

PEMERIKSAAN KADAR HB DI SMP PGRI 4 CIMAHY SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA

Teguh Akbar Budiana¹, Juju Juhaeriah², Ruhyandi³, Dyan Kunthi Nugrahaeni⁴, Nasir Ahmad⁵

^{1,2,3,4,5} Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani

Email : budianateguh@yahoo.co.id

ABSTRACT

Background: Anemia is a global health problem because its prevalence remains high in all age groups, especially in developing countries. Anemia is caused by nutritional and non-nutritional factors, with nutritional factors related to vitamin and mineral deficiencies. In addition to inadequate nutritional intake, nutritional anemia is also influenced by other factors such as socioeconomic status, education, diet, health facilities, growth, and infection. Anemia can cause a person to be susceptible to infection, decreased cognitive ability, and if it occurs in school children, it will reduce their capacity and ability to learn. Method: Anemia data was obtained by taking blood from the vein in the hand and measuring it using a spectrophotometer. The participants in this community service program were 61 female students in grades 7 and 8 at PGRI 4 Junior High School in Cimahi City. Results: The results showed that of the 61 female students studied, 8 students (13.1%) had mild anemia, and 9 students (14.8%) had insufficient knowledge.

Keywords: *Anemia, Adolescents, Hemoglobin Levels.*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu keadaan di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang yang bersangkutan. Batasan hemoglobin dewasa perempuan tidak hamil kurang dari 12 g/dl, dan dewasa perempuan hamil kurang dari 11 g/dl (Arisman, 2009).

Anemia merupakan masalah kesehatan di Dunia karena prevalensinya masih tinggi pada semua kelompok umur terutama di negara-negara berkembang selain masalah KEP, defisiensi Vit A dan GAKY (Almatsier, 2009).

Menurut data RISKESDAS 2013, prevalensi anemia di Indonesia sebesar 21,7%, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8% di pedesaan serta 18,4% laki - laki dan 23,9% perempuan. Laporan hasil Dinas Kesehatan Kota Cimahi Tahun 2023 didapatkan bahwa angka kejadian anemia remaja putri yaitu 37,99% proporsi di tingkat SMP yaitu 34,28% dan tingkat SMA yaitu 42,56%. Puskesmas Cimahi Utara mencatat tingkat kejadian anemia tertinggi di tingkat SMP/MTS, yakni 48,68% dengan kasus anemia tertinggi di SMP terjadi di SMP PGRI 4 Kota Cimahi, mencapai 76,67% dimana dari 90 siswi kelas 7 yang diperiksa terdapat 43 orang mengalami anemia ringan dan 26 orang mengalami anemia berat (Dinas Kesehatan Kota Cimahi, 2023).

Anemia dapat menyebabkan seseorang mudah terserang infeksi, menurunnya kemampuan kognitif, dan bila terjadi pada anak sekolah akan mengurangi kapasitas dan kemampuan belajar. (Almatsier, 2009).

Anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah yang optimal tergantung dari asupan zat gizi dengan kualitas dan kuantitas yang cukup sesuai dengan kebutuhan tiap individu. Oleh karena itu sangat penting melakukan screening anemia sehingga bisa ditanggulangi sebelum anemia berat.

Data Dinas Kesehatan Kota Cimahi Tahun 2023 menunjukkan angka kejadian anemia remaja putri yaitu 37,99%, dari data tersebut proporsi di tingkat SMP yaitu 34,28%. berbagai. Target dari kegiatan Pk ini Adalah mendapatkan data prevalensi kejadian anemia pada siswi SMP PGRI 4 cimahi, luaran dari kegiatan ini Adalah jurnal.

METODE PELAKSANAAN

Data identitas sampel dan responden penelitian diperoleh dengan wawancara menggunakan pedoman kuesioner. Pengambilan spesimen darah tepi oleh petugas laboratorium, kemudian hasil dibaca menggunakan spectofotometer di laboratorium



FITKes UNJANI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Kejadian Anemia, pengetahuan dan keragaman makanan

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Anemia		
1= Anemia Berat (< 8 gr/dl)	0	0
2= Anemia Sedang (9-10,9 gr/	3	4,9
3= Anemia Ringan (11-11,9 gr,	8	13,1
4= Normal (12-13,9 gr/dl)	50	82
Pengetahuan		
1= Kurang (< 60)	9	14,8
2= Cukup (60-79)	33	54,1
3= Baik (80-100)	19	31,1
Keragaman Makanan		
1= Tidak < 4 jenis	0	0
2= Beragam ≥ 4 jenis	61	100
Jumlah	61	100

Dari data diatas menunjukkan bahwa, angka kejadian anemia pada siswi SMP PGRI 4 cimahi menunjukkan Mengungkapkan bahwa dari 61 siswi yang diteliti, sebanyak 8 siswi (13,1%) mengalami anemia ringan, 54,1% siswi memiliki pengetahuan yang cukup, dan seluruh siswi (100%) memiliki keragaman makanan yang baik.

Dari Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa kejadian anemia ringan sebesar 13,1% dan anemia sedang 4,9%. Berdasarkan klasifikasi World Health Organization (WHO), prevalensi anemia <20% termasuk dalam kategori masalah kesehatan masyarakat ringan. Meskipun tergolong rendah, angka ini tetap perlu mendapatkan perhatian karena anemia dapat berdampak pada penurunan produktivitas, daya tahan tubuh, serta kualitas hidup individu (WHO,2011).

Rendahnya kejadian anemia ini dapat dikaitkan dengan kemungkinan adanya kesadaran responden terhadap pola makan bergizi, konsumsi makanan sumber zat besi, serta program pencegahan anemia yang telah berjalan, seperti suplementasi tablet tambah darah. Selain itu, faktor lingkungan dan sosial ekonomi juga berperan penting dalam menentukan status anemia seseorang. (Proverawati,A 2011).

Namun demikian, masih ditemukannya kejadian anemia sebesar 13.1% menunjukkan bahwa upaya pencegahan dan penanggulangan anemia perlu terus ditingkatkan. Edukasi mengenai pentingnya asupan zat besi, vitamin

C, serta pengurangan faktor penghambat absorpsi zat besi perlu terus dilakukan.

Pengetahuan tentang anemia sangat penting untuk memahami penyebab, gejala, dampak jangka panjang, serta cara pencegahan dan pengelolaannya, terutama bagi siswi dalam menjaga kesehatan mereka. Pengetahuan siswi tentang anemia secara umum sangat baik, dengan 89,5% dari mereka memiliki pemahaman yang baik tentang anemia. Namun, dalam praktiknya, mereka jarang mengonsumsi makanan yang kaya nutrisi seperti daging, olahan kacang, sayuran, dan buah-buahan. Hal ini disebabkan oleh ketidaksukaan atau keterbatasan ketersediaan makanan tersebut di rumah. hasil ini sejalan dengan penelitian (Dieniyah, Sari and Avianti, 2019) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan siswi dan kejadian anemia

Berdasarkan hasil penelitian di SMP PGRI 4 Kota Cimahi, ditemukan bahwa 11 siswi (18%) yang makanannya beragam tetap mengalami anemia. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun keberagaman makanan telah tercapai, hal ini tidak selalu menjamin bahwa kebutuhan gizi tertentu, khususnya zat besi, sudah terpenuhi. Hasil PKM ini menemukan bahwa faktor lain di luar keberagaman makanan dapat berkontribusi terhadap kejadian anemia.

Temuan ini serupa dengan penelitian oleh (Supriadi, dkk, 2022) yang menemukan bahwa keberagaman makanan sering kali tidak langsung berkaitan dengan status anemia. Hal ini dapat terjadi karena meskipun makanan yang dikonsumsi beragam, kandungan zat besi atau bioavailabilitas zat besi dari makanan tersebut mungkin masih rendah. Misalnya, banyak makanan nabati yang kaya zat besi non-heme memiliki tingkat penyerapan yang lebih rendah dibandingkan zat besi heme dari sumber hewani (Hurrell et al., 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil PkM menunjukan bahwa dari 61 siswi, sebanyak 8 siswi (13,1%) mengalami anemia ringan, sebanyak 9 siswi (14,8%) pengetahuan kurang dan 100% sudah mengkonsumsi makanan beranekaragam

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman MB, 2009. Gizi dalam Daur Kehidupan. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Almatsier S, 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Abbaspour, N., Hurrell, R., & Kelishadi, R. (2020). Review on iron and its importance for human health. *Journal of Research in Medical Sciences*, 19(2), 164–174.
- Dieniyah, P., Sari, M. M., & Avianti, I. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor Tahun 2018. *Promotor*, 2(2), 151–158. <https://doi.org/10.32832/pro.v2i2.1801>
- Dinas Kesehatan Kota Cimahi, 2023. Anemia Anak Sekolah di Kota Cimahi, Cimahi.
- Proverawati, A. (2011). Anemia dan anemia kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Supriadi, D., Budiana, T. A., Jantika, G., & Suharjiman. (2022). Kejadian Anemia Berdasarkan Asupan Energi, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin C Dan Keragaman Makanan Pada Anak Sekolah Dasar Di Mi Pui Kota Cimahi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 13(01), 103–115. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v13i1.467>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2013. Diakses: 19 Oktober 2018, dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%20>
- World Health Organization. (2011). Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. Geneva: WHO.

