

PEMERIKSAAN HEMOGLOBIN PADA SANTRI PONDOK PESANTREN TAHFIZHUL QUR'AN AL-IMAM ASHIM

¹Desyani Ariza, ²Amirah, ³Arlitha Dekayana, ⁴Andi Maya Kesrianti, Nurhilalayah1, ⁵Rifky Saldi A. Wahid

^{1,2,3,4}Prodi D-IV Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky, Makassar, Indonesia

⁵Prodi Farmasi, Universitas Muhammadiyah Makassar, Makassar, Indonesia

E-mail : desyaniariza@yahoo.co.id

Abstrak

Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia tergolong cukup tinggi, yaitu sebesar 32 % (Riskesdas, 2018). Oleh karena itu, penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja menjadi masalah kesehatan yang difokuskan oleh pemerintah.. Kondisi kekurangan gizi berupa zat besi merupakan salah satu penyebab utama anemia. Hal itu disebabkan oleh gaya hidup dari remaja diantaranya kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal khususnya sumber zat besi, kebiasaan minum teh serta kopi saat makan, dan kurangnya aktifitas fisik. Data World Health Organization (WHO) tahun 2011 menunjukkan bahwa 273,2 juta anak mengalami anemia serta sebanyak 9,6 juta mengalami anemia berat dan kadar hemoglobin di bawah nilai rata-rata. Efek dari gejala anemia ini dapat menyebabkan anak menjadi lemah lesu serta tidak ada semangat untuk beraktivitas. Bahkan anemia ini bisa menyebabkan masalah pada tumbuh kembang anak jika tidak segera ditangani dengan baik. Tujuan dilakukan pemeriksaan Hemoglobin (Hb) pada para santri pondok adalah untuk memberikan informasi mengenai kadar Hemoglobin dan pentingnya pemeriksaan Hemoglobin untuk mendeteksi dini gejala anemia pada anak ataupun remaja. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Aula Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an Al-Imam Ashim pada hari Kamis, 16 Januari 2025 pada pukul 09.00 WITA-selesai. Peserta dalam kegiatan ini adalah para santri Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an Al-Imam Ashim. Kegiatan dimulai dengan memberikan edukasi terkait pentingnya zat besi untuk pencegahan anemia dan dilanjutkan pemeriksaan hemoglobin yang diikuti oleh 30 santri. Hasil yang diperoleh dari pemeriksaan terdapat 2 santri dengan Hb rendah dibawah <12 gr/dl (Nilai Hb 11,6 dan 10,3) dan 28 santri lainnya memiliki kadar Hb normal diatas >12 gr/dl. Hasil pemeriksaan menandakan para santri pondok mayoritas masih memiliki kadar Hb yang normal.

Kata Kunci: Hemoglobin, anemia, remaja

***Corresponding Author:**

Desyani Ariza,

Prodi D-IV Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky

Jl. Antang Raya, Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90234

Email: desyaniariza@yahoo.co.id

1. PENDAHULUAN

Saat ini, terdapat empat masalah gizi utama yang dihadapi remaja di Indonesia, yakni Kekurangan Energi Protein (KEP), Anemia Gizi Besi (AGB), Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKI), dan Kekurangan Vitamin A (KVA). Di antara masalah-masalah tersebut, Anemia Gizi Besi (AGB) merupakan yang paling umum terjadi di kalangan remaja (Harahap, 2018). Prevalensi anemia di Indonesia mencapai angka yang cukup tinggi, yaitu 32% (Riskesdas, 2018). Oleh karena itu, pemerintah memfokuskan perhatian pada upaya penanggulangan dan pencegahan anemia di kalangan remaja. Kekurangan zat besi menjadi salah satu penyebab utama terjadinya anemia.

Anemia sendiri diartikan sebagai keadaan di mana kadar Hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah nilai normal untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin. Pada wanita remaja, Hb normal berkisar antara 12-15 g/dl, sedangkan pada pria remaja berada pada rentang 13-17 g/dl (Tahji, 2022). Secara global, jumlah penderita anemia mencapai 1,62 miliar orang, dengan prevalensi pada anak sekolah sebesar 25,4%, yang berarti ada sekitar 305 juta anak sekolah di seluruh dunia yang mengalami anemia (Yumni dkk, 2021). Menurut data Riskesdas 2018, proporsi anemia pada perempuan mencapai 27,2%, lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki yang hanya 20,3%. Pada tahun 2017, prevalensi anemia di Sulawesi Selatan tercatat sebesar 13,4%. Di sisi lain, Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan melaporkan bahwa jumlah remaja putri yang mengalami anemia mencapai 33,7% (Profil Kesehatan Sulawesi Selatan 2018).

Kejadian anemia tidak dapat dipisahkan dari berbagai masalah

kesehatan lainnya dan dampaknya dianggap sebagai isu yang sangat serius bagi kesehatan masyarakat (Erawati, 2020). Anemia memiliki konsekuensi yang signifikan bagi remaja, di antaranya adalah penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, serta kebugaran. Pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan anemia, karena makanan memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan tubuh melalui kandungan zat gizi yang ada di dalamnya (Rosanti et al., 2022). Sumber makanan yang kaya zat besi, seperti tempe, kentang, kacang kedelai, dan hati, sangat penting untuk dikonsumsi. Sebaliknya, makanan yang menghambat penyerapan zat besi, seperti teh, coklat, dan produk olahan gandum, perlu dihindari (Dwi Ramadhanti et al., 2021).

Tujuan dilakukan pemeriksaan Hemoglobin (Hb) pada para santri pondok adalah untuk memberikan informasi mengenai kadar Hemoglobin dan pentingnya pemeriksaan Hemoglobin untuk mendeteksi dini gejala anemia pada remaja.

2. METODE PENGABDIAN

Metode Pelaksanaan Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan diawali penyuluhan edukasi tentang bahaya anemia. Kemudian dilakukan pemeriksaan Hemoglobin kepada para santri pondok yang berlangsung di Aula Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an Al-Imam Ashim, Makassar, Sulawesi Selatan. Peserta pada kegiatan ini adalah para santri pondok yang berasal dari berbagai daerah diseluruh Indonesia. Umur peserta kegiatan berkisar 14-16 tahun. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada Kamis, 16 Januari 2025 pada pukul 09.00 WITA-selesai. Penyuluhan yang dilakukan berupa edukasi pengenalan tentang anemia,

**Corresponding Author:*

Desyani Ariza,

Prodi D-IV Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky

Jl. Antang Raya, Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90234

Email: desyaniariza@yahoo.co.id

pengecehan dan pemeriksaan Hemoglobin untuk mengetahui keadaan anemia atau tidak. Alat yang digunakan selama kegiatan yaitu ada LCD Proyektor dan Powerpoint untuk menyampaikan edukasi dan alat POCT pemeriksaan Hemoglobin. Peserta yang akan dilakukan pemeriksaan Hemoglobin terlebih dahulu dilakukan desinfeksi di area yang akan diambil darahnya menggunakan lancet sekali pakai. Kemudian specimen darah tersebut dimasukkan ke strip dan diteruskan ke alat. Otomatis hasil Hemoglobin akan keluar berupa angka dan dicatat di kartu pemeriksaan peserta.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berlangsung di Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an Al-Imam Ashim berlangsung dengan lancar dan para peserta sangat antusias terhadap kegiatan penyuluhan serta pemeriksaan yang dilakukan oleh para Dosen D-IV Teknologi Laboratorium Medis Universitas MegaRezky Makassar.

Tabel 1. Karakteristik umum dan Hasil pemeriksaan Hb

Karakteristik	Kriteria	N=30	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	30	100
	Perempuan	0	0
Umur	14 tahun	7	23,3
	15 tahun	16	53,4
	16 tahun	7	23,3
Hasil Pemeriksaan Hemoglobin	≤ 12 g/dL (Rendah)	2	6,7
	12-17,20 g/dL		
	(Normal)	28	93,3

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat melalui Pemeriksaan Hemoglobin ini dilakukan pertama-tama dengan memberikan edukasi mengenai

anemia, pencegahan dan pemeriksaannya. Kemudian dilakukan pemeriksaan Hemoglobin kepada 30 santri yang rentang umurnya dari 14-16 tahun. Untuk kategori jenis kelamin pada kegiatan ini semua diikuti oleh santri laki-laki yang berjumlah 30 orang. Santri dengan umur 14 tahun sebanyak 7 orang (23,3%), umur 15 tahun sebanyak 16 orang (53,4%), dan umur 16 tahun sebanyak 7 orang (23,3%).

Pemeriksaan dilakukan dengan mengambil sedikit darah lewat pembuluh darah kapiler diujung jari kemudian spesimen darah tersebut diperiksa pada alat POCT Hemoglobin. Hasil untuk Hemoglobin dari WHO Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin untuk Anak Usia Remaja yaitu > 12 g/dL. Diperoleh dari hasil pemeriksaan selama kegiatan pengabdian berlangsung terdapat 2 santri dengan kadar Hb ≤ 12 g/dL (6,7%) yang masuk dalam kategori Hb rendah dan 28 santri lainnya memiliki kadar Hb normal (93,3%). Hasil pemeriksaan menandakan para santri pondok mayoritas masih memiliki kadar Hb yang normal.

Menurut penelitian Sri Wulandari Rahman, dkk pada judul artikel "Factors Related to The Incidence of Anemia in Adolescents" yang diterbitkan dalam jurnal "Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas" tahun 2023 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan dengan kejadian anemia pada remaja di SMPN 8 Parepare pada pola makan intake zat besi ($p=0,754$), sumber zat besi ($p=0,443$), zat pelancar ($p=0,805$), zat pelancar ($p=0,651$). Tingkat pengetahuan ($p=0,887$), menstruasi ($p=0,857$), akan tetapi ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe (0,026) dengan kejadian anemia pada remaja khususnya untuk remaja putri.

***Corresponding Author:**

Desyani Ariza,

Prodi D-IV Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky

Jl. Antang Raya, Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90234

Email: desyaniariza@yahoo.co.id

Menurut Leny Latifah dkk di Jawa Tengah tahun 2010 menemukan status pubertas tidak berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja tetapi remaja putri lebih cenderung berisiko terkena anemia saat sudah pubertas.

Perbedaan kadar hemoglobin, asupan zat besi, dan zinc sering kali muncul secara bersamaan karena setiap individu berisiko menghadapi masalah gizi yang kompleks. Berbagai faktor dapat menyebabkan kadar hemoglobin menjadi rendah, termasuk rendahnya asupan zat besi, perdarahan, infeksi yang berulang, serta rendahnya cadangan zat besi dalam tubuh. Dalam studi yang dilakukan oleh Rizky Handayani, dijelaskan bahwa perhatian terhadap asupan zat gizi makro, seperti karbohidrat, protein, dan lemak, serta mineral mikro, seperti zat besi dan zinc, sangatlah penting. Kurangnya asupan zat besi dapat mengurangi cadangan zat besi di dalam tubuh, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan kadar hemoglobin (Rizki Handayani et al. , 2023).

Belakangan ini, banyak anak-anak yang mengalami anemia, yang berdampak pada penurunan konsentrasi mereka saat belajar. Penelitian Dwi Yanti et al. (2017) menunjukkan hal yang serupa, di mana hasil analisis statistik menunjukkan bahwa kadar hemoglobin memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar anak-anak di SDN Sonoageng 6 Prambon, dengan nilai Signifikansi (p) yang relevan.

Hal ini juga berlaku pada anak dengan pemberian makanan yang tidak memenuhi angka kecukupan gizi sehingga bisa berdampak terhadap anemia.

4. DOKUMENTASI KEGIATAN



Gambar 1. Pemeriksaan Hemoglobin pada Anak

5. RENCANA TINDAK LANJUT

Kegiatan lanjutan meliputi edukasi intensif terkait pola makan bergizi seimbang, pentingnya suplementasi zat besi, serta pemeriksaan Hb berkala. Kolaborasi dengan tenaga medis dan pihak pesantren diperlukan untuk memantau kondisi santri yang memiliki Hb rendah. Selain itu, sosialisasi kepada orang tua santri juga penting untuk meningkatkan kesadaran gizi.

6. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Pondok Pesantren Tahfizhul Qur'an Al-Imam Ashim, Makassar dapat disimpulkan berjalan dengan lancar, baik, dan terjadi peningkatan pengetahuan para santri setelah pemberian edukasi dan pemeriksaan hemoglobin terkait anemia dan pencegahannya. Dengan adanya kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan ini mendukung program pemerintah dalam mencegah angka kejadian anemia pada anak.

Hasil yang diperoleh dari pemeriksaan terdapat 2 santri dengan Hb dibawah <12 gr/dl (Nilai Hb 11,6

***Corresponding Author:**

Desyani Ariza,

Prodi D-IV Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky

Jl. Antang Raya, Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90234

Email: desyaniariza@yahoo.co.id

dan 10,3) dan 46 santri lainnya memiliki kadar Hb normal diatas >12 gr/dl (dengan rerata 15,1). Hasil pemeriksaan menandakan para santri pondok mayoritas masih memiliki kadar Hb yang normal.

7. SARAN

Diperlukan intervensi lebih lanjut bagi santri dengan Hb rendah, seperti pemberian suplemen zat besi dan edukasi pola makan sehat. Selain itu, pemantauan berkala sangat dianjurkan untuk mencegah anemia berulang. Keterlibatan pesantren dan keluarga dalam mendukung asupan gizi santri akan berkontribusi pada kesehatan dan daya konsentrasi mereka.

8. DAFTAR PUSTAKA

- Dwi Ramadhanti, Suci, Priyo Sulistiyono. (2021). "Pangan Sumber, Pemacu, Dan Penghambat Zat Besi Pada Ibu Hamil Anemia." *Nutrition and Food Science Application Journal*1(1):1.
- Dwi Yanti, Irwanto, Arief Wibowo. (2017). PENGARUH KADAR Hb TERHADAP PRESTASI BELAJAR ANAK USIA SEKOLAH KELAS II-VI DI SDN SONOAGENG 6 PRAMBON NGANJUK. doi: 10.20473/ijph.v12i1.2017.97-105. Published online: 30 November 2017
- Erawati. (2020). "Pola Menses dan Anemia Pada Remaja." *Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*11(2):314-27
- Harahap, Novy Ramini. (2018). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri." *Nursing Arts*12(2):78-90. doi: 10.36741/jna.v12i2.78.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Provinsi Sulawesi Selatan (Riskesdas 2018). Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Leny Latifah, Yusi Dwi Nurcahyani, Asih Setyani. (2010). Status Pubertas dan Anemia Pada Remaja Awal. *Balai Penelitian dan Pengembangan GAKI. MGMI. Vo.1 No.3. Desember 2010. 78-119.*
- Riskesdas. (2018). Prevalensi Anemia Menurut Karakteristik. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rizki Handayani, KSri Julyani, Nur Fadilah Khalid, Nesyana Nurmadilla, Rachmat Faisal Syamsu .(2023). Perbandingan Kadar Hemoglobin pada Anak Stunting dan Non Stunting. *FAKUMI MEDICAL JOURNAL Vol.3 No.2 (Februari, 2023): E-ISSN: 2808-9146* <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj>
- Rosanti, Ayu, Catur Yulinawati, Nelli Roza, and Andi Wilda Arianggara. (2022). "Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Bulang Kota Batam." *Jurnal Info Kesehatan*12(2):509-13.
- Sri Wulandari Rahman, Usman, Fitriani Umar, Henni Kumaladewi Kengky. (2023). Factors Related to The Incidence of Anemia in Adolescents. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas* Volume 4 No 2(2023): 109-118 P-ISSN: 2745-6404, E-ISSN: 2774-2547 Published by Universitas Sultan Ageng Tirtayasa *Journal homepage: <https://ejournal.untirta.ac.id/jgkp/index>.*
- Tahji, A. T. K. , Firdausi I. , Koroy T. R. (2022). "Faktor-Faktor Yang

*Corresponding Author:

Desyani Ariza,

Prodi D-IV Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky

Jl. Antang Raya, Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90234

Email: desyaniariza@yahoo.co.id

Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut.” Jurnal Wawasan Kesehatan1(1):58–71

WHO. (2021). Methodology for the 2021 edition of the WHO global anaemia estimates.

Yumni, Dhiya, Yumnaini Yumnaini, and Dewi Dewi. (2021). “Literatur Review: Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Anak Usia Sekolah.” NASUWAKES: Jurnal Kesehatan Ilmiah 14(1):28–34.

***Corresponding Author:**

Desyani Ariza,

Prodi D-IV Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Megarezky

Jl. Antang Raya, Antang, Kec. Manggala, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90234

Email: desyaniariza@yahoo.co.id