

Skrining Anemia Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting

Evi Puspita Sari^{1*}, Zainul Arifin², Anthofani Farhan³

^{1,2,3} Program Studi DIII Teknologi Laboratorium Medis, Institut Teknologi Kesehatan Insan Cendikia Medika
Jombang

Email: eps.imun17@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering terjadi pada remaja putri. Anemia pada remaja yang tidak teratasi berpotensi terus berlanjut pada usia produktif. Akibatnya ibu hamil dengan anemia akan melahirkan generasi yang kurang sehat dengan berat badan rendah, imunitas rendah, dan stunting. Deteksi dini anemia perlu dilakukan untuk mencegah berbagai dampak yang terjadi. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk deteksi dini anemia pada remaja putri melalui pemeriksaan kadar hemoglobin. Metode pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) menggunakan metode *Point of Care Testing* (POCT). Sasaran kegiatan ini yaitu 171 orang remaja putri. Hasil pemeriksaan Hb pada remaja putri didapatkan sebanyak 23,02% memiliki kadar Hb kurang dari normal (anemia) dan 76,98% memiliki kadar Hb normal. Dapat disimpulkan bahwa angka kejadian anemia pada remaja masih tinggi karena melampaui ambang batas 20%.

Kata kunci: hemoglobin, remajaputri, skrining anemia

Abstract

Anemia is a non-communicable disease that often occurs in adolescent girls. Anemia in adolescents that is not resolved has the potential to continue into productive age. As a result, pregnant women with anemia will give birth to an unhealthy generation with low body weight, low immunity and stunting. Early detection of anemia needs to be done to prevent various impacts from occurring. The aim of this community service activity is to early detect anemia in young women through checking hemoglobin levels. The method for checking Hemoglobin (Hb) levels uses the Point of Care Testing (POCT) method. The target of this activity is 171 young women. The results of Hb examinations in young women showed that 23.02% had Hb levels less than normal (anemia) and 76.98% had normal Hb levels. It can be concluded that the incidence of anemia in adolescents is still high because it exceeds the 20% threshold.

Keywords: hemoglobin, adolescent girls, anemia screening

Article Info

Received date: 15 June 2024

Revised date: 28 June 2024

Accepted date: 8 July 2024

PENDAHULUAN

Stunting menjadi masalah serius dan juga merupakan masalah gizi utama yang sedang dihadapi di Indonesia saat ini. Apabila masalah ini tidak segera ditangani maka akan mengurangi tingkat kecerdasan dan berdampak pada kualitas sumber daya manusia (SDM) (Adila et al, 2023). Saat ini pemerintah sedang mencanangkan penurunan angka stunting dari 24,4% menjadi 14 % di tahun 2024 (Peraturan Presiden no 72 tentang percepatan penurunan stunting). Faktor penyebab stunting dari hilir adalah faktor ibu dan balita di 1000 HPK. Sementara faktor hulu adalah calon ibu atau remaja, dimana sasaran pencegahan stunting ada lima yaitu remaja, calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui dan balita (BKKBN, 2021).

Remaja memiliki peranan penting dalam pembangunan dan perkembangan suatu bangsa, sebab remaja yang sehat merupakan investasi masa depan (Sartika et al., 2021). *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting adalah kondisi kurang gizi pada masa *preconception* (masa remaja), KEK, dan anemia. Masalah gizi remaja dikaitkan dengan kejadian berat bayi lahir rendah (BBLR), bayi premature, dan kematian pada bayi yang menjadi faktor risiko terjadinya stunting pada anak balita (Natanael et al, 2022). Permasalahan status gizi pada remaja dapat disebabkan oleh kurangnya asupan gizi remaja, yang dapat berdampak bagi tumbuh kembangnya dan dapat menyebabkan permasalahan gizi lain, yaitu anemia. Kejadian anemia pada remaja putri juga merupakan masalah gizi yang sangat penting karena status gizi dan

status anemia remaja putri akan mempengaruhi kesehatan pada masa kehamilan dan kelahiran (Setyaningsih & Naimah, 2022).

Anemia merupakan masalah kesehatan yang menjadi beban pada remaja, khususnya remaja putri. Anemia merupakan kondisi penyakit yang ditandai dengan kurangnya sel darah merah dalam tubuh sehingga menyebabkan kondisi lelah, letih, lesu dan berdampak pada produktivitas penderita (Sartika et al., 2021). Berdasarkan siklus daur hidup, anemia gizi besi pada saat remaja akan berpengaruh besar pada saat kehamilan dan persalinan, yaitu terjadinya abortus, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, mengalami penyulit lahirnya bayi karena rahim tidak mampu berkontraksi dengan baik serta risiko terjadinya perdarahan pasca persalinan yang menyebabkan kematian maternal. Prevalensi anemia pada remaja secara global sebesar 24,8% dan prevalensi anemia remaja di negara berkembang sebesar 40,7% (Setyaningsih & Naimah, 2022). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 diketahui bahwa prevalensi anemia remaja adalah sebesar 32% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka perlu dilakukan upaya penyelesaian masalah yaitu melalui Skrining Anemia yang bertujuan untuk deteksi dini anemia pada remaja putri. Deteksi dini anemia perlu dilakukan untuk mengurangi dampak anemia seperti penurunan kekebalan tubuh, konsentrasi, prestasi dan produktivitas, yang ditandai dengan 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lalai), mudah mengantuk, sulit konsentrasi, sering pusing, mata berkunang-kunang, pucat pada wajah, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan. Remaja putri yang anemia beresiko menjadi calon ibu yang anemia. Ibu yang anemia beresiko tinggi mengalami kematian ibu melahirkan, bayi prematur, Bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui kerjasama dengan Puskesmas Wonosalam dan SMPN 1 Wonosalam Kabupaten Jombang. Pada kegiatan ini juga melibatkan mahasiswa program studi D3 Teknologi Laboratorium medis secara langsung dalam pelaksanaan skrining anemia. Kegiatan ini dilakukan di SMPN 1 Wonosalam sesuai rekomendasi dari Puskesmas Wonosalam. Sasaran kegiatan ini adalah siswi putri yang berjumlah 139 orang. Kegiatan ini telah mendapatkan izin persetujuan pelaksanaan oleh kepala sekolah SMPN 1 Wonosalam. Pada pelaksanaan kegiatan para siswa terlebih dahulu dijelaskan mengenai tujuan pemeriksaan dan cara pemeriksaannya yang akan dilakukan. Skrining anemia pada siswa putri ini dilakukan melalui pemeriksaan kadar Hemoglobin (Hb) menggunakan alat *Point of Care Testing* (POCT). Pengukuran Hb dengan metode ini dilakukan menggunakan strip test hemoglobin dan hanya membutuhkan sampel darah kapiler. Metode POCT merupakan metode pemeriksaan yang sederhana, mudah, cepat dan dapat dilakukan dimanapun, selain itu metode ini tidak memerlukan tenaga ahli laboratorium sehingga dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan lainnya setelah dilakukan pelatihan penggunaan alat.

Pada proses pemeriksaan Hb, test strip Hb dimasukan ke alat cek Hb. Saat pengambilan darah kapiler dilakukan desinfeksi dengan alkohol swab di sekitar ujung jari yang akan ditusuk, setelah darah pasien keluar segera ditetaskan pada bagian sampel di strip test, kemudian alat secara otomatis menilai kadar Hb pasien. Kategori kadar hemoglobin normal pada untuk perempuan 12-15 mg/dl. Hasil pemeriksaan Hb pada siswa disampaikan kepada pihak sekolah dan juga ke Puskesmas Wonosalam untuk dievaluasi dan ditindaklanjuti berdasarkan hasil masing-masing siswi. Dengan adanya kegiatan skrining ini diharapkan bagi siswi dengan hasil Hb kurang dari normal (anemia) segera mendapatkan upaya tindak lanjut, sehingga tidak mengalami anemia berkepanjangan yang jika dibiarkan sampai mereka dewasa nanti beresiko mengalami anemia saat hamil yang menyebabkan risiko stunting pada anaknya.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Pemeriksaan HB dilaksanakan pada Hari Rabu 20 Desember 2023 di SMPN 1 Wonosalam. Sasaran pelaksanaan pemeriksaan HB ditujukan kepada siswi putri SMPN 1 Wonosalam. Tujuan dari pemeriksaan HB adalah sebagai deteksi dini terhadap adanya anemia pada remaja putri dan merupakan upaya pencegahan stunting sedini mungkin sejak masa remaja. Seluruh rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar sesuai dengan yang diharapkan. Kegiatan ini

diikuti dengan antusias oleh seluruh siswi. Pada awal kegiatan para siswi merasa takut saat akan diperiksa. Namun setelah dijelaskan dan melihat beberapa teman yang sudah diperiksa, siswa lain berani untuk diperiksa. Siswi dikumpulkan didalam kelas masing-masing, selanjutnya diperiksa satu per satu secara bergiliran. Saat hasil keluar siswa langsung dijelaskan bagaimana hasil mereka masing-masing dan saran yang harus dilakukan.

Hasil skrining anemia melalui pemeriksaan kadar Hb pada 171 siswi di SMPN 1 Wonosalam menunjukkan terdapat sebanyak 32 siswa memiliki kadar Hb kurang dari normal (23,02%) dan sebanyak 139 siswi memiliki kadar Hb normal (76,98%).

Tabel 1 Hasil Pemeriksaan kadar Hb pada siswi SMPN 1 Wonosalam

Hasil	Jumlah Siswi	Persentase
Kadar HB normal	139	76,98%
Kadar HB rendah	32	23,02%
Jumlah	171	100%

Hemoglobin merupakan salah satu komponen sel darah merah yang berupa protein terkonjugasi yang berfungsi untuk mentransportasikan oksigen dan karbondioksida. Hemoglobin dapat digunakan untuk mengetahui apakah seseorang mengalami kekurangan darah atau tidak, dengan mengukur kadar hemoglobin. Penurunan kadar hemoglobin berarti menunjukkan suatu kondisi kekurangan darah, yaitu anemia. Remaja putri (rematri) rentan menderita anemia karena banyak kehilangan darah pada saat menstruasi. Rematri yang menderita anemia berisiko mengalami anemia pada saat hamil. Beberapa faktor lain penyebab anemia pada remaja putri ini antara lain pola makan yang kurang baik, infeksi cacingan, kebiasaan mengkonsumsi teh, kurang tidur, kurangnya asupan vitamin C, dan faktor ekonomi (Linassari dkk., 2024).

Pola makan yang kurang baik pada remaja putri diantaranya adalah kebiasaan pola makan yang tidak teratur, sering tidak sarapan, kebiasaan jajan diluar seperti gorengan dan makanan cepat saji. Banyak remaja putri sering minuman kekinian berbahan dasar teh yang mengganggu penyerapan zat besi di dalam tubuh sedangkan konsumsi vitamin C nya rendah (Astuti, 2023). Presepsi remaja tentang bentuk tubuh dan tentang kehidupan sosialnya akan mempengaruhi pola konsumsi sehingga mempengaruhi status gizinya. Remaja yang memiliki aktivitas tinggi akan membutuhkan pasokan oksigen sehingga kebutuhan akan hemoglobin akan meningkat sehingga konsumsi besi atau Fe tentu juga akan meningkat. Apabila kebutuhan besi tidak mencukupi, hemoglobin dalam tubuh justru akan berkurang. Banyak remaja putri sering minum teh dengan menjamurnya minuman dengan bahan dasar teh yang mengganggu penyerapan zat besi di dalam tubuh sedangkan konsumsi vitamin C nya rendah (Astuti, 2023).

Permasalahan gizi dan anemia pada remaja putri masih menjadi masalah dan tidak dapat dianggap remeh dikarenakan dampaknya akan berpengaruh dalam jangka panjang. Dampak anemia pada remaja putri antara lain letih, lemah, lesu, lemas, lalai (Kemenkes RI 2018). Anemia terbukti menurunkan konsentrasi belajar, karena berkurangnya level oksigen di otak. Anemia pada remaja yang tidak teratasi berlanjut saat dewasa dan masa kehamilan. Anemia selama kehamilan menyebabkan tidak optimalnya pertumbuhan dan perkembangan embrio yang menimbulkan pertumbuhan janin terhambat (PJT), bayi lahir dengan berat rendah (BBLR), bayi lahir dengan risiko anemia, menurunkan sistem imun sehingga mudah terinfeksi penyakit kronis bahkan stunting, komplikasi hamil dan risiko perdarahan pada persalinan, sehingga menyebabkan kematian ibu dan anak (Setyaningrum dkk, 2023). Oleh sebab itu Pencegahan anemia perlu dilakukan sejak dini untuk meminimalkan dampak negatif yang terus berlanjut sampai saat dewasa. Hal ini penting untuk menciptakan remaja yang sehat sebagai investasi masa depan bangsa.

SIMPULAN

Hasil kadar Hb siswi yang tergolong kurang dari normal (anemia) di SMPN 1 Wonosalam masih tergolong cukup tinggi yaitu sebesar 23.02%. Bagi siswa dengan kadar Hb kb kurang dari normal segera ditindaklanjuti oleh pihak sekolah dan Puskesmas Wonosalam. Diperlukan pemberian edukasi yang lebih masif kepada para siswa dan para orang tua terkait penting gizi dan pencegahan terjadinya anemia pada remaja putri.

REFERENSI

- Adila et al, (2023). Menekan Angka Stunting Dengan Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Kelurahan Tanjung, Kec. Labuhan Haji, Lombok Timur nurpara Adila. Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara Volume 1
- Astutik, W., & Dewi, N. L. M. A. (2023). Screening Anemia remaja Putri di Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Dauh Puri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jupemas)*, 4(1).
- Faizah, N. N. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada siswi Madrasah Aliyah Al Khoiriyah Kababupaten Malang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
- Linasari, D., Yani, A., Mutiara, D., & Septiadi, E. (2024). Skrining Anemia dan Optimalisasi Program Pemberian Tablet Besi pada Remaja Putri di Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, 5(1), 48-56.
- Mahyuddin, M., Jumiati, J., Yulianti, R., Kusdalina, K., & Rizal, A. (2022). Peran Remaja Tutor Dalam Pencegahan Anemia Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskemas)*, 2(2).
- Marjan et al. (2023). Aksi Bergizi untuk Mewujudkan Remaja Bebas Anemia dan Stunting di Kota Depok. *Jurnal SOLMA*, 12(3):1150-1160
- Natanael, S., Putri, N. K. A., & Adhi, K. T. (2022). Persepsi Tentang Stunting Pada Remaja Putri di Kabupaten Gianyar Bali. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 45(1), 1-10.
- Setyaningrum dkk. (2023). Literatur Review Penyebab dan Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Journal Of Noncommunicable Diseases*, 3(2), 84-100
- Setyaningsih, W., & Naimah, S. (2022). Praktek Unhealthy Diet Dan Anemia Pada Remaja Putri. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*. 6 (2)
- Simbolon, D., Batbual, B., & Ludji, I. D. R. (2022). Pembinaan Perilaku Remaja Putri Dalam Perencanaan Keluarga Dan Pencegahan Anemia Melalui Pemberdayaan Peer Group Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Media Karya Kesehatan*, 5(2).