

## PENYULUHAN ANEMIA SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA SANTRI PONDOK PESANTREN SYAMSUL FALAH

Sirli Amrina<sup>1\*</sup>, Candra Eka Puspitasari<sup>2</sup>, Mahacita Andanalusia<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram, Jalan Majapahit No 62, Mataram Lombok, 83125, Nusa Tenggara Barat, Indonesia.

\* Coresponding Author. E-mail: [sirliamrina1234@gmail.com](mailto:sirliamrina1234@gmail.com)

Received: 30 September 2022 Accepted: 9 November 2022 Published: 10 November 2022

### Abstrak

Angka kejadian anemia di Indonesia mencapai 32%. NTB merupakan salah satu provinsi yang memiliki penderita anemia yang tinggi. Oleh sebab itu pemerintah NTB melalui Dinas Kesehatan NTB membuat program Gerakan Minum TTD Sebagai Upaya Menurunkan Prevalensi Anemia Pada Remaja, Untuk Percepatan Penurunan Stunting di NTB. Mahasiswa dalam rangka membantu pemerintah melakukan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan remaja. Penyuluhan ini dilakukan di Pondok Pesantren Syamsul Falah dimana responden didominasi oleh perempuan yaitu sebanyak 9 responden dari 15 responden. Dimana rata-rata jawaban yang benar dari pengetahuan pre-test sebesar 10,4; SD sebesar 1,723783215 dan persentasenya sebesar 57,777%. Sedangkan hasil dari post-testnya lebih tinggi yaitu rata-rata, SD, persentase berturut-turut sebesar 10,6; 1,638814903 dan 58,888% hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan santri terkait anemia. Peningkatan pengetahuan santri ini sebesar 1,111%.

**Kata Kunci:** Anemia, Quesoner, Pondok Pesantren.

### PENDAHULUAN

Anemia adalah keadaan yang ditandai dengan berkurangnya hemoglobin dalam tubuh. Hemoglobin adalah suatu metaloprotein yaitu protein yang mengandung zat besi di dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh (Fitriyani, 2018). Banyak faktor yang menyebabkan anemia yaitu kekurangan zat besi, defisiensi asam folat dan vitamin B12, bayi yang lahir prematur atau memiliki berat badan lahir rendah (Faiqah, 2018).

Anemia ini merupakan salah satu dari tiga beban masalah gizi di Indonesia, anemia ini berperan dalam meningkatkan angka bayi lahir dengan berat badan rendah dan akhirnya melahirkan bayi stunting. Pada tahun 2019 sendiri angka stunting mencapai 27,67% (Kemenko PMK, 2021). Sementara itu Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sebanyak 32% remaja putri menderita anemia, jumlah ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu tahun 2013 sampai 2018 sebanyak 18,4%. Sehingga besar kemungkinan angka stunting di Indonesia akan terus meningkat seiring meningkatnya angka anemia.

Tingginya kasus anemia ini dipengaruhi oleh asupan gizi yang tidak optimal serta kurangnya aktivitas fisik. Oleh sebab itu, pemerintah NTB melalui Dinas Kesehatan NTB membuat program Gerakan Minum TTD Sebagai Upaya Menurunkan Prevalensi Anemia Pada Remaja, Untuk Percepatan Penurunan Stunting di NTB (Dikes NTB, 2020). Tingginya kasus anemia ini tidak lain karena kurangnya edukasi terhadap remaja terkait bahaya anemia, untuk itu mahasiswa Universitas Mataram Fakultas Kedokteran Prodi Farmasi, bersama apoteker melakukan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan anemia pada santri di Pondok Pesantren Syamsul Falah.

Pondok Pesantren Syamsul Falah merupakan salah satu Pondok Pesantren yang ada di Lombok tepatnya di Lombok Barat yang didirikan pada 1 Januari 2007 bertepatan dengan 9 Zulhijjah atas perintah dari orang tua. Pondok pesantren ini memiliki beberapa program pendidikan yaitu PAUD Syamsul Falah, TPQ Syamsul Falah, SMP Aswaja Syamsul Falah dan Diniyah Syamsul Falah. Pada kegiatan penyuluhan ini ditujukan kepada santri SMP Aswaja Syamsul Falah dan Diniyah Syamsul Falah yaitu sebanyak 44 santri. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan



pengetahuan santri Pondok Pesantren Syamsul Falah terkait anemia mulai dari ciri-ciri anemia, dampak anemia serta pencegahan anemia.

### METODE PELAKSANAAN

Penyuluhan anemia ini dilakukan di Aula Pondok Pesantren Syamsul Falah pada Tanggal 14 Agustus 2022. Peserta penyuluhan adalah santri dari pondok pesantren Syamsul Falah. Penyuluhan ini terdiri dari 3 sesi. Sesi pertama menjawab quesoner pre-test selama 15 menit kemudian sesi kedua penyampaian materi Anemia, penyampaian materi dilakukan oleh apoteker sekaligus dosen fakultas kedokteran yaitu apoteker Mahacita Andanalusia.M,Farm, dan sesi terakhir pengisian kuisisioner pos-test. Pengisian kuisisioner ini bertujuan untuk melihat perbandingan tingkat pengetahuan santri Pondok Pesantren Syamsul Falah sebelum dan sesudah penyuluhan, yang merupakan indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan ini.

### HASIL KEGIATAN

Kegiatan penyuluhan anemia ini dilakukan di Pondok Pesantren Syamsul Falah, dimulai dengan mensurvey tempat dilakukannya penyuluhan yaitu Pondok Pesantren Syamsul Falah, hal ini berkaitan dengan target peserta penyuluhan yaitu remaja. kegiatan ini telah distujui oleh Fakultas Kedokteran Komisi Etik Penelitian Kesehatan No: 236/UN18.F7/ETIK/2022. Kegiatan ini dilakukan pada sore hari selama 2 jam. Penyuluhan anemia ini diikuti oleh 44 responden. Namun dalam berlangsungnya kegiatan ini hanya memperoleh 15 data responden yang lengkap. sehingga data yang diolah hanya 15 responden. Adapun karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik		Jumlah	Persen
Jenis Kelamin	Laki-laki	6	40%
	Perempuan	9	60%
Usia	11-15 tahun	11	73,333%
	16-20 tahun	4	26,666%
Pendidikan	SMP	11	73,333%
	SMA	3	20%
	Perguruan tinggi	1	6,666%
Berat badan	30-39 kg	3	20%
	40-59 kg	8	53,333%
	60-79 kg	1	6,666%

Tinggi badan	100-120 cm	1	6,666%
	121-142 cm	1	6,666%
	143-165 cm	9	60%

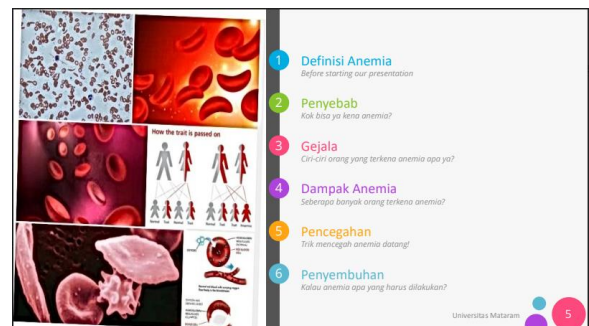
Dari karakteristik diatas dapat dilihat bahwa responden didominasi oleh santri putri dengan persentase sebesar 60%, pendidikan SMP dengan persentase sebesar 73,33%, rata-rata BB 40-59 dengan persentase sebesar 53,33% dan TB sebesar 143-165 cm persentase sebesar 60%. Sebelum disampaikan materi terkait anemia, responden terlebih dahulu mengisi quesoner pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden. Sebelumnya quesoner ini sudah tervalidasi dengan mean I-CVI= 0,96 dan S-CVI= 0,97.



Gambar 1. Kegiatan Pengisian Pre-Test



Gambar 2. Pelaksanaan Penyuluhan Anemia



Gambar 3. Sub Bab Anemia

Pada kegiatan penyuluhan ini, reponden mengetahui terkait anemia merupakan keadaan dimana tubuh kekurangan sel darah merah. Adapun definisi anemia adalah keadaan jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal, bukan volume darahnya yang berkurang (Sulistiyawati, 2018). Hemoglobin adalah protein



yang kaya akan zat besi yang berfungsi sebagai pangangkut oksigen dari paru-paru keseluruhan tubuh (Tutik,2019). Penyebab terjadinya anemia yaitu Kebutuhan yang meningkat secara fisiologis (pertumbuhan, menstruasi), Kurangnya besi yang diserap, Perdarahan, Transfusi fetomaternal, Hemoglobinuria, Latihan yang berlebihan (Fitriany, 2018)

Gejala-gejala anemia yaitu sesak napas saat beraktivitas, sesak pada saat istirahat, fatigue, gejala dan tanda keadaan hiperdinamik (denyut nadi kuat, jantung berdebar, dan roaring in the ears). Pada anemia yang lebih berat, dapat timbul letargi, konfusi, dan komplikasi yang mengancam jiwa (gagal jantung, angina, aritmia dan/ atau infark miokard) (Oehadian,2012). Saat sesi Tanya jawab, responden bertanya terkait gejala anemia, jika salah satu gejala anemia timbul, apakah sudah terdiagnosis penyakit anemia, menurut masrizal 2007 Jika simpanan zat besi dalam tubuh seseorang sudah sangat rendah berarti orang tersebut mendekati anemia walaupun belum ditemukan gejala-gejala fisiologis.

Pecegahan anemia ini dapat dilakukan dengan meminum Suplementasi tablet Fe, Fortifikasi makanan dengan besi, Mengubah kebiasaan pola makanan dengan menambahkan konsumsi pangan yang memudahkan absorpsi besi seperti menambahkan vitamin C, penurunan kehilangan besi dengan pemberantasan cacing (Masrizal, 2007). Setelah dilakukan penyuluhan, setelah itu dilakukan pengisian quisoner post-test.

Tabel 2. Hasil pre-test dan post-post test

Pre-test		Post-test	
Responden	Nilai	Responden	Nilai
1	11	1	11
2	11	2	14
5	9	5	10
6	9	6	12
8	11	8	10
9	12	9	11
10	9	10	12
11	10	11	9
12	10	12	10
13	10	13	10
14	10	14	12
15	8	15	11
21	15	21	9
22	9	22	7
23	12	23	11
Total	156	Total	159

Rata-rata	10,4	Rata-rata	10,6
SD	1,723	SD	1,638
Persentase	57,777	Persentase	58,888
	%		%

Dari tabel diatas dapat dilihat peningkatan rata-rata, SD, dan persentase dari jawaban yang benar terkait anemia. Dimana persentase meningkat sebesar 1,11% . Hal ini berbanding lurus dengan tujuan yang diharapkan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil diatas dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan ini dapat meningkatkan pengetahuan santri pondok pesantren syamsul falah yaitu sebesar 1,11%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan NTB. (2020). Gerakan Minum TTD Sebagai Upaya Menurunkan Prevalensi Anemia Pada Remaja, Untuk Percepatan Penurunan Stunting di NTB
- Faiqah, S., Ristrini, R., & Irmayani, I. (2018). Hubungan usia, jenis kelamin dan berat badan lahir dengan kejadian anemia pada balita di Indonesia. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(4), 281-289.
- Fitriany, J., & Saputri, A. I. (2018). Anemia defisiensi besi. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 4(2), 1-14.
- Kementrian Kesehatan RI. (2021). Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM Indonesia.
- Kementrian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan RI. (2021). Anemia pada Remaja Putri Berisiko Tingkatkan Stunting.
- Marizal. (2007). Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal kesehatan masyarakat*, 2(1), 140-145
- Oehadian, A. (2012). Pendekatan klinis dan diagnosis anemia. *Continuing Medical Education*, 39(6), 407-412.
- Sulistiyawati, N., & Nurjanah, A. S. (2018). PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG ANEMIA STUDI KASUS PADA SISWA PUTRI SMAN 1 PIYUNGAN BANTUL. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 9(2), 214-220.
- Tutik, dan Susilowati. N. (2019). PEMERIKSAAN KESEHATAN HEMOGLOBIN DI POSYANDU LANJUT USIA (LANZIA) PEKON



TULUNG AGUNG PUSKESMAS  
GADINGREJO PRINGSEWU. *Jurnal*  
*Pengabdian Farmasi Malahayati*  
*Vol, 2(1), 23*

