

PEMERIKSAAN HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DENGAN METODE STIK DAN PEMBERIAN SUPLEMEN FE

I.A.D. Wiryanthini¹, D.M. Wihandani¹, I.W.G. Sutadarma¹, I.M.W. Ruma¹

ABSTRAK

Kadar hemoglobin darah pada wanita usia subur penting untuk mempersiapkan generasi penerus yang sehat. Rendahnya kadar hemoglobin darah atau Anemia menyebabkan timbulnya gangguan yang berdampak jangka panjang pada remaja putri dan anaknya kelask, pertumbuhan tidak optimal rawan terkena stunting, mudah terkena infeksi, kecerdasan berkurang dan lebih mudah keracunan. Tujuan dilaksanakannya kegiatan ini untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat terutama pada remaja putri, melalui pemeriksaan kadar hemoglobin darah dengan metode stik disertai pemberian tablet Fe. Kadar hemoglobin hanya diperiksa sekali (studi potong lintang deskriptif), dilanjutkan dengan penyuluhan tentang anemia pada remaja dan pembagian vitamin mengandung Fe. Responden terdiri dari 46 orang siswi kelas X SMUN 1 Abiansemal Badung yang hadir saat pemeriksaan, diperoleh prevalensi anemia pada siswi sebesar 23,9%. Oleh karena itu, masih diperlukan langkah-langkah pencegahan berupa penyuluhan dan pemeriksaan kadar Hemoglobin darah secara berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang Anemia dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

Kata kunci: Anemia, hemoglobin, remaja putri, tablet Fe

ABSTRACT

Blood hemoglobin levels in women of childbearing age are important to prepare a healthy next generation. Low levels of blood hemoglobin or anemia cause disturbances that have long-term impacts on young women and their children, growth is not optimal, prone to stunting, susceptible to infection, reduced intelligence and more prone to poisoning. Implementation of this community service has purpose to improve community health status, especially in adolescent girls, through checking blood hemoglobin levels accompanied by the provision of Fe tablets. Design of this study was cross-sectional descriptive, after checked hemoglobin levels, followed by counseling about anemia in adolescents and distribution of vitamins containing Fe. Respondents consisted of 46 students of class I SMUN 1 Abiansemal Badung who were present during the examination, the prevalence of anemia in students was 23.9%. Therefore, it is still necessary to take preventive measures in the form of counseling and checking blood hemoglobin levels in adolescent girls on an ongoing basis to increase adolescent girls' knowledge about anemia and improve public health status.

Keywords: Anemia, hemoglobin, adolescent girls, Fe tablets

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di dunia, yaitu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) kurang dari normal (WHO, 2008). Penegakan kondisi anemia melalui

¹ Departemen Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, wiryanthini@unud.ac.id

pengukuran kadar hematokrit (Ht) ataupun kadar hemoglobin (Hb). Anemia pada remaja putri jika kadar hemoglobin darah kurang dari 12 gr/dl (Tarwoto, 2010). Kurangnya zat besi (Fe) merupakan salah satu penyebab anemia (Milman, 2011). Angka kejadian anemia di Indonesia pada wanita reproduktif sebesar 33,1% (WHO, 2007). Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia terutama usia 14-15 tahun disebabkan peningkatan kebutuhan zat besi (WHO, 2011). Data Riskesdas 2013 menunjukkan angka kejadian anemia di Indonesia sebesar 26,4% (usia 5-14 tahun) dan 18,4% (usia 15-24 tahun) (Kemenkes RI, 2014). Berdasarkan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menunjukkan angka kejadian anemia pada balita (40,5%), ibu hamil (50,5%), masa nifas (45,1%), remaja putri 57,1% (usia 10-18 tahun) dan 39,5% (usia 19-45 tahun) (BKKBN, 2016).

Kadar Hemoglobin (Hb) normal pada remaja putri jika lebih dari 12 gr/dl, kurang dari 12 gr/dl disebut anemia (Tarwoto, 2010). Klasifikasi anemia dibagi menjadi ringan, sedang, dan berat. Kadar hemoglobin darah 9-10 gr/dl merupakan anemia ringan, sedang jika kadar hemoglobin 7-8 gr/dl dan berat dengan kadar hemoglobin kurang dari 7 gr/dl (Proverawati & Wati, 2011).

Remaja putri yang sedang mengalami masa pertumbuhan membutuhkan zat gizi lebih tinggi terutama zat besi (Fe), yang merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia. Pola makan disertai penyerapan nutrisi yang buruk, menstruasi, perdarahan dan infeksi kronis merupakan beberapa penyebab terjadinya anemia pada remaja putri (Merryana & Bambang, 2012). Gejala anemia pada remaja putri yaitu tubuh lemah, letih, lesu, wajah pucat, pusing disertai menurunnya kemampuan konsentrasi. Beberapa penyebab terjadinya anemia pada remaja putri yaitu tingkat pendidikan orang tua, pengetahuan tentang anemia, status ekonomi, asupan vitamin mengandung zat besi dan vitamin C serta lamanya menstruasi (Burner, 2012).

Anemia defisiensi besi pada wanita terjadi karena kekurangan zat besi, dipengaruhi oleh rendahnya asupan disertai buruknya penyerapan zat besi, masa pertumbuhan, kehamilan, menyusui hingga perdarahan menstruasi (Milnan, 2011). Remaja putri dengan anemia dan buruknya status gizi menyebabkan terganggunya perkembangan fisik dan kognitif bahkan berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, timbulnya sakit hingga meninggalnya ibu ataupun bayinya (WHO, 2008). Prevalensi anemia pada remaja putri masih cukup tinggi, namun belum adanya program khusus dari pemerintah untuk mencegah dampak yang ditimbulkan, masih terbatas pada pencegahan anemia pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2014).

Anemia pada masa kehamilan merupakan masalah yang masih sering dijumpai di lapangan maupun di praktek klinik, pada hampir semua negara di Dunia. Di Indonesia, anemia pada masa kehamilan tahun 2013 sebesar 37,1% meningkat sebesar 48,9% di tahun 2018. (Riskesdas, 2018). Data Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2015 menunjukkan jumlah ibu hamil yang memperoleh tablet Fe lebih dari 90 hari sebesar 67.409 orang atau 95,07% dari total jumlah ibu hamil sebesar 70.907 orang (Diskes Bali, 2016).

Anemia pada remaja putri vegetarian usia 12-21 tahun di Kabupaten Badung sebanyak 30% dengan kadar hemoglobin <12 gr/dl (Widarini, 2008). Sekolah Menengah Umum Negeri 1 Abiansemal merupakan sekolah negeri yang berlokasi di Desa Blahkiuh, Kecamatan Abiansemal, Kabupaten Badung. Lokasi SMUN 1 Abiansemal yang merupakan peralihan dari Desa ke Kota menyebabkan arus informasi yang sangat pesat disertai perubahan gaya hidup penduduk terutama pada anak-anak dan remaja. Dengan perubahan gaya hidup tersebut, menyebabkan perubahan pola makan yang dapat mempengaruhi asupan zat besi yang merupakan salah satu risiko terjadinya anemia defisiensi besi. Sehingga untuk mencegah terjadinya anemia defisiensi besi di kalangan remaja putri perlu dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin darah disertai penyuluhan tentang anemia.

2. METODE PELAKSANAAN

Pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) darah menggunakan metode stik (Nesco) disertai penyuluhan tentang anemia pada remaja dihadiri oleh 46 siswi kelas X SMUN 1 Abiansemal, merupakan studi potong lintang deskriptif. Data hasil pemeriksaan hemoglobin berupa prevalensi kejadian anemia pada siswi kelas X SMUN 1 Abiansemal Badung.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan ini diselenggarakan pada hari Jumat, 8 Oktober 2021, dilaksanakan di ruang kelas di lingkungan SMUN 1 Abiansemal, Badung dengan tetap mengutamakan protokol kesehatan. Siswi yang datang berjumlah 46 orang, setelah pemeriksaan dilakukan maka dilanjutkan dengan pemberian penyuluhan tentang Anemia pada remaja disertai pembagian tablet besi atau tablet tambah darah kepada siswi SMUN 1 Abiansemal, baik yang menunjukkan hasil anemia maupun kadar hemoglobin normal.



Gambar 3.1. Pemeriksaan kadar hemoglobin darah



Gambar 3.2. Penyuluhan tentang Anemia

Data karakteristik siswi dan hasil pemeriksaan ditunjukkan oleh tabel 3.1. Pemeriksaan diikuti oleh 46 orang siswi SMUN 1 Abiansema Badung, dengan karakteristik usia dibawah 16 tahun sebesar 80,4% dan lebih dari sama dengan 16 tahun sebesar 19,6% serta diperoleh prevalensi Anemia sebesar 23,9%. Hasil pemeriksaan hemoglobin yang dilakukan menunjukkan prevalensi Anemia pada siswi kelas X masih dibawah batas klasifikasi yaitu $\leq 40\%$ yang berarti belum merupakan suatu masalah kesehatan (WHO, 2011), namun wajib diantisipasi sehingga prevalensi Anemia dapat diturunkan untuk peningkatan kualitas kesehatan remaja putri dan calon generasi penerus bangsa.

Tabel 3.1. Data Karakteristik dan Hasil Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Darah

No	Karakteristik	n	%
Usia siswi			
1	< 16 tahun	37	80,4%
	≥ 16 tahun	9	19,6%
Kadar Hemoglobin			
2	≤ 12 g/dL	10	23,9%
	> 12 g/dL	36	76,1%

4. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pemeriksaan kadar hemoglobin darah dan penyuluhan Anemia pada remaja di SMUN 1 Abiansema Badung berjalan dengan baik dan lancar dengan tetap mengutamakan protokol kesehatan Covid-19. Diperoleh angka prevalensi anemia pada siswi kelas X SMUN 1 Abiansema Badung sebesar 23,9%, dan dapat digunakan sebagai gambaran keadaan anemia pada siswi di SMUN 1 Abiansema Badung. Siswi anemia, diberikan vitamin yang mengandung Fe untuk dikonsumsi selama 1 bulan sedangkan siswi yang lain diberikan tablet vitamin yang sama untuk dikonsumsi satu minggu sekali untuk mencegah terjadinya anemia defisiensi besi. Kedepannya, kegiatan pemeriksaan kadar hemoglobin darah masih sangat penting untuk dilakukan untuk mengurangi resiko terjadinya anemia pada remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan pada Rektor Universitas Udayana dan Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat beserta stafnya yang telah memfasilitasi pendanaan program pengabdian masyarakat ini. Tidak lupa juga ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis ucapkan kepada Kepala Sekolah beserta guru-guru dan siswi SMUN 1 Abiansema Badung atas ijin dan kerjasama yang baik sehingga kegiatan pemeriksaan kadar hemoglobin darah berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2016). Data survei Kesehatan Reproduksi Indonesia. Jakarta.
- Burner. (2012). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Jurnal Ilmu Pendidikan (online).
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Dinas Kesehatan Bali. (2016). Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2015. Denpasar: Dinas Kesehatan

- Provinsi Bali.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, (2014). Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Merryana, A. dan Bambang, W. (2012). Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana.
- Milman, N. (2011). Anemia-Still a Major Health Problem in Many Parts of the World! Review Article. *Ann Hematol.* Volume 90. Halaman 369–377.
- Proverawati, A., dan Wati, E. K. (2011). Ilmu Gizi untuk Keperawatan dan Gizi Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Tarwoto, W. (2010). Kebutuhan Dasar manusia dan Proses Keperawatan. Jakarta. Salemba Medika.
- Widarini, N.P. (2008). Asupan zat gizi dan kejadian anemia pada remaja putri vegetarian di Kabupaten Badung Provinsi Bali.
- World Health Organization.* (2008). Worldwide Prevalence of Anemia 19932005: WHO Global Database on Anemia.
- World Health Organization.* (2011). Prevention of Iron Deficiency Anemia in Adolescents: Role of Weekly Iron and Folic Acid Supplementation.