

Article

PENGARUH PEMAHAMAN DAN PEMBERDAYAAN REMAJA PUTRI DALAM MENGATASI ANEMIA DI SMA NEGERI 3 TAKARI KABUPATEN KUPANG

Hasri Yulianti^{1#}, Nabilah Nurul Ilma², Martina Fenansia Diaz³

¹⁻³Kebidanan, Kemenkes Poltekkes Kupang, Nusa Tenggara Timur

SUBMISSION TRACK

Received: December 12, 2024
Final Revision: December 19, 2024
Available Online: December 22, 2024

KEYWORDS

pemahaman, pemberdayaan, remaja putri, anemia

CORRESPONDENCE

E-mail: hasriyulianti0612@gmail.com

ABSTRACT

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah defisiensi zat gizi. Zat gizi dalam darah dapat diketahui melalui kadar hemoglobin. Menurut laporan *Riskesdas*, tahun 2018, prevalensi anemia pada kelompok remaja putri di Indonesia mencapai 32% pada usia 15-24 tahun, Sedangkan Hasil survei Kesehatan nasional lebih dari 20% kasus anemia terjadi di Nusa Tenggara Timur (NTT). WHO juga menyebutkan bahwa anemia merupakan salah satu masalah Kesehatan yang signifikan pada remaja putri, terutama tingginya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Di Indonesia, kekurangan asupan zat besi dan rendahnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) adalah faktor utama penyebab tingginya kasus ini. Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh pemahaman dan pemberdayaan remaja putri dalam mengatasi anemia. Jenis penelitian bersifat analitik dengan desain cross sectional. jumlah sampel 37. Analisis data menggunakan uji. spearman rank dengan *correlation coefficient* 0.000. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pemahaman dan pemberdayaan remaja dalam menangani anemia.

I. PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah Kesehatan yang signifikan, terutama pada remaja putri. Anemia didefinisikan sebagai kondisi dimana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari batas normal, sehingga mengurangi kemampuan darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. WHO juga menyebutkan bahwa anemia merupakan salah satu masalah Kesehatan yang signifikan pada remaja putri, terutama tingginya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan

menstruasi(Kemenkes RI 2022 2023). Remaja putri sangat rentan mengalami anemia karena beberapa faktor, seperti kebutuhan zat besi yang meningkat akibat menstruasi, pola makan yang kurang seimbang, dan kepatuhan yang rendah terhadap suplemen Tablet Tambah Darah (TDD).

Menurut data *Riskesdas* 2018, prevalensi anemia pada kelompok usia 15-24 tahun di Indonesia mencapai 32% (Kemenkes RI 2022 2023). Di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), Prevalensi anemia pada remaja putri dilaporkan

masih berada di atas 20%, yang lebih tinggi dari target nasional dibawah 20% (Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur 2020). Masalah ini memiliki dampak serius, termasuk menurunkan produktivitas, prestasi akademik, dan resiko Kesehatan reproduksi di masa depan.

Anemia pada remaja putri tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memiliki konsekuensi jangka Panjang pada kualitas sumber daya manusia. Remaja putri dimana anemia beresiko menjadi Wanita usia subur dengan anemia, serta dapat mempengaruhi kondisi Kesehatan kehamilan mereka dikemudian hari. Oleh karena itu, upaya pencegahan melalui edukasi gizi, perbaikan pola makan, dan intervensi suplementasi zat besi menjadi sangat penting untuk mengatasi masalah ini (Fatimatasari et al. 2024).

Pendekatan multidisiplin yang melibatkan keluarga, sekolah, tenaga Kesehatan, dan pemerintah diperlukan untuk menciptakan generasi bebas anemia, yang sehat dan produktif. Upaya ini tidak hanya berfokus pada pemberdayaan remaja untuk meningkatkan kualitas hidup remaja putri (Kemenkes RI 2022 2023).

II. METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam adalah survei analitik dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pemahaman dan pemberdayaan remaja putri dalam mengatasi anemia. Jenis penelitian bersifat analitik dengan desain *cross sectional*. jumlah sampel

37. Analisis data menggunakan uji spearman rank di SMA Negeri 3 Takari Kabupaten Kupang. Sampel dalam penelitian ini merupakan remaja putri.

III. HASIL PENELITIAN

A. Analisa *Univariat*

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pemahaman Remaja Putri Dalam Mengatasi Anemia

Pemahaman	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	7	18.9
Cukup	8	21.6
Baik	22	59.5
Jumlah	37	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 37 responden, sebagian besar 59,5% Pemahaman Baik dalam mengatasi anemia.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pemberdayaan Remaja Putri dalam Mengatasi Anemia

Pemberdayaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	8	21,6
Baik	29	78,4
Jumlah	37	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 37 responden sebagian besar memiliki tingkat Pemahaman Baik sebanyak 78.4% dan yang paling sedikit memiliki tingkat pemahaman Kurang 21,6%.

B. Analisa *Bivariat*

Tabel 3. Pengaruh Pemahaman dan Pemberdayaan Remaja Putri dalam mengatasi Anemia Akseptor KB Suntik DMPA terhadap Kejadian Amenorrhea

		Pemahaman	Pemberdayaan
Spearman`rho	Pemahaman	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.577**
		N	37
	Pemberdayaan	Correlation Coefficient	0.577**
		Sig. (2-tailed)	1.000
		N	37

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa secara statistik menunjukkan hasil signifikansi *p value* 0,000 (<0,005) sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya secara statistik terdapat pengaruh pemahaman dan pemberdayaan terhadap pengelolaan anemia pada remaja putri.

IV. PEMBAHASAN

Anemia dapat mengakibatkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar sehinggal dapat menurunkan prestasi belajar dan produktivitas kerja, menurunkan daya tahan tubuh sehingga meningkatkan resiko infeksi. Anemia pada remaja putri tidak dapat ditanggulangi sampai dewasa maka meningkatkan kejadian Angka Kematian Ibu (AKI), berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan kejadian Stunting (Kemenkes RI 2022).

Pemahaman dan pemberdayaan remaja putri merupakan dua komponen kunci dalam upaya mengatasi anemia yang sering terjadi pada kelompok usia ini.

Pemahaman adalah dimana seseorang mengerti atau memahami suatu informasi, konsep, atau situasi dengan baik (Alapján- 2016) Tingkat pemahaman yang baik tentang anemia meliputi penyebab, gejala, dan cara pencegahannya. Dapat meningkatkan kesadaran mereka untuk menjaga pola makan seimbang dan rutin mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Rendahnya pemahaman tentang pentingnya zat besi dalam diet sehari-hari menjadi salah satu penyebab utama

tingginya prevalensi anemia di kalangan remaja putri (Anita, Purwati, and Rohayati 2020).

Setelah dilakukan penyuluhan tentang anemia, pemberian buku saku dan pendampingan oleh kader kesehatan reproduksi terdapat peningkatan pengetahuan, penurunan kejadian anemia dan kepatuhan mengkonsumsi TTD. Pada kelompok remaja yang anemia 14 orang (28%) setelah dilakukan pendampingan oleh kader kesehatan reproduksi selama tiga bulan adanya penurunan anemia menjadi 6 orang (12%), kelompok ini juga sudah teratur mengkonsumsi TTD sesuai rekomendasi WHO. Pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri dengan pendekatan pemberdayaan kader kesehatan dapat memberikan hasil yang optimal (Siregar 2022).

pemberian pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja sudah pernah dilakukan di Posyandu Remaja, namun dalam pelaksanaan dan penerapannya tidak berjalan dengan efektif. Oleh sebab itu sangat diperlukan penyegaran kader Posyandu khususnya tentang anemia (Podungge, Z, and Yulianti Mile 2022).

Menurut Ajeng, dkk, Pengembangan pemberdayaan

perempuan dalam menurunkan anemia pada remaja putri melalui tahap kegiatan penyuluhan memberikan pengaruh yang besar terhadap peningkatan pengetahuan tentang anemia dari hasil pre tes 59,85% menjadi 85,6% .(Ajeng Sakti Wulandari et al. 2024).

Menurut Fatimasari, ddk mengatakan Pemberdayaan remaja putri, misalnya melalui program edukasi Kesehatan dan kampanye social, dapat mendorong mereka untuk lebih aktif dalam menjaga Kesehatan diri sendiri. Pelibatan remaja merupakan agen perubahan dalam masyarakat (Fatimatasari et al. 2024),

Pengaruh nyata dari pemahaman dan pemberdayaan ini terlihat dalam penurunan angka anemia serta peningkatan kesehatan dan produktivitas remaja putri. Dengan pendekatan yang komprehensif dan partisipatif, mereka tidak hanya menjadi penerima manfaat tetapi juga pelaku aktif dalam upaya pencegahan anemia, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas generasi muda secara keseluruhan(Harahap, Syari, and Manurung 2023).

Pendekatan ini memerlukan dukungan lintas sektor, termasuk pemerintah, institusi pendidikan, dan organisasi masyarakat, untuk memastikan keberlanjutan program dan menyasar lebih banyak remaja putri di berbagai daerah(Larasati et al. 2020).

konsisten, dan pelibatan aktif para remaja dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan mereka.

V. KESIMPULAN

Peningkatan pemahaman dan pemberdayaan remaja putri terbukti efektif dalam mengatasi anemia, tetapi keberhasilan intervensi bergantung pada keterlibatan multi-sektoral, akses terhadap sumber daya yang memadai, dan keberlanjutan program edukasi. Langkah strategis untuk mendorong pemberdayaan lebih lanjut meliputi peningkatan akses ke suplemen zat besi, kampanye kesehatan yang

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng Sakti Wulandari, Binka et al. 2024. "Optimalisasi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dan Pemanfaatan Smoothies Buah Naga Pisang Sebagai Minuman Alternatif Di SMA Negeri 1 Sukakarya." *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara* 5(2): 2130–36.
- Alapján-, Vizsgálatok. 2016. "Pengertian Pemahaman Siswa." 2(2): 1–23.
- Anita, Anita, Purwati Purwati, and Rohayati Rohayati. 2020. "Pemberdayaan Remaja Putri Mengentaskan Anemia." *Jurnal Pengabdian Kesehatan Beguai Jejama* 1(1): 38–43.
- Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur. 2020. "Ntt Bangkit Ntt Sejahtera." : 131–131.
- Fatimatasari, Fatimatasari et al. 2024. "Sosialisasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Banyurojo Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini Di Kecamatan Mertoyudan Kabupaten Magelang." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (JPMJ)* 3(1): 34–41. <http://www.ejournal.pancabhakti.ac.id/index.php/jpmj/article/view/314>.
- Harahap, Novy Ramini, Mila Syari, and Korriati Manurung. 2023. "Pemberdayaan Remaja Putri Dalam Peningkatan Kadar Haemoglobin Melalui Pengelolaan Puding Buah Naga Merah Dan Buah Bit." *Jurnal Ebima* 4(1): 1–4. <https://jurnal.pkr.ac.id/index.php/EBIMA/article/view/697/380>.
- Kemenkes RI 2022. 2023. Pusdatin.Kemenkes.Go.Id *Profil Kesehatan Indonesia*. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>.
- Larasati, T, Roro Rukmo Windi Perdani, Anggraini Janar Wulan, and Ahmad Irzal Fardiansyah. 2020. "Pemberdayaan Masyarakat Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Tanjungkarang Pusat." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwa Jurai* 5(1): 104–8. <https://stikes-nhm.ejournal.id/JOB/article/view/562>.
- Podungge, Yusni, Sri Nurlaily Z, and Sri Yulianti Mile. 2022. "Pemberdayaan Kader Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia." *Jurnal Surya Masyarakat* 4(2): 199.
- Siregar, Sarinah. 2022. "PENANGANAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI Berdasarkan Data World Health Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Meningkatkan Resiko Anemia Defisiensi Besi Hilang Sebesar 1 , 25 Mg / Hari . Kondisi Ini Dibutuhkan Oleh Remaja Putri Untuk Mengakibatkan Cepat Lelah , M." 5: 1195–1200.