

Edukasi Anemia sebagai Masalah Kesehatan Masyarakat: Determinan, Dampak, dan Strategi Penanggulangannya

Ruslin^{1*}, Nasrudin¹, Iriawati¹, Hasnawati¹, Wahyuni¹, Sahidin¹, Ari Sartinah¹, Suryani¹,
Loly Subhiaty Idrus¹, Rahmat Muliadi¹, Abdi Nipangeran¹, Agustina¹, Siti Rahmawati Ondjo¹
¹ Program Studi Magister Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo, Kendari, Sulawesi Tenggara,
Indonesia

*Corresponding Author: tianagustina99@gmail.com

Received : 7 Mei 2026; Revised : 9 Mei 2026; Accepted : 15 Mei 2026

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, khususnya pada kelompok perempuan usia subur dan remaja putri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi tentang penyebab, dampak, pencegahan, dan penanganan anemia kepada masyarakat Desa Waworaha, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe, Sulawesi Tenggara. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 18 April 2026 di Balai Desa Waworaha dengan melibatkan 17 peserta. Metode yang digunakan berupa penyuluhan interaktif menggunakan media flyer, brosur, dan presentasi lisan, dilanjutkan dengan sesi diskusi tanya jawab. Pemeriksaan tekanan darah dan kadar hemoglobin (Hb) juga dilakukan sebagai bagian dari skrining kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa dari 17 peserta, 5 orang (29,4%) teridentifikasi mengalami hipertensi dan 1 orang (5,9%) mengalami anemia. Mayoritas peserta adalah perempuan (82,4%) dengan rentang usia 20 hingga lebih dari 60 tahun. Kegiatan berlangsung selama satu jam dan dinilai berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang anemia serta langkah-langkah pencegahannya.

Kata Kunci: anemia, edukasi kesehatan, pengabdian masyarakat, hemoglobin, Desa Waworaha

ABSTRACT

Anemia is a significant public health problem, especially among women of childbearing age and adolescent girls. This community service activity aimed to provide education on the causes, impacts, prevention, and management of anemia to the community of Waworaha Village, Soropia District, Konawe Regency, Southeast Sulawesi. The activity was held on April 18, 2026, at the Waworaha Village Hall involving 17 participants. The method used was interactive counseling with flyers, brochures, and oral presentations, followed by a question-and-answer session. Blood pressure and hemoglobin (Hb) level checks were also conducted as part of health screening. Results showed that of the 17 participants, 5 (29.4%) were identified with hypertension and 1 (5.9%) had anemia. The majority of participants were female (82.4%) aged between 20 and over 60 years. The activity lasted one hour and was considered successful in improving community knowledge about anemia and its prevention strategies.

Keywords: anemia, health education, community service, hemoglobin, Waworaha Village

LATAR BELAKANG

Anemia merupakan kondisi berkurangnya jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) dalam darah di bawah batas normal. Menurut World Health Organization (WHO, 2017), anemia ditetapkan bila kadar Hb kurang dari 12 g/dL pada wanita dan kurang dari 13 g/dL pada laki-laki. Hemoglobin berperan penting sebagai protein pengikat oksigen; penurunan kadarnya menyebabkan distribusi oksigen ke seluruh jaringan tubuh terganggu sehingga berdampak pada penurunan fungsi fisik dan kognitif (Anggraeni dkk., 2023).

Secara global, anemia masih menjadi masalah kesehatan yang belum tertangani secara optimal. Berdasarkan data WHO (2019), prevalensi anemia pada wanita usia subur mencapai 29,9% di seluruh dunia. Di Indonesia, prevalensi anemia pada perempuan mencapai 27,2%, lebih tinggi dibandingkan laki-laki yang sebesar 20,3% (Nurhidayah dkk., 2022). Kondisi yang lebih memprihatinkan terjadi di Sulawesi Tenggara, di mana prevalensi anemia meningkat dari 33,2% pada tahun 2017 menjadi 42,1% pada tahun 2018 (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara, 2019).

Faktor penyebab anemia antara lain defisiensi zat besi, vitamin B12, asam folat, peradangan kronis, infeksi parasit, dan kelainan genetik. Pada perempuan, risiko anemia lebih tinggi karena kehilangan zat besi akibat menstruasi sebesar 30-40 mg setiap bulan, serta kebutuhan zat besi yang meningkat selama kehamilan (Permata dkk., 2023). Dampak anemia sangat luas, mulai dari penurunan imunitas, konsentrasi, dan produktivitas, hingga komplikasi kehamilan seperti berat badan lahir rendah dan kelahiran prematur (Kemenkes RI, 2024).

Masyarakat pesisir seperti di Desa Waworaha, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe kerap memiliki keterbatasan akses informasi kesehatan. Berdasarkan hasil observasi dan diskusi dengan tenaga pendidik serta pejabat setempat, masih banyak masyarakat yang belum mengetahui tentang anemia dan cara pencegahannya. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan dari tim pengabdian Program Studi Magister Farmasi Universitas Halu Oleo ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyebab, dampak, pencegahan, serta penanganan anemia.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 18 April 2026 bertempat di Balai Desa Waworaha, Kecamatan Soropia, Kabupaten

Konawe, Sulawesi Tenggara. Kegiatan merupakan bagian dari Program Pengabdian kepada Masyarakat Program Studi Magister Farmasi Universitas Halu Oleo Tahun 2026 . Peserta kegiatan adalah masyarakat Desa Waworaha yang diundang melalui koordinasi dengan kepala desa setempat. Sebanyak 17 orang berpartisipasi dalam kegiatan ini. Sebelum kegiatan inti dimulai, dilakukan registrasi peserta untuk pengumpulan data sosiodemografi meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan.

Metode pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi dua sesi utama: (1) Sesi Edukasi, berupa penyuluhan lisan disertai tayangan presentasi dan pembagian media flyer/brosur informatif tentang anemia; dan (2) Sesi Diskusi Interaktif, berupa tanya jawab antara narasumber dan peserta. Kegiatan berlangsung selama kurang lebih satu jam.

Sebagai bagian dari skrining kesehatan, dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan kadar hemoglobin (Hb) pada seluruh peserta. Pemeriksaan dilakukan oleh tim dosen dan mahasiswa yang terlatih dari Program Studi Magister Farmasi UHO. Data hasil pemeriksaan digunakan untuk mengidentifikasi proporsi peserta yang mengalami hipertensi dan anemia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Sosiodemografi Peserta

Kegiatan dihadiri oleh 17 orang peserta dengan karakteristik sosiodemografi sebagaimana disajikan pada Tabel 1. Mayoritas peserta berjenis kelamin perempuan (82,4%), sementara laki-laki hanya 17,6%. Distribusi usia peserta cukup merata dari usia 20 hingga lebih dari 60 tahun, dengan proporsi peserta berusia di atas 40 tahun mencapai 58,8%.

Tabel 1. Data Sosiodemografi Peserta Penyuluhan

Sosiodemografi	Peserta Penyuluhan	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Profil Usia		
20-29 tahun	3	17,6
30-39 tahun	4	23,5
40-49 tahun	4	23,5
50-59 tahun	4	23,5
≥60 tahun	2	11,6

Profil Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	17,6
Perempuan	14	82,4

Dominasi peserta perempuan pada kegiatan ini sejalan dengan sasaran utama program, mengingat perempuan merupakan kelompok yang paling rentan terhadap anemia, terutama akibat menstruasi dan kehamilan. Hal ini juga menggambarkan tingginya antusiasme dan kesadaran perempuan dalam mengikuti kegiatan promotif kesehatan di tingkat desa.

Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah dan Hemoglobin

Hasil pemeriksaan kesehatan peserta disajikan pada Tabel 2. Dari 17 peserta, sebanyak 5 orang (29,4%) teridentifikasi menderita hipertensi dan 12 orang (70,6%) memiliki tekanan darah normal. Sementara itu, hanya 1 orang (5,9%) yang terdiagnosis anemia berdasarkan kadar hemoglobin, sedangkan 16 orang (94,1%) memiliki kadar Hb dalam batas normal.

Tabel 2. Data Hemoglobin dan Tekanan Darah Peserta

Usia	Hipertensi	Normal (TD)	Total	Anemia	Normal (Hb)	Total
20-29	-	3	3	-	3	3
30-39	-	4	4	1	3	4
40-49	2	2	4	-	4	4
50-59	1	3	4	-	4	4
≥60	2	-	2	-	2	2
Total	5 (29,4%)	12 (70,6%)	17	1 (5,9%)	16 (94,1%)	17

Meskipun proporsi anemia pada peserta kegiatan ini tergolong rendah (5,9%), hal ini tidak dapat dijadikan tolok ukur prevalensi anemia di seluruh wilayah desa mengingat jumlah sampel yang terbatas. Temuan hipertensi yang cukup tinggi (29,4%) memperkuat perlunya program kesehatan terpadu yang mencakup pemantauan penyakit tidak menular secara bersamaan.

Pelaksanaan Edukasi Anemia

Penyuluhan mencakup materi tentang definisi anemia, nilai batas hemoglobin normal, faktor penyebab (kekurangan zat besi, vitamin B12, asam folat, penyakit kronis), gejala klinis (mudah lelah, pusing, pucat, sesak napas, jantung berdebar), dampak jangka panjang, serta upaya pencegahan dan pengobatan secara farmakologis maupun non-farmakologis, dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 1 Pembagian Leafleat

Pendekatan farmakologis yang disampaikan meliputi konsumsi suplemen zat besi (tablet Fe 60 mg, satu kali seminggu) yang dikombinasikan dengan vitamin C untuk meningkatkan penyerapan zat besi hingga empat kali lipat (Wati dkk., 2022). Pendekatan non-farmakologis mencakup peningkatan konsumsi makanan sumber zat besi seperti sayuran hijau, daging, kacang-kacangan, serta buah-buahan kaya vitamin C seperti jambu biji merah yang terbukti membantu meningkatkan kadar hemoglobin (Mei dkk., 2020).

Sesi tanya jawab berlangsung aktif, dengan beberapa peserta mengajukan pertanyaan terkait jenis makanan yang baik untuk mencegah anemia, cara konsumsi tablet Fe yang benar, serta perbedaan anemia dengan tekanan darah rendah. Antusiasme peserta mencerminkan kebutuhan nyata masyarakat akan informasi kesehatan yang mudah diakses dan dipahami.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan anemia di Desa Waworaha, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe telah terlaksana dengan baik. Sebanyak 17 peserta mengikuti kegiatan yang mencakup edukasi, pemeriksaan tekanan darah, dan skrining kadar hemoglobin. Hasil skrining menemukan 5 peserta (29,4%) mengalami hipertensi dan 1 peserta (5,9%) terdiagnosis anemia. Kegiatan ini dinilai efektif meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai anemia dari segi faktor risiko, gejala, hingga upaya pencegahan dan penanganan.

Saran

Diperlukan kegiatan serupa secara berkala untuk menjangkau lebih banyak masyarakat, terutama kelompok perempuan usia subur dan remaja putri yang paling rentan terhadap anemia. Serta perlunya program skrining kesehatan terpadu yang mencakup deteksi dini anemia dan hipertensi secara bersamaan di wilayah pesisir.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Halu Oleo atas dukungan pelaksanaan kegiatan ini, serta kepada Kepala Desa Waworaha Bapak Samsidin dan seluruh warga Desa Waworaha atas partisipasi dan kerja samanya yang luar biasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, dkk. (2023). Fungsi hemoglobin dan dampak defisiensinya terhadap kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 5(1), 12-20.
- Astuti Eka Rati. (2023). Faktor-faktor penyebab anemia pada remaja putri. *Jambura Journal of Health Science and Research*, 5(2), 550-561.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara. (2019). Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2018. Kendari: Dinas Kesehatan Prov. Sultra.
- Kemenkes RI. (2024). Buku Saku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dan Remaja Putri. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Maulina, W., Maryuni, S., & Sari, E. K. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 52-60.
- Mei, W. L., Lestari, D. P., & Wibisono. (2020). Pengaruh pemberian jus jambu biji merah dan jeruk terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. *Jurnal Menara Medika*, 2(2).
- Nurhidayah, Sumiaty, & Yuliaty. (2022). Prevalensi dan faktor risiko anemia pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 45-53.
- Permata, I. I., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(3).
- Wati, S. W., dkk. (2022). Hubungan asupan zat besi, protein, vitamin C, dan status gizi dengan kadar hemoglobin pada mahasiswi. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 5, 1367-1376.

- WHO. (2017). Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!): Guidance to Support Country Implementation. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2019). Prevalence of Anaemia in Women of Reproductive Age. Geneva: World Health Organization.
- Yurniati & Dusu, H. (2023). Perbandingan pemberian tablet Fe dengan sari kacang hijau dan vitamin C terhadap peningkatan kadar Hb. JOA: Journal Omicronadpetisi, 2(2), 39-48.