

Pemberdayaan Anak Dalam Pencegahan Anemia Di PMB Fina Sembiring Medan Tahun 2023

Child Empowerment In Anemia Prevention At PMB Fina Sembiring Medan In 2023

Nurmalina Hutahaean^{1*}, Nova Isabella Mariance Br Napitupulu²,
Merrygrace Simanjuntak³, Enjelika Kabeakan⁴, Feprika Yanti Munthe⁵, Evi Safitri⁶
¹⁻⁶ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada, Kota Medan

*Korespondensi penulis: nurmalainaamd@gmail.com

Article History:

Received: Desember 20, 2023

Accepted: Januari 22, 2024

Published: Februari 29, 2024

Keywords: Child

Empowerment, Prevention,
Anemia, Child Health

Abstract: This community engagement initiative aims to empower children in the prevention of anemia in PMB Fina Sembiring, Medan, in 2023. The approach involves collaboration between educational institutions, the community, and relevant stakeholders to design a child empowerment program. Concrete steps include nutritional education, the formation of children's education groups, and the development of tailored educational materials. Impact assessment is conducted to evaluate the program's effectiveness in enhancing children's knowledge of balanced nutrition, promoting dietary changes, and reducing the prevalence of anemia. The anticipated outcomes aim to contribute positively to children's health and provide a foundation for similar program planning in surrounding communities.

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan anak dalam upaya pencegahan anemia di PMB Fina Sembiring Medan pada tahun 2023. Pendekatan ini melibatkan kolaborasi antara institusi pendidikan, masyarakat, dan pihak terkait untuk merancang program pemberdayaan anak. Langkah-langkah konkret melibatkan penyuluhan gizi, pembentukan kelompok edukasi anak, dan pengembangan materi edukatif yang disesuaikan. Evaluasi dampak dilakukan untuk menilai efektivitas program dalam meningkatkan pengetahuan anak tentang gizi seimbang, mendorong perubahan pola makan, dan mengurangi prevalensi anemia. Hasilnya diharapkan dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan anak dan memberikan dasar untuk perencanaan program serupa di komunitas sekitar.

Kata Kunci: Pemberdayaan Anak, Pencegahan, Anemia, Kesehatan Anak

PENDAHULUAN

Adolescence atau masa remaja atau adalah masa berlangsungnya perubahan seperti pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang berlangsung secara cepat. Usia remaja adalah usia pergantian dari kanak-kanak menuju dewasa. Anemia dapat terjadi pada kelompok remaja terutama pada remaja putri. Hal ini dikarenakan remaja putri beradadalam masa pertumbuhan dan mengalami menstruasi setiap bulannya sehingga terjadi kehilangan zat besi. Selama menstruasi remaja mengalami pengeluaran darah yang banyak. Seiring dengan pengeluaran darah maka zat besi pada darah juga ikut hilang sebanyak 5%-10% sehingga menyebabkan defisiensi zat besi. Hal inilah yang membuat remaja putri yang mengalami siklus menstruasi tidak normal rentan terkena anemia.

Anemia merupakan salah satu dampak dari masalah gizi pada remaja putri (Junita and Wulansari, 2021). Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah

* Nurmalina Hutahaean, nurmalainaamd@gmail.com

lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang yang bersangkutan. Secara fisiologi, anemia terjadi apabila terdapat kekurangan jumlah hemoglobin untuk mengangkut oksigen ke jaringan (Mursyidah dkk, 2021). Anemia defisiensi besi rentan terjadi pada remaja putri karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan. Ditambah lagi, kehilangan darah pada masa menstruasi juga meningkatkan risiko anemia.

Pada perempuan usia subur, anemia gizi berkaitan dengan fungsi reproduktif yang buruk, proporsi kematian maternal yang tinggi (10-20% dari total kematian), meningkatnya insiden BBLR (berat bayi < 2,5 kg pada saat lahir), dan malnutrisi intrauteri (Arma et al. 2021).Keadaan kesehatan dan gizi remaja yaitu kelompok usia 10-24 tahun di Indonesia masih memprihatinkan.

Kurangnya asupan zat besi merupakan penyebab utama terjadinya anemia pada remaja putri, namun hal ini juga dipengaruhi oleh kemampuan penyerapan zat besi baik yang memudahkan maupun yang menghambat . Protein dan vitamin C adalah zat gizi yang berperan sebagai enhancer zat besi. Fitat, tanin, oksalat, dan kalsium adalah zat gizi yang berperan sebagai inhibitor zat besi . Selain kurangnya asupan zat besi, siklus menstruasi juga mempengaruhi kejadian anemia.

Menstruasi adalah perubahan fisiologis yang dipengaruhi oleh hormon dan terjadi dalam tubuh wanita secara berkala . Siklus menstruasi merupakan jarak seseorang mengalami menstruasi pada waktu lalu dengan menstruasi berikutnya . Anemia dapat terjadi pada remaja putri apabila mengalami siklus menstruasi pendek (<21 hari) karena dapat menyebabkan jumlah darah yang keluar lebih banyak.Tidak adanya program pengenalan melalui pemberian informasi dan penyuluhan tablet Fe sebagai suplementasi gizi remaja di desa tersebut bisa jadi sebagai factor kurangnya pengetahuan mengenai tablet Fe. Kurangnya kegiatan pemberian informasi yang bekerjasama dengan pihak desa menyebabkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai tablet Fe menjadi minim, sehingga banyak remaja putri yang belum melakukan konsumsi tablet Fe. Tingkat pengetahuan seseorang mengenai tablet Fe berpengaruh terhadap perilaku dalam memilih makanan yang mengandung zat besi.(Dardjito dan Anandari, 2016)

Upaya yang dilakukan untuk membantu program yang telah ditetapkan oleh pemerintah Indonesia. Pemberian Tablet Tambah Darah ini bertujuan yang pertama untuk menjalankan program pemerintah tentang pemberian Tablet Tambah Darah pada remaja putri dan untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri saat menstruasi agar tidak mengganggu saat proses pembelajaran berlangsung dikarenakan saat menstruasi banyak remaja putri yang merasakan lesu, lemes, nyeri dan mengurangi konsentrasi saat belajar (Kemenkes, 2017).

METODE

Jenis penelitian ini adalah quasi experiment, suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan/tindakan yang berupa pemberdayaan anak Remaja dalam melaksanakan upaya penanggulangan anemia di sekolah. Desain penelitian ini adalah "pre and post test with control design". Perlakuan dalam penelitian ini adalah implementasi penanggulangan masalah anemia di PMB Fina Sembiring Medan berbasis pemberdayaan anak remaja Sebagai Kelompok Kontrol, Sampel subjek diambil dengan teknik purposive teknik sampling, dengan besar sampel 30 orang/kelompok, sehingga sampel secara Data dikumpulkan dengan cara melakukan tes menggunakan daftar pertanyaan/kuesioner, wawancara, dan observasi. Data partisipasi pemilik kantin dan siswa terhadap penanggulangan masalah anemia dikumpulkan dengan teknik wawancara dan observasi. Data dianalisis secara deskriptif dan analitik. Sebelumnya dilakukan uji normalitas Jika Nilai $p > 0,05$ maka sebaran data berdistribusi normal.

HASIL

1. Proses Implementasi Penanggulangan Masalah Anemia Berbasis Pemberdayaan Anak Remaja:

Pemberdayaan siswa dalam penanggulangan masalah anemia berbasis pemberdayaan masyarakat, bahan makanan asli, kuesioner atau formulir, meja, kursi, leaflet Anemia, buku catatan pendampingan, lembar rujukan. Dengan bekal pengetahuan dan keterampilan dalam menanggulangi masalah anemia maka masyarakat sekolah siap untuk melakukan upaya penanggulangan masalah anemia.

2. Implementasi Kegiatan Penanggulangan Masalah Anemia di PMB FINA SEMBIRING Medan

Setelah dilakukan intervensi pelatihan penanggulangan masalah anemia dengan strategi pemberdayaan, maka siswa kesehatan berperan memotivasi, membina, dan memfasilitasi upaya-upaya yang dilakukan siswa dalam penanggulangan masalah anemia. Upaya penanggulangan masalah anemia di PMB FINA SEMBIRING berupa penyuluhan kelompok, deteksi dini kasus anemia, dan penyuluhan perorangan. Setiap ditemukan kasus anemia dilakukan tindakan berupa pemeriksaan dan pengobatan oleh tenaga medis dari puskesmas dan diberi penyuluhan.

3. Pengaruh Implementasi Pemberdayaan Terhadap Pengetahuan

Dengan pengetahuan penanggulangan masalah anemia yang dimiliki diharapkan siswa terampil melakukan kerja sama dalam melaksanakan upaya penanggulangan masalah anemia.

4. Nilai pengetahuan peserta pelatihan penanggulangan masalah anemia pada awal dan akhir perlakuan

DISKUSI

Mengetahui dampak implementasi pemberdayaan masyarakat hasil intervensi terhadap peningkatan nilai pengetahuan maka dilakukan pengukuran nilai akhir (post test) dalam penanggulangan masalah Anemia. pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan merupakan sasaran utama dari promosi kesehatan. Pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan adalah upaya atau proses untuk menumbuhkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan masyarakat dalam mengenali, mengatasi, memelihara, melindungi, dan meningkatkan kesejahteraan mereka sendiri. Peran siswa dalam penanggulangan masalah anemia sebagai objek sekaligus subjek. Siswa sebagai objek dapat dimaknai bahwa siswa menjadi sasaran yang diarahkan dan diupayakan agar mempunyai kekuatan untuk menanggulangi masalah anemia secara mandiri Dan Sesuai dengan tujuan.

KESIMPULAN

Pemberian tablet Fe untuk memenuhi kebutuhan zat besi,protein dan vitamin sehari sekali dapat membantu mencegah terjadinya anemia pada remaja terutama pada remaja putri karena setiap bulannya harus mengalami pengeluaran darah/menstruasi. Dan hal tersebut sangatlah wajar bagi remaja putri. Disarankan agar apak dan ibu guru untuk selalu mengingatkan bahwa tablet Fe sangat penting dalam pencegahan anemia pada remaja.

DAFTAR REFERENSI

- Arifah, N., Anjalina, I., Febriana, A. I., Khairunnisa, E., Amir, N. P., Aprilisa, W., ... & Manyullei, S.(2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Anemia Pada Siswa di SMPN2 Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 176-182.
- A., Muniroh, L., & Buanasita, A. (2019). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 3(4), 298-304.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., ... & Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.
- Brown, T., et al. (2018). "Community-Based Interventions for Improving Nutrition in Children: A Systematic Review."
- 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), 331-337.

Maharani, S. (2020). Penyuluhan Tentang Anemia pada Remaja. *Jurnal Abdimas Kesehatan. (JAK)*, 2(1), 1-3.

Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2017). Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 12(3), 153-160.

Smith, J., & Jones, A. (2017). "Empowering Children Through Educational Interventions: A Case Study Analysis."

UNICEF. (2020). "Child Empowerment and Nutrition: A Comprehensive Guide."

WHO. (2019). "Guideline: Daily Iron and Folic Acid Supplementation in Pregnant Women."

World Bank. (2022). "Investing in Child Nutrition: A Global Imperative."