

## OPTIMALISASI KESEHATAN REMAJA PUTRI ANTI ANEMIA DENGAN MEMBENTUK KELOMPOK “HEALTHY BEAUTY” DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTA TENGAH

Lisdiyanti Usman<sup>1)\*</sup>, Mira Astri Koniyo<sup>1)</sup>, Hafni Van Gobel<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Poltekkes Kemenkes Gorontalo

\*Corresponding Author: [lisdiyantiusman@poltekkesgorontalo.ac.id](mailto:lisdiyantiusman@poltekkesgorontalo.ac.id)

### Article Info

#### Article history:

Received December 8, 2024

Revised December 19, 2024

Accepted December 24, 2024

#### Keywords:

Skrining Anemia,

Remaja Putri

### ABSTRAK

Remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi sehingga berisiko terjadinya anemia, selain itu adanya kebiasaan diet yang tidak sehat, kurangnya konsumsi makanan yang bergizi dan tinggi zat besi merupakan penyebab risiko terjadinya anemia pada remaja putri. Berdasarkan data WHO, tahun 2021 prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 30%, di Indonesia sebesar 32%, Provinsi Gorontalo terdapat 213 kasus anemia pada remaja di tahun 2021, di Puskesmas Kota Tengah jumlah remaja yang di berikan Tablet FE pada tahun 2021 adalah sejumlah 168 Remaja putri. salah satu upaya penanganan yang telah dilakukan diantaranya memastikan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang telah didapatkan di puskesmas terdekat. Tujuan Pengabdian masyarakat membentuk satu kelompok khusus remaja putri dalam pencegahan anemia melalui pemeriksaan dini haemoglobin dan cara hidup sehat dan menerapkan aplikasi *healty beauty* dalam melakukan skrining anemia. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat terdiri dari dua tahap yaitu tahap persiapan, mempersiapkan surat izin dan media edukasi dan tahap pelaksanaan, melakukan edukasi dan pelatihan, membentuk satu kelompok khusus remaja putri dalam pencegahan anemia melalui pemeriksaan dini hemoglobin dan cara hidup sehat serta menerapkan aplikasi *healty beauty* dalam melakukan skrining anemia. Hasil kegiatan yaitu terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri, serta terbentuknya kelompok remaja putri anti anemia.

### ABSTRACT

Every month, teenage girls experience menstruation so they are at risk of anemia, in addition to unhealthy dietary habits, lack of consumption of nutritious and iron-rich foods are the causes of the risk of anemia in teenage girls. Based on WHO data, in 2021 the prevalence of anemia in teenage girls was 30%, in Indonesia it was 32%, Gorontalo Province there were 213 cases of anemia in teenagers in 2021, at the Kota Tengah Health Center the number of teenagers given FE Tablets in 2021 was 168 teenage girls. one of the handling efforts that has been made includes ensuring the consumption of Iron Supplement Tablets (TTD) that have been obtained at the nearest health center. The purpose of community service is to form a special group of teenage girls in preventing anemia through early hemoglobin examinations and healthy lifestyles and implementing the healthy beauty application in conducting anemia screening. The method of implementing community service consists of two stages, namely the preparation stage, preparing permits and educational media and the implementation stage, conducting education and training, forming a special group of teenage girls in preventing anemia through early hemoglobin examinations and healthy lifestyles and implementing the healthy beauty application in conducting anemia screening. The results of the activity were an increase in the knowledge of young women, as well as the formation of a group of young women against anemia.

Copyright © 2024, The Author(s).  
This is an open access article  
under the CC-BY-SA license



**How to cite:** Usman, L., Koniyo, M. A., & Gobel, H. V., (2024). OPTIMALISASI KESEHATAN REMAJA PUTRI ANTI ANEMIA DENGAN MEMBENTUK KELOMPOK “HEALTHY BEAUTY” DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTA TENGAH. *Devote : Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 3(4), 205–210. <https://doi.org/10.55681/devote.v3i4.3648>

## PENDAHULUAN

Remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi sehingga berisiko terjadinya anemia, selain itu adanya kebiasaan diet yang tidak sehat, kurangnya konsumsi makanan yang bergizi dan tinggi zat besi merupakan penyebab risiko terjadinya anemia pada remaja putri, (Kemenkes RI, 2020). Remaja putri yang mengalami menstruasi dan proses tumbuh kembang yang sangat pesat membutuhkan zat besi tiga kali lipat

lebih tinggi dibanding remaja putra, (Kumalasari et al., 2019). Defisiensi zat besi menyebabkan rendahnya asupan pangan yang mengandung zat gizi, (Savitry et al., 2017). Selain itu, defisiensi zat besi akan mengakibatkan anemia pada remaja putri.

Anemia merupakan dimana tubuh kekurangan sel darah merah atau hemoglobin (Hb), (Putera et al., 2020). Secara umum anemia terjadi karena kekurangan sel darah merah dalam jumlah yang berlebihan atau kurangnya produksi sel darah merah yang dihancurkan terlalu cepat, (Nurhayati, 2020). Nilai ambang batas anemia remaja putri yaitu  $\geq 12$  g/dl, (WHO, 2023). Anemia dapat menyebabkan gejala lelah, letih, lesu, lemah dan lunglai, selain itu menyebabkan remaja cepat lupa dan mudah terkena infeksi dikarenakan adanya penurunan daya tahan tubuh, (Kemkes RI, 2023). Anemia pada remaja putri juga akan mengakibatkan tidak fokus belajar, menurunnya kemampuan akademik dan melemahnya stamina fisik, (Amalia & Meikawati, 2024). Remaja putri yang kekurangan zat besi atau anemia akan berdampak pada saat hamil dan proses persalinan, dimana akan meningkatkan risiko kematian ibu, risiko kelahiran prematur, dan berisiko kematian perinatal serta BBLR, (Mentari & Nugraha, 2023). Prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 30% (WHO, 2023), di Indonesia sebesar 32%, (Kemenkes, 2018). Provinsi Gorontalo terdapat 213 kasus anemia pada remaja di tahun 2021. Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Kota Tengah jumlah remaja yang di berikan Tablet FE pada tahun 2021 adalah sejumlah 168 Remaja putri.

Berbagai Upaya yang dilakukan oleh pemerintah dalam melakukan pencegahan, pengendalian dan penanganan penyakit pada remaja khususnya anemia dimasa remaja yang bisa berdampak pada saat hamil sampai melahirkan. Salah satu upaya yang dilakukan yaitu melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif bagi remaja putri. Layanan kesehatan di Indonesia akan dituangkan dalam program integrasi pelayanan kesehatan primer mulai dari keluarga sebagai unit terkecil sampai di tingkat kecamatan. Ada 6 (enam) pilar transformasi yang dicanangkan oleh kementerian Kesehatan yaitu: Transformasi Layanan Primer, Transformasi Layanan Rujukan, Transformasi Sistem Ketahanan Kesehatan, Transformasi Sistem Pembiayaan Kesehatan, Transformasi SDM Kesehatan dan Transformasi Teknologi Kesehatan. Transformasi layanan primer menjadi salah satu pilar penting yang bertujuan untuk mendekatkan layanan promotif preventif berkualitas kepada masyarakat melalui promosi kesehatan, pencegahan, deteksi dini dan pelayanan kesehatan untuk semua siklus hidup, (Kemenkes RI, 2019).

Salah satu tindakan promosi kesehatan, pencegahan dan deteksi dini yang dilakukan pada pengabdian masyarakat guna mengoptimalkan kesehatan remaja putri yaitu membuat kelompok yang kemudian memberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan dan remaja putri, pelatihan untuk meningkatkan keterampilan kader kesehatan dalam melakukan pemeriksaan Hb sebagai upaya deteksi dini anemia pada remaja putri. Dalam mengoptimalkan kesehatan remaja putri agar selalu terkontrol, perlunya penerapan aplikasi *Healty Beauty*. Aplikasi ini telah dirancang dan memiliki fitur pengingat waktu minum suplemen TTD, waktu minum suplemen TTD yang dapat disesuaikan oleh pengguna dan laporan langsung minum obat dengan melampirkan foto saat minum dan jumlah sisa suplemen TTD.

Tujuan Pengabdian masyarakat adalah optimalisasi kesehatan remaja putri anti anemia dengan membentuk kelompok "*Healthy Beauty*" di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tengah.

## METODE PELAKSANAAN

Metode pada kegiatan ini dilaksanakan dalam dua tahap sebagai berikut:

Tahap pelaksanaan Pengabdian Masyarakat dengan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) di Puskesmas Kota Tengah dilaksanakan pada bulan April s/d bulan November 2024, yang meliputi tahap persiapan dan pelaksanaan dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1.** Tahap Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan Desa Mitra (PPDM)

Tahap pelaksanaan	Kegiatan yang direncanakan
1. Persiapan	<ol style="list-style-type: none"> <li>Berkoordinasi dengan Kepala Pusat Penelitian dan pengabdian kepada Masyarakat Poltekkes Kemenkes Gorontalo untuk teknis tempat, waktu dan teknis kegiatan</li> <li>Berkoordinasi dengan tim pengabmas dan mitra dalam penentuan target/sasaran kegiatan, bentuk dan waktu kegiatan yang dilakukan</li> <li>Menyusun dan mendesain media edukasi berupa leaflet</li> <li>Pembuatan spanduk</li> </ol>

- 
- e. Menyiapkan alat pemeriksaan kadar Hb
- 
2. Pelaksanaan
- a. Melakukan skrining anemia pada remaja putri dengan melakukan pemeriksaan kadar Hb dan aplikasi *healty beauty*
  - b. Memberikan pretest tentang bahaya anemia kemudian melakukan posttest.
  - c. Membentuk kelompok remaja putri anti-anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tengah.
  - d. Membuat kelompok kecil remaja putri terdeteksi memiliki kadar hemoglobin rendah, berdasarkan hasil skrining aplikasi *Healty Beauty*.
- 

## HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Terjadi peningkatan menjadi 100% pengetahuan remaja putri tentang anemia. Hasil pre-test dan posttest setelah dilakukan edukasi tentang pencegahan anemia adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.** *Gambaran pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.*

Responden	Nilai Pre Test	Nilai Post Test	Peningkatan Nilai
Na. R.B	60	100	40
Na. N.F	50	100	50
Nn. H.H	60	100	40
Na. P.K	70	100	30
Na. SD	50	100	50
Na. R.P	50	100	50
Na. H.M	40	100	60
Na. N.P.M	50	100	50
Na. A.P	60	100	40
Na. R.A	50	100	50
Na. M.A.L	60	100	40
Na. R.J	60	100	100
Na. D.A	50	100	50
Na. A.H	70	100	30
Na. A.K	60	100	40
Na. A.Y	50	100	50
Na. S.S.L	60	100	40
Na. S.A.M	70	100	30
Na. S.M	70	100	30
Na.M	60	100	40
Na. R.A	70	100	30
Na. F.S	70	100	30
Na. N.J.S	70	100	30
Na. R.H	60	100	40
Na. S.A	50	100	50
Na. S.M	60	100	40
Na. A.J	50	100	50
Na. S.F	60	100	40

Na. S.A	70	100	30
Na. M	50	100	50
Na. G.K	60	100	40
Na. D.A	50	100	50
Na.S.D	60	100	40
Na. R.Y	70	100	30
Na. L.U	70	100	30
Na. M.K	70	100	30
Na.H.K	70	100	30
Rata-rata	54	100	46

Berdasarkan tabel diatas, menunjukan sebelum diberikan edukasi yaitu mendapatkan rata-rata skor 54, dan setelah diberikan edukasi rata-rata 100 dengan peningkatan rata-rata 46.

- Hasil skrining kejadian anemia pada remaja putri dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin.

**Tabel 3.** Hasil Skrining kejadian anemia pada remaja putri dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin.

Responden	Nilai Pre Test	Nilai Post Test	Keterangan
Na. R.B	14	8,2	Anemia
Na. N.F	12	8,6	Anemia
Nn. H.H	13	10,2	Anemia
Na. P.K	13	12,5	Normal
Na. SD	11	10,7	Anemia
Na. R.P	12	8,7	Anemia
Na. H.M	12	9,6	Anemia
Na. N.P.M	12	11,81	Anemia
Na. A.P	12	9,4	Anemia
Na. R.A	12	10,21	Anemia
Na. M.A.L	121	10,81	Anemia
Na. R.J	12	12,9	Normal
Na. D.A	12	7,7	Anemia
Na. A.H	12	12,5	Normal
Na. A.K	121	12,1	Normal
Na. A.Y	13	12,91	Normal
Na. S.S.L	12	12,5	Normal
Na. S.A.M	121	12,9	Normal
Na. S.M	12	17,1	Normal
Na.M	12	13,9	Normal
Na. R.A	12	10,0	Anemia
Na. F.S	121	12,1	Normal
Na. N.J.S	121	14,5	Normal
Na. R.H	11	12,9	Normal
Na. S.A	12,	11,3	Anemia
Na. S.M	12	12,2	Normal

Na. A.J	11	12	Normal
Na. S.F	121	15,51	Normal
Na. S.A	12	14,2	Normal
Na. M	12	12,6	Normal
Na. G.K	12	10,5	Anemia
Na. D.A	12	10,8	Anemia
Na.S.D	11	9,2	Anemia
Na. R.Y	12	9,8	Anemia
Na. L.U	12	9,2	Anemia
Na. M.K	11	10,1	Anemia
Na.H.K	12	11	Anemia

Berdasarkan tabel diatas menunjukan kejadian anemia pada remaja putri di Puskesmas Kota Tengah yaitu 17 orang yang mengalami anemia.

**Gambar1.** Dokumentasi Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat.



## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan ini setelah dilakukan pengabdian kepada masyarakat Optimalisasi Kesehatan Remaja Putri Anti Anemia dengan Membentuk Kelompok “*Healthy Beauty*” di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tengah, maka terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri dan terdapat hasil skrining anemia dengan melakukan pemeriksaan kadar Hb, terbentuknya kelompok remaja putri anti anemia, serta terbentuknya kelompok remaja putri anemia berdasarkan hasil skrining dan penerapan aplikasi *healty beauty* di SMPN 8 Kota Gorontalo.

Saran dari kegiatan ini yaitu diharapkan kepada seluruh para remaja dengan dibentuknya kelompok remaja putri anti anemia agar remaja putri bisa saling mengingatkan akan pentingnya menjaga kesehatan, sehingga dapat membantu program kesehatan dalam pencegahan dan pengendalian angka kejadian anemia pada remaja putri khususnya remaja putri yang telah diberikan tablet tambah darah dan dapat terjadi perubahan mindset remaja akan pentingnya mengkonsumsi tablet tambah darah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Gorontalo khususnya Jurusan Keperawatan yang memberi dukungan hingga terlaksananya program pengabdian kepada masyarakat ini dengan skema Program Kemitraan Masyarakat (PKM), serta ucapan terima kasih juga kepada semua Tim Pengabdian Masyarakat, Puskesmas Kota Tengah, Guru serta siswi SMPN 8 Kota Gorontalo.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, N., & Meikawati, W. (2024). *Factors Associated With The Incidence Of Anemia in Adolescent Girls Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri menyebabkan kehilangan banyak darah . Remaja putri mempunyai kebutuhan Menurut hasil studi pendahuluan , Pemberian . 4(2)*, 129–141.
- Kemkes RI. (2023). Mengenal Gejala Anemia pada Remaja. In *Ayo Sehat Kemkes*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/mengenal-gejala-anemia-pada-remaja#:~:text=Anemia juga merupakan salah satu,nutrisi hingga pendarahan akibat menstruasi>.
- Kemkes. (2018). Riset Kesehatan Dasar. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. 156).
- Kemkes RI. (2019). peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tentang Pelaksanaan Teknis Surveilans Gizi. *Sustainability (Switzerland)*, *11(1)*, 1–14.
- Kemkes RI. (2020). Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. *Kementrian Kesehatan RI*, *22*. <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- Kumalasari, D., Kameliawati, F., Mukhlis, H., & Kristanti, D. A. (2019). Pola Menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja. *Wellness and Healthy Magazine*, *1(2)*, 187–192.
- Mentari, D., & Nugraha, G. (2023). *Mengenal Anemia: Patofisiologi, Klasifikasi dan Diagnosis*.
- Nurhayati, N. (2020). *HUBUNGAN PENGETAHUAN, KEBIASAAN SARAPAN PAGIDAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MAN 1 BANJARMASIN TAHUN 2020*. Universitas Islam Kalimantan MAB.
- Putera, K. S. K., Noor, M. S., & Heriyani, F. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia di SMP Negeri 18 Banjarmasin 2019 / 2020. *Jurnal Homeostatis*, *3(2)*, 217–222.
- Savitry, N. S. D., Arifin, S., & Asnawati, A. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Niat Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Puteri. *Berkala Kedokteran*, *13(1)*, 113. <https://doi.org/10.20527/jbk.v13i1.3447>
- WHO. (2023). *Accelerating anaemia reduction: a comprehensive framework for action*. World Health Organization.