

Pemberdayaan Siswa Sebagai Kader Anti Anemia Dalam Pencegahan Anemia Di SMP Muhammadiyah Jayapura

¹⁾Fitriani*, ²⁾Titi Iswanti Afelya, ³⁾Diyah Astuti Nurfa'izah

^{1,2,3)}Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Cenderawasih, Jayapura, Papua, Indonesia

Email Corresponding: fitrianhy2512@gmail.com*

INFORMASI ARTIKEL

Kata Kunci:

Siswa
Kader
Anemia
Pencegahan
Jayapura

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah umum pada remaja yang berpotensi menimbulkan berbagai dampak kesehatan seperti menurunnya kemampuan fisik, daya tahan tubuh dan konsentrasi belajar. Pencegahan anemia dapat dilakukan melalui pemberdayaan remaja dengan pemberian edukasi dan keterampilan dalam mendeteksi anemia. Bertempat di SMP Muhammadiyah Jayapura, kegiatan pengabdian ini dirancang untuk memperkuat pemahaman dan kemampuan praktis siswa dalam mencegah anemia. Pelaksanaan kegiatan meliputi edukasi tentang anemia, demonstrasi pemeriksaan fisik untuk mengenali tanda dan gejala anemia serta pemeriksaan hemoglobin sebagai penentu diagnosis anemia. Berdasarkan hasil evaluasi, teridentifikasi adanya peningkatan pada pengetahuan mengenai anemia dan keterampilan dalam melaksanakan pemeriksaan fisik anemia. Harapan dari pelaksanaan kegiatan ini, remaja mampu untuk memahami anemia sehingga dapat melakukan pencegahan dini terhadap anemia.

ABSTRACT

Keywords:

Student_1
Cadre_2
Anemia_3
Prevention_4
Jayapura_5

Anemia is a common problem among adolescents that can potentially cause various health effects such as decreased physical ability, endurance, and concentration in learning. Anemia can be prevented by empowering adolescents through education and skills in detecting anemia. Held at Muhammadiyah Junior High School in Jayapura, this community service activity was designed to strengthen students' understanding and practical skills in preventing anemia. The activity included education about anemia, demonstrations of physical examinations to recognize the signs and symptoms of anemia, and hemoglobin tests to determine the diagnosis of anemia. Based on the evaluation results, there was an increase in knowledge about anemia and skills in performing physical examinations for anemia. It is hoped that through this activity, adolescents will be able to understand anemia so that they can take early preventive measures against it.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



I. PENDAHULUAN

Periode perkembangan yang dinamis dalam siklus hidup seseorang dikenal sebagai masa remaja. Ini adalah fase peralihan dari masa anak-anak menuju kedewasaan, yang melibatkan percepatan signifikan pada dimensi perkembangan fisik, emosional, sosial dan mental. Periode ini individu cenderung untuk mencari jati diri menuju pribadi yang mandiri dan terlepas dari ketergantungan dengan orang tua. Akibat dari proses ini remaja akan lebih mudah terpengaruh dengan lingkungan, dan dampaknya akan muncul berbagai masalah termasuk masalah gizi (Junita & Wulansari, 2021).

Salah satu masalah gizi yang paling umum terjadi diseluruh dunia termasuk pada kelompok remaja adalah anemia dimana masalah ini disebabkan oleh defisiensi zat besi (Khobibah et al., 2021). Kondisi anemia terjadi saat massa total sel darah merah (eritrosit) berkurang yang dicerminkan oleh turunnya nilai hemoglobin, hematokrit dan eritrosit yang diukur dalam pemeriksaan darah (Astuti & Kulsum, 2020). anemia secara langsung dipicu oleh konsumsi harian yang defisien zat besi. Konsumsi makanan yang mengandung gizi, maka meningkatkan status gizi. Sebaliknya, asupan makanan yang minim gizi dapat menimbulkan defisiensi (kekurangan gizi) yang kemudian berdampak negatif pada peningkatan status anemia (Nasruddin et al., 2021).

Hasil Riset Kesehatan Dasar memperlihatkan adanya peningkatan serius pada kasus anemia di kalangan remaja putri Indonesia. Angka nasional menunjukkan 23.9% kejadian anemia, khusus kalangan remaja putri

prevalensiya mencapai 37,1% pada tahun 2013 dan terus melonjak hingga 48,9% pada survei 2018. Sementara itu prevalensi anemia tercatat sebesar 26,4% pada wanita usia 5-14 tahun dan menurun 18,4% pada kelompok usia 15-25 tahun (Kemenkes RI, 2018). Demikian pula untuk konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di kota Jayapura remaja putri yang menerima tablet tambah darah sebesar 69,58% dan sebesar 52,48% tidak minum atau menghabiskan TTD dengan alasan lupa (Tim Riskesdas, 2018).

Anemia pada remaja melonjak akibat asupan zat besi yang tidak memadai termasuk asam folat dan B12, diperparah oleh kesalahan konsumsi. Kesalahan ini terjadi ketika zat besi dikonsumsi bersama dengan zat lain yang mengganggu proses penyerapannya oleh tubuh (Briawan, 2014). Di kalangan remaja putri, kebutuhan akan zat besi tambahan diperlukan karena remaja putri mengalami siklus menstruasi, demi keseimbangan hilangnya zat besi akibat siklus ini maka diperlukan zat besi pengganti (Junita & Wulansari, 2021). Berdasarkan hasil penelitian (Indrawatiningsih et al., 2021) mengemukakan status gizi memiliki kaitan erat dan mempengaruhi risiko terjadinya anemia, hal ini berkaitan dengan meningkatnya asupan makanan olahan yang memiliki nilai gizi kurang namun berkalori tinggi sehingga dapat memicu obesitas pada remaja, selain itu, makanan *junk food* juga dapat mengakibatkan remaja rentan untuk kekurangan gizi.

Selain dari faktor gizi, peran petugas kesehatan serta pengetahuan mempengaruhi kejadian anemia pada remaja. Penelitian (Azzahroh & Rozalia, 2018) mengemukakan bahwa pengetahuan serta intervensi petugas kesehatan sangat menentukan dan memiliki korelasi kuat dengan prevalensi anemia, dan diantara kedua faktor tersebut peran petugas kesehatan terbukti lebih dominan atau memiliki pengaruh yang lebih besar dalam menentukan kejadian anemia di kalangan remaja. Penelitian oleh (Kusnadi, 2021) dimana pengetahuan signifikan mempengaruhi kasus anemia pada remaja, hal ini karena pengetahuan yang baik membuat remaja lebih sadar dan siap mencegah anemia dari pada yang berpengetahuan rendah. Kurangnya informasi dan edukasi tentang pola makan seimbang menjadi faktor utama yang memicu kenaikan kejadian anemia pada remaja (Nasruddin et al., 2021). Dari hal ini kita dapat menyimpulkan anemia pada remaja dapat dicegah dengan peran petugas kesehatan untuk mendampingi dan membekali remaja dengan pengetahuan yang memadai.

Remaja yang mengalami anemia akan menghadapi berbagai masalah, mulai dari kemampuan belajar dan fokus yang menurun, kerentanan terhadap penyakit, terhambatnya perkembangan fisik hingga risiko produktivitas kerja yang lebih rendah (Wahida et al., 2022). Selain dampak umum, anemia dapat menimbulkan konsekuensi lanjutan atau dampak yang lebih serius bagi remaja putri yang akan menjadi calon ibu di masa depan, sehingga mereka memegang peranan penting sebagai penghasil generasi penerus. Kegagalan penanganan anemia sejak dini berpotensi besar menimbulkan risiko pendarahan yang fatal, bahkan berujung kematian pada kematian ibu (Azzahroh & Rozalia, 2018).

Berdasarkan informasi data awal diperoleh bahwa, sebagian besar siswa di SMP Muhammadiyah Jayapura tidak meminum Tablet Tambah Darah (TTD) yang diberikan oleh petugas kesehatan. Hal ini dapat menyebabkan angka kejadian anemia di sekolah meningkat, sehingga pemberdayaan siswa sebagai kader anti anemia di sekolah yang dibekali dengan pendidikan kesehatan tentang anemia serta cara mendeteksi anemia perlu untuk dilakukan.

II. MASALAH

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dari beberapa remaja di Kota Jayapura, didapatkan bahwa dari 7 remaja, didapatkan 5 remaja yang memiliki pengetahuan kurang tentang anemia baik gejala maupun pencegahannya. Mereka juga beranggapan bahwa anemia bukan penyakit yang membahayakan dan akan sembuh dengan sendirinya. Dan berdasarkan informasi data awal diperoleh bahwa, sebagian besar siswa di SMP Muhammadiyah Jayapura tidak meminum Tablet Tambah Darah (TTD) yang diberikan oleh petugas kesehatan. Hal ini dapat menyebabkan angka kejadian anemia di sekolah meningkat. Dari data tersebut, maka perlu untuk dilakukan pemberdayaan siswa sebagai kader anti anemia. Tujuan kegiatan ini adalah untuk menciptakan kader anti anemia di kalangan siswa. Kegiatan ini mencakup materi edukasi tentang anemia, keterampilan deteksi melalui pemeriksaan fisik serta pemeriksaan hemoglobin. Hal ini dilakukan untuk mencegah tingginya angka kejadian anemia pada siswa.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

III. METODE

SMP Muhammadiyah Jayapura, Papua menjadi lokasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang terselenggara pada tanggal 24 Juli 2025. Kegiatan ini melibatkan siswa kelas VII dengan jumlah peserta 53 orang. Kegiatan ini menerapkan metode komprehensif yang menggabungkan dua aspek yaitu penyampaian materi (pendidikan kesehatan) dan pembekalan keterampilan melalui pelatihan (Nisa et al., 2020). Adapun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan sebagai berikut :

1. Persiapan kegiatan pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan penyerahan proposal kepada pihak sekolah untuk berkoordinasi dan proses perijinan pelaksanaan kegiatan. Setelah memperoleh ijin selanjutnya dilaksanakan survei untuk pengambilan data awal kegiatan. Persiapan selanjutnya yaitu tim melengkapi alat dan bahan yang untuk mendukung kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan. Alat yang dipakai saat kegiatan berlangsung yaitu LCD proyektor, speaker, alat pemeriksaan hemoglobin, tempat sampah medis, materi edukasi dalam bentuk audiovisual yang berisi tentang definisi, faktor pencetus (penyebab), efek anemia, langkah-langkah pencegahan dan cara mendeteksi anemia. Sedangkan bahan yang digunakan untuk pemeriksaan hemoglobin yaitu handscoon bersih, strip hemoglobin, *blood lancet*, *alcohol swab*.

2. Pelaksanaan kegiatan pengabdian

Tahap pertama yang dilakukan yaitu *pre test* pada peserta, selanjutnya dilaksanakan kegiatan pendidikan kesehatan melalui pemutaran video dan diskusi dengan peserta terkait dengan materi edukasi. Tahap selanjutnya yaitu pelatihan pemeriksaan fisik sebagai teknik penyaringan awal untuk anemia, dan dilanjutkan dengan pemeriksaan hemoglobin sebagai penentu diagnosa anemia.

3. Evaluasi

untuk memastikan bahwa kegiatan berjalan sesuai rencana, monitoring dan evaluasi dilakukan secara intensif oleh tim pelaksana. Pada tahap ini dilakukan *post test* untuk menilai keberhasilan kegiatan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi anemia terjadi saat massa total sel darah merah (eritrosit) berkurang yang dicerminkan oleh turunnya nilai hemoglobin, hematokrit dan eritrosit yang diukur dalam pemeriksaan darah (Astuti & Kulsum, 2020). Kondisi anemia pada remaja perlu menjadi perhatian karena dapat berdampak negatif terhadap perkembangan fisik, kemampuan kognitif serta produktivitas individu (Astuti et al., 2024). Kekurangan zat besi adalah penyebab dari anemia yang menjadi masalah kesehatan yang sering terjadi pada remaja (Khobibah et al., 2021). Menurut WHO Remaja membutuhkan zat besi untuk pertumbuhan sebesar 0,55 mg/hari (Prastiwi et al., 2024). Remaja yang mengalami anemia akan menghadapi berbagai masalah, mulai dari kemampuan belajar dan fokus yang menurun, kerentanan terhadap penyakit, terhambatnya perkembangan fisik hingga risiko produktivitas kerja yang lebih rendah (Wahida et al., 2022).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam kegiatan ini mengintegrasikan ilmu pengetahuan dan teknologi dimana penerapannya meliputi pendidikan kesehatan dan pelatihan guna meningkatkan pengetahuan

peserta tentang anemia dan keterampilan dalam mendeteksi anemia. Pelaksanaan pendidikan kesehatan di SMP Muhammadiyah Jayapura menunjukkan dampak yang cukup nyata, ditunjukkan dengan adanya peningkatan pengetahuan peserta terhadap informasi terkait anemia. Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa pada *pre test* mayoritas pengetahuan peserta masih kurang sebanyak dimana jumlah peserta berpengetahuan baik sebanyak 13 orang (25%), namun setelah *post test* mayoritas pengetahuan peserta baik sebanyak 40 orang (81%). Hasil kegiatan ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan dan memperluas pemahaman peserta tentang anemia mulai dari definisi, faktor penyebab, efek, langkah pencegahan, hingga cara mendeteksi.

Tabel 1. Pengetahuan peserta tentang anemia

Pengetahuan Tentang Tanda dan Gejala Anemia	Edukasi			
	Pre		Post	
	n	%	n	%
Baik	13	25	40	81
Kurang	43	75	10	19
Total	53	100	53	100

Pada kegiatan pelatihan, dilakukan simulasi cara mendeteksi anemia dengan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan hemoglobin. Pada pemeriksaan fisik, dilakukan peserta diajarkan cara mendeteksi anemia melalui pemeriksaan bagian-bagian tubuh tertentu seperti konjungtiva pada mata, warna gusi, warna kuku serta area wajah secara keseluruhan. Berdasarkan hasil diskusi dalam kegiatan pelatihan, sebelumnya peserta belum mengetahui cara pemeriksaan fisik pada anemia, namun setelah mendapatkan pelatihan peserta mampu melakukan keterampilan dalam mendeteksi anemia dimana terlihat hampir seluruh peserta secara spontan dan berpasangan langsung mempraktekkan materi tersebut dengan teman disebelahnya.



Gambar 1. Pelatihan pemeriksaan fisik

Kegiatan selanjutnya adalah pemeriksaan hemoglobin sebagai dasar dalam penentuan diagnosis anemia. kegiatan ini dilakukan agar peserta memahami terkait keterampilan dalam mendeteksi anemia secara pasti. Pada kegiatan ini, pemeriksaan hemoglobin dilakukan dengan pengambilan darah kapiler yang selanjutnya dilakukan pemeriksaan melalui alat deteksi kadar hemoglobin. Pada tahap ini, sebelumnya peserta tidak mengetahui cara pemeriksaan hemoglobin, namun setelah diberikan demonstrasi, peserta memahami dan tertarik untuk dilakukan pemeriksaan hemoglobin dimana sebelumnya sebagian besar tidak ingin dilakukan pemeriksaan.



Gambar 2. Pemeriksaan Hemoglobin

V. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Pemberdayaan siswa sebagai kader anti anemia” di SMP Muhammadiyah Jayapura telah terlaksana dengan baik. Melalui kegiatan pendidikan kesehatan dan pelatihan siswa telah berhasil dilatih sebagai kader anti anemia. Pencapaian ini ditandai dengan peningkatan pengetahuan tentang anemia serta kemampuan dalam melakukan pemeriksaan fisik sebagai deteksi anemia, dan memahami pemeriksaan hemoglobin untuk skrining anemia. Hal ini menunjukkan bahwa metode pendidikan kesehatan dan pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mendeteksi anemia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Cenderawasih atas dana kegiatan pengabdian. Demikian pula kepada pihak sekolah SMP Muhammadiyah Jayapura serta seluruh siswa yang berpartisipasi sehingga kegiatan ini dapat terlaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, D., & Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314–327. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i1.920>
- Astuti, F., Iskardiani, D., Anggriani, D., & Sumego, M. (2024). Gambaran Pengetahuan Anemia Pada Remaja Di SMA N 1 Ngemplak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, X(X), 1–7.
- Azzahroh, P., & Rozalia, F. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA N 2 Kota Jambi. *Jurnal Ilmu Dan Budaya*, 41(58), 6797–6816.
- Briawan, D. (2014). *Anemia. Masalah Gizi Pada Remaja Wanita*. EGC.
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Junita, D., & Wulansari, A. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA N 12 Kabupaten Merangin. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(1), 41. <https://doi.org/10.36565/jak.v3i1.148>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendiknas RI*, 53(9), 1689–1699.
- Khobibah, K., Nurhidayati, T., Ruspita, M., & Astyandini, B. (2021). Anemia Remaja Dan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(2), 11. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v3i2.7855>
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1293–1298.
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <https://doi.org/10.59141/cerdika.v1i4.66>
- Nisa, J., Chikmah, A. M., Andari, I. D., Muslich, A. F., & Amalia, E. Z. (2020). Pemberdayaan Siswa PMR Sebagai Kader Anti Anemia dalam Upaya Pencegahan Anemia Prakonsepsi. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 4(1), 154–160.
- Prastiwi, I., Suria, M., Putri, N. L., Zuriati, Yusup, A. B., Furqon, M., Putri, K. A., & Kamila, S. H. (2024). Pengabdian Kepada Masyarakat Edukasi Anemia Pada Remaja Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(8), 3595–3606.
- Tim Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi PAPUA Riskesdas 2018. *Badan Litbang Kesehatan*, 540.
- Wahida, Gusriani, & Noviyanti, N. I. (2022). EDUKASI KESEHATAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo*, VOLUME 6, 278–283. <http://jurnal.borneo.ac.id/index.php/jpmb>