

PELATIHAN KADER REMAJA, EDUKASI DAN SKRINING KESEHATAN SISWA SMK DI KABUPATEN TANGERANG

¹Rita Komalasari*, ²Siti Maulidya, ³Yusnita, ⁴Dini Widiati, ⁵Nur Isnaeni Evry

Program Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi

ABSTRAK

Remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi terkena anemia karena kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pubertas dan menstruasi. Anemia berdampak buruk pada kesehatan fisik dan kognitif, sehingga dapat menurunkan produktivitas dan prestasi belajar remaja. Dampak jangka panjang anemia berpotensi memiliki kehamilan berisiko tinggi, termasuk peningkatan risiko stunting pada anak yang dilahirkan. Tujuan dilakukan pengabdian Masyarakat ini untuk memberikan pelatihan Kesehatan pada kader remaja, penapisan dan edukasi Kesehatan pada siswa SMK di Kabupaten Tangerang. Pengabdian Masyarakat ini bekerjasama dengan puskesmas dan sekolah di kecamatan Kresek, Kabupaten Tangerang pada tanggal 2 dan 9 agustus 2024. Sepuluh mahasiswa kedokteran dilibatkan dalam kegiatan tersebut sejak dari koordinasi dengan kantor dinas Kesehatan kabupaten dan stakeholder terkait sampai dengan pelaksanaan acara. Programnya terdiri atas pelatihan pada 10 kader remaja SMK, dilanjutkan dengan kegiatan skrining status gizi meliputi pengukuran Tinggi Badan (TB), Berat Badan (BB), Haemoglobin, Gula Darah, Lingkar Lengan Atas (LILA), kemudian diberikan edukasi terkait anemia pada remaja yang diikuti oleh 127 orang siswa SMK. Hasil skrining ini menekankan pentingnya inisiatif edukasi dalam meningkatkan kesehatan remaja yang terarah dalam membentuk remaja sehat dan menurunkan risiko jangka panjang, seperti stunting

Kata kunci: Anemia; Remaja; Kesehatan Masyarakat; Status Gizi; Pengabdian Masyarakat

ABSTRACT

Adolescent girls have a higher risk of developing anemia due to increased iron needs during puberty and menstruation. Anemia has a bad impact on physical and cognitive health, so it can reduce the productivity and learning achievement of adolescents. The long-term impact of anemia has the potential to have a high-risk pregnancy, including an increased risk of stunting in the child born. The purpose of this community service is to provide health training for adolescent cadres, screening and health education for vocational school students in Tangerang Regency. This Community Service is in collaboration with health centers and schools in Kresek District, Tangerang Regency on August 2 and 9, 2024. Ten medical students were involved in the activity from coordination with the district health office and related stakeholders to the implementation of the event. The program consisted of training for 10 vocational school youth cadres, followed by nutritional status screening activities including measuring Height (TB), Weight (BB), Haemoglobin, Blood Sugar, Upper Arm Circumference (LILA), then education related to anemia in adolescents was given which was attended by 127 vocational school students. The results of this screening emphasize the importance of educational initiatives in improving the health of adolescents that are targeted at forming healthy adolescents and reducing long-term risks, such as stunting

Keywords: Anemia; Adolescent; Public Health; Nutritional status; Community Service

*Korespondensi penulis:

Nama: Rita Komalasari

Instansi: Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi

Alamat: Menara Yarsi, Jl. Letjen Suprpto No. Kav.13, Kec. Cemp. Putih, Kota Jakarta Pusat

Email: rita.komalasari161@gmail.com

Pendahuluan

Secara Global angka anemia pada perempuan mencapai 5 juta orang. Sejak 2012 belum ada negara yang mampu mencapai target penurunan angka anemia ini. Pada tahun 2025

diharapkan penurunan anemia bisa mencapai 50% pada usia reproduktif (WHO, 2015). Anemia juga merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia, terutama di kalangan remaja putri dan wanita hamil. Efek anemia berdampak luas pada

■
kesehatan seperti kematian dan perkembangan di masa depan termasuk potensi melahirkan anak dengan berat badan rendah, masalah pada menyusui, hingga terjadinya stunting.

Angka stunting di kabupaten Tangerang pada tahun 2022 mencapai 21,1% dimana terdapat sedikit penurunan dari tahun 2021 yang berjumlah 23,4% (Pemerintah Provinsi Banten, 2023). Percepatan penurunan stunting salah satunya dapat dilakukan dengan pencegahan sejak masa kehamilan. Di Indonesia angka remaja putri dengan anemia mencapai 32% atau setara dengan 7.5 juta remaja putri pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018).

Saat ini keberadaan dan akses terhadap posyandu remaja masih terbatas, tetapi mayoritas remaja ini terdaftar sebagai siswa sekolah menengah pertama atau sekolah menengah atas, sehingga adanya program usaha kesehatan sekolah (UKS) sangat berperan dalam membantu penyebaran informasi maupun program kesehatan untuk remaja (Bundy, 2005).

Diagnosis dan intervensi komunitas adalah kegiatan untuk mengetahui adanya suatu masalah kesehatan dalam suatu komunitas atau masyarakat dengan mengumpulkan data di lapangan dan kemudian melakukan intervensi sesuai dengan permasalahan tersebut. Pendidikan kesehatan dapat berperan dalam mengubah perilaku sehingga terbebas dari ancaman penyakit. Perubahan perilaku adalah hasil dari pendidikan kesehatan (Notoatmodjo, 2007). Sehingga sangat penting untuk melaksanakan pengabdian kepada komunitas yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman komunitas tersebut, dalam hal ini adalah remaja. Diharapkan dalam jangka panjang pengetahuan dan kesehatan remaja ini dapat berkontribusi terhadap penurunan angka stunting.

Tujuan utama dari Pengabdian Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dari kader kesehatan remaja yang ada di UKS mengenai status gizi remaja, melakukan skrining kesehatan

termasuk pengukuran IMT, Haemoglobin, GDS, LILA pada siswa-siswi SMK. Mereka juga diberikan edukasi tentang Gizi seimbang, terutama pencegahan dan penanganan anemia, sekaligus mempromosikan gaya hidup sehat di kalangan remaja. Kegiatan ini melibatkan dokter muda sehingga diharapkan penyampaian akan lebih menarik remaja dan juga memberikan pengalaman langsung kepada para dokter muda untuk berinteraksi memahami permasalahan kesehatan pada remaja.

Metodologi

Program tersebut dilaksanakan di sebuah SMK Kecamatan Kresek, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten. Kegiatan ini diikuti oleh total 10 kader remaja perempuan dan 127 siswa- siswi SMK. Sebanyak sepuluh orang mahasiswa kedokteran dari Universitas YARSI terlibat dalam kegiatan ini. Mereka memiliki peran penting dalam merencanakan dan melaksanakan program. Adapun tahapan kegiatan adalah sebagai berikut: 1) Survei; 2) Persiapan; 3) Pelaksanaan; 4) Evaluasi.

1) Survei

Survei dilakukan dengan berkoordinasi dengan puskesmas kresek untuk mengidentifikasi lokasi pengabdian masyarakat dan kunjungan awal ke SMK setempat.

2) Persiapan

Persiapan dilakukan dengan mengirimkan permohonan izin kegiatan pengabdian masyarakat dari Fakultas Kedokteran YARSI ke kepala dinas Kabupaten Tangerang. Setelah mendapatkan rekomendasi kegiatan pengabdian masyarakat, koordinasi kembali dilakukan dengan pihak SMK dan puskesmas untuk tanggal dan metode kegiatan yang akan dilakukan.

3) Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, terdiri atas dua sesi. Sesi pertama dilakukan pada tanggal 02 Agustus 2024

meliputi pelatihan kepada kader remaja mengenai:

1. Edukasi tentang Gizi: Kader remaja akan diberikan materi mengenai pentingnya gizi seimbang, sumber makanan bergizi, dan khususnya tentang anemia dan dampak anemia terhadap kesehatan remaja. Edukasi ini juga akan mencakup cara mendorong teman sebaya untuk mengadopsi pola makan sehat. Edukasi dilakukan dengan presentasi dan pemutaran video edukasi kesehatan. Peserta juga diberikan buku saku kesehatan.

2. Skrining Status Gizi: Setelah pelatihan, kader akan melakukan skrining untuk mengidentifikasi masalah gizi di kalangan rekan-rekan mereka. Hal ini dilakukan sebagai persiapan untuk melakukan proses skrining pada rekan-rekan remaja di sekolah tersebut. Proses ini meliputi:

- Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT).
- Pengukuran kadar gula darah sewaktu (GDS) untuk mendeteksi potensi masalah metabolisme.
- Pengukuran kadar hemoglobin (Hb) untuk mendeteksi anemia.
- Pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) untuk menilai status gizi dan risiko malnutrisi.

Sesi kedua dilakukan tanggal 09 Agustus 2024 bersama 125 siswa SMK meliputi:

1. skrining status gizi meliputi pengukuran TB, BB, GDS, Hb, LILA. Selanjutnya

2. Edukasi kesehatan: Setelah proses skrining, dilakukan penyuluhan kepada siswa mengenai hasil pengukuran dan pentingnya menjaga kesehatan. Edukasi kesehatan ini sudah mulai melibatkan kader remaja sebagai pemateri. Hal ini dimaksudkan agar mereka terbiasa dalam memberikan edukasi kesehatan terhadap teman-teman sebayanya. Edukasi dilakukan dengan

presentasi menggunakan power point dan video edukasi dan ditutup dengan tanya jawab seputar masalah kesehatan remaja. Buku saku edukasi juga diberikan kepada semua siswa.

Hasil dan Pembahasan

Pengukuran indikator status gizi, seperti berat badan, tinggi badan, dan kadar hemoglobin, merupakan aspek penting dalam memahami kondisi kesehatan remaja, khususnya dalam konteks pencegahan anemia. Anemia memiliki dampak signifikan pada kesehatan dan perkembangan remaja, yang berpotensi meningkatkan risiko stunting, terutama bagi remaja putri yang sedang mengalami menstruasi. Pada fase ini, remaja putri membutuhkan perhatian khusus, karena mereka berada dalam masa persiapan kehamilan di masa depan dan berisiko mengalami defisiensi gizi yang lebih tinggi. Data tersebut ditampilkan pada Tabel 1 di bawah ini.

Table 1. Hasil Pemeriksaan Status Gizi

Jenis kelamin	Jumlah	Nilai Rata-Rata					
		BB	TB	IMT	Hb	GDS	LILA
Perempuan	112	40	153.3	17.02	11.55	107.79	22.4
Laki-laki	25	53.8	165.78	19.56	13.09	111.8	24.9

Hasil ini memberikan gambaran mengenai kondisi kesehatan awal para responden yang menjadi sasaran program edukasi kesehatan terkait anemia. Dari data diatas terlihat bahwa Indeks Masa Tubuh (IMT) pada remaja perempuan berada pada nilai 17.052 sehingga dapat dikategorikan berat badan kurang, sedangkan IMT pada remaja laki-laki berada pada angka 19.56 yang dikategorikan sebagai berat badan normal atau ideal (Kemenkes, 2018).

Anemia didefinisikan sebagai penurunan kadar Hb kurang dari 12,0 g/dL pada perempuan dan kurang dari 13,0 g/dL pada pria (WHO, 2023). Pada hasil skrining ini terlihat perempuan memiliki kadar Hb 11.55 mg/dl sedangkan pria memiliki kadar 13.09, yang berarti kadar Hb pada perempuan lebih rendah dibanding normal,

sedangkan pada pria kadar Hb nya normal. Anemia merupakan indikator gizi dan kesehatan yang kurang. Anemia dapat menyebabkan berbagai gejala non-spesifik termasuk kelelahan, kelemahan, pusing, mata berkunang-kunang, mengantuk, dan sesak napas, terutama saat beraktivitas, serta obesitas karena kurangnya energi untuk berolahraga. Sehingga anemia ini bisa mempengaruhi perkembangan kognitif dan fisik dan mengurangi produktivitas pada orang dewasa. Sehingga anemia dapat memiliki dampak sosial dan ekonomi lebih lanjut bagi individu dan keluarga. (Dai, 2021).

Pada skrining ini terlihat kadar GDS remaja perempuan dan pria berada dalam batas normal yaitu 107.79 mg/dL dan 111.8mg/dL. Hal ini sesuai dengan kriteria dari GDS Kemenkes yaitu 140-180 mg/dL.

Adapun untuk LILA ini adalah indikator untuk menunjukkan status gizi seseorang, mengidentifikasi terjadinya resiko Kurang Energi Kronik (KEK) pada wanita usia subur termasuk remaja. Indikator normalnya yaitu 23.5 cm. Pengukuran pada remaja perempuan didapatkan angka 22.4 cm dan 24.9 cm, hal ini menunjukkan remaja perempuan pada skrining ini berpotensi mengalami KEK. Pada penelitian yang dilakukan oleh Aryanata tahun 2021 memperlihatkan terdapat hubungan antara LILA dengan bayi berat badan lahir rendah.

Berikut adalah foto kegiatan yang dilakukan selama pengabdian masyarakat dilakukan.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Kader Remaja



Gambar 2. Kader Remaja



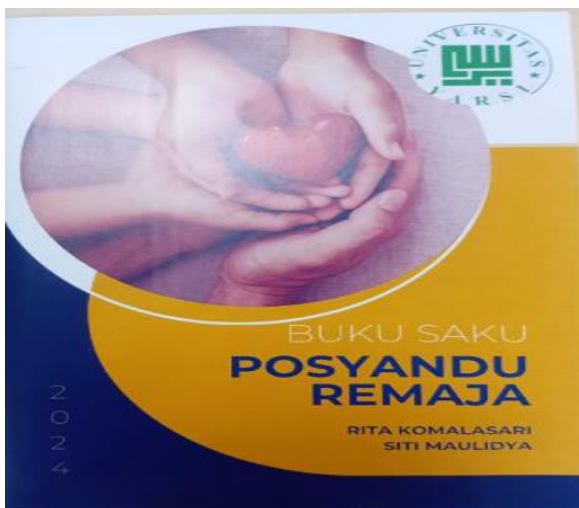
Gambar 3. Kegiatan Skrining



Gambar 4. Kegiatan Edukasi



Gambar 5. Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 6. Buku Saku Kesehatan

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat terlihat IMT remaja perempuan lebih rendah dari angka normal, kadar haemoglobin menunjukan sedikit lebih

rendah dari normal atau anaemia serta nilai LILA juga lebih rendah sehingga berpotensi KEK.

Kombinasi edukasi kesehatan, skrining kesehatan, dan diskusi yang dipimpin oleh teman sebaya secara efektif melibatkan peserta, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kader remaja dalam melakukan pengukuran status gizi dan memberikan edukasi kepada teman-teman mereka mengenai pentingnya kesehatan dan meningkatkan kesadaran akan dampak anemia, serta mendorong pilihan nutrisi yang lebih baik.

Secara umum pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku pada kalangan remaja secara berkelanjutan serta menumbuhkan sikap positif terhadap perilaku mencari kesehatan, yang pada akhirnya berkontribusi pada berkurangnya angka stunting di Kabupaten Tangerang.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Yarsi atas dukungan dan bantuan dana internal yang telah diberikan. Dukungan ini sangat berarti dalam melaksanakan program pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang anemia di kalangan remaja. Terimakasih juga kami ucapkan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang, Puskesmas Kresek serta SMK di kecamatan Kresek atas kerjasamanya sehingga acara ini dapat berlangsung dengan baik.

Tidak Ada Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

Referensi

1. Putri Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Penanganan Anemia pada Remaja Putri. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Rencana Aksi Nasional

- Penanggulangan Anemia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Data dan Informasi Kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Survei Status Gizi Indonesia 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pengukuran Indek Masa Tubuh (IMT).
<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/bagaimana-cara-menghitung-imt-indeks-massa-tubuh>
7. Bundy D. (2005). School health and nutrition: policy and programs. Food Nutr Bull;26(Suppl 2):S186-92. doi:10.1177/15648265050262S209 pmid:160755
8. Dai, N. F. (2021). Anemia pada ibu hamil. Penerbit Nem.
9. World Health Organization. WHO. (2019). Guideline: Daily Iron and Folic Acid Supplementation in Pregnant Women. Geneva: WHO.
10. World Health Organization. WHO. 2015. Global nutrition targets 2025. anaemia
<https://www.who.int/multi-media/details/infographics-anaemia>
11. World Health Organization. WHO. (2023). Anaemia. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>
12. news-room/fact-sheets/detail/anaemia
13. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
14. Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik Kesehatan di Indonesia. Jakarta: BPS.
15. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Laporan Kegiatan Program Kesehatan Remaja. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
16. Riset Kesehatan Dasar. (2018). Laporan Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
17. UNICEF Indonesia. (2020). Anemia pada Anak dan Remaja: Masalah Kesehatan Publik. Jakarta: UNICEF.
18. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Kebijakan Nasional Gizi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
19. Dewan Gizi Nasional. (2019). Panduan Gizi Seimbang untuk Remaja. Jakarta: Dewan Gizi Nasional.
20. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Strategi Nasional Penanggulangan Stunting. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
21. Pemerintah Provinsi Banten Tahun (2023). Laporan Penyelenggaraan Percepatan Penurunan Stunting Provinsi Banten Semester I
https://aksi.bangda.kemendagri.go.id/emonev/assets/uploads/laporan_pro/laporan_pro_36_periode_5_1691564318.pdf