

EDUKASI MONOPOLI ANEMIA (GEMOMIA) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 01 KABUPATEN MUARO JAMBI

Winda Triana¹, Solihin Sayuti²

^{1,2} Jurusan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jambi

Email: Windatriana60@gmail.com

Abstrak

Anemia banyak ditemukan pada remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dari remaja putra. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pemahaman pentingnya pencegahan anemia dalam pengendalian stunting menggunakan game edukasi monopoli anemia (GEMOMIA) pada remaja putri. Ada beberapa metode yang dilakukan selama memberikan edukasi yaitu dengan ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Pengabdian ini dilakukan di SMA N 1 Muaro Jambi dengan jumlah sasaran 100 orang. Kegiatan pengabdian ini dilakukan oleh 2 orang dosen dan 5 mahasiswa. Penilaian pemahaman dilakukan melalui tes tertulis sebelum dan sesudah edukasi. Kegiatan dilakukan dengan tahap pre-test, tahap pelaksanaan edukasi dan diskusi serta tahap evaluasi dengan post-test. Kegiatan PkM dengan perolehan nilai *pre-test* dengan nilai rerata perbandingan antara *pre-test post-test* adalah 1,48. Terdapat juga 73 (73%) responden yang meningkat pengetahuannya, 14 (14%) responden yang tetap pengetahuannya dan 13 (13%) responden yang menurun pengetahuannya. Hasil uji analisis bivariat dengan *Wilcoxon T-Test* pada responden *pre-test* dan *post-test* hasil pengujian data menunjukkan nilai $p = 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan secara statistic terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Media edukasi Pengendalian Stunting Melalui Game Edukasi Monopoli Anemia pada remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri.

Kata kunci: Edukasi, Remaja, Stunting, Anemia

Abstract

Anemia is often found in young women, with a ten times greater risk of suffering from anemia in young men. The aim of this community service is to provide an understanding of the importance of preventing anemia in controlling stunting using the anemia monopoly educational game (GEMOMIA) for young women. There are several methods used when providing education, namely by lectures, discussions and interpretation. This service was carried out at SMA N 1 Muaro Jambi with a target number of 100 people. This service activity was carried out by 2 lecturers and 5 students. Understanding assessment is carried out through written tests before and after education. Activities are carried out with a pre-test stage, an education and discussion implementation stage and an evaluation stage with a post-test. PkM activities with pre-test scores obtained with a comparison mean score between pre-test and post-test was 1.48. There were also 73 (73%) respondents who increased their knowledge, 14 (14%) respondents who maintained their knowledge and 13 (13%) respondents whose knowledge decreased. The results of the bivariate analysis test with the Wilcoxon T-Test on pre-test and post-test respondents. The results of data testing show a p value = $0.000 < 0.05$, so it can be concluded statistically that there is a significant difference in knowledge between knowledge before and after education. Educational media for Stunting Control through the Anemia Monopoly Educational Game for adolescent girls can increase the knowledge of adolescent girls.

Keywords: Education, Adolescents, Stunting, Anemia

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi terutama di negara berkembang termasuk di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan (1) anemia banyak ditemukan pada remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dari remaja putra. Hal ini dikarenakan

remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. (2)

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022, angka stunting turun dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di tahun 2022. Walaupun menurun, angka tersebut masih tinggi, karena target nasional prevalensi stunting tahun 2024 adalah 14% dan standard WHO di bawah 20%. Adapun data stunting Propinsi Jambi adalah 18%, sudah dibawah angka nasional (4).

Anemia pada remaja putri disebabkan oleh gaya hidup yang kurang sehat, hal tersebut kurang mengkonsumsi sayur dan buah, sekitar 65% remaja tidak sarapan, 97% kurang aktivitas fisik serta konsumsi kurang konsumsi Fe, untuk mengurangi kejadian anemia pada remaja putri adalah dengan pemberian tablet tambah darah (Fe) sebanyak 58 tablet dalam setahun yang harus dikonsumsi setiap minggu selama menstruasi. Akan tetapi didapatkan remaja putri yang mengonsumsi sesuai ketentuan hanya 1,4%, dan yang tidak sesuai ketentuan sebanyak 98,6% (3).

Faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian anemia pada remaja adalah pengetahuan. Pengetahuan gizi remaja merupakan kemampuan untuk menerapkan informasi tentang kebutuhan pangan dan nilai pangan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang kurang menyebabkan bahan makanan bergizi yang tersedia tidak dikonsumsi secara optimal (Khomsan dan Anwar, 2009). Handayani, dkk (2007) menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan konsumsi zat besi dengan kejadian anemia. Oleh karena itu, perlu adanya upaya pemberian informasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan komprehensif pencegahan anemia melalui promosi Kesehatan (5).

SMAN 01 Muaro Jambi merupakan salah satu sekolah binaan berkelanjutan yang dimiliki Poltekkes Kemenkes Jambi berdasarkan surat perjanjian kerjasama antar Direktur Poltekkes Kemenkes Jambi dengan Kepala Sekolah Nomor HK,03.01/1/ 0734/ 2022 (Poltekkes) dan 421.3/048/SMAN.1/III/2022. Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Muaro Jambi adalah Sekolah Menengah Atas Negeri yang berada di Jalan Jambi - Muaro Bulian Km. 20 Pijoan, Kabupaten Muaro Jambi, Provinsi Jambi. Dengan alamat Pijoan, Kecamatan Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi, Jambi 36361. Sekolah ini berada di pinggir jalan kabupaten, dengan latar belakang siswa yang berasal dari penduduk setempat. Ekonomi masyarakat menengah kebawah, kurang memadai akses informasi kesehatan.

Hasil kunjungan lapangan belum ada pelaksanaan Posbindu PTM yang didalamnya terdapat kegiatan penyuluhan pemeriksaan deteksi dini PTM. Berdasarkan hal tersebut kami merancang sebuah program yang melibatkan peran serta remaja secara aktif dalam melaksanakan pelayanan kesehatan melalui Program Deteksi Dini dan Cegah Penyakit PTM oleh Remaja Pulau Pandan (Protector PP). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan peran serta remaja dalam kegiatan Posbindu PTM serta untuk mendekatkan akses pelayanan kesehatan bagi remaja di Pulau Pandan melalui pojok promkes.(6)

LANDASAN TEORI

Remaja merupakan kelompok yang rentan karena berada dalam masa perkembangan dan masa pencarian jati diri serta cenderung melakukan perilaku beresiko. Partisipasi remaja sebagai salah satu kelompok sasaran posbindu masih sangat rendah.

Kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal makanan sumber Fe, kurangnya aktifitas fisik, perdarahan patologis akibat penyakit malaria atau infeksi parasit seperti cacingan. Penyebab lainnya dari anemia defisiensi besi adalah dikarenakan asupan dan serapan zat besi yang tidak akurat yaitu dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan yang dapat mengganggu penyerapan zat besi seperti teh secara bersamaan pada waktu makan. Faktor lain yaitu pengetahuan yang kurang tentang anemia, sikap yang tidak mendukung, pendidikan maupun tingkat sosial ekonomi keluarga. (2)

Penanganan kejadian anemia pada remaja harus ditangani dengan baik karena akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, berat bayi lahir rendah, dan bayi yang stunting. Penanggulangan anemia perlu dilakukan sejak dini sebelum remaja putri menjadi ibu hamil, agar kondisi fisik remaja putri tersebut telah siap menjadi ibu yang sehat dan melahirkan generasi penerus yang juga sehat.(7)

Peningkatan pengetahuan dalam rangka upaya untuk penurunan anemia harus dimulai sejak dini pada usia remaja, demi mempersiapkan calon ibu yang sehat yang melahirkan generasi penerus yang berkualitas. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes), dari tahun 2013 sampai 2018 terdapat kenaikan prevalensi anemia pada kelompok usia atau 14,7 juta jiwa (Risikesdas, 2018). 15-24 tahun yaitu 18,4% menjadi 32% Data dari Kemenkes RI tahun 2018 bahwa prevalensi anemia di Indonesia memiliki pengertian bahwa 3-4 dari 10 pada remaja yaitu sebesar 32% yang remaja di Indonesia menderita anemia. Hal ini perlu mendapatkan perhatian (7).

Kurangnya pengetahuan terhadap anemia menjadi faktor utama dalam peningkatan prevalensi anemia. Salah satu usaha untuk meningkatkan pengetahuan anemia yakni dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang anemia pada remaja putri. Secara konsep pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk mempengaruhi/mengajak orang lain agar berperilaku hidup sehat, dimana dalam proses pendidikan kesehatan tersebut dipengaruhi oleh materi/bahan, lingkungan belajar, perangkat pendidikan baik perangkat lunak maupun perangkat keras dan subjek belajar kesehatan). Dengan adanya pendidikan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan upaya pencegahan Anemia sehingga dapat menurunkan prevalensi Anemia.(4)

Pentingnya menyiapkan kesehatan yang prima sebelum melangkah ke jenjang pernikahan yaitu pra konsepsi, calon ibu perlu minum asam folat, periksa hb (hemoglobin), minum tablet tambah darah dan calon suami perlu mengurangi rokoknya, kemudian calon suami perlu minum zinc supaya spermanya bagus. sebelum menikah, laki-lakinya itu harus menyiapkan 75 hari sebelum menikah, karena sperma dibuat selama 75 hari.(8)

Akibat yang ditimbulkan anemia defisiensi besi pada remaja putri antara lain;menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan serta dalam mempersiapkan masa reproduksi nanti, menurunkan kemampuan fisik, menurunkan kekebalan tubuh sehingga memudahkan terjangkitnya infeksi. Anemia pada remaja akan meningkatkan risiko pada anak yang akan dilahirkan nanti seperti persalinan prematur, berat badan lahir rendah, dan meningkatkan kematian perinatal. Prevalensi kejadian anemia usia reproduktif akan berdampak pada pertumbuhan kognitif, fisik dan psikologis sehingga menjadi penting untuk memberi perhatian karena akan berdampak investasi pada generasi berikutnya (9).

Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dan media dapat disesuaikan dengan sasaran. Media dibuat sesuai dengan jenis permainan dengan

memodifikasi materi dan pertanyaan sesuai indikator pembelajaran. Misalnya permainan monopoli.(4) Permainan monopoli adalah salah satu jenis permainan papan yang terkenal di dunia. Maka perlu adanya inovasi dari permainan monopoli sebagai media pendidikan kesehatan untuk pencegahan anemia pada remaja putri.(10)

Media atau alat peraga sangat membantu sasaran didik dalam menerima informasi berdasarkan kemampuan penangkapan pancaindera. Semakin banyak indera yang digunakan semakin baik penerimaan sasaran didik terhadap pesan/materi pendidikan/penyuluhan kesehatan yang diperoleh karena salah satu indikator keberhasilan penyuluhan adalah terjadinya penambahan atau peningkatan pengetahuan yang mendukung terjadinya perubahan perilaku yang lebih baik. (10)

Keunggulan pendidikan kesehatan yang diberikan melalui permainan (game) yaitu Permainan menumbuhkan kegembiraan dan tidak melelahkan dalam belajar, ada kompetisi dan ingin menang yang dirasakan oleh para peserta, dapat menggunakan alat-alat yang mudah ditemukan di daerah setempat, murah, dan gampang digunakan, dan ganjaran bagi pemenang dirasakan secara langsung serta penilaian bersama oleh pengamat dan pemain.(9)

Upaya penanggulangan masalah anemia pada remaja putri mengutamakan kegiatan promotif dan preventif dengan meningkatkan konsumsi makanan kaya zat besi, meningkatkan suplementasi zat besi, dan meningkatkan fortifikasi zat besi dan asam folat pada bahan makanan. Selain itu, Dinas Kesehatan, Puskesmas, dan instansi terkait dapat bekerjasama dengan sekolah untuk memasukkan menu pemeriksaan Hb berkala pada pemeriksaan kesehatan rutin, seperti pemeriksaan kesehatan anak sekolah. Sehingga dapat meningkatkan sosialisasi mengenai tablet zat besi, anemia.

Penelitian (11) menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan remaja putri mengenai manfaat, efek samping, alasan, dan cara mengonsumsi tablet zat besi, maka semakin besar kemungkinan mereka mengubah perilaku terhadap mengonsumsi tablet zat besi.(1) Menurut Sawka (2012) dalam (9) pengalaman yang melibatkan penglihatan, sentuhan, rasa atau gerakan umumnya sangat jelas dalam memori kita, dan jika menyangkut lebih dari satu indera atau pengalaman akan menjadi lebih mudah diingat. Media permainan yang digunakan sebagai bahan untuk merubah perilaku memberikan kesempatan kepada remaja untuk mempraktekan dan mendapatkan bermacam-macam konsep serta pengertian yang tidak terhitung banyaknya. Media pembelajaran dengan permainan dapat merangsang untuk belajar sesuatu yang baru dan memberikan pengalaman yang menyenangkan kepada remaja.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa:

- a) senam bersama, sarapan pagi bersama, pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb), minum TTD bersama, memberikan kuesioner prestes
- b) pendidikan kesehatan, melakukan edukasi tentang anemia pada remaja putri dengan menggunakan game monopoly anemia (GEMOMIA), yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri di SMAN 01 Muaro Jambi.
- c) Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan memberikan kuesioner *post-test*.

METODE PENDEKATAN

1. Pendekatan dibangun dengan komunikasi dengan SMAN 01 Muaro Jambi.
2. Koordinasi dengan kepala Sekolah SMAN 01 Muaro Jambi.
3. Merencanakan jadwal kegiatan penyuluhan dengan kelompok sasaran remaja putri
4. Melakukan kegiatan evaluasi sebelum dan sesudah penyuluhan.

PROSEDUR KEGIATAN

a. **Persiapan.** Pada tahap persiapan ini dilakukan untuk menginventarisasi dan advokasi pada kepala sekolah dan Puskesmas Sungai Duren.

1. Persiapan Awal



Gambar 1. Advokasi Kepada Kepala Sekolah



Gambar 2. Advokasi Puskesmas Sungai Duren

2. Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 3. Pembukaan Kegiatan



Gambar 4. Edukasi media Gemomia



Gambar 5. Senam Bersama

HASIL KEGIATAN

1. Pengendalian Stunting Melalui Game Edukasi Monopoli Anemia (Gemomia) Pada Remaja Putri.

Tabel 1. Rata-rata Nilai Pengetahuan Pre-Test dan Post-Test Pengendalian Stunting Melalui Game Edukasi Monopoli Anemia (Gemomia) Pada Remaja Putri

Variabel	Perlakuan		Mean	SD	Min – Max	Selisih
Pengetahuan Remaja	Pengendalian Stunting Melalui Game Edukasi Monopoli Anemia (Gemomia) Pada Remaja Putri	Pre-test	6,41	1,083	4 – 8	1,48
		Post-test	7,89	1,755	4 – 10	

Sumber: Data Primer terolah tahun 2024

Berdasarkan tabel menunjukkan bahwa diperoleh nilai *mean* yang berbeda antara pengetahuan remaja kondisi *pre-test* pengetahuan remaja kondisi *post-test*. Hasil menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi mengalami peningkatan sebanyak 1,48 point. Dengan rerata sebelum intervensi sebanyak 6,41 point dan sesudah intervensi sebanyak 7,89 poin.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan (*Post Test*) test Pengendalian Stunting Melalui Game Edukasi Monopoli Anemia (Gemomia) Pada Remaja Putri

Tingkat Pengetahuan	<i>Post-Test</i>	
	Frekuensi	Persentase (%)
Meningkat	73	73
Tetap	14	14
Menurun	13	13
Total	100	100

Sumber: Data Primer terolah tahun 2024

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 100 responden setelah diberikan edukasi terdapat 73 (73%) responden yang meningkat pengetahuannya, 14 (14%) responden yang tetap pengetahuannya dan 13 (13%) responden yang menurun pengetahuannya.

Tabel 3. Hasil perbandingan tingkat pengetahuan Pengendalian Stunting Melalui Game Edukasi Monopoli Anemia (Gemomia) Pada Remaja Putri

Tingkat Pengetahuan	Nilai Z	Nilai p
Post-Test	-7,131	0,000

Sumber: Data Primer terolah tahun 2024

Berdasarkan tabel 3 dengan uji analisis dengan *Wilcoxon T-Test* pada responden *Pre-test* dan *Post-Test* hasil pengujian data menunjukkan nilai $p = 0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan secara statistik terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Mengingat masih tingginya prevalensi anemia pada remaja putri, untuk itu diharapkan agar promosi kesehatan terus dilakukan untuk mengoptimalkan penurunan kejadian anemia. Dalam upaya promosi kesehatan sebaiknya petugas kesehatan menggunakan berbagai macam metode yang bervariasi yang disesuaikan dengan sasaran agar dapat menarik minat masyarakat

sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik, salah satunya menggunakan metode monopoly simulation yang bisa dimanfaatkan dalam proses pembelajaran di kelas maupun di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Safitri T, Mukodri DML, Rahmadona R, Siregar NSA. Game Edukasi Monopoli Anemia (GEMA) sebagai Media Penyuluhan tentang Anemia di Posyandu Remaja Fresh. Segantang Lada : Jurnal Pengabdian Kesehatan. 2023;1(1):21–6.
2. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indo-nesia. Pusdatin.Kemenkes.Go.Id. 2021. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
3. Tim Riskesdas 2018. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. Lembaga Penerbit Balitbangkes. 2018. p. hal 156.
4. Kemenkes. Salam Sehat ! Semoga fakta yang disajikan dalam buku ini , bermanfaat untuk perbaikan perencanaan pembangunan kesehatan. Laporan Riskesdas Nasional 2018. 2018;120.
5. Ramdany R. Edukasi Anemia Berbasis Monopoly Simulation pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Kota Sorong. Jurnal Abdidas. 2021;2(2):280–6.
6. McCloskey DJ, McDonald MA, Cook J, Roberts SH, Updegrave S, Sampson D, et al.Evaluation of Community-Based Interventions for Non-Communicable Diseases: Experiences from India and Indonesiaia.2015(12); 218–227.
7. Linawati E, Suhartini T, ... the Effect of Health Education Using Audio Visual Methods on Anemia Prevention Efforts in Adolescent Girls Ages 15-17 Years At Jurnal Ilmiah Obsgin 2023;000.
8. Nurrahman NH, Anugrah DS, Adelita AP, Sutisna AN. Faktor dan Dampak Anemia pada Anak-Anak , Remaja , dan Ibu Hamil. 2020;
9. Neny San Agustina Siregar, Mardiah M, Dewi Mey Lestanti Mukodri, Rita Ridayani, Wahyu Eni Setyohari. Game Edukasi Monopoli Anemia (Gema) Sebagai Media Inovasi Health Education Yang Dapat Mempengaruhi Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia. 2022;2(2):104–13.
10. Surip. Jurnal abdidas. Jurnal Abdidas. 2020;1(3):149–56.
11. Kavle JA, Landry M. Addressing barriers to maternal nutrition in low- and middle-income countries: A review of the evidence and programme implications. Maternal and Child Nutrition. 2018;14(1):1–35.