

## **PEDULI ANEMIA DENGAN “GENRE LIMA” DI PONDOK PESANTREN KOTA PONTIANAK**

**Mita, Faisal kholid Fahdi , Ikbal Fradianto, Yoga Pramana,  
Tri Wahyuning Tyas, Gabriella Alphani, Erja Safhie Ega Nanda**

Fakultas kedokteran, Universitas Tanjungpura  
*mita@ners.untan.ac.id.*

### **Abstract**

Anemia is a major health problem in women in all age groups, including teenagers. Teenagers are the main component of human resource development in a nation. Children aged 10-18 years have the highest risk of anemia. Adolescents who experience anemia will experience decreased immunity, reduced study concentration and learning achievement. Apart from that, it will also have an impact on teenagers' physical fitness and youth productivity. Teenagers who suffer from anemia will experience loss of appetite, difficulty focusing their thoughts, and general symptoms such as tiredness, lethargy, tiredness, weakness and weakness, as well as faces that look pale and watery eyes. -firefly. WHO recommends giving blood supplement tablets (TTD) as an effort to prevent and control anemia. Efforts to increase knowledge of anemia in juveniles can be done through providing health education. Therefore, education about anemia is very important for young women. This community service is carried out by providing face-to-face lectures and educational videos about it. There is an increase in knowledge after being given education through videos.

*Keywords: Education, anemia, knowledge, teenagers, GENRE LIMA.*

### **Abstrak**

Anemia menjadi masalah utama Kesehatan pada wanita disemua kelompok usia, termasuk remaja. Remaja merupakan kompenen utama pembangunan Sumber daya manusia suatu bangsa. rematri usia 10-18 tahun mempunyai resiko anemia paling tinggi. Remaja yang mengalami anemia akan mengalami penurunan imunitas, berkurangnya konsentrasi belajar dan prestasi belajar. Selain itu juga akan berdampak pada kebugaran fisik remaja dan produktifitas remaja, Remaja yang mengalami anemia kan merasakan kehilangan selera makan, sulit untuk menfokuskan pikiran, dan gejala umum seperti letih, lesu, Lelah, lunglai dan lemah, serta wajah yang tampak pucat dan mata berkunang-kunang. WHO merekomendasikan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai salah satu upaya pencegahan dan penanggulangan anemia. Upaya peningkatan pengetahuan anemia pada rematri dapat dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan Oleh karena itu edukasi tentang anemia sangat penting diberikan remaja putri, pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan memberikan ceramah tatap muka dan video edukasi tentang, terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi melalui video.

*Keywords: edukasi, Anemia, pengetahuan, remaja putri, GENRE LIMA.*

### **PENDAHULUAN**

Anemia menjadi masalah utama Kesehatan pada wanita disemua kelompok usia, termasuk remaja. 3 dari 10 remaja di Indonesia mengalami

Anemia (Kemenkes, 2022). Pada Tahun 2022 ada 3.465 kasus anemia yang terdiri dari anemia ringan 2.715, anemia sedang 448 kasus dan anemia berat sudah menembus 302 Kasus. Dan di kota dipontianak kejadian anemia

berat ada 176 kasus, anemia sedang 139 kasus dan paling banyak anemia ringan dengan 714 kasus, dan ini paling banyak ditemukan pada usia sekolah menengah pertama maupun sekolah menengah atas (Dinkes Provinsi Kalbar, 2023). Remaja putri atau Rematri mempunyai resiko mengalami anemia terutama usia 10-18 tahun menjadi usia paling beresiko tinggi mengalami anemia.

Remaja yang mengalami anemia akan mengalami penurunan imunitas, berkurangnya konsentrasi belajar dan prestasi belajar. Selain itu juga akan berdampak pada kebugaran fisik remaja dan produktifivitas remaja. Dampak berkelanjutan yang lebih serius bagi remaja adalah mereka menjadi calon ibu yang akan hamil dan melahirkan. Hal ini meningkatkan resiko kematian ibu dan anak, bayi lahir dengan berat badan lahir yang rendah atau sangat rendah dan bayi lahir premature (Alexander, 2020).

Remaja yang mengalami anemia kan merasakan kehilangan selera makan, sulit untuk menfokuskan pikiran, dan gejala umum seperti letih, lesu, Lelah, lunglai dan lemah, serta wajah yang tampak pucat dan mata berkunang-kunang (Herwandar & Soviyati, 2020). Beberapa asupan nutrisi yang berperan penting dalam pencegahan anemia adalah zat besi dan zat gizi lainnya misalnya vitamin C, folat, vitamin A, riboflavin dan B12. Namun harus diperhatikan makanan lain yang dapat menghambat penyerapan zat gizi tersebut misalnya saat mengkonsumsi makanan atau multivitamin yang mengandung zat besi tidak bersamaan dengan zat yang dapat mengganggu penyerapannya (Julaecha, 2020). Contoh kebiasaan minum teh setelah makan, kurangnya asupan vitamin C, serta tidak mengkonsumsi suplemen.

WHO merekomendasikan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai salah satu upaya pencegahan dan penanggulangan anemia. Program Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) yang ditetapkan oleh pemerintah memberikan dosis tambah darah pada remaja setiap minggu 1 kali. Dosis tambah darah yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Remaja putri yang menjadi target pemberian TTD adalah remaja pada usia sekolah menengah pertama maupun sekolah menengah atas. Namun Konsumsi tablet tambah darah pada remaja masih sangat rendah (Yudina & Fayasari, 2020).

Faktor yang dapat memengaruhi kepatuhan konsumsi tablet tambah darah adalah pengetahuan rematri mengenai anemia, serta dukungan keluarga remaja putri. Rematri yang memiliki pengetahuan rendah akan memiliki 4 kali resiko tidak mengonsumsi tablet tambah darah 1 tablet/minggu. Dan memiliki 4,998 kali lebih besar dibandingkan dengan rematri yang memiliki pengetahuan cukup atau baik (Samputri & Herdiani, 2022). Upaya peningkatan pengetahuan anemia pada rematri dapat dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan.

Hasil wawancara dengan pihak sekolah, dalam 2 tahun terakhir siswa belum pernah mendapatkan informasi terkait Anemia baik dari tim Kesehatan, selain itu juga para santri tidak bebas memiliki akses untuk mendapat informasi melalui social media karena peraturan penggunaan smartphone dilingkungan sekolah, sehingga menurut sekolah edukasi tentang kesehatn perlu untuk dilakukan hal ini akan membantu santri mendapatkan informasi kesehatn terutama yang akan berdampak pada proses pembelajaran

Berdasarkan data tersebut, kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan oleh tim keperawatan universitas tanjungpura dengan tema Edukasi dengan GENRE LIMA (GENerasi REMaja PeduLI AneMia), yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan santri putri tentang anemia dan pencegahan anemia itu sendiri.

## METODE

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat (PKM) diselenggarakan oleh dosen keperawatan untan, dan juga melibatkan mahasiswa keperawatan semester 3 fakultas kedokteran universitas Tanjungpura Pontianak. Pondok pesantren Daruul khairat menjadi Mitra dalam kegiatan ini, kegiatan dilakukan pada tanggal 26 oktober 2023 dan diikuti oleh seluruh santri putri kelas 7 atau setingkat madrasah tsanawiyah yang berjumlah 24 orang .

Tim PKM melakukan persiapan dengan komunikasi awal dengan pihak pesantren untuk membahas rencana kegiatan yang akan dilakukan seperti waktu, sasaran dan tempat pelaksanaan kegiatan.

Saat Kegiatan PKM dilakukan Tim memulai membuka acara, memperkenalkan tim kepada peserta kemudian memberikan kuesioner *pretest* untuk mengukur pengetahuan dasar para remaja putri tentang anemia dan bagaimana pencegahan terhadap anemia. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah dan menunjukkan video edukasi GENRE LIMA atau Generasi Remaja Peduli Anemia melalui media LCD yang disaksikan Bersama, video edukasi berdurasi 6 menit 30 detik. Untuk meningkatkan kepedulian para remaja putri tentang kejadian anemia, sehingga dapat melakukan tindakan pencegahan dengan benar. Dilanjutkan

dengan sesi tanya jawab. Peserta diminta untuk Kembali mengisi kuesioner *posttest* untuk menilai apakah ada peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Selain itu juga peserta diajak bermain game. Sebelum kegiatan berakhir Tim dosen memberikan buku Saku dan poster tentang anemia bagi pondok pesantren dan seluruh peserta diberikan souvenir. Kegiatan diakhiri dengan memberikan cinderamata dan berfoto bersama.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat tentang anemia dan pencegahannya pada santri putri mendapatkan hasil peningkatan pengetahuan. Adapun hasil analisis dapat dilihat pada table berikut

**Tabel 1. Rerata pengetahuan peserta PKM sebelum dan setelah diberikan edukasi**

Variabel	Mean	<i>p</i>
Pengetahuan Sebelum	49.53	0.00
setelah	68.58	

Dari uji analisis menunjukkan perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi. Yakni diperoleh nilai *p* (0.000) yang artinya ada perbedaan signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi. Saat edukasi peserta PKM menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan bertanya tentang materi yang disampaikan.



**Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pengabdian**



Gambar 2. Video edukasi GENRE LIMA

penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media video menunjukkan peningkatan pengetahuan hal ini karena media video membantu memperjelas pesan yang akan disampaikan, selain itu juga pesan melalui video lebih menarik untuk dilihat dan tentu saja menyenangkan karena peserta akan mendengar dan melihat gambar sekaligus yang disertai musik yang ada di video edukasi.

## SIMPULAN

Pengetahuan tentang anemia pada santri putri pondok pesantren darul khairat meningkat karena edukasi yang diberikan melalui kegiatan edukasi dengan media video edukasi. Adanya kegiatan ini diharapkan remaja putri pondok pesantren dapat meningkatkan asumsi makanan bergizi dan memperhatikan nutrisi makanan yang akan dikonsumsi. Selain itu juga dapat meningkatkan kepedulian generasi remaja terutama remaja putri terhadap anemia.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim PKM dosen keperawatan mengucapkan terima kasih kepada Fakultas kedokteran universitas tanjungpura. Ucapan terima kasih kami sampaikan juga kepada pihak Pondok pesantren Darul Khairat kota Pontianak

sudah bersedia menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, C., Siregar, D. N., Siregar, P. S., & Anggeria, E. (2020). Pengetahuan Siswi Kelas Xi Tentang Dampak Anemia Terhadap Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(1), 99. <https://doi.org/10.34012/jukep.v3i1.856>
- Alexander, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Smpn 09 Pontianak Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan*, 9(2). [https://doi.org/10.33486/jurnal\\_kebidanan.v9i2.84](https://doi.org/10.33486/jurnal_kebidanan.v9i2.84)
- Herwandar, F. R., & Soviyati, E. (2020). Perbandingan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Premenarcho Dan Postmenarcho Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(1), 71–82. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v11i1.154>
- Kemendes RI. (2022, November 16). Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi. Direktorat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. <https://promkes.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi>
- Julaecha, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*,

- 2(2), 109.  
<https://doi.org/10.36565/Jak.V2i2.105>
- Samputri, F. R., & Herdiani, N. (2022).  
Pengetahuan Dan Dukungan  
Keluarga Dengan Kepatuhan  
Konsumsi Tablet Tambah Darah  
Pada Remaja Putri. *Media  
Kesehatan Masyarakat  
Indonesia*, 21(1), 69–73.  
<https://doi.org/10.14710/Mkmi.21.1.69-73>
- Yudina, M. K., & Fayasari, A. (2020).  
Evaluation Of Iron Tablet  
Supplementation Program Of  
Female Adolescent In East  
Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan  
(Jika)*, 2(3), 147– 158.  
<https://doi.org/10.36590/Jika.V2i3.56>