

Edukasi Preventif Anemia Pada Remaja Putri Berbasis Aplikasi Ceria

Efa Nur Aini¹; Nian Afrian Nuari²

^{1,2} Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri

Alamat: Jln. Soekarno Hatta No 7, Pare Kediri

Korespondensi penulis : nian.afrian@gmail.com

Article History:

Received:

30 December 2023

Accepted:

26 January 2024

Published:

31 March 2024

Keywords: Simulation, Students, Syncope, Management

Abstract: Anemia is a nutritional problem that is common throughout the world, not only in developing countries but also in developed countries. According to WHO, the incidence of anemia in adolescents is common in developing countries, Indonesia is a developing country. One way to prevent anemia is to use the CERIA application from the Ministry of Health. The CERIA application can monitor young women in monitoring their development and routine of taking blood supplement tablets every week. The aim of this community service is to provide preventive education based on the CERIA application in preventing anemia for young women at SMK X. The method used is the CERIA application from the Ministry of Health. The population is 21 female students consisting of representatives from each class X, XI, XII and members of the OSIS of SMK with a mean of 79.13. This means that female students experienced an increase in scores on knowledge about anemia. The results of the analysis showed that there was an increase in scores before and after being given the intervention, namely the socialization of anemia prevention in young women based on the CERIA application. It is hoped that this program will be able to prevent and manage adolescent girls who experience anemia so that the health status of adolescents can improve.

Abstrak: Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja banyak terdapat di negara berkembang, Indonesia termasuk dalam negara berkembang. Salah satu pencegahan anemia adalah dengan menggunakan aplikasi CERIA dari Kemenkes. Aplikasi CERIA dapat memantau remaja putri dalam memantau perkembangan dan kerutinan minum tablet tambah darah setiap minggunya. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah melakukan edukasi preventif berbasis aplikasi CERIA dalam pencegahan anemia bagi remaja putri di SMK X. Metode yang digunakan adalah edukasi menggunakan aplikasi CERIA dari Kemenkes. Populasi 21 siswi yang terdiri dari perwakilan setiap kelas X, XI, XII dan anggota OSIS SMK X. Hasil pre test siswi sebelum intervensi seluruhnya (100%) pengetahuan kategori cukup dengan mean 71,74, setelah intervensi seluruhnya (100%) pengetahuan kategori baik dengan mean 79,13. Artinya siswi mengalami kenaikan skor pada pengetahuan tentang anemia. Hasil analisis didapatkan terjadi peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan intervensi yaitu sosialisasi pencegahan anemia pada remaja putri berbasis aplikasi CERIA. Diharapkan dengan program ini mampu mencegah dan melakukan penatalaksanaan pada remaja putri yang mengalami anemia sehingga status kesehatan remaja bisa meningkat.

Kata kunci: Edukasi, Preventif, Anemia, Aplikasi CERIA.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja banyak terdapat di negara berkembang, Indonesia termasuk dalam negara berkembang. Kejadian anemia merupakan masalah yang paling banyak ditemukan pada remaja, remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan menderita

* Nian Afrian Nuari, nian.afrian@gmail.com

anemia. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja.

Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja jika tidak ditangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah. Melihat dampak anemia yang sangat besar dalam menurunkan kualitas sumber daya manusia, maka sebaiknya penanggulangan anemia perlu dilakukan sejak dini sebelum remaja putri menjadi ibu hamil, agar kondisi fisik remaja putri tersebut telah siap menjadi ibu yang sehat dan melahirkan generasi penerus yang juga sehat.

World Health Organization (WHO) tahun 2015 melaporkan bahwa lebih dari 30 % atau 2 miliar orang di dunia berstatus anemia, sedangkan prevalensi di Asia Tenggara adalah 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan sampai berat. Berdasarkan Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia berdasarkan kelompok umur 5- 14 tahun sebanyak 26,4% dan kelompok umur 15-24 tahun sebanyak 18,4%. Sedangkan menurut jenis kelamin laki-laki sebanyak 18,4% dan perempuan sebanyak 23,9%. Berdasarkan semua kelompok umur tersebut, wanita memiliki prevalensi tertinggi mengalami anemia (Nadidah, et al, 2022).

Anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, pendarahan yang hebat, diet yang buruk, kurangnya kadar zat besi dalam tubuh, kekurangan protein, dan vitamin C (Nuari,NA, 2021). Rendahnya asupan zat besi yang disebabkan oleh rendahnya konsumsi pangan sebagai sumber zat besi sangat memengaruhi terjadinya anemia. Besi merupakan mikro elemen yang esensial bagi tubuh, sebagai faktor utama pembentuk hemoglobin. Salah satu dampak dari rendahnya asupan zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia defisiensi besi.

Keterkaitan antara zat besi dengan kadar hemoglobin adalah besi merupakan komponen utama dalam pembentukan darah yaitu mensintesis hemoglobin. Kelebihan besi disimpan sebagai protein feritin, hemosiderin di dalam hati, sumsum tulang belakang, dan selebihnya di dalam limpa dan otot. Jika simpanan besi cukup, maka kebutuhan untuk pembentukan sel darah merah dalam sumsum tulang akan selalu terpenuhi, namun, jika simpanan zat besi berkurang maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi di dalam tubuh, akibatnya kadar hemoglobin menurun di bawah batas normal yang disebut sebagai anemia gizi besi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Indonesia, maka pemerintah telah menetapkan kebijakan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dilakukan setiap 1 kali seinggu. Pemberian TTD ini diberikan secara blanket approach dimana seluruh remaja putri diharuskan meminum TTD untuk mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh tanpa dilakukan skrining awal terlebih dahulu. Untuk itu pemerintah melancarkan gerakan nasional pemberian tablet tambah darah untuk remaja putri (Eka et al, 2021).

Kementerian Kesehatan membuat suatu inovasi yaitu dengan meluncurkan aplikasi Cegah Anemia Remaja Indonesia (CERIA). Aplikasi CERIA adalah sarana untuk melakukan pencatatan dan pelaporan data secara elektronik untuk konsumsi TTD remaja puteri, sebagai sumber informasi untuk remaja putri mengenal TTD dan anemia, serta pengingat minum TTD setiap minggu. Berdasarkan latar belakang di atas, Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah melakukan edukasi preventif berbasis aplikasi CERIA dalam pencegahan anemia bagi remaja putri di SMK X.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat meliputi beberapa tahap kegiatan yaitu kegiatan assessment, pelaksanaan dan evaluasi. Tim pengabdian melakukan tahap kordinasi dengan pihak sekolah terkait informasi data jumlah siswa yang akan dilibatkan dalam kegiatan ini, Tahap selanjutnya adalah kordinasi dengan pihak kader siswa untuk merencanakan kegiatan pengabdian ini disela-sela waktu sekolah sehingga tidak mengganggu kegiatan akademik peserta.

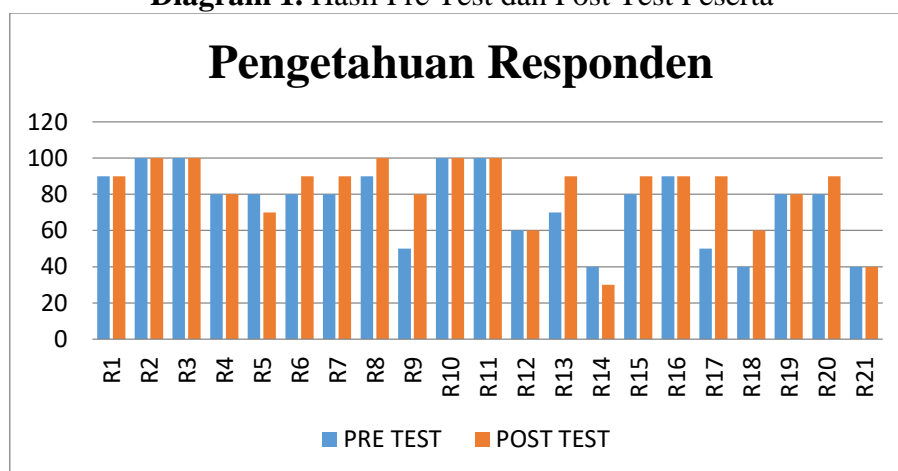
Tahapan pelaksanaan pada kegiatan edukasi ini adalah memberikan edukasi mengenai: 1) Definisi anemia pada remaja , 2) Gejala anemia pada remaja, 3) Bahaya anemia pada remaja, dan 4) Simulasi penggunaan aplikasi CERIA. Tahap awal dan terakhir dari pengabdian ini dilakukan dengan melakukan pre test dan post test dengan mengisi kuesioner yang sudah disediakan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 15 sampai dengan 25 November 2023 dan diikuti oleh peserta sebanyak 21 siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan pembukaan acara. Peserta yaitu siswa remaja putri melakukan pengisian soal pre test, hal ini diharapkan dapat mengukur pengetahuan siswa putri terhadap anemia. Setelah pengisian soal pre test acara dilanjutkan untuk pemaparan materi dengan tema Pencegahan Anemia Paad Remaja Putri Berbasis Aplikasi CERIA dengan media leaflet

dan power point. Selanjutnya dilakukan sosialisasi tentang penggunaan aplikasi CERIA yaitu aplikasi Cegah anemia Remaja Indonesia untuk memantau perkembangan dan kerutinan dalam minum tablet tambah darah setiap minggu. Setelah semua materi disampaikan dilanjutkan tanya jawab dan penyampaian kesimpulan oleh pembawa acara Kegiatan ini diakhiri dengan sesi foto bersama dan pengisian kuesioner post test untuk mengukur wawasan terkait pemahaman materi kepada siswa dan acara berjalan lancar dan sukses.

Diagram 1. Hasil Pre Test dan Post Test Peserta



Berdasarkan diagram pre test dan post test diatas, didapatkan perubahan berupa kenaikan skor nilai pada seluruh responden. Evaluasi dari kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan terdapat jumlah peserta terdiri dari 21 peserta yang terselenggara di SMK X. Proses dalam pengabdian masyarakat ini didapatkan peserta antusias terhadap materi penyuluhan dan peserta menjawab pertanyaan dengan benar. Serta seluruhnya (100%) peserta mampu mengerti dan memahami penyuluhan yang diberikan, yang dibuktikan dengan peningkatan nilai mean sebesar 7,39. Kenaikan skor ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari responden setelah dilakukan pemaparan materi. Artinya secara keseluruhan wawasan responden pada kegiatan ini mengalami peningkatan.

Berdasarkan hasil sebelum dilakukan edukasi dan sosialisasi pada pengabdian masyarakat responden didapatkan mean 71,74, sedangkan mean setelah diberikan edukasi dan demonstrasi yaitu 79,13. Terjadi peningkatan mean sebesar 7,39 artinya terjadi peningkatan wawasan pada responden. Wawasan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu (Amira, Putri Z, 2018). Wawasan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau open behavior (Dwi Deni, 2019). Wawasan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek yang melalui panca indra yang dimilikinya. Wawasan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat dianalisis bahwa wawasan seseorang dapat meningkat dengan dilakukannya melalui indra pendengaran dan indra penglihatan meliputi edukasi atau penyuluhan atau pelatihan kesehatan dengan berbagai metode. Dilakukannya edukasi kesehatan dapat merubah pola pikir seseorang kearah yang lebih positif. Dalam kegiatan ini penyuluhan kesehatan berupa pengabdian masyarakat dapat selalu dilakukan setiap tahunnya. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan teknik afirmasi positif yang dikemas dalam bentuk power point, leaflet dan sosialisasi (Nuari, NA & Widayati, 2020). Hasil yang didapatkan terjadi peningkatan mean 7,39 artinya terdapat motivasi responden dalam mengikuti pengabdian masyarakat.

Dalam penelitian (Adha et al., 2022) mengatakan bahwa peningkatan wawasan juga terjadi pada responden yang diberikan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan demonstrasi. Dalam penelitian (Ayuwandany, Dian, 2019) upaya pendidik juga dapat mempengaruhi keberhasilan sasaran dalam menerima informasi. Wawasan, perilaku, dan bahan yang menarik dari seorang pendidik dapat memberikan stimulus pada sasaran, sehingga sasaran tertarik dan mampu memberi perhatian dan mengingat materi (Nuari, N. A., Susanto, S., & Damayanti, D, 2021).

Penyuluhan kesehatan dengan metode sosialisasi mampu meningkatkan pengetahuan serta wawasan, hal ini menjadi salah satu cara dalam pemberian informasi secara non formal (Nuari, N. A., Widayati, D., & Aini, E. N, 2021).

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat dianalisis bahwa perubahan pengetahuan dan wawasan responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan merupakan usaha dalam memotivasi sasaran agar dapat berperilaku dengan tuntutan dan nilai kesehatan yang tepat (Nuari, N. A., & Ishariani, L, 2023). Ciri-ciri seseorang termotivasi dalam mengikuti pendidikan kesehatan dapat dilihat dari sikap positif dengan memperlihatkan minat, mempunyai perhatian dan perilaku dan ingin ikut serta dalam kegiatan pembelajaran (Nuari, N.A et al, 2023). Ketertarikan dengan metode ceramah dan demonstrasi dapat meningkatkan stimulus responden sehingga responden antusias dalam mengikuti pengabdian masyarakat (Nuari, N. A., Sari, M. K., & Aini, E. N. 2020).

Skor pre test dan post test dinilai dengan menggunakan kuesioner. Lembar kuesioner terdiri dari 10 pertanyaan mengenai materi yang telah disampaikan. Pengetahuan yang luas dan sikap yang baik akan membuat wawasan menjadi baik. Hal tersebut yang harus di sadari bahwa penyuluhan kesehatan penting dilakukan oleh siapapun.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengabdian diatas menunjukkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah di berikan edukasi berbasi aplikasi CERIA dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja putri. Hal ini ditunjukkan dengan nilai mean sebelum dilakukan pemaparan materi dan sosialisasi didapatkan dan mean setelah diberikan pelatihan mengalami peningkatan. Dengan nilai mean sebelum diberikan intervensi 71,74 dan mean setelah diberikan intervensi 79,13. Melalui kegiatan pemberdayaan siswi ini diberi pengetahuan dan sosialisasi penggunaan aplikasi CERIA dengan tujuan agar dapat mengembangkan wawasan dan pengetahuannya kepada semua siswi lainnya dalam melakukan pencegahan anemia pada remaja putri berbasis aplikasi CERIA, sehingga mampu mencegah terjadinya dampak yang serius akibat anemia yang berlebih, dan diharapkan dapat meningkatkan ketertiban siswi untuk minum tablet tambah darah. Setelah dilakukan pengabdian masyarakat ini, maka siswa menjadi lebih mandiri dalam melakukan pencegahan anemia pada remaja putri berbasis aplikasi CERIA.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada siswi yang mengikuti kegiatan dan pihak sekolah SMK X yang telah memfasilitasi kerjasama yang sangat membantu kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, P.W., Uliyanti & Ira A. 2022. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri terhadap minum TTD, Perilaku Sadar Gizi, dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Kejadian Anemia pada remaja putri usia 10-17 tahun di Kecamatan Simpang Hilir Kabupaten Kayong Utara. *Jurnal Mahasiswa dan Peneliti Kabupaten* Vol.9, No.2, bulan Desember Tahun 2022, Hal. 123-139. <https://openjournal.unmuhpnk.ac.id/index/php/JJUM>
- Ayuwandany, Dian. 2019. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Pentingnya Minum Tablet Tambah Darah dalam Mengantisipasi Anemia Di SMA Negeri 4 Purwokerto. *Skripsi*. Purwokerto: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, : 10-24.
- Amira, Putri Z. 2018. *Perubahan Berat Badan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Pekalongan Lampung Timur*. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Dwi Deni M.A.Y.I.R.M. 2019. *Hubungan Kesadaran Remaja untuk Minum Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hb Remaja Putri Di Desa Mopayu Selatan Kecamatan*

Dumoga Utara Kabupaten Bolaang Mongondow. Skripsi. Tidak diterbitkan, Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kedokteran Sam Ratulangi, Kota Manado.

- Eka May Salama Putri., 2021. Program Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 3: 337-345. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v1i3.46887>
- Nadidah, RR, Hayati, F & Nuari, N.A. 2022. Tingkat Premenstrual Syndrome (PMS) Dengan Kejadian Excessive Daytime Sleepiness (EDS) Pada Mahasiswi. *Proceedings of the National Health Scientific Publication Seminar: Vol. 1 No. 01 (2022): SPIKesNas - Agustus 2022*
- Nuari, NA & Widayati, D. 2020. Pemanfaatan Tanaman Herbal Dalam Pencegahan Demam Berdarah. PT. Lembaga Chakra Brahmana Lentera
- Nuari, N. A., Sari, M. K., & Aini, E. N. 2020. Optimalisasi Peran Kader Laktasi Berbasis Lactation Training sebagai Penunjang Keberhasilan ASI. *Jurnal Solma*, 9(01), 428-435.
- Nuari, N. A., Widayati, D., & Aini, E. N. 2021a. Edukasi Penatalaksanaan Kegawatan Sensori Visual Corpus Alienum Pada Mata Berbasis Muvisi. *Jurnal Karya Abdi Masyarakat*, 5(3), 253-257.
- Nuari, N. A., Susanto, S., & Damayanti, D. 2021b. Manajemen Edukasi Preventif dan Penatalaksanaan Covid-19 Berbasis Home Learning System Pada Remaja. *Jurnal SOLMA*, 10(3), 557-562.
- Nuari, N.A . 2021. Analisis Korelasi Kadar Hemoglobin Dengan Riwayat Lama Menderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan. Universitas Wiraraja*. DOI: <https://doi.org/10.24929/jik.v6i1.1309>
- Nuari, N. A., & Ulfa, F. 2022. Remaclass Sebagai Strategi Edukasi Metode Akupresure Untuk Penatalaksanaan Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Abdi Surya Muda*, 1(2), 95-103.
- Nuari, N. A., & Ishariani, L. 2023. Syncope Management Simulation Sebagai Upaya Optimalisasi Peran Kader Siswa Pmr Dalam Penanganan Syncope . *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(1), 96–100. <https://doi.org/10.55606/jpikes.v3i1.1445>
- Nuari, N.A, Aini, E.N & Shirfie,A.R .2023. Pemanfaatan Aloevera Sebagai Moist Dressing Dalam Penanganan Pertama Luka Bakar Berbasis Sekolah. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 1(4), 38–43. <https://doi.org/10.59841/jurai.v1i4.617>
- Sari, M. K., & Nuari, N. A. 2021. Health Education Tentang Kewaspadaan Terhadap Happy Hypoxia Akibat Covid-19 Pada Siswa Sma. *Jurnal Karya Abdi Masyarakat*, 5(1), 85-88.