

Skrining Anemia Pada Siswi SMA Negeri 1 Praya

Ika Primayanti*¹, Ni Nyoman Geriputri², Marie Yuni A², Ario Danianto³,
M.Rizkinov J³, Rika Hastuti S¹

¹Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

²Bagian Ilmu Kesehatan Mata, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

³Bagian Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

Kata Kunci:
*Skrining, anemia,
siswi SMA*

Abstrak: Anemia adalah salah satu masalah kesehatan di masyarakat yang didefinisikan sebagai kondisi saat jumlah sel darah tidak memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh manusia dan kadar hemoglobin kurang dari jumlah normal. Berdasarkan Risesdas 2013, prevalensi anemia di Indonesia dilaporkan sebesar 22.7% pada remaja putri. Anemia adalah kondisi saat kadar hemoglobin <12g/dL pada remaja putri dan <13g/dL pada remaja putra yang berumur di atas 15 tahun. Usia, jenis kelamin, asupan gizi mempengaruhi kadar hemoglobin setiap individu. Defisiensi besi merupakan salah satu penyebab utama anemia selain aktivitas fisik, status nutrisi, status sosial dan ekonomi. Anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku dan emosional. Gangguan ini dapat berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan sel otak, penurunan daya tahan tubuh, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun, dan pada akhirnya mengakibatkan produktifitas kerja yang rendah. Upaya pencegahan terhadap terjadinya penyakit anemia pada remaja putri dalam bentuk skrining sangat penting dilakukan untuk mengurangi angka kesakitan dan kematian. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mendeteksi secara dini kejadian anemia khususnya pada remaja putri. Metode yang digunakan dengan pemeriksaan darah sederhana (*rapid test*) untuk mendeteksi anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Praya yang didahului dengan wawancara dan *informed consent*. Berdasar hasil kegiatan skrining yang dilakukan pada siswi SMA Negeri 1 Praya didapatkan 5% dari 179 siswi mengalami anemia. Dianjurkan kepada guru agar menyampaikan hasil kegiatan kepada orang tua/wali murid yang mengalami anemia untuk selanjutnya memantau asupan gizi serta memastikan putrinya menjalani pengobatan dan memeriksakan kembali kadar Hb di puskesmas/laboratorium terdekat.

Korespondensi: *ika.primayanti@gmail.com*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu keadaan dimana komponen di dalam darah yaitu hemoglobin (Hb) dalam darah jumlahnya kurang dari normal. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Batas kadar Hb remaja putri untuk

mendiagnosis anemia yaitu apabila kadar Hb kurang dari 12 gr/dl (WHO, 2001; Parmaesih & Herman, 2014).

Anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun serta dapat mengakibatkan produktifitas kerja yang rendah. Selain itu remaja putri yang menderita anemia yang tidak tertangani akan berdampak pada saat remaja putri tersebut kelak mengalami kehamilan. Ibu hamil dengan anemia berisiko mengalami komplikasi pada kehamilan serta berpengaruh pada janin yang dikandungnya. Mengingat dampak yang ditimbulkan maka usaha pencegahan sangat penting untuk dilakukan. Dengan demikian salah satu usaha yang dapat dilakukan adalah dengan skrining anemia pada remaja putri serta menggali faktor-faktor yang mempengaruhinya (Charles, 2013).

Solusi dari permasalahan diatas adalah dengan melakukan sebuah upaya pencegahan terhadap terjadinya penyakit anemia pada siswa remaja putri dalam bentuk skrining (pemeriksaan) dan penyuluhan tentang penyakit anemia itu sendiri. Skrining adalah deteksi dini dari suatu penyakit atau usaha untuk mengidentifikasi penyakit atau kelainan secara klinis belum jelas menggunakan tes, pemeriksaan atau prosedur tertentu yang dapat digunakan secara cepat. Tujuan dari deteksi dini adalah mengurangi angka kesakitan dan kematian dari penyakit dengan pengobatan dini terhadap kasus yang ditemukan.

METODE KEGIATAN

Diagnosis anemia ditentukan dengan tes pemeriksaan untuk mengukur kadar Hb, Hematokrit (Ht), volume sel darah merah (MCV), konsentrasi Hb dalam sel darah merah (MCH) dengan batasan terendah 95% acuan (WHO, 2001). Dalam hal ini, skrining dilakukan dengan melakukan pemeriksaan Hb. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi kegiatan awal dari kegiatan promotif dan preventif mengenai deteksi dini anemia pada remaja putri, serta memberikan kesadaran kepada remaja putri dan *stakeholder* terkait (orang tua dan guru) mengenai anemia.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan wawancara singkat untuk mengetahui gambaran umum mengenai pemahaman siswa perihal masalah kesehatan secara umum. Pada wawancara juga digali status kesehatan secara singkat, meliputi riwayat haid dan riwayat penyakit sebelumnya yang berisiko menyebabkan anemia. Melalui proses ini diharapkan tim akan mendapatkan data mengenai tingkat pengetahuan awal siswa perihal masalah kesehatan umum dan anemia pada khususnya.

Kegiatan dilanjutkan dengan skrining kadar Hb melalui pemeriksaan darah sederhana menggunakan *Hb stick*. Pemeriksaan ini merupakan suatu tindakan yang invasif, yaitu menggunakan jarum, sehingga sebelumnya dilakukan pemberian informasi mengenai langkah-langkah dan risiko yang dapat timbul pada proses pemeriksaan. Informasi diberikan secara lisan dan tertulis untuk kemudian dimintakan persetujuan dari orang tua siswa, yang

dilakukan dalam 1 minggu sebelum kegiatan dilaksanakan.

Pada akhir kegiatan akan dilakukan penilaian terhadap hasil skrining. Kasus positif anemia akan diberikan intervensi dalam bentuk informasi pada orang tua siswa dan pemberian tablet tambah darah. Informasi akan disampaikan kepada orang tua melalui pihak sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan skrining anemia pada siswi SMA Negeri 1 Praya yang beralamatkan di Jalan Ki Hajar Dewantara No. 1 Praya dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 20 Juli 2019. Pemeriksaan dilakukan pada siswi kelas XI dan XII yang total berjumlah 179 orang.

Kegiatan diawali dengan sambutan dari pihak sekolah dan pemaparan secara singkat mengenai anemia dan faktor risikonya, serta gambaran kegiatan yang akan dilakukan oleh tim. Para peserta skrining kemudian dibagikan kuesioner untuk menilai status kesehatan mereka, yang meliputi informasi tentang riwayat haid, pola konsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi dan tablet tambah darah, riwayat aktivitas fisik serta riwayat penyakit yang dapat menyebabkan anemia yang pernah diderita. Anggota tim memandu peserta dalam proses pengisian kuesioner dengan memberikan penjelasan mengenai maksud dari pertanyaan dan cara menjawabnya. Pemeriksaan yang dijalani adalah pengukuran berat dan tinggi badan yang dikonversi ke BMI (*Body Mass Index*) untuk menilai status gizi, kemudian diukur kadar Hb dalam darah dengan *Hb stick*. Rangkaian pemeriksaan hanya dilakukan pada siswi yang menyerahkan lembar persetujuan keikutsertaan dari orang tua yang sudah dibagikan sebelumnya.



Gambar 1 Pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menentukan status gizi siswi



Gambar 2 Pengukuran kadar hemoglobin menggunakan Hb stick

Berdasar kegiatan skrining didapatkan 9 siswa dari total 179 siswi mengalami anemia. Kondisi anemia adalah kondisi dengan kadar Hb <12 mg/dL. Tiga dari 9 siswi yang mengalami anemia bahkan mempunyai kadar Hb <10 mg/dL, yaitu sebesar 9,0–9,2 mg/dL.

Anemia merupakan suatu keadaan dimana komponen di dalam darah yaitu Hb dalam darah jumlahnya kurang dari normal. Pada kegiatan ini didapatkan 5% dari 179 siswi

mengalami anemia. Angka yang didapatkan lebih kecil dari hasil survei Riskesdas tahun 2013. Namun tetap harus menjadi perhatian karena hingga saat ini kesadaran masyarakat untuk memeriksakan diri masih rendah.

Anemia dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti asupan zat besi yang kurang, aktivitas, jenis kelamin, status gizi, usia, sosial ekonomi dan wilayah. Remaja dalam masa pertumbuhannya memerlukan asupan gizi yang memadai, khususnya bagi remaja putri membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi karena adanya kebutuhan ekstra zat besi yang hilang pada saat haid/menstruasi yang terjadi tiap bulannya. Asupan zat besi bisa didapat dari makanan dan suplemen. Makanan yang banyak mengandung zat besi antara lain telur, daging merah, sayuran hijau, hati ayam atau hati sapi, serta buah-buahan yang kaya akan vitamin C. Kurangnya asupan dari makanan dapat juga disebabkan oleh adanya pantangan terhadap makanan tertentu baik karena alasan medis, seperti alergi atau penyakit, dan adanya pola diet tertentu yang dijalani untuk menurunkan atau menjaga berat badan. Beberapa kondisi juga dapat menyebabkan anemia, seperti malaria, batuk lama (tuberkulosis), kecacingan, perdarahan di luar siklus haid, penyakit ginjal, serta kanker (Parmaesih & Herman, 2014). Anemia dapat menyebabkan penurunan konsentrasi belajar yang akan menyebabkan menurunnya prestasi belajar serta berkurangnya produktivitas kerja. Remaja putri yang menderita anemia bila tidak tertangani akan mungkin mengalami komplikasi pada kehamilan dan janin yang dikandungnya nanti. Penemuan kasus dengan lebih cepat memungkinkan penanganan lebih segera sehingga diharapkan prestasi belajar dan produktivitas kerja tidak terganggu, serta kejadian komplikasi dapat dihindari (Charles, 2013).

KESIMPULAN DAN SARAN

Remaja putri merupakan salah satu populasi yang rentan mengalami anemia karena kebutuhan akan asupan gizi yang tinggi, termasuk kebutuhan zat besi. Hal ini disebabkan karena masa remaja adalah masa pertumbuhan dan asupan zat besi ekstra dibutuhkan untuk mengatasi kehilangan akibat haid. Pada kegiatan skrining ini didapatkan 5% siswi mengalami anemia dengan 30% diantaranya memiliki kadar Hb <10 mg/dL. Kelainan ini ditemukan pada siswi yang tidak memiliki perbedaan pola haid, pola makan, pola aktivitas maupun riwayat penyakit tertentu dengan siswi peserta skrining lainnya.

Anemia pada remaja putri dapat menjadi masalah di kemudian hari bila diabaikan. Mengingat dampak yang ditimbulkan maka usaha pencegahan sangat penting untuk dilakukan. Berdasar hasil kegiatan ini, diberikan rekomendasi sebagai berikut:

- Orang tua/wali murid memantau asupan makanan yang banyak mengandung zat gizi
- Orang tua/wali murid memastikan putrinya mengkonsumsi obat penambah darah secara rutin
- Orang tua/wali murid mengajak putrinya untuk memeriksakan kembali kadar Hb

Pihak sekolah melalui UKS diharapkan dapat bekerja sama dengan puskesmas untuk melaporkan adanya kejadian anemia di sekolah.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah melalui Kepala Sekolah beserta Wakil Kepala Sekolah SMAN 1 Praya atas kesediaannya menjadi mitra kegiatan. Terima kasih kepada mahasiswa tingkat profesi Fakultas Kedokteran Unram Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Bagian Ilmu Penyakit Kebidanan dan Kandungan atas bantuannya dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih juga diucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Unram yang telah memberi dukungan finansial berupa dana PNBPN terhadap kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Charles Guest, W. R., 2013. *Oxford Handbook of Public Health Practice*. Oxford: Oxford University Press.
- Parmaesih D, Herman S., 2014. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Remaja. Puslitbang Gizi Dan Makanan*. Badan Litbangkes: Jakarta
- World Health Organization, 2001. Iron Deficiency Anaemia Assesment, Prevention And Control. A Guide For Programme Managers, https://www.who.int/nutrition/publications/en/ida_assessment_prevention_control.pdf, diakses tgl 24 Maret 2019