

# SOSIALISASI KESEHATAN REPRODUKSI DAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI NEGERI LUHU

Wira Yudistira<sup>1\*</sup>, Bukit Barisan Silaban<sup>2</sup>, Muhammad Amin Serawak<sup>3</sup>, Marissa Anastasia Putri Pelu<sup>4</sup>, Ayu Yusinta Benjamin<sup>5</sup>, Mike Jornida Rolobessy<sup>6</sup>  
<sup>1-6</sup>Universitas Pattimura

\* Email korespondensi: [wirayudhistiratanga201202@gmail.com](mailto:wirayudhistiratanga201202@gmail.com)

## Abstrak

Masa remaja dianggap sebagai masa ketika seseorang sangat rentan terlibat dalam perilaku berisiko khususnya dalam bidang kesehatan. Oleh karena itu, remaja memerlukan perhatian khusus melalui pemberian pendidikan kesehatan. Kurangnya pengarahan dan pendampingan dari orang tua merupakan penyebab utama masalah kesehatan reproduksi remaja putri. Selain masalah kesehatan reproduksi, anemia juga merupakan masalah kesehatan pada remaja secara global yang memengaruhi sepertiga populasi dunia yaitu sekitar 32,9% pada tahun 2010. Remaja seringkali kekurangan informasi dasar mengenai kesehatan reproduksi dan berbagai penyakit yang rentan pada usia tersebut misalnya anemia. Oleh karena itu kami melaksanakan kegiatan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi dan anemia pada masa kuliah kerja nyata (KKN) di Desa Luhu di beberapa SMP/ sederajat dan SMA/ sederajat dengan tujuan untuk pendidikan kesehatan bagi siswa/i di sekolah tersebut. Kegiatan edukasi dilakukan 1 kali pertemuan kurang lebih selama 2 jam dan berjalan dengan lancar.

**Kata kunci:** sosialisasi, kesehatan reproduksi, anemia, remaja, stunting

## Abstract

Adolescence is considered as a time when someone is very vulnerable to engage in risky behavior, especially in the health sector. Therefore, adolescents need special attention through health education. Lack of direction and guidance from parents is the main cause of reproductive health problems in adolescent girls. In addition to reproductive health problems, anemia is also a health problem in adolescents globally, affecting one third of the world's population, which is around 32.9% in 2010. Adolescents often lack basic information about reproductive health and various diseases that are susceptible at that age, such as anemia. Therefore, we carried out counseling activities on reproductive health and anemia during the real work lecture (KKN) in Luhu Village in several junior high schools/equivalent and senior high schools/equivalent with the aim of health education for students in the school. Educational activities were carried out in 1 meeting for approximately 2 hours and went smoothly.

**Keywords:** socialization, reproductive health, anemia, adolescents, stunting

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan siklus kehidupan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, mulai dari usia 10 sampai 19 tahun. Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang unik dan masa penting untuk meletakkan pengetahuan dasar tentang kesehatan yang baik. (World Health Organization 2024) Masa remaja dianggap sebagai masa ketika orang-orang sangat rentan terlibat dalam perilaku berisiko. (National Academies of Sciences Engineering and Medicine 2020) Masa ini disebut masa yang sangat rentan karena pada masa ini seseorang sedang membentuk jati diri, kepribadian dan karakternya, namun disisi lain masa remaja juga merupakan masa ketika orang-orang muda dapat memodifikasi atau mengubah jalur menuju kesehatan atau penyakit di masa dewasa. (National Academies of Sciences Engineering and Medicine 2020). (Viner, Allen, and . 2017) Pengalaman hidup awal dapat memperkuat lintasan yang baik dan buruk. Perpindahan dari sekolah dasar ke sekolah menengah, aktifitas seksual, dan masuk ke pasar tenaga kerja dapat menjadi titik kritis untuk mencegah akumulasi risiko kesehatan. (Viner, Allen, and . 2017) Oleh karena itu, remaja memerlukan perhatian khusus melalui pemberian pendidikan kesehatan. (Violita and Hadi 2019)

Kesehatan reproduksi didefinisikan sebagai keadaan sejahtera fisik, social dan mental secara utuh dalam segala aspek yang berkaitan dengan peran, fungsi proses, dan alat

reproduksi.(Rizky 2023) Masalah kesehatan reproduksi remaja putri disebabkan oleh banyak faktor misalnya tinggal di lingkungan yang beresiko seperti lingkungan dengan penggunaan narkoba tinggi, lingkungan dengan tingkat pemahaman agama yang rendah, berhubungan dengan banyak laki-laki atau mitra seks, sejak dini telah aktif secara seksual, berhubungan seksual dengan laki-laki yang lebih tua dan saat berhubungan tidak menggunakan kondom, serta paparan media cetak, televisi dan radio yang menampilkan secara bebas kegiatan seksual. Kurangnya pendampingan dan pengarahan dari orang tua merupakan penyebab utama masalah kesehatan reproduksi remaja putri.(Rahmawati et al. 2023)

Anemia didefinisikan sebagai penurunan massa sel darah merah yakni kondisi di mana kapasitas dan jumlah eritrosit atau sel darah merah untuk membawa oksigen tidak cukup dalam memenuhi semua kebutuhan fisiologis tubuh yang berbeda tergantung pada usia, ketinggian tempat tinggal, jenis kelamin ataupun kehamilan.(David Levine Susan 2019).(Rethis and Venezis 1960) Organisasi Kesehatan Dunia telah memutuskan bahwa anemia terjadi pada orang dewasa yang nilai hemoglobinnya lebih rendah dari 13 gram/dl pada pria dan 12 gram/dl pada wanita. Anak-anak usia 6 bulan sampai 6 tahun dianggap anemia pada kadar hemoglobin di bawah 11 gram/dl; dan antara 6 dan 14 tahun, di bawah 12 gram/dl.(Rethis and Venezis 1960) Anemia merupakan masalah kesehatan global yang serius yang memengaruhi sepertiga populasi dunia yakni sekitar 32,9% pada tahun 2010. WHO memperkirakan bahwa secara global 30% wanita usia 15–49 tahun dan 37% wanita hamil di seluruh dunia menderita anemia.(David levine susan 2019). Data Riskesdas menunjukkan angka kasus anemia di Indonesia pada tahun 2018 tercatat sebesar 32% pada usia 15-24 tahun dan 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia.(Aksi Bergizi : Gerakan Sehat untuk Remaja Masa Kini 2022)

Remaja seringkali kekurangan informasi dasar mengenai kesehatan reproduksi dan berbagai penyakit yang rentan pada usia tersebut misalnya anemia. Jika tidak ditangani dengan baik, masalah ini akan berdampak pada masa kehamilan sehingga berpeluang melahirkan bayi dengan berat badan rendah, terjadinya perdarahan saat persalinan dan juga melahirkan bayi stunting.(Lailiyana and Hindratni 2024) Investasi pada kesehatan dan perkembangan remaja akan memberikan dampak substansial pada pencapaian tujuan kesehatan global.(Fitria and Astuti 2023) Mengingat pentingnya pengetahuan dan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi dan anemia, pada masa pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Pattimura angkatan LI gelombang 1 tahun 2024 di Desa Luhu kami melaksanakan program kerja Penyuluhan Kesehatan Reproduksi dan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Desa Luhu Sebagai Bentuk Upaya Pencegahan Stunting.

## **2. METODE**

Metode kegiatan yang dilakukan adalah dengan memberikan edukasi kepada remaja dalam bentuk penyuluhan tentang dampak kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia pada remaja pada masa kuliah kerja nyata (KKN) di beberapa SMP dan SMA/Sederajat di Desa Luhu. Kegiatan edukasi dilakukan 1 kali pertemuan pada masing-masing sekolah selama kurang lebih 2 jam termasuk sesi tanya jawab. Pelaksanaan penyuluhan menggunakan media PPT, fasilitas laptop dan LCD Projector/infokus. Materi yang disampaikan adalah tentang anemia pada remaja putri, kesehatan reproduksi dan dampaknya terhadap stunting.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode ceramah yang dilakukan secara interaktif dengan diselingi tanya jawab. Diakhir kegiatan penyuluhan dilakukan pembagian tablet tambah darah (TTD) kepada remaja putri sebagai bentuk aksi nyata dalam pencegahan anemia.

Pada saat pelaksanaan sosialisasi, narasumber menjelaskan materi mengenai apa itu kesehatan reproduksi, pentingnya menjaga organ reproduksi, bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi, penyakit-penyakit yang berhubungan dengan organ reproduksidan, apa

itu anemia, bagaimana pengendalian anemia serta dampaknya terhadap kejadian stunting. Penyuluhan kesehatan ini sangat perlu diberikan kepada remaja-remaja masa kini. Remaja putri adalah calon ibu yang kelak akan melahirkan generasi selanjutnya. Dengan memberikan perhatian terhadap kecerdasan, kesehatan dan kesejahteraan remaja putri saat ini, itu berarti kita sedang menginvestasikan atau menanamkan modal berharga untuk tercapainya generasi penerus bangsa yang berkualitas unggul, sesuai dengan cita-cita Indonesia Emas 2045 dan SDGs 2030. Persiapan ini harus dimulai sejak masa remaja, yang merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia. (Lailiyana and Hindratni 2024)



**Gambar 1:** Pelaksanaan Penyuluhan



**Gambar 2:** Sesi Tanya Jawab



**Gambar 3:** Pemeriksaan Tekanan Darah & Tanda Fisik Anemia



**Gambar 4:** Pemberian Tablet Tambah Darah

Kegiatan penyuluhan dengan materi kesehatan reproduksi dan anemia ini dilaksanakan pada tanggal 15 – 17 Oktober 2024 dengan melibatkan pelajar dari beberapa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) di Desa Luhu, Kecamatan Huamua Seram Bagian Barat, Provinsi Maluku. Adapun beberapa sekolah yang dimaksud aataralain : 1. SMA Muhammadiyah Luhu; 2. SMAN 5 Seram Bagian Barat; 3. SMA Saluku; 4. Madrasah Aliyah (MA) Muhammadiyah Liaela; 5. SMP Muhammadiyah Luhu; 6. SMPN 11 Huamual, Seram Bagian Barat; 7. SMPN 9 Huamual, Seram Bagia Barat; dan 8. MTs Muhammadiyah Liaela. Kegiatan berjalan dengan lancar dan berlangsung dengan tertib dengan semua peserta terlihat antusias



**Gambar 5:** Sosialisasi di SMA Muhammadiyah Luhu



**Gambar 6:** Sosialisasi di SMA Negeri 5 SBB



**Gambar 7:** Sosialisasi di SMA Saluku



**Gambar 8:** Sosialisasi di MA Muhammadiyah Liaela



**Gambar 9:** Sosialisasi di SMP Muhammadiyah Luhur



**Gambar 10:** Sosialisasi di SMPN 11 Huamual



**Gambar 11:** Sosialisasi di SMPN 9 Huamual



**Gambar 12:** Sosialisasi di MTs Muhammadiyah Liaela

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berhasil dilaksanakan di beberapa sekolah SMP dan SMA sederajat di Desa Luhur terkait kesehatan reproduksi dan anemia kepada siswa & siswi VII, VIII, IX, X, XI, XII. Saran untuk program penyuluhan ini selanjutnya diharapkan menjadi program rutin dengan tema yang lebih beragam misalnya kesehatan reproduksi dan anemia, bahaya kehamilan usia muda, mitos terkait kesehatan reproduksi, nutrisi pada remaja, dan lain sebagainya

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada dosen pembimbing lapangan kami, ibu Dr. Mike J. Rolobessy, masyarakat Desa Luhur, siswa-siswi SMP dan SMA/Sederajat di Desa Luhur, kepala Desa Luhur, sekretaris Desa Luhur, dan kepada seluruh masyarakat Desa Luhur

#### DAFTAR PUSTAKA

“Aksi Bergizi: Gerakan Sehat Untuk Remaja Masa Kini.” 2022. *KEMENKES*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/aksi-bergizi--gerakan-sehat-untuk-remaja-masa-kini>.

David levine susan, hanson maureen. 2019. “Anemia Epidemiology, Pathophysiology, and Etiology in Low- and Middle-Income Countries.” *Physiology & behavior* 176(3): 139–48. doi:10.1111/nyas.14092.Anemia.

Fitria, and Nurul Huriah Astuti. 2023. “Aksi Sehat Untuk Diri Remaja Putri : Merawat Kesehatan

- Reproduksi , Mencegah Anemia Sejak Dini Healthy Actions for Adolescents Girls : Taking Care of Reproductive Health , Preventing Anemia.” *Health Promotion and Community Engagement Journal* 02(1): 64–71.
- Lailiyana, and Findy Hindratni. 2024. “Edukasi Dampak Anemia Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Di SMAN 2 Pekanbaru.” *Jurnal Ebima* 5(1): 14–18.
- National Academies of Sciences Engineering and Medicine. 2020. *The National Academies Press Promoting Positive Adolescent Health Behaviors and Outcomes: Thriving in the 21st Century*.
- Organization, Word Health. 2024. “Adolescent Health.” [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1).
- Rahmawati, Siti, S. Setyowati, Tri Budiati, and Imami Nur Rachmawati. 2023. “Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kesehatan Reproduksi Remaja.” *Journal of Telenursing (JOTING)* 5(2): 2632–40. doi:10.31539/jotting.v5i2.7713.
- Rethis, Michael, and Ilias Venezis. 1960. “Anemi.” *Books Abroad* 34(3): 245. doi:10.2307/40114804.
- Rizky, Ade. 2023. 1 Repository Alungcipta *Kesehatan Reproduksi Dan Kesehatan Wanita*. doi:10.59000/ra.v1i1.3.
- Viner, Russell M, Nicholas B Allen, and . George C Patton. 2017. “Puberty, Developmental Processes, and Health Interventions.” *PubMed*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK525269/>.
- Violita, Fajrin, and Ella Nurlaela Hadi. 2019. “Determinants of Adolescent Reproductive Health Service Utilization by Senior High School Students in Makassar, Indonesia.” *BMC Public Health* 19(1): 1–7. doi:10.1186/s12889-019-6587-6.