

PENDAMPINGAN PENERAPAN PROGRAM CERIA DALAM UPAYA PENCEGAHAN DINI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Rini Anggraeny¹⁾, Usman Usman²⁾, Sry Reski Ananda³⁾, Melani Aspiranda⁴⁾

^{1,2,3)}Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Parepare,

⁴⁾Program Studi Gizi Universitas Muhammadiyah Parepare,
anggraenyrini3@gmail.com

Abstract

This community service program is carried out in the form of support for the implementation of the Ceria program as part of the early prevention of anemia in young women which includes educational activities and training for early detection of anemia. The group involved is PD. Nasyiatul Aisyiyah, City of Parepare, on the grounds that this group has an education post program and an anemia early detection service post through the Phasmina program, which targets young women. Some of the priority problems experienced by partners in carrying out the phasmina program include: 1) Partner group members' knowledge of anemia, its risk factors and prevention is still low. This is because they still lack education/socialization, 2) The skills of partner groups in measuring early detection of anemia are still low because they have never been given training in the program. The long term goal of this activity is the management of PD. Nasyiatul Aisyiyah City of Parepare partner groups have skills in conducting education and early detection of anemia so that they can carry out the phasmina program regularly and independently. The specific targets to be achieved are increasing the knowledge of partner group members about anemia and the skills of partner groups in measuring early detection of anemia. The approach method used in this activity includes the following stages, 1). The socialization stage of the program by presenting partner groups, 2) Educational/socialization activities for partner group members using power point media, 3). Anemia Early Detection Training for partner group members includes measuring early detection of anemia and measuring hemoglobin (hb) levels. The conclusion of the results of the implementation of this Community Service activity, namely: 1). Anemia Prevention Education Activities can increase the knowledge and understanding of partner group members in efforts to prevent anemia, especially regarding definitions and criteria, risk factors and prevention of anemia, 2). Activities training on early detection of anemia can improve the skills of partner group members in early prevention of anemia.

Keywords: Ceria Program, Anemia, Young Women.

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk dukungan pelaksanaan program Ceria sebagai bagian dari pencegahan dini anemia pada remaja putri yang meliputi kegiatan edukasi dan pelatihan deteksi dini anemia. Kelompok yang dilibatkan adalah PD. Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare dengan alasan bahwa kelompok ini memiliki program pos edukasi dan pos layanan deteksi dini anemia melalui program Phasmina yang sarannya merupakan remaja putri. Beberapa permasalahan prioritas yang dialami oleh mitra dalam menjalankan program phasmina tersebut, antara lain: 1) Pengetahuan anggota kelompok mitra tentang anemia, faktor risiko dan pencegahannya masih rendah. Hal ini disebabkan mereka masih kurang mendapatkan edukasi/ sosialisasi, 2) keterampilan kelompok mitra dalam melakukan pengukuran seteksi dini anemia masih rendah yang disebabkan karena mereka belum pernah diberikan pelatihan dalam program tersebut. Tujuan jangka panjang dari kegiatan ini adalah pengurus PD. Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare kelompok mitra memiliki keterampilan dalam melakukan edukasi dan deteksi dini anemia sehingga dapat melakukan program phasmina secara rutin dan mandiri. Target khusus yang ingin dicapai yaitu adanya peningkatan pengetahuan anggota kelompok mitra tentang anemia dan adanya keterampilan kelompok mitra dalam melakukan pengukuran deteksi dini anemia. Metode pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu meliputi tahapan sebagai berikut, 1). Tahap sosialisai program dengan menghadirkan kelompok mitra, 2) Kegiatan edukasi/sosialisasi kepada anggota kelompok mitra dengan menggunakan media power point, 3). Pelatihan Deteksi Dini Anemia

kepada anggota kelompok mitra meliputi pengukuran deteksi dini anemia dan pengukuran kadar hemoglobin (hb). Kesimpulan dari hasil pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, yaitu: 1).Kegiatan Edukasi Pencegahan Anemia dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anggota kelompok mitra dalam upaya pencegahan anemia khususnya mengenai definisi dan kriteria, faktor risiko dan pencegahan anemia, 2).Kegiatan pelatihan deteksi dini anemia dapat meningkatkan keterampilan kelompok anggota mitra dalam pencegahan dini anemia.

Kata kunci: Program Ceria, Anemia, Remaja Putri.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan bagian penting dari masyarakat. Pada tahun 2010, jumlah remaja mencapai 43,5juta jiwa (18%). Jumlah ini semakin meningkat, hingga pada sensus penduduk 2021 menunjukkan bahwa jumlah remaja mencapai 75,49 juta jiwa atau setara dengan 27,94% dari total penduduk di Indonesia (Idris, 2021). Selain itu, remaja juga seringkali mengalami anemia. Prevalensi anemia di Indonesia, mencapai 53,9% (Widjaya, 2014). Lebih lanjut, remaja juga dapat mengalami keluhan terkait kesehatan reproduksi dan gizi, termasuk dismenore dan kelebihan berat badan, dimana prevalensi overweight remaja di Indonesia mencapai 8,6% (Asma'ulludin, 2016; Mazidi, M, et.all, 2018). Masalahmasalah remaja ini jika tidak diatasi akan berdampak buruk terhadap kesejahteraan remaja baik saat ini maupun ke depannya ((Dewi GK, Istianah I, Septiani S. 2022). Secara khusus anemia yang dialami remaja putri akan berdampak lebih serius, dikarenakan mereka adalah calon ibu yang akan hamil dan melahirkan, sehingga meningkatkan risiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur, berat badan lahir rendah (BBLR) dan pada akhirnya melahirkan bayi stunting (Usman, dkk. 2022).

Literasi gizi perlu diberikan sejak dini utamanya pada masa prakonsepsi untuk mempersiapkan calon ibu sebelum memasuki fase

prenatal. Literasi gizi diartikan sebagai kemampuan individu untuk memiliki kapasitas untuk memperoleh, memproses dan memahami informasi gizi dan keterampilan gizi yang diperlukan untuk membuat keputusan gizi yang tepat dalam hidup mereka (Gibbs, H. D. et al. 2019). Penguatan literasi gizi merupakan salah satu intervensi gizi spesifik dalam mencegah terjadinya masalah anemia. Literasi gizi dapat dilakukan kepada remaja dengan menerapkan Program Ceria (Cegah Anemia Remaja Putri) melalui kegiatan Edukasi dan Deteksi Dini kejadian Anemia.

Naisiyatul Aisyiah adalah organisasi remaja putri yang merupakan salah satu organisasi otonom muhammadiyah. Naisiyatul Aisyiah merupakan gerakan yang menggembirakan bagi kaum perempuan muda dengan banyak melakukan gerakan ihsan dan kreatif bagi masyarakat dan memiliki peran strategis dalam memberikan pengaruh pemikiran islam yang maju, pencerah bagi persoalan kaum perempuan muda. Naisiyatul Aisyiah menjadi garda terdepan dalam merespon berbagai permasalahan ummat dan bangsa terutama yang berkenan dengan permasalahan agama dan sosial kesehatan khususnya kesehatan remaja putri.

Dalam rangka tanggap terhadap situasi dan isu terkini seputar remaja, maka Nasyiatul Aisyiyah menggagas salah satu program yang menyasar

remaja yaitu program Pelayanan Remaja Sehat Milik Nasyiatul Aisyiyah (PASHMINA). Pashmina adalah salah satu program unggulan Nasyiatul Aisyiyah yang menargetkan kelompok remaja sebagai sasarannya. Beberapa program utama Pashmina yaitu pos layanan, yaitu: pos edukasi, pos layanan pengukuran indeks massa tubuh, pos layanan deteksi dini anemia, pos layanan konseling kesehatan reproduksi, pos layanan konseling psikologis, dan pos layanan gizi. Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare melalui program Pashmina secara rutin melakukan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan remaja putri (Nasyiatul A, 2021).

Hasil wawancara kami dengan ketua PD. Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare (A. Hasniar) diperoleh informasi bahwa pengurus Nasyiatul Aisyiyah di Indonesia berkewajiban melakukan program PP Nasyiatul Aisyiyah yaitu Program Pashmina. Beberapa kendala yang dihadapi oleh mitra dalam melakukan program tersebut yaitu 1). Mereka tidak memiliki dana operasional untuk melakukan semua kegiatan, 2). Tidak didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai, 3). Mereka tidak dibekali ilmu untuk menjalankan 6 pos program Pashmina, 4). Mereka belum mendapatkan pelatihan cara pengukuran deteksi dini anemia.

Berdasarkan analisis situasi tersebut maka diperlukan penerapan program Ceria (Cegah Anemia Remaja Putri) melalui kegiatan edukasi pencegahan anemia dan pelatihan deteksi dini anemia kepada pengurus Nasyiatul Aisyiyah sehingga mereka memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam melaksanakan program Pashmina khususnya untuk pos layanan deteksi dini anemia.

METODE

Dalam proses pelaksanaan program kegiatan ini, kami telah menyiapkan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Koordinasi
Koordinasi dengan kelompok mitra dan sosialisasi kegiatan yang akan dilakukan kepada seluruh anggota Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare. Kegiatan sosialisasi dilakukan untuk memberikan gambaran kepada para mitra sebelum kegiatan dimulai.
- b. Edukasi/ Sosialisasi
Kegiatan edukasi/sosialisasi dilakukan dengan melibatkan 14 anggota kelompok mitra dengan materi edukasi terkait pencegahan anemia meliputi kriteria, cara pengukuran, faktor risiko dan pencegahan anemia melalui *power point*. Sebelum edukasi, dilakukan Pre-Test untuk mengukur pengetahuan kelompok mitra tentang stunting sebelum edukasi. Setelah edukasi, dilakukan Post-Test untuk mengukur pengetahuan kelompok mitra tentang stunting setelah edukasi.
- c. Pelatihan dan pendampingan Deteksi Dini Anemia
Pelatihan Deteksi Dini Anemia diikuti oleh 14 orang anggota kelompok mitra. Kegiatan ini bertujuan membekali pengurus Nasyiatul Aisyiyah tentang cara melakukan pengukuran deteksi dini anemia dan pengukuran kadar hemoglobin (hb).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi Pencegahan Anemia

Masalah kesehatan, khususnya anemia, tidak hanya menjadi tanggung jawab pemerintah dan tenaga kesehatan, tetapi juga menjadi tanggung jawab bersama. Anemia adalah kondisi dimana tubuh memiliki kadar hemoglobin (Hb) tubuh dalam darah lebih rendah dari normal.

Kegiatan edukasi pencegahan anemia dilakukan pada hari, Jum'at, 23 Juni 2023 bertempat di WFH Cafe (Taman Kodim) Kota Parepare. Kegiatan tersebut diikuti oleh remaja putri dan anggota PD. Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare. Kegiatan ini dibuka dengan sambutan anggota Tim pelaksana (Usman, SKM, M. Kes.) sangat mengapresiasi partisipasi remaja dan anggota PD. Nasyiatul Aisyiyah dalam pencegahan anemia.



Gambar 1. Sambutan Anggota Tim (Usman, SKM, M. Kes.)

Selain itu, Ketua PD. Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare (A. Hasniar Jufri, S.Pd., M.Pd) dalam sambutannya mengatakan bahwa pihaknya menyambut baik kegiatan ini dan berharap kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkesinambungan.

Ketua Tim Pelaksana PKM (Rini Anggraeny, SKM., M. Kes.) menyampaikan materi dengan beberapa materi pokok seperti pengertian anemia, penyebab anemia, gejala anemia, akibat anemia dan cara mencegah anemia.



Gambar 2. Pemaparan Materi oleh Ketua Tim PKM (Rini Anggraeny, SKM, M.Kes.)

Untuk memudahkan peserta memahami materi, maka materi ditampilkan dengan *power point*. Kegiatan edukasi ini dapat menambah wawasan remaja dan anggota PD. Nasyiatul Aisyiyah sebesar 68%, hal ini terlihat dari hasil Pre-Test dan Post-Test yang dilakukan sebelum dan sesudah edukasi.

Pelatihan Deteksi Dini Anemia

Adanya pelatihan deteksi dini anemia dapat membantu seseorang dalam mengenali gejala anemia yang terjadi. Deteksi dini anemia dapat dilakukan dengan melihat gejala yang dialami, seperti 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), sakit kepala, pusing, mata berkunang, mudah mengantuk, cepat capai, dan sulit berkonsentrasi. Sedangkan gejala klinis adalah pucat pada wajah, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan. Selain melihat gejala yang dialami, deteksi dini anemia juga dapat dilakukan dengan pengukuran kadar hemoglobin (hb) dalam darah.



Gambar 2. Pembagian TTD (Tablet Tambah Darah)

SIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini: 1) Edukasi pencegahan anemia dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anggota kelompok mitra tentang pencegahan stunting terutama dalam hal definisi dan kriteria, faktor risiko anemia dan pencegahannya, 2) Kegiatan pelatihan deteksi dini anemia dapat meningkatkan keterampilan anggota kelompok mitra dalam pencegahan dini anemia.

Berdasarkan uraian di atas, maka tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat memberikan rekomendasi sebagai berikut: 1) Pemkot Parepare dapat mengapresiasi semangat PD. Nasyiatul Aisyiyah dengan berpartisipasi dalam pencegahan anemia di Kota Parepare, 2) PD. Nasyiatul Aisyiyah Kota Parepare dapat memberikan dukungan penuh dan berperan aktif serta senantiasa menambah pengetahuan dan keterampilan dalam pencegahan anemia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian kepada masyarakat ini terwujud atas bantuan dari berbagai pihak, untuk itu kami selaku Tim Pelaksana PKM sangat berterima kasih atas dana PKM yang bersumber dari APBU tahun 2023 Universitas Muhammadiyah Parepare.

Selain itu, ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Bapak Rektor dan Ibu Ketua LPPM Universitas Muhammadiyah Parepare yang telah mendukung kami selama pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi GK, Istianah I, Septiani S. 2022. Analisis Risiko Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(1): 67–80. <https://doi.org/10.36590/jika.v4i1.223>.
- Gibbs, H. D. et al. (2019) ‘*The nutritional literacy assesment instrument (NLit) is a valid and reliable measure of nutrition literacy in adult with cronic diseases*’, *Journal of Nutrition Education Behaviour*, 50, pp. 247–257.
- Idris, Muhammad. 2021. Generasi Z dan Milenial Dominasi Jumlah Penduduk Indonesia. <https://money.kompas.com/read/2021/01/22/145001126/generasi-z-dan-milenialdominasi-jumlah-pendudukindonesia?page=all>
- Mazidi, M., Banach, M., Kengne, AP.(2018). Prevalence of childhood and adolescent overweight and obesity in Asian countries: a systematic review and meta- analysis. *Journal AMS*. DOI: <https://doi.org/10.5114/aoms.2018.79001>
- Nasyatul A. 2021. Laporan pelaksanaan kegiatan phasmina. Kota Parepare
- Usman, dkk. 2022. Efektivitas Pemberian Formulasi Moringa Oleifera terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*. 4(2): 232-238