

Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia Pada Wanita Usia Subur (WUS) di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan

**Nur Aliyah Rangkuti¹, Novita Sari Batubara², Khoirunnisah Hasibuan³, Juni Andriani Rangkuti⁴
Ayannur Nasution⁵, Leli Khairani⁶, Luci Widasari⁷, Alprida Harahap⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Dosen Fakultas Kesehatan Univeritas Aufa Royhan Padangsidimpuan

[Email:nuraliyahrangkuti88@gmail.com](mailto:nuraliyahrangkuti88@gmail.com)

ABSTRAK

Anemia merupakan penyakit kedua tertinggi di dunia. Hal tersebut menjadikan anemia sebagai masalah kesehatan masyarakat yang serius bukan hanya di Indonesia tetapi juga di seluruh dunia. Bentuk kegiatan Yang dilakukan yaitu Penyuluhan pendidikan kesehatan tentang anemia pada Wanita Usia Subur (WUS). Kegiatan penyuluhan ini berlangsung selama 60 menit ini yang dilaksanakan di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan sebanyak 8 orang. Penyuluhan dilakukan kepada WUS yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 15 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara dan isi materi, hal ini disampaikan pemateri selama 30 menit. Setelah materi di sampaikan, pemateri memberikan sesi tanya-jawab dan diskusi selama 15 menit. Hasil pengabdian masyarakat tentang imunisasi dapat berupa peningkatan pengetahuan dan kesadaran WUS tentang anemia. Pendidikan kesehatan merupakan hal yang sangat penting dan dibutuhkan dan harus diperoleh semua umat manusia karena semakin tinggi pendidikan seseorang, akan semakin baik pula seseorang tersebut menerima dan segala bentuk informasi sehingga akan memperluas informasi yang dimilikinya. Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik dan tertib, kegiatan ini dilaksanakan di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Kota Padangsidimpuan. Masyarakat yang mengikuti kegiatan terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan tentang pemeriksaan kesehatan. Diharapkan kepada masyarakat terutama WUS yang sudah mengetahui tentang anemia agar lebih memperhatikan kesehatannya

Kata kunci : Anemia, Wanita Usia Subur (WUS)

ABSTRACT

Anemia is the second highest cause of disability in the world. This makes anemia a serious public health problem not only in Indonesia but also around the world. The form of activities carried out is health education counseling about anemia in women of childbearing age (WUS). This counseling activity lasted for 60 minutes which was carried out at the Class IIB Penitentiary in Padangsidimpuan City as many as 8 people. Counseling was carried out to WUS which began with an opening by the moderator for 15 minutes by delivering the opening greetings of the event and the content of the material, this was delivered directly by the speaker for 30 minutes. After the material was delivered, the speaker gave time for a question and answer session and discussion for 15 minutes. The results of community service about immunization can be in the form of increasing WUS knowledge and awareness about anemia. Health education is very important and needed and must be obtained by all mankind because the higher a person's education, the better a person will receive and all forms of information so that it will expand the information he has. The counseling activities carried out went well and in an orderly manner, this activity was carried out at the Class IIB Penitentiary in Padangsidimpuan City. People who participated in the activity seemed enthusiastic in participating in counseling activities about health checks. It is expected that the community, especially WUS who already know about anemia, will pay more attention to

their health. If one of the signs of anemia symptoms occurs, you can immediately go to the available health facilities in prison.

Keywords: *Anemia, Women of Childbearing Age (WUS)*

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan penyebab disabilitas kedua tertinggi di dunia. Hal tersebut menjadikan anemia sebagai masalah kesehatan masyarakat yang serius bukan hanya di Indonesia tetapi juga di seluruh dunia. Anemia bisa menyerang siapapun, tak terkecuali remaja yang masih berusia dini. Anemia lebih sering terjadi pada wanita dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan wanita kehilangan zat besi (Fe) saat menstruasi sehingga membutuhkan lebih banyak asupan zat besi (Fe). Perilaku wanita yang mengkonsumsi makanan nabati lebih banyak mengakibatkan asupan zat besi belum mencukupi kebutuhan zat besi harian. Kebiasaan wanita yang juga saat ini mayoritas ingin tampil dengan penampilan tubuh yang ramping menjadikan seorang wanita membatasi asupan makanan hariannya khususnya makanan tinggi Fe yang mengakibatkan mudah terserang anemia

Penelitian Simamora, dkk (2018) menyatakan bahwa terdapat tiga faktor yang melatarbelakangi kejadian anemia, yang pertama adalah penyebab langsung. Penyebab langsung dari anemia adalah kurangnya asupan makanan sehingga menyebabkan tubuh kekurangan asupan zat gizi seimbang terutama kurangnya asupan yang mengandung zat besi yang menyebabkan terjadinya anemia, serta kondisi tubuh yang terinfeksi penyakit. Kecacingan dan malaria merupakan penyakit infeksi yang dapat meningkatkan risiko anemia pada seseorang. Penyebab kedua adalah penyebab tidak langsung, yaitu rendahnya perhatian keluarga, tingginya aktivitas, dan kurang tepatnya pola distribusi makanan dalam keluarga. Halhal tersebut dapat memicu terjadinya anemia. Penyebab ketiga yaitu penyebab mendasar yang terdiri dari rendahnya pendidikan, pendapatan yang rendah, rendahnya status

sosial dan sulitnya lokasi geografis tempat tinggal. Pemahaman yang baik terhadap asupan gizi yang cukup akan berdampak pada pola makan yang baik sehingga dapat mencegah kejadian anemia di masyarakat, khususnya pada wanita sebagai kelompok rawan anemia. Anemia adalah keadaan dengan kadar hemoglobin, hematokrit dan sel darah merah yang lebih rendah dari nilai normal, yaitu hemoglobin <12g/dL.

Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014). Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2013).

2. METODE

Bentuk kegiatan Yang dilakukan yaitu Penyuluhan pendidikan kesehatan tentang anemia pada Wanita Usia Subur (WUS). Kegiatan penyuluhan ini berlangsung selama 60 menit ini yang dilaksanakan di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Kota Padangsidempuan. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan penyuluhan kepada WUS. Penyuluhan berupa presentase, pemberian poster dan diskusi. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 8 orang. Penyuluhan dilakukan kepada WUS yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 15 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara dan isi materi, hal ini disampaikan langsung oleh pemateri selama 30 menit. Setelah materi di sampaikan, pemateri memberikan waktu

untuk sesi tanya-jawab dan diskusi selama 15 menit. Sesi tanya-jawab terdiri dari ibu yang bertanya kepada pemateri dan pemateri memberikan jawaban dari pertanyaan kepada yang di ajukan serta menyampaikan *feedback*. Ibu-ibu terlihat antusias dalam mengikuti penyuluhan. Sebelum penyampaian materi selesai,

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan WUS di Lembaga Pemasarakatan Kelas Iib Kota Padangsidempuan.

3. HASIL PENELITIAN

Anemia adalah keadaan menurunnya atau kurangnya kadar hemoglobin dalam sel darah merah yang fungsi utamanya adalah mengangkut oksigen kesemua bagian tubuh. Anemia dapat diketahui dari hasil pemeriksaan kadar Hb bukan dari pemeriksaan tekanan darah dan tanda-tanda yang terjadi akibat anemia adalah keluhan lemah, pucat, mudah pingsan (Nuritjojo, 2016).

Hasil pengabdian masyarakat tentang imunisasi dapat berupa peningkatan pengetahuan dan kesadaran WUS tentang anemia. Pendidikan kesehatan merupakan hal yang sangat penting dan dibutuhkan dan harus diperoleh semua umat manusia karena semakin tinggi pendidikan seseorang, akan semakin baik pula seseorang tersebut menerima dan segala bentuk informasi sehingga akan memperluas informasi yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang banyak dan luas, akan semakin baik dalam menjalani hidup sehat, terutama pada WUS bias lebih mengenali tanda, gejala, pencegahan dan pengobatan anemia. Apabila seorang WUS menderita atau mengalami anemi, dapat segera ditangani dan diobati dengan obat alternative ataupun konsumsi obat kemasan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik dan tertib, kegiatan ini dilaksanakan di Lembaga Pemasarakatan Kelas Iib Kota Padangsidempuan. Masyarakat yang mengikuti kegiatan terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan tentang pemeriksaan kesehatan.

Diharapkan kepada masyarakat terutama WUS yang sudah mengetahui tentang anemia agar lebih memperhatikan kesehatannya. Jika terjadi salah satu tanda gejala anemia dapat segera ke faskes yang tersedia lapas.

5. REFERENSI

- Asrori. (2016). *Gambaran Hubungan Pengetahuan dengan Pemeriksaan Hemoglobib (HB) Di di Wilayah Kerja Puskesmas Palembayan Jorongkoto Tinggi Tahun 2016*.
- Ana. (2018). *Hubungan Paritas, Pendidikan dan Pekerjaan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Bangetayu Kecamatan Genuk Kota Semarang Tahun 2018*. Jurnal.Unimus.ac.id
- Ariska. (2017). *Hubungan Pendidikan dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di BPS T Yohan Way Halim Bandar Lampung Tahun 2017*. Jurnal Kesehatan Holistik, Vol.1 :5-8
- Azwar. (2017). *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Bobby Aksada. (2016). *Hubungan pengetahuan dan sikap tentang anemia terhadap pemeriksaan HB di Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu Tahun 2016*
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2019). *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Sumatera Utara Tahun 2019 Terkait Kesehatan Ibu*. Diakses pada tanggal 21 November 2019 dari www.depkes.go.id/download .

- Dinas Kesehatan Kabupaten Tapanuli Selatan. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2019*.
- Gerungan. (2017). *Anemia Defisiensi Besi Masa Prahamil dan Hamil*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Hidayat. (2017). *Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan*. Cita pustka Media perintis; 2017.
- Khomsan, (2018). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan R.I. (2019). *Program Penanggulangan Anemia Gizi pada Kehamilan*.
- Khasanah. (2016). *Pengaruh Asupan Tablet Zat Besi (Fe) Terhadap Kadar Haemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kopelma Darussalam Tahun 2017*. *Idea Nurs J*. 2017;VI(3):76–82.
- Lestari. (2018). *Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Kabupaten Sukoharjo*. Naskah Publikasi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan UMS.
- Milasari. (2018). *Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Ditinjau Dari Sosial Ekonomi Dan Perolehan Tablet Zat Besi (Fe) Di Desa Maligas Tengah Kecamatan Tanah Jawa Kabupaten Simalungun Tahun 2017*.
- Nursalam. (2016). *Statistika untuk penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Nuritjojo (2016). *Catatan Kuliah Hematologi*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Notoadmodjo. (2016). *Metodologi Penelitian Untuk Karya Ilmiah*. Yogyakarta: Gosen Publishing; 2016.
- Rahmadani. (2019). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar HB pada Ibu Hamil di Tampa Padang*. *Media Gizi Masyarakat Indonesia*, 98-103.
- Ratna. (2017). *Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Anemia Pada Ibu Hamil Diwilayah Kerja Puskesmas Tawang Sari Kabupaten Sukoharjo*.
- Reber. (2016). *Komplikasi Kehamilan*. Buku Kedokteran EGC; 2016
- Rina. (2018). *Hubungan pengetahuan dan sikap Ibu Dengan pemeriksaan Hemoglobin di Rangkasbitung*
- Rustam. (2017). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia gizi remaja putri SMU di Kabupaten Bandung*, Tesis, UNSPECIFIED
- Sadiman (2016). *Skripsi Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III yang Berkunjung ke Puskesmas Medan Deli Tahun 2016*. <http://skripsistikes.wordpress.com>,
- SDKI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: SDKI Sobur.
- (2016). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia
- Sulistiyoningih. (2016). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Sulistiyowati (2018). *Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia di Puskesmas gambirsari Surakarta*
- Supriasa. (2016). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka SarwonoPrawirohardjo
- Varney. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Volume 1. Edisi 4. Jakarta : EGC
- Wasnidar. (2017). *Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil Konsep dan Penatalaksanaan*. Penerbit Trans Info Media. Jakarta.
- Wawan. (2016). *Faktor resiko anemia pada ibu hamil di kota Cianjur* *Madia Gizidan Kaharga*
- Walgito. (2016). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: CV. Andi Offset
- Widiyanata. (2017). *Hubungan Pengetahaun terhadap pemeriksaan*

HB pada Ibu Hamil di Puskesmas Pakan Rabaa dan Halaban Kecamatan Lareh Sago Halaban Tahun 2017. Stikes Prima Nusantara Bukittinggi

Wulandari. (2018). *Anemia Pada Kehamilan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta

6. DOKUMENTASI

