

SKRINING ANEMIA DEFISIENSI BESI, PEMBERIAN TABLET FE DAN PENGENALAN BAHAN BAKU MAKANAN TINGGI BESI KEPADA MASYARAKAT DI DESA MUARA JAMBI, KECAMATAN MARO SEBO, KABUPATEN MUARO JAMBI

Wahyu Indah Dewi Aurora, Hubaybah, Meinarisa, Hasna Dewi, Siti Raudhah

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Corresponding author email : auroradr@unja.ac.id

ABSTRACT

Introduction: Anemia is a condition characterized by a reduced concentration of hemoglobin in the blood. There are various causes of anemia, both physiological due to pregnancy or high activity, as well as the result of pathological Mild to moderate anemia rarely causes symptoms so it is considered that there are no problems in the body. Anemia is a problem that occurs almost all over the world. The global prevalence of anemia in 2019 was 22.8%, with the highest prevalence in children under five years of age 39.7%.

Method: This activity has been carried out on July 27, 2021. The location of the activity will be in Muara Jambi Village, Maro Sebo District, Muaro Jambi Regency. The method of activity is anemia screening, by gathering the community with the application of health protocols, conducting anemia screening by checking hemoglobin levels for free for the community, giving iron tablets to the community and introducing raw materials for high-iron foods to the community in the form of leaflets, counseling and discussion groups.

Results and Discussion: The age of participants in this service is 18 participants who are less than 40 years old, and 12 participants who are more than 41 years old. After the Hemoglobin examination, the average participants had normal Hemoglobin with a value of more than 11 mg/dL. But there were 3 participants who had HB below 11 mg/dL. These 3 participants are at risk for iron deficiency anemia

Conclusion: The implementation of this service was welcomed by the village government and the local community. This service is one solution that wants to be given to the community, regarding the problem of anemia that has been happening so far. From the screening results, the majority of the population's HB was normal. It is hoped that this research can increase public knowledge about raw materials for high-iron foods and the prevention of anemia, especially in pregnant women, children and other communities.

Keywords: Iron Deficiency Anemia, High Iron Food Ingredients

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia adalah kondisi yang ditandai dengan berkurangnya konsentrasi hemoglobin di dalam darah. Penyebab anemia ada bermacam-macam, baik bersifat fisiologis akibat kehamilan atau aktifitas yang tinggi, maupun akibat dari patologis Anemia ringan hingga sedang jarang menimbulkan gejala sehingga dianggap tidak ada masalah di dalam tubuhnya. Anemia merupakan permasalahan yang terjadi hampir di seluruh dunia. Prevalensi Anemia secara global pada tahun 2019 adalah 22,8%, dengan prevalensi tertinggi pada anak di bawah lima tahun 39,7%.

Metode: Kegiatan ini telah dilaksanakan pada tanggal 27 Juli 2021. Lokasi kegiatan akan dilakukan di Desa Muara Jambi, Kecamatan Maro Sebo, Kabupaten Muaro Jambi. Metode kegiatannya adalah skrining anemia, dengan mengumpulkan masyarakat dengan penerapan protocol kesehatan, melakukan skrining anemia dengan pemeriksaan kadar hemoglobin gratis bagi masyarakat, pemberian tablet besi kepada masyarakat dan

mengenalkan bahan baku makanan tinggi besi kepada masyarakat dalam bentuk leaflet, penyuluhan dan grup diskusi.

Hasil dan Pembahasan: Usia peserta pada pengabdian ini di mana peserta yang berusia kurang dari 40 tahun ada 18 peserta, dan peserta yang lebih dari 41 tahun ada 12 orang. Setelah dilakukan pemeriksaan Hemoglobin, rata-rata peserta memiliki Hemoglobin yang normal dengan nilai lebih dari 11 mg/dL. Tetapi ada 3 peserta yang memiliki HB di bawah 11 mg/dL. 3 peserta ini memiliki risiko untuk terjadi anemia defisiensi besi

Kesimpulan: Pelaksanaan pengabdian ini disambut baik oleh pemerintah desa dan masyarakat setempat. Pengabdian ini adalah salah satu solusi yang ingin diberikan kepada masyarakat, tentang permasalahan anemia yang selama ini terjadi. Dari hasil skrining didapatkan HB masyarakat mayoritas normal. Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahan baku makanan tinggi zat besi dan pencegahan terjadinya anemia terutama pada wanita hamil, anak-anak dan masyarakat lainnya.

Kata Kunci: Anemia Defisiensi Besi, Bahan Makanan Tinggi Besi

PENDAHULUAN

Anemia adalah kondisi yang ditandai dengan berkurangnya konsentrasi hemoglobin di dalam darah¹. Penyebab anemia ada bermacam-macam, baik bersifat fisiologis akibat kehamilan atau aktifitas yang tinggi, maupun akibat dari patologis. Anemia ringan hingga sedang jarang menimbulkan gejala sehingga dianggap tidak ada masalah di dalam tubuhnya. Anemia merupakan permasalahan yang terjadi hampir di seluruh dunia. Prevalensi Anemia secara global pada tahun 2019 adalah 22,8%, dengan prevalensi tertinggi pada anak di bawah lima tahun 39,7%². Di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 menyebutkan prevalensi anemia di Indonesia yaitu 48,9% dengan proporsi anemia terbanyak adalah kelompok umur 15-24 dan 25-34 tahun³. Tingginya angka kejadian anemia menjadi fokus penting demi meningkatkan derajat kesehatan di masyarakat.

Badan Kesehatan Dunia WHO memprediksi bahwa penyebab terbesar dari Anemia adalah akibat dari defisiensi zat besi. Kekurangan besi akan menyebabkan kadar

hemoglobin dan kemampuan membawa oksigen oleh darah menjadi menurun¹. Kondisi ini jika terus menerus terjadi akan menimbulkan gejala sistemik yang akan mengganggu kesehatan. Gejala yang ditimbulkan oleh anemia berat adalah seperti kelelahan, takipneu, napas yang pendek saat beraktifitas, peningkatan denyut jantung, pelebaran pembuluh darah bahkan dapat menyebabkan kegagalan pada jantung⁴. Dengan demikian, anemia defisiensi besi yang berlangsung lama akan mengganggu kesehatan dan produktifitas harian, pada ibu hamil akan memberikan efek tidak baik ke janin, pada anak akan merusak konsentrasi dalam belajar dan aktifitas fisik anak, pada orang yang lebih dewasa akan mengurangi produktifitas harian.

Ada banyak faktor-faktor yang berperan dalam terjadinya kekurangan besi di dalam tubuh, yaitu seperti kebutuhan yang meningkat, terutama pada masa pertumbuhan pada anak umur 1 tahun pertama hingga masa anak-anak yang membutuhkan nutrisi penting dalam fase perkembangan. Kebutuhan pada masa remaja terutama remaja putri pada saat terjadinya menstruasi, dan juga pada saat

hamil di mana ibu harus memiliki konsentrasi besi yang tinggi untuk mengirim oksigen dan nutrient lain ke janinnya⁵.

Faktor lainnya adalah kekurangan asupan dalam makanan. Sebenarnya di alam memiliki berbagai jenis bahan baku makanan yang memiliki kadar besi yang tinggi. Bahan baku makanan tinggi zat besi seperti sayuran hijau, bayam, kacang kedelai, daging merah, kacang hijau, jambu biji, dll⁶. Tetapi seringkali minimnya informasi dan pengelolaan yang salah terhadap bahan baku tersebut membuat kurangnya optimalisasi dari masyarakat untuk memanfaatkan makanan tersebut untuk mencukupi kekurangan intake zat besi di lingkup keluarga.

Desa Muaro Jambi yang merupakan salah satu wilayah kerja Puskesmas Jambi Kecil adalah salah satu Desa Laboratorium Terpadu dari Universitas Jambi dengan unggulan adanya pembinaan dan pemberdayaan masyarakat. Puskesmas Jambi kecil juga salah satu Puskesmas di Kabupaten Muaro Jambi dengan area geographical dikelilingi oleh hutan dan area perkebunan yang memiliki berbagai jenis tanaman yang dapat digunakan dan diolah untuk mendapatkan zat besi. Salah satu program yang menjadi perhatian penting bagi Puskesmas adalah pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) yang berfokus pada ibu hamil yang datang berkunjung ke Puskesmas . Program ini adalah wujud komitmen dari Puskesmas Jambi Kecil dalam penanggulangan anemia defisiensi besi. Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang akan dilakukan ini bertujuan untuk membantu mitra dalam penanggulangan anemia dengan cara melakukan skrining , pemberian tablet besi dan

juga adanya pengenalan bahan baku makanan tinggi besi kepada masyarakat.

Setelah dilakukan survei awal di Puskesmas Jambi Kecil, kecamatan Maro Sebo Kabupaten Muaro Jambi, didapatkan bahwa salah satu program yang tengah dikembangkan adalah dalam penanggulangan kejadian anemia defisiensi besi pada masyarakat. Fokus program tersebut baru pada ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas, belum merata ke seluruh lapisan masyarakat. Juga belum ada data mengenai kasus anemia dan belum pernah melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dan penyuluhan terkait anemia di wilayah Kerja Puskesmas. Salah satunya adalah Desa Muara Jambi, Kecamatan Maro Sebo, Kabupaten Muaro Jambi. Dari data yang didapatkan dari Puskesmas, Pemeriksaan Hemoglobin Pada ibu hamil hanya 218 orang pertahun atau 36,52%, sedangkan target yang ingin di capai adalah 75%. Sedangkan untuk pemeriksaan Hemoglobin pada masyarakat secara umum, jarang dilakukan dan dilakukan jika ada indikasi saja. Pemberian tablet Fe dilakukan pada Ibu Hamil di Puskesmas Muaro Jambi, dengan capaian 449 orang pertahun, tetapi tidak didapatkan data dilakukan pemeberian Tablet Fe pada risiko lain seperti remaja ataupun wanita usia subur.

METODE

Kegiatan ini dilakukan dengan metode skrining anemia, dengan mengumpulkan masyarakat dengan penerapan protokol kesehatan, melakukan skrining anemia dengan pemeriksaan kadar hemoglobin gratis bagi masyarakat, pemberian tablet besi kepada masyarakat dan mengenalkan bahan baku makanan tinggi besi kepada masyarakat dalam

bentuk pemberian leaflet, penyuluhan dan grup diskusi.

Output yang diharapkan dari kegiatan ini adalah Adanya data Anemia yang didapat melalui skrining Pemeriksaan Hemoglobin, adanya peningkatan cakupan pemberian tablet Fe kepada masyarakat, meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahan baku makanan tinggi besi yang dapat diolah dan dikonsumsi dalam keluarga

HASIL

Kegiatan pengabdian ini telah dilaksanakan pada tanggal 27 Juli 2021. Lokasi kegiatan akan dilakukan di Desa Muara Jambi, Kecamatan Maro Sebo, Kabupaten Muaro Jambi. Metode kegiatannya adalah skrining anemia, dengan mengumpulkan masyarakat dengan penerapan protocol Kesehatan dengan jumlah masyarakat yang hadir sebanyak 30 orang. Kegiatan diawali dengan melakukan skrining anemia dengan pemeriksaan kadar hemoglobin gratis bagi masyarakat. Adapun hasil skrining tersebut bisa dilihat pada Tabel 1.1 dan Tabel 1.2.

Tabel 1.1 Kategori Usia peserta

No	Variabel	Jumlah
1.	Usia < 40 tahun	18
2.	Usia > 41 tahun	12

Dari hasil tersebut terlihat bahwa usia peserta pada pengabdian ini di mana peserta yang berusia kurang dari 40 tahun ada 18 peserta, dan peserta yang lebih dari 41 tahun ada 12 orang. Setelah dilakukan pemeriksaan Hemoglobin, rata-rata peserta memiliki

Hemoglobin yang normal dengan nilai lebih dari 11 mg/dL. Tetapi ada 3 peserta yang memiliki HB di bawah 11 mg/dL. 3 peserta ini memiliki risiko untuk terjadi anemia defisiensi besi.

Tabel 1.2 Kategori Hemoglobin Peserta

No	Variabel	Jumlah
1.	HB Normal > 11 mg/dL	27
2.	HB Rendah < 11 mg/dL	3

Setelah dilakukan skrining pemeriksaan hemoglobin, peserta diberikan pengenalan terhadap makanan tinggi zat besi yang dapat dikonsumsi sehari-hari. Pengenalan dalam bentuk pemberian leaflet kepada masyarakat, memberikan penyuluhan dan dilakukan diskusi dengan masyarakat setempat. Masyarakat juga diberikan vitamin dan zat besi tambahan yang dapat dikonsumsi untuk mencegah terjadinya anemia defisiensi besi. Dengan dilakukan kegiatan pengabdian ini dapat memberikan informasi tambahan kepada perangkat puskesmas dan desa tentang hasil skrining anemia yang dilakukan dan memberikan informasi tambahan yang bisa dimanfaatkan oleh masyarakat.

KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian ini disambut baik oleh pemerintah desa dan masyarakat setempat. Pengabdian ini adalah salah satu solusi yang ingin diberikan kepada masyarakat, tentang permasalahan anemia yang selama ini terjadi. Dari hasil skrining didapatkan HB masyarakat mayoritas normal. Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan

masyarakat tentang bahan baku makanan tinggi zat besi dan pencegahan terjadinya

anemia terutama pada wanita hamil, anak-anak dan masyarakat lainnya.

Daftar Pustaka

1. Schwartz E. Iron deficiency anemia. In: Behrman RE, Kliegman RM, Jenson HB, Stanton BF, penyunting. Nelson textbook of pediatrics. Edisi ke-18. Philadelphia: Saunders; 2007. hal.1469- 71.S
2. Gardner, W., & Kassebaum, N. (2020). Global, Regional, and National Prevalence of Anemia and Its Causes in 204 Countries and Territories, 1990–2019. *Current Developments in Nutrition*, 4(Supplement_2), 830-830.
3. Kemenkes RI, (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta
4. Amalia, A., & Tjiptaningrum, A. (2016). Diagnosis dan tatalaksana anemia defisiensi besi. *Jurnal Majority*, 5(5), 166-169.
5. Raspati H, Reniarti L, Susanah S. Anemia defisiensi besi. Dalam: Permono HB, Sutaryo, Ugrasena IDG, Windiastuti E, Abdul salam M, penyunting. Buku ajar hematologi Onkologi Anak. Jakarta:BPIDAI;2005.hal.30-43.
6. Rahmah, M., Fitria, M., & Sulaeman, A. (2020). GAMBARAN SIFAT ORGANOLEPTIK DAN NILAI GIZI VELVA KACANG HIJAU (*Vigna radiata*) DAN JAMBU BIJI (*Psidium guajava*) SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN KAYA ZAT BESI DAN VITAMIN C (Doctoral dissertation, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung).