ditunjukkan pada Tabel 1. Data yang diperoleh dari Tabel 1 menunjukkan bahwa rerata (mean) nilai pretest adalah 64%, sedangkan rerata (mean) nilai postest adalah 93,33%. Hasil ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor rerata individu antar pretest dan postest yang artinya pengetahuan para partisipan meningkat setelah diberi paparan promosi kesehatan. Hasil ini juga sejalan dengan pengabdian masyarakat yang melakukan edukasi kepada 55 remaja putri terkait anemia. Upaya edukasi tersebut secara efektif meningkatkan skor pengetahuan rata-rata dari 34,5% pada pretest menjadi 70,9% pada postest¹⁰.

Tabel 3. Paired samples correlations

Paired Samples Correlations		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE-POST	15	.000	1.000

Tabel 4. Paired samples test

Paired Samples Test							
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
			Lower	Upper			
-29.33333	19.80861	5.11456	-40.30297	-18.36369	-5.735	14	.000

Hasil uji SPSS dengan *paired sample correlations* diperoleh hasil nilai signifikansi sebesar 1.000 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara nilai pretest dan postest dikarenakan nilai sig lebih dari 0.00. Uji t dengan *paired samples test* diperoleh nilai signifikansi $p < 0.0001$ yang berarti adanya pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah promosi kesehatan dalam kemampuan partisipan menjawab pertanyaan dikarenakan nilai sig kurang dari 0,05. Demikian pula, penelitian yang telah dilakukan oleh Syakir (2018) tentang konseling terkait gizi pada anemia menunjukkan bahwa pengetahuan berbeda secara signifikan ($p < 0,0001$) antara sebelum dan sesudah penyuluhan gizi dilaksanakan¹². Hasil ini juga sejalan dengan hasil edukasi

yang dilakukan oleh Adistieet *al* (2018), Muna & Aryani (2023), Elvira & Rizqiya (2022), Safitri (2020), dan Junaedi *et al* (2023) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah promosi kesehatan.

Kegiatan promosi kesehatan pencegahan anemia ini telah memberikan peningkatan pengetahuan kepada target sasaran salah satunya karena penggunaan berbagai media. Metode ceramah dengan menggunakan media selebaran atau leaflet (Gambar 1) secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan tentang upaya mendeteksi dini anemia dan diharapkan Rematri serta ibu hamil dapat menerapkan perilaku hidup sehat guna mencegah bahaya anemia dalam kehidupan sehari-hari seperti mengonsumsi tablet tambah darah satu tablet per minggu atau satu tablet setiap hari selama menstruasi untuk Rematri, serta rutin memantau kadar hemoglobin dan patuh mengonsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil yang terdiagnosis anemia.

KESIMPULAN

Promosi kesehatan berupa edukasi mengenai pentingnya deteksi secara dini anemia memberikan respon positif terhadap meningkatnya pengetahuan Rematri dan ibu hamil. Hal ini dinilai dari persentase nilai rerata (*mean*) evaluasi *pretest* sebesar 64% dan *posttest* sebesar 93,33% dengan total peningkatan pengetahuan sebesar 29,33% setelah dilakukan promosi kesehatan. Oleh karena itu, informasi mengenai bahaya anemia pada Rematri dan ibu hamil sangatlah penting untuk mengubah perspektif keduanya dalam meningkatkan kesadaran atas kualitas hidupnya. Diharapkan kegiatan ini dilakukan secara berkelanjutan agar dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran Rematri dan ibu hamil sehingga menurunkan resiko dan kasus terkait bahaya anemia pada kesehatan Rematri dan ibu hamil. Diharapkan juga kepada tenaga kesehatan dan pemerintah atau instansi terkait agar memberikan perhatian khusus untuk tetap mendampingi Rematri serta ibu hamil terkait bahaya anemia dan memberikan fasilitas edukasi atau

upaya pencegahan lain secara merata khususnya di wilayah Puskesmas Banjarbaru Utara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim peneliti menyampaikan ucapan terimakasih dan apresiasi kepada seluruh pihak yang telah membantu penelitian ini, terutama kepada PSPP Apoteker, Universitas Lambung Mangkurat dan Puskesmas Banjarbaru Utara khususnya Kepala Puskesmas Banjarbaru Utara, Apoteker Penanggung Jawab Ruang Farmasi, dan Bidan Penanggung Jawab Pelayanan KIA-KB yang telah bersedia bekerjasama dan membantu dalam penyusunan materi pemaparan, penyediaan subjek dan lokasi penelitian sehingga seluruh rangkaian kegiatan promosi kesehatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- 1) Soetardjo, S. (2017). Gizi Usia Remaja. In Sunita Almatsier (Ed.), *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, h 310.
- 2) Kemenkes RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, h 28.
- 3) Muna, S., & Aryani, R. (2023). Edukasi dan Pendampingan pada Ibu Hamil dengan Anemia dan Upaya Pencegahannya di Wilayah Kerja Puskesmas Sakti. *Communnity Development Journal*. **4**: 9618-9622.
- 4) Elvira, F., & Rizqiya, F. (2023). Edukasi Gizi Mengenai Anemia pada Remaja Putri di SMPN 6 Jakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. **1**: 6-11.
- 5) Mahyuddin, M., Jumiyati, Kusdalina, Yulianti, R., & Rizal, A. (2022). Peran Remaja Tutor dalam Pencegahan Anemia Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*. **2**: 125-132.
- 6) KemenkesRI. (2015). *Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, h 27.
- 7) Sukmawati, Mamuroh, L., & Nurhakim, F. (2018). Pemberdayaan Masyarakat dalam Upaya Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Haurpanggung. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. **9**: 1-5.
- 8) Widjanarko. (2019). *Pengaruh Faktor Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Fe di Puskesmas Bogor Tengah*. *Jurnal Promkes*. **2**: 100-115.

- 9) Juwita,R.(2017). HubunganKonseling danDukungan Keluarga terhadap KepatuhanIbuHamilMengkonsum si Tablet Fe. *Jurnal Endurance. 3*: 112-120.
- 10) Musniati, N.,& Fitria. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Media Karya Kesehatan. 5*: 224-232.
- 11) Junaedi, M., Sholihah, K., Jayusman, I. S.,& Nasrullah. (2023). Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) bagi Remaja Putri Ma Al-Ma'arif Riyadul Falah. *Jurnal Kesehatan Tambusai.4*: 319-214.
- 12) Syakir, S. (2018). Pengaruh Intervensi Penyuluhan Gizi dengan Media. *ARGIPA. 3*: 18–25.
- 13) Adistie, F., Lumbantobing, V. B. M.,& Maryam, N. A. A. (2018). Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam Deteksi Dini Stunting dan Stimulasi Tumbuh Kembang pada Balita. *Media Karya Kesehatan. 1*: 173–184.
- 14) Safitri. (2020). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia kepada Ibu Hamil. *Jurnal Abdimas Kesehatan. 2*: 94-99.