



PROSIDING

Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Dengan tema :

“Tetap Produktif Bekarya Dalam Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19 ”

Kediri, 15 Desember 2021



Diterbitkan oleh :

STIKES Karya Husada Kediri

Jl. Soekarno Hatta No.7, Pelem, Kec. Pare, Kediri, Jawa Timur 64225

Web : <https://portal.stikes-khkediri.ac.id> Telp/Fax : 0354 399912

ISBN 978-623-94072-2-3

Prosiding

Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Dengan tema :

**“Tetap Produktif Bekarya Dalam Penelitian
Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa
Pandemi Covid-19 ”**

Kediri, 15 Desember 2021

ISBN 978-623-94072-2-3

Reviewer :

**Dr.Ns.Ratna Hidayati,SKP,M.Kep,Sp.Mat(Penelitian)
Nian Afrian Nuari,S.Kep.,Ns.,M.Kep (Pengabdian)**

Editor Tim:

**Reni Yuli Astutik, SST.,M.Kes
Dodi Arso wibowo,S.Kep.,Ns.,M.Kep
Pria Wahyu RG,S.Kep.,M.Kep**

Diterbitkan oleh :

STIKES Karya Husada Kediri

**Jl. Soekarno Hatta No.7, Pelem, Kec. Pare, Kediri, Jawa Timur 64225
Web : <https://portal.stikes-khkediri.ac.id> Telp/Fax : 0354 399912**

Prosiding

Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Dengan tema :

**“Tetap Produktif Bekarya Dalam Penelitian
Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa
Pandemi Covid-19”**

Komite Program :

Pelindung

**Ita Eko Suparni,SSiT.,M.Keb (Ketua STIKES Karya Husada)
Enggar Angraini,ST,M.Gz (Direktur AKZI Karya Husada)**

Penasehat

**Efa Nuraini,S.Kep,Ns.M.Kep (Puket 1 STIKES Karya Husada)
Mirtasari Palupi,SST.,MST (Ka.LPPM AKZI Karya Husada)**

Penanggung jawab

Siti Asiyah,SSiT.,M.Kes

Steering Committee

Dwi Setyorini,S.Kep.,Ns.,M.Bio.Med

Ketua Pelaksana

Tintin Hariyani,SSiT.,M.Kes

Sekretaris

Anis Setyowati,SST,M.Keb

Bendahara

Linda Ishariani,S.Kep,Ns.,M.Kep

KATA PENGANTAR

Pada masa pandemi Covid-19 saat ini semua kegiatan serba terbatas tidak terkecuali kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, yang utamanya mengambil sampel atau kegiatan yang berkaitan dengan kelompok masyarakat. STIKES Karya Husada bertekad tetap memberikan kontribusi yang optimal dalam bidang Tridarma Perguruan Tinggi khususnya dalam bidang Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat meskipun dalam situasi pandemi covid-19, yang sudah berlangsung dalam 2 tahun ini. Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat harus berperan dalam memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Penelitian dan pengabdian Kepada Masyarakat akan mempunyai nilai manfaat salah satunya dengan cara dipublikasikan supaya bisa dibaca oleh masyarakat luas, karenanya dibutuhkan satu media untuk publikasi hasil-hasil penelitian dan Pengabdian Kepada masyarakat

*STIKES berkerjasama dengan Akademi Gizi Karya Husada Kediri berinisiatif menyelenggarakan seminar hasil penelitian dan Pengabdian Kepada masyarakat dengan tema **“Tetap Produktif Berkarya Dalam Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19”** menerbitkan artikel yang telah diseminarkan dalam bentuk buku prosiding.*

Akhirnya Prosiding ini diharapkan bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan implementasi teknologi meningkatkan kesejahteraan masyarakat melalui kegiatan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat yang berbasis kesehatan.

Kediri, 15 Desember 2021

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Kata Pengantar	ii
Daftar Isi.....	iii

Penelitian

1	EFEKTIFITAS SENAM YOGA ANTENATAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI PUSKESMAS TANJUNG KARANG KOTA MATARAM(Nurul Auliya Kamila¹)	1-7
2	GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PERAWATAN LUKA PERINEUM PASCA BERSALIN DI DESA PARITI DAN KELURAHAN SULAMU KUPANG NTT (Ningsi Nofita Sinlae, Linda Andri Mustofa, Dewi Taurisiawati)	8-15
3	GAMBARAN PERBEDAAN STATUS GIZI BAYI USIA 6-12 BULAN YANG DIBERI ASI EKSKLUSIF DAN TIDAK EKSKLUSIF(Khatarina scolastika manhitu¹, Siti Asiyah², Dwi Ertiana³)	16-19
4	PERAN ORANG TUA MENGENALKAN PENULARAN COVID-19 PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI DUSUN KANDANGAN DESA SUGIHWARAS KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN NGANJUK (Dodik Arso Wibowo Skep Ns MKes, Ns Wahyu Tanoto M.Kep, Sri Yuniati)	20-29
5	PENGARUH PEMBERIAN JAHE DAN SERAI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA GOUT ARTRITIS (GA) DI UNIT PELAKSANA TEKNIS PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDA JOMBANG KEDIRI(Pria Wahyu RG, Linda Ishariani, Mar'atu Sholikah)	30-38
6	PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN METODE VIDEO DAN DEMONSTRASI DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN PSIKOMOTOR IBU DALAM PERTOLONGAN PERTAMA PADA KASUS KEJANG DEMAM DI DESA KATERBAN KECAMATAN BARON KABUPATEN NGANJUK (Yuspita Rahmawati¹, Linda Ishariani², Dwi Setyorini³)	39-46
7	PENDIDIKAN KESEHATAN PAEH (PERSONAL AND ENVIRONMENTAL HYGIENE) DENGAN MEDIA SERBANEKA (3D) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KELUARGA TENTANG PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19 SELAMA PANDEMI DI DESA DADAPAN KEC. SOLOKURO KAB. LAMONGAN (Illiyyah Mawaddah¹, Farida Hayati, S.Kep.,M.Kep², Linda Ishariani, S.Kep.,Ns.,M.Kep³)	47-53
8	KARAKTERISTIK IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI PUSKESMAS KALIDAWIR KABUPATEN TULUNGAGUNG(Siti Asiyah^{1*}, Wuri Widi Astuti², Eni Isnani³)	54-60
9	GAMBARAN FAKTOR RISIKO KEJADIAN STUNTING PADA BALITA DI DESA PRANGGANG KECAMATAN PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI (Inies Zulyanies¹, Mirthasari Palupi,SST., M.Kes.²)	61-66

- | | | |
|----|--|---------|
| 10 | POLA KONSUMSI DAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DENGAN KOMPLIKASI HIPERTENS DI KLINIK Dr.VITIS GROGOL (Mirthasari Palupi, SST., M.Kes ¹ , Radita Dinar Pebriantini ²) | 67-75 |
| 11 | STATUS GIZI BAYI YANG DI BERI PENGGANTI AIR SUSU IBU (PASI) DI DESA PRANGGANG KECAMATAN PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI (Enggar Anggraeni ^{1*} , Marlina Nike Dyah Elawati ²) | 76-81 |
| 12 | PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI ANTARA SISWA SMP DENGAN MTS DI KECAMATAN PARE KABUPATEN KEDIRI (Qorry Anisza Rachmawati ¹ , Enggar Anggraeni ²) | 82-91 |
| 13 | EFEKTIFITAS PENYULUHAN DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN KESIAPSIAGAAN IBU MENGHADAPI PERSALINAN DI ERA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NEGERI LIMA KABUPATEN MALUKU TENGAH (, Linda Andri Mustofa ^{1*} , Indaraya Hatuwe. ²) | 92-98 |
| 14 | METODE <i>BUTTERFLY HUG</i> DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PADA LANSIA DI UPT PSTW JOMBANG KEDIRI (Syahdila Sabrina Agusti ^{1*} , Pria Wahyu RG ² , Dhina Widayati ³) | 99-105 |
| 15 | EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DALAM MENINGKATKAN KEPATUHAN MASYARAKAT DALAM PROTOKOL KESEHATAN PENCEGAHAN COVID 19 Zahra Danie Anindhita ^{1*} , Dhina Widayati ² , Eko Arik Susmiatin ³ | 106-119 |

Pengabdian Kepada masyarakat

- | | | |
|---|--|---------|
| 1 | PERILAKU ERDIK SEBAGAI UPAYA PROMOTIP DAN PREVENTIP UNTUK MENCAPAI KWALITAS HIDUP YANG OPTIMALBAGI PESERTA PROLANIS Di Klinik Akbar Medika (Nunuk Nurhayati ^{1*} , Partina ²) | 120-125 |
| 2 | EDUKASI TENTANG PERUBAHAN FISIK DAN KETIDAK NYAMANAN PADA MASA KEHAMILAN DI WILAYAH KEDIRI,TULUNGAGUNG,DAN NUSA TENGGARA TIMUR (Siti Asiyah ^{1*} ,Eka Mei Priana ^{2*} ,Lina Rima Novita ^{3*} ,Yetan Susatri Nokas ^{4*} , Maria Elisabeth ^{5*}) | 126-131 |
| 3 | EDUKASI SIAGA BENCANA PADA ANAK MELALUI VIDEO KARTUN ANIMASI (Brivian Florentis Yustanta ^{1*} , Cindy Alifah Ramadhani ² , Astutik ³) | 132-137 |
| 4 | PROGRAM SI GEMBUL (AKSI IBU PEDULI TIMBANGAN DAN KESEHATAN BALITA) UNTUK PENINGKATAN CAKUPAN D/S (Dewi Taurisiawati Rahayu ^{1*} , Dwi Ertiana ² , Shelly Nindi ³) | 138-144 |

5	PENINGKATAN PENGETAHUAN WUS TENTANG KELUARGA BERENCANA SEBAGAI UPAYA PENEKANAN JUMLAH KEHAMILAN PADA MASA PANDEMI COVID-19 (Wuri Widi Astuti ^{1*} , Ismatul Izzah ²)	145-149
6	STRATEGI EDUKASI DAN IMPLEMENTASI <i>HYPERTENSION SELF MANAGEMENT BEHAVIOR</i> PADA PENDERITA HIPERTENSI (Nurul Laili, S.Kep.Ns., M.Kep , Leary Nadia Nurlaily, Jundah Erlina)	149-156
7	PENDAMPINGAN IBU HAMIL RISIKO TINGGI MELALUI KONSELING DI MASA PANDEMI COVID-19 (Ita Eko Suparni ^{1*} , Fitri Yuniarti ²)	157-163
8	MODEL COMBI (<i>COMUNICATION FOR BEHAVIOURAL IMPACT</i>) DALAM MANAJEMEN DEHIDRASI PADA REMAJA (Dhina Widayati ^{1*})	164-168
9	PENDAMPINGAN ADAPTASI KEBIASAAN BARU SEKOLAH DI MASA PANDEMI COVID-19 (Dwi Yuliawati ^{1*} , Wahyu Wijayati ²)	169-174
10	PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PERSIAPAN PEMBERIAN AIR SUSU IBU (ASI) EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL DI DESA DARUNGAN KECAMATAN PARE KABUPATEN KEDIRI (Ratna Hidayati ^{1*})	175-180
11	PEMANFAATAN HATI SAPI SEBAGAI SUMBER SELENIUM SEBAGAI PMT BEBAS GLUTEN, KASEIN DAN GULA UNTUK ANAK AUTIS DI MUTIARA HATI KERTOSONO (Cucuk Suprihartini ^{1*} , Mirthasari Palupi ² , Rizka Mar'atus Sholichah ³)	181-184
12	PEMANFAATAN VIDEO ANIMASI UNTUK MENINGKATAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG SISWA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) GAGAK RIMANG BADAS (Enggar Anggraeni ^{1*} , Tutut Pujiyanto ² , Frengky Arif Budiman ³ , Gustian Wahyu Pratama ⁴)	185-190
13	UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 1 PLEMAHAN (Nunik Ike Yunia Sari ¹ , Wahyu Nuraisya ²)	191-196
14	HEALTH EDUCATION DALAM PENANGANAN KRAM OTOT PADA SISWA (Linda Ishariani)	197-201
15	TERAPI KOMPLEMENTER PENGURANGAN NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMK AL-AZHAR TULUNGAGUNG TANGGAL 2 NOVEMBER 2021 (Endah Luqmanasari, SSiT.M.Kes ¹ , Dwi Yuliawati, SST.M.Keb ²)	202-208
16	ISU TERKINI MASALAH KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA DAN PEMERIKSAAN GOLONGAN DARAH SERTA TENSI DI SMK NEGERI NGADIREJO PACITAN (Wahyu Nuraisya ¹ , Estin Gita Maringga ²)	209-215
17	SOSIALISASI PENANGANAN PERTAMA PINGSAN TERHADAP PENGETAHUAN MURID SMPN 1 KAYEN KIDUL DALAM MENINGKATKAN DERAJAT KESEHATAN SISWA SEKOLAH (Didit Damayanti)	216-220

- 18 **PEMBINAAN KELOMPOK GENERASI BERENCANA MELALUI PEMAHAMAN IDENTITAS GENDER DALAM KESEHATAN REPRODUKSI** (Eka Sri Purwandari, Nunik Ike Yunia Sari, Reni Yuli Astutik) 221-226
- 19 **EDUKASI DETEKSI DINI DAN MANAJEMEN STRES PADA REMAJA DI MASA PANDEMI COVID 19** (Widyasih Sunaringtyas, Vyona Nur Hazliza) 227-232
- 20 **AKUPRESSURE UNTUK MENGATASI *COMMOND COLD* RINGAN PADA BAYI USIA 6-12 BULAN DI DESA SAMBONG DUKUH JOMBANG** (Linda Andri Mustofa, Inimroatul Qonita) 233-236
- 21 **TETAP SEHAT DALAM MASA PANDEMI DENGAN PENDAMPINGAN IBU HAMIL TRIMESTER III SAMPAI MASA PERSALINAN**(Tintin Hariyani, Nuryani, Annisatul Fuadah) 237-241
- 22 **EDUKASI PENCEGAHAN PENULARAN HIV/AIDS DAN PEMBENTUKAN GRUP REMAJA SEHAT (REHAT) DI MAN 1 BLITAR** (Lina Ratnawati^{1*}, Dintya Ivantarina²) 242-246

UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 1 PLEMAHAN

Nunik Ike Yunia Sari ¹, Wahyu Nuraisya ²

¹ Jurusan Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri, agharda1502@gmail.com, 082257969278

² Jurusan Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri, w.nuraisya@gmail.com, 081332849265

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian khusus terutama bagi kelompok wanita usia reproduksi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja putri meningkat menjadi 48,9%. Kondisi anemia pada remaja berkaitan dengan morbiditas dan mortalitas wanita usia reproduktif yang akan berdampak pada kualitas kesehatan di masa mendatang. Tujuan dilaksanakannya kegiatan ini adalah sebagai upaya untuk mensosialisasikan isu terkini terkait kesehatan reproduksi pada remaja dalam hal ini adalah isu terkait masalah anemia pada remaja, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan remaja terkait kesehatan reproduksinya. Sasaran dari kegiatan ini adalah remaja putri sebanyak 29 orang di SMAN 1 Plemahan. Metode kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan, yang diawali dengan pemberian pretest dan diakhiri dengan post test setelah penyuluhan dilakukan. Adapun hasil yang diperoleh dari kegiatan ini yaitu peningkatan pengetahuan yang dimiliki oleh remaja terkait isu terkini masalah kesehatan reproduksi remaja, dari kategori cukup sebesar 68,96 % menjadi kategori baik sebesar 89,66 %. Penyuluhan terkait anemia pada remaja ini perlu diberikan kepada remaja sebagai upaya peningkatan status gizi pada remaja yang akan berdampak pada kondisi kesehatan reproduksinya di masa mendatang.

Kata kunci: Anemia, Remaja, Kesehatan Reproduksi

Abstract

Anemia is one of the public health problems that require special attention, especially for women of reproductive age. Based on basic health research data in 2018, the prevalence of anemia in teenager girls increased to 48.9%. The condition anemia in teenagers is related to morbidity and mortality of reproductive age women who will have an impact on the quality of health in the future. The purpose of this activity is as an effort to socialize the latest issues related to reproductive health in teenager in this case is an issue related to the problem of anemia in teenager, so as to increase teenager knowledge related to reproductive health. The target of this activity is 29 young women in SMAN 1 Plemahan. This method of devotional activities is carried out in the form of counseling, which begins with the provision of pretest and ends with a post test after counseling is done. The results obtained from this activity are an increase in the knowledge possessed by teenagers related to the latest issues of teenager reproductive health problems, from a sufficient category of 68.96 % to a good category of 89.66 %. Counseling related to anemia in teenagers needs to be given to teenagers as an effort to improve nutritional status in teenagers that will have an impact on their reproductive health conditions in the future.

Keywords: Anemia, Teenagers, Reproductive Health

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian khusus terutama bagi kelompok wanita usia reproduksi. Anemia adalah kondisi dengan kadar hemoglobin, hematokrit dan sel darah merah yang lebih rendah dari nilai normal [1].

Anemia masih menjadi masalah global yang berkaitan dengan morbiditas dan mortalitas wanita

usia reproduktif yang akan berdampak pada kualitas kesehatan di masa mendatang [2].

Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi anemia remaja yang cukup tinggi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi anemia pada remaja putri meningkat menjadi 48,9% dibandingkan dengan tahun 2013 yang yakni sebesar 37,1 %.

Proporsi

anemia pada remaja ini terjadi pada kelompok usia 15-24 tahun, sebesar 32% [3].

Anemia pada remaja umumnya disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi. Pola makan yang salah atau penerapan diet yang tidak tepat merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kondisi kekurangan asupan zat besi tersebut. Selain asupan nutrisi, kurangnya kesadaran remaja dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) [4], kurangnya pengetahuan tentang gizi, penyakit infeksi akut dan kronis serta siklus menstruasi juga mempengaruhi kondisi anemia pada remaja ini [2].

Menurut WHO (2011) anemia pada remaja akan berdampak pada penurunan prestasi belajar, penurunan daya konsentrasi, kebugaran, produktivitas dan imunitas remaja. Hal ini juga sangat berkaitan dengan kondisi kesehatan yang dapat berpengaruh di masa pandemi Covid 19 ini. Selain efek jangka pendek, anemia pada remaja juga memberikan dampak jangka panjang apabila tidak segera tertangani, salah satu dampaknya yakni kehamilan beresiko tinggi. Remaja merupakan generasi yang memegang kunci kondisi kesehatan di masa mendatang. Remaja nantinya akan menjadi calon ibu yang akan mempersiapkan diri dalam menghadapi kehamilan dan persalinan, dimana kondisi tersebut akan meningkatkan mortalitas dan morbiditas baik bagi ibu maupun bayi jika ibu mengalami anemia [5].

Salah satu kelompok remaja yang rentan terhadap anemia remaja adalah Siswi SMA. Diperlukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait dengan anemia pada remaja dan pola asupan nutrisi untuk mencegah terjadinya anemia, salah satunya dengan kegiatan penyuluhan kesehatan [6].

SMA N 1 Plemahan merupakan salah satu SMA yang terletak di Kecamatan Plemahan

Kabupaten Kediri, yang membutuhkan penyuluhan terkait kesehatan reproduksi pada remaja.

METODE PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan menggunakan metode penyuluhan dan tanya jawab. Materi penyuluhan yang disampaikan membahas terkait isu kesehatan reproduksi yang dialami oleh remaja yakni anemia pada remaja. Media yang digunakan yaitu power point dan LCD. Kegiatan ini dilaksanakan di SMA N 1 Plemahan pada tanggal 4, 20, dan 21 Oktober 2021. Sasaran kegiatan ini adalah siswi kelas XI dan XII di SMA N 1 Plemahan sebanyak 29 siswi. Kegiatan ini diawali dengan survey lokasi, koordinasi dan pelaksanaan kegiatan. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan diawali dengan pemberian pre test, dilanjutkan dengan pemberian penyuluhan. Setelah pemberian penyuluhan dilanjutkan dengan kegiatan post test dan tanya jawab.

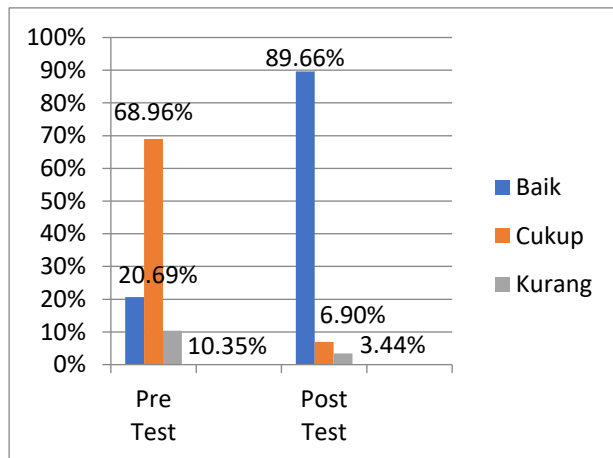
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat, penyuluhan anemia pada remaja di SMA N 1 Plemahan yang dilakukan pada tanggal 20-21 Oktober 2021 ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan remaja terkait anemia pada remaja sehingga dapat mencegah terjadinya dampak jangka panjang dan memperburuk kejadian anemia pada remaja.

Kegiatan penyuluhan ini membahas tentang fenomena anemia pada remaja, faktor penyebab anemia pada remaja, dampak, pencegahan serta penanganan anemia pada remaja. Peserta penyuluhan antusias dalam mengikuti kegiatan ini, terbukti dengan adanya feedback dengan aktif memberikan pertanyaan, sanggahan maupun jawaban atas pertanyaan yang diberikan oleh penyaji materi. Materi penyuluhan dapat diterima

dengan baik, tercermin dalam peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan tentang anemia pada remaja.

Hasil evaluasi penyuluhan ini dipaparkan dalam grafik di bawah ini:



Gambar 1 Nilai Pre Test dan Post Test Penyuluhan

Berdasarkan grafik di atas di atas diperoleh peningkatan pengetahuan dari 68,96% kategori cukup pada pre test menjadi 89,66 % dengan kategori baik pada post test.

Wanita Usia Subur adalah wanita usia reproduksi, termasuk di dalamnya remaja putri yang berusia 10-19 tahun yang juga membutuhkan perhatian terkait kesehatan reproduksinya sebagai bekal kualitas di masa reproduksi selanjutnya. Banyak fenomena yang menggambarkan sebagian remaja belum mengetahui dan memahami kesehatan reproduksinya. Hal ini berkaitan dengan kurangnya informasi, pemahaman dan kesadaran terkait kesehatan reproduksinya. Menurut WHO (2014) dalam Nuraisya et al (2019), Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah eritrosit atau konsentrasi hemoglobin berada di bawah nilai ambang batas. Kondisi tersebut disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya kehilangan zat besi akibat menstruasi, faktor nutrisi, kebutuhan yang meningkat berkaitan dengan masa pertumbuhan serta gangguan penyerapan zat besi [7].

Anemia pada remaja merupakan kondisi yang akan berdampak pada banyak hal, selain berpengaruh pada kondisi fisik remaja, anemia juga berpengaruh pada kesehatan mental berhubungan dengan berkurangnya tingkat konsentrasi dalam belajar sehingga akan berpengaruh pada prestasi yang menentukan masa depan remaja di masa mendatang. Selain itu, anemia juga menyebabkan peningkatan resistensi terhadap infeksi, gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental serta berkurangnya kapasitas remaja untuk melakukan aktivitas sehari-hari [8].

Kurangnya pengetahuan terkait dengan anemia pada remaja merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kejadian anemia pada remaja. Rendahnya pengetahuan pada remaja juga berpengaruh terhadap perilaku remaja dalam menjaga kesehatan terutama yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi remaja. Keluhan yang dialami oleh remaja kadang kala dianggap sebagai hal yang normal dan biasa dialami oleh remaja.



Gambar 2. Gambar Penyuluhan tentang isu terkini Masalah kesehatan reproduksi pada remaja di SMA N 1 Plemahan



Gambar 3. Gambar Penyuluhan tentang isu terkini Masalah kesehatan reproduksi pada remaja di SMA N 1 Plemahan

Masa remaja membutuhkan pendekatan yang dapat menggerakkan kesadaran. Peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan keberhasilan program pencegahan anemia [4].

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan seseorang adalah dengan memberikan informasi sesuai dengan kebutuhan mereka. Remaja membutuhkan informasi tentang hal yang sedang atau umumnya dialami terkait dengan kesehatan reproduksi sesuai dengan masa perkembangannya [9].

Penyuluhan kesehatan merupakan suatu cara untuk menyampaikan informasi kesehatan baik secara langsung melalui metode tatap muka maupun tidak langsung menggunakan media massa sebagai sarana penyampaian informasi. Penyampaian informasi kepada remaja dapat dilakukan melalui berbagai sarana dan media, seperti penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet, ceramah tanya jawab menggunakan media visual (power point), maupun dengan media audio visual (video pembelajaran) [10].

Peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi terutama tentang anemia pada remaja diharapkan dapat mempengaruhi kesadaran remaja akan pentingnya pola nutrisi yang seimbang untuk

pertumbuhan dan perkembangannya di masa remaja sehingga dapat merubah perilaku hidup sehat pada remaja. Selain itu dengan pengetahuan yang lebih mereka akan memiliki kemampuan untuk memilih jenis asupan makanan yang dikonsumsi sesuai dengan kebutuhannya [11].

Remaja juga dapat mengetahui kapan saja mereka membutuhkan asupan nutrisi yang lebih banyak dari pada biasanya, misalnya pada kondisi menstruasi. Peningkatan pengetahuan ini merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja sehingga remaja sebagai generasi penerus bangsa tumbuh sehat dan berkembang secara optimal.

Keterbatasan pada kegiatan pengabdian yang telah dilakukan pada siswi kelas XI dan XII di SMA N 1 Plemahan ini adalah keterbatasan waktu yang bersamaan dengan kegiatan pembelajaran sehingga sasaran yang dapat mengikuti kegiatan ini terbatas.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi pada umumnya, khususnya pada masalah anemia pada remaja. Kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan di SMA N 1 Plemahan ini dirasakan memberikan manfaat berupa peningkatan pengetahuan yang dimiliki oleh siswi SMA N 1 Plemahan terkait masalah anemia pada remaja. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat merubah perilaku remaja untuk lebih memperhatikan pola nutrisinya yang akan berdampak jangka panjang terhadap kondisi kesehatan reproduksinya.

Kegiatan penyuluhan ini akan lebih maksimal jika selanjutnya ditambahkan dengan kegiatan penyuluhan kepada orang tua dan guru terkait dengan isu kesehatan reproduksi pada remaja,

selain itu juga dapat diadakan kegiatan penyuluhan dan pembinaan dalam kegiatan PIK KR pada siswa maupun pembentukan kelompok teman sebaya sehingga upaya pencegahan anemia remaja ini dapat berjalan dengan lebih maksimal. Rangkaian kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan optimalisasi kesehatan reproduksi pada remaja.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Prodi D3 Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, mahasiswi D3 Kebidanan STIKES Karya Husada Kediri yang telah membantu jalannya kegiatan pengabdian ini, serta pihak sekolah dan siswi SMA N 1 Plemahan yang telah bersedia menjadi tempat pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Arisman MB. 2010. Gizi Daur Kehidupan. Jakarta: Buku Kedokteran Cetakan XII. Penerbit EGC.
- [2]. Djogo, Herliana Monika Azi, Yasinta Betan, Yulia M.K Letor, 2021. Prevalensi Anemia Remaja Putri Selama Masa Pandemi Covid -19 di Kota Kupang, Jurnal Ilmiah Obsgin- Vol.13. No. 4 (2021)
- [3]. Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018;1–100. (<http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>)
- [4]. Styaningrum, Silvia Dewi., Zenni Puspitarini, Siska Puspita Sari. 2020. Program Edukasi Terpadu di Sekolah Berbasis Asrama untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. Ilmu Gizi Indonesia, Vol. 03, No. 02, Februari 2020 : 145-154
- [5]. WHO. Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. Department of Nutrition for Health and Development (NHD) World Health Organization. 2011. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/85839/WHO_NMH_NHD_MNM_11.1_eng.pdf?sequence=22&isAllowed=y
- [6]. Simanungkalit, S. F., P, I. D., & Arini, F. A. (2018). Hubungan Pengetahuan Anemia, Pengetahuan Tablet Tambah Darah, Status Gizi dan Asupan Gizi (Fe) dengan Anemia Remaja Putri di SMA/K Kota Depok Tahun 2017. ARKEMAS Volume 3 Nomor 1 , Juni 2018. <https://doi.org/10.22236/arkemas.v3i1.2522>
- [7]. Nuraisya, Wahyu. , Endah Luqmanasari, Anis Setyowati, 2019. Efektifitas Pemberian TTD Melalui Program Gelang Mia terhadap Tingkat Anemia Remaja. Malang: Media Nusa Creative
- [8]. Zeleke, M. B., Shaka, M. F., Anbesse, A. T., & Tesfaye, S. H. (2020). Anemia and Its Determinants among Male and Female Teenagers in Southern Ethiopia: A Comparative Cross-Sectional Study. *Hindawi, Anemia, Volume 2020*, Article ID 3906129, <https://doi.org/10.1155/2020/3906129>
- [9]. Riesmiyatingdyah, R., Putra, K. W. R., Sulistyowati, A. 2021. The Effect of Health Education on Adolescent Knowledge About Anemia. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan, Vol 10, Issue 1, January- June 2021*
- [10]. Haryani, Sri Haryani., Junaiti Sahar, Sukihananto. 2016. Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Cetak Berpengaruh Terhadap Perawatan Hipertensi pada Usia Dewasa di Kota Depok . *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 19 No.3, November 2016, hal 161-168 pISSN 1410-4490, eISSN 2354-9203 DOI : 10.7454/jki.v19i3.469
- [11]. Nurhayati, Agni Laili P, Eka Trismiyana. 2019. Iron Deficiency Anemia And Current State Of Knowledge Among Adolescent Girls, Lampung-Indonesia. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science, Volume 02, No.1, March 2019: 20-24 20*

