
**Pelatihan Deteksi, Tatalaksana, Pencegahan Anemia
Anak Usia Sekolah Di Madrasah Ibtidaiyah Fathur Rahman Makassar**

Irmayanti^{1*}, Nurfachanti Fattah², Nadila Raudhani²

¹Departemen Ilmu Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

²Departemen Parasitologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia

*Email korespondensi: irmayantihaidir@gmail.com

Telp: +628114114933

ABSTRAK

World Health Organization (WHO) dalam *Worldwide Prevalence of Anemia* melaporkan bahwa total keseluruhan penduduk dunia yang menderita anemia adalah 1,62 miliar orang dengan prevalensi pada anak sekolah dasar 25,4% dan 305 juta anak sekolah di seluruh dunia menderita anemia. Laporan Riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa anemia defisiensi besi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat Indonesia dengan prevalensi pada anak usia 5 - 12 tahun sebesar 29% dan di Kota Makassar sebesar 37,6%. Dampak anemia bagi siswa sekolah dasar adalah dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang fisik, rendahnya daya tahan terhadap penyakit, tingkat kecerdasan yang kurang dari seharusnya, prestasi belajar/kerja dan prestasi olahraga yang rendah. Selain itu, anemia pada anak akan berdampak pada menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan baik sel tubuh maupun sel otak sehingga menimbulkan gejala muka tampak pucat, letih, lesu dan cepat lelah sehingga dapat menurunkan kebugaran dan prestasi belajar. Salah satu cara untuk memberantas anemia pada siswa sekolah dasar adalah dengan membiasakan anak-anak sarapan untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan perilaku anak di sekolah.

Kata Kunci: Anemia; sarapan; anak usia sekolah

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) in the *Worldwide Prevalence of Anemia* reports that the total world population suffering from anemia is 1.62 billion people with a prevalence of 25.4% in primary school children and 305 million school children worldwide suffering from anemia. The 2013 Basic Health Research Report (Riskesdas) shows that iron deficiency anemia is still a public health problem in Indonesia with a prevalence in children aged 5-12 years of 29% and in Makassar City of 37.6%. The impact of anemia for elementary school students is that it can cause physical growth and development disorders, low resistance to disease, lower intelligence levels than it should be, learning / work achievement and low sports performance. In addition, anemia in children will have an impact on decreasing learning ability and concentration, disrupting the growth of both body and brain cells, causing facial symptoms to appear pale, tired, lethargic and tired quickly so that it can reduce fitness and learning achievement. One of the ways to eradicate anemia in elementary school students is to familiarize children with breakfast to maintain health and improve children's behavior at school.

Keywords: Anemia; breakfast; school age children

1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) dalam *Worldwide Prevalence of Anemia* melaporkan bahwa total keseluruhan penduduk dunia yang menderita anemia adalah 1,62 miliar orang dengan prevalensi pada anak sekolah dasar 25,4% dan 305 juta anak sekolah di seluruh dunia menderita anemia.¹ Secara global prevalensi anemia pada anak usia sekolah menunjukkan angka yang tinggi yaitu 37%, di Thailand sebanyak 13,4% dan di India 85,5%, sedangkan prevalensi anemia di kalangan anak-anak di Asia mencapai 58,4%, angka ini lebih tinggi dari rata-rata di Afrika (49,8%).^{2,3}

Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan tempat tinggal didapatkan bahwa anemia di pedesaan lebih tinggi dari pada perkotaan yaitu sebesar 22,8%. Secara nasional prevalensi anemia pada anak balita sebesar 28,1% dan anak 5-12 tahun 29%. Hal ini menunjukkan angka tersebut mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (*severe public health problem*) dengan batas prevalensi anemia $\geq 40\%$.⁴

Laporan Riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa anemia defisiensi besi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat Indonesia dengan prevalensi pada anak usia 5 - 12 tahun sebesar 29% dan di Kota Makassar sebesar 37,6%.⁵ Dampak anemia bagi siswa sekolah dasar adalah dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang fisik, rendahnya daya tahan terhadap penyakit, tingkat kecerdasan yang kurang dari seharusnya, prestasi belajar/kerja dan prestasi olahraga yang rendah. Selain itu, anemia pada anak akan berdampak pada menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan baik sel tubuh maupun sel otak sehingga menimbulkan gejala muka tampak pucat, letih, lesu dan cepat lelah sehingga dapat menurunkan kebugaran dan prestasi belajar.⁶

Anemia merupakan suatu keadaan ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (Hemoglobin) tidak mencukupi untuk kebutuhan biologis tubuh.⁴ Anemia dipengaruhi oleh faktor ekstrinsik dan intrinsik. Faktor ekstrinsik yang mempengaruhi kejadian anemia, antara lain pengetahuan tentang gizi khususnya anemia, tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi, infeksi, dan kebiasaan hidup. Faktor intrinsik yang mempengaruhi kejadian anemia, antara lain kehilangan darah secara kronis, seperti pada penyakit ulkus peptikum, hemoroid, infeksi parasit (kecacingan), asupan zat besi yang kurang dan penyerapan yang tidak adekuat, peningkatan kebutuhan akan zat besi untuk pembentukan sel darah, yang berlangsung pada masa pertumbuhan bayi, masa pubertas, masa kehamilan dan menyusui.⁷

Anemia defisiensi besi dapat disebabkan oleh kurangnya asupan makanan yang mengandung zat besi dan konsumsi makanan penghambat penyerapan zat besi, serta penyakit infeksi. Selain itu, disebabkan oleh distribusi makanan yang tidak merata ke seluruh tubuh, serta pola makan yang kurang beragam turut menunjang kurangnya asupan zat besi bagi tubuh.⁸

Anemia defisiensi besi dapat juga dipengaruhi oleh kebutuhan tubuh yang meningkat, akibat mengidap penyakit kronis, kehilangan darah karena menstruasi, dan infeksi parasit (cacing). Di Indonesia, penyakit kecacingan masih merupakan masalah yang besar untuk kasus anemia defisiensi besi karena diperkirakan cacing menghisap darah 2-100 cc setiap harinya.⁹

Masyarakat Indonesia masih banyak yang belum membiasakan sarapan. Padahal dengan tidak sarapan akan berdampak buruk terhadap proses belajar di sekolah, menurunkan aktivitas fisik, dan meningkatkan risiko jajan yang tidak sehat. Melewatkan sarapan pagi menjadi isu kesehatan masyarakat di dunia. Salah satu cara untuk memberantas anemia pada siswa sekolah dasar adalah dengan membiasakan anak-anak sarapan untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan perilaku anak di sekolah. Hanya 27,7% dari orangtua siswa yang anaknya mengalami defisiensi besi menyadari bahwa sarapan dapat meningkatkan konsentrasi belajar di sekolah, sementara 22,4% dari orangtua siswa tidak tahu tentang pentingnya sarapan dan efeknya pada kesehatan anak.¹⁰

2. METODE PELAKSANAAN

2.1. Solusi dan Target Luaran

Kegiatan ini sebagai kegiatan sosial untuk memberikan pengetahuan, pelatihan dan penanganan kepada seluruh anak usia sekolah dasar, tentang anemia meliputi pengertian, gejala, tanda pengobatan dan cara pencegahannya.

2.2. Lokasi Kegiatan Pelaksanaan

Waktu pelaksanaan tanggal 26 September 2020 di Madrasah Ibtidaiyah Fatthur Rahman Makassar.

2.3. Metode Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh 2 orang dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia, 1 orang mahasiswa dan diikuti oleh 35 orang peserta, yaitu anak usia sekolah terutama kelas 4, kelas 5, dan kelas 6. Sebelum melakukan kegiatan, peserta melakukan registrasi terlebih dahulu. Kemudian peserta mengikuti presentasi dan diskusi yang dibawakan oleh dosen tentang anemia, bagaimana cara

pencegahan anemia melalui upaya kebiasaan sarapan sehingga dapat terhindar dari anemia. Pada kegiatan ini juga dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin darah pada peserta.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung selama 9 minggu terhitung sejak persiapan kegiatan hingga pembuatan laporan akhir. Program inti kegiatan yakni Pelatihan Deteksi, Tata Laksana dan Pencegahan Anemia Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Madrasah Ibtidaiyah Fatthur Rahman Makassar, yang berjarak \pm 6,4 km dari Universitas Muslim Indonesia, dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 26 September 2020.

Kegiatan ini diikuti oleh siswa siswi Sekolah Dasar Madrasah Ibtidaiyah Fatthur Rahman Makassar sebanyak 35 orang peserta yang berasal dari kelas 4, kelas 5, dan kelas 6. Peserta terlihat sangat antusias selama kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta berkenaan dengan materi yang dipresentasikan. Sebelum mengikuti materi, peserta dibagikan *leaflet* sebagai bahan bacaan pengenalan tentang anemia, kemudian peserta diberikan penjelasan tentang anemia, lalu diadakan sesi diskusi, kemudian peserta diperiksa kadar hemoglobinnya dengan cara mengambil sampel darah kapiler melalui metode POCT (*Point Of Care Testing*).

Hasil yang diperoleh setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah sebanyak >90 % anak usia sekolah dasar dapat mengetahui tentang anemia meliputi gejala, tanda, dan cara pencegahannya. Sebanyak >90 % anak usia sekolah dasar dapat menjaga perilaku sehat dengan membiasakan diri sarapan sebagai bentuk pencegahan dari anemia. Ditemukan satu anak usia sekolah dasar yang terkena anemia, dengan kadar hemoglobin 8,7 mg/dl. Anak usia sekolah dasar jika terkena anemia dapat sembuh tanpa adanya gejala sisa.

Kegiatan ditutup dengan penyerahan *goodie bag* yang berisikan susu, snack, dan alat tulis sebagai tindakan preventif dan hadiah kepada semua peserta kelas 4, kelas 5 dan kelas 6, serta penyerahan Alat Timbangan Berat Badan, Alat Ukur Tinggi Badan, Anti Septik (*Hand Sanitizer Gel*) kepada Kepala Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Fatthur Rahman Makassar.

Tabel 1. Hasil pengukuran kadar hemoglobin

NO	NAMA	KELAS	UMUR (TAHUN)	JENIS KELAMIN	BERAT BADAN (Kg)	TINGGI BADAN (Cm)	HEMOGLOBIN (g/dL)
1	HD	6	11	P	30	137,5	15
2	MJ	6	11	P	41	152	15,4
3	AR	6	11	P	37	153	14,3
4	MN	6	11	P	40	154	13,1

5	SM	6	11	P	26	139	14,8
6	MA	6	12	L	25	132	13,3
7	NV	6	10	P	25	132	13,4
8	APR	6	10	L	23	128	13
9	SR	6	12	P	31	143	12,6
10	IAN	6	11	P	35	143	13,7
11	SM	6	13	P	32	147	15,8
12	RF	6	11	L	28	144,5	13,7
13	AA	6	11	L	29	133	15,8
14	EPI	6	11	P	37	145,5	18,1
15	RS	6	11	P	29	142	13,1
16	FM	5	10	L	65	154	14,6
17	MF	4	8	L	24	131	14,5
18	DZ	4	10	L	23	134	13,7
19	SR	4	9	P	24	124	13
20	NJ	4	10	P	23	125	14,4
21	MH	6	11	P	31	141	13,8
22	MR	6	11	L	28	140,5	17,1
23	FAF	5	9	L	22	125	13,4
24	SV	5	9	P	25	129,5	13,8
25	AP	4	9	L	25	131	15,9
26	AK	4	8	L	19	118	10,3
27	ST	4	8	L	21	123	11,4
28	NS	5	9	P	20	123	13,7
29	MS	5	12	L	25	129	13,6
30	MR	4	9	L	21	124	8,7
31	KR	6	12	P	35	145	12,7
32	NA	6	12	P	35	140	12,6
33	ZF	6	11	P	29	145	13,7
34	RJ	6	11	P	32	143	12,6
35	HR	6	12	P	31	145	14,7



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pelatihan Deteksi, Tatalaksana Dan Pencegahan Anemia Anak Usia Sekolah Di Madrasah Ibtidaiyah Fathur Rahman Makassar

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari kegiatan pelatihan, tata laksana dan pencegahan anemia ini dapat disimpulkan bahwa anak usia sekolah dasar telah mengetahui tentang anemia yang meliputi pengertian, tanda, gejala, dan bagaimana cara pencegahan anemia. Mereka juga mampu berperilaku hidup sehat dengan membiasakan diri sarapan sebagai salah satu upaya untuk mencegah terjadinya anemia pada anak usia sekolah dasar.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat seperti ini alangkah baiknya jika dilaksanakan secara rutin di lokasi yang berbeda, sehingga semua anak usia sekolah dasar dapat terhindar dari anemia. Untuk selanjutnya dapat pula dilengkapi dengan memberikan kuesioner tentang sikap dan pengetahuan anak tentang anemia dan dampak dari anemia, serta melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin kembali setelah enam atau dua belas bulan kemudian.

Ucapan Terima Kasih

Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia, Ketua LPMD-UMI yang telah memberikan bantuan dana kepada kami, Kepala Sekolah Madrasah Ibtidaiyah Fatthur Rahman Makassar yang telah memberikan ijin kepada kami untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini, dan semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu namanya yang telah membantu terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. *Worldwide prevalence of anemia 1993 – 2005*, WHO *global database on anaemia*. Geneva: WHO *library cataloguing-in-publication data*; 2008.
2. Arisman. *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2010.
3. Khomsan. *Ekologi masalah gizi, pangan dan kemiskinan*. Bandung: Alfabeta; 2012.
4. Riskesdas. *Riset kesehatan dasar*. Jakarta. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2013.
6. Nirmala D. *Gizi anak sekolah*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas; 2012.
7. Dewi M, Sutiari K, Wulandari L. Status anemia gizi besi dan konsumsi zat gizi pada anak usia sekolah di lima panti asuhan di kota denpasar. *Arc. Com. Health*; 2012.
8. Cakrawati D, Mustika NH. *Bahan pangan gizi dan kesehatan*. Bandung: Alfabeta; 2012.
9. Proverawati A, Misaroh. *Manarcho*. Yogyakarta: Muha Medika; 2009.
10. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman gizi seimbang*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA; 2014.