



Optimalisasi Kesehatan Prakonsepsi melalui Pelatihan Karang Taruna “Cegat ARUS”

Megayana Yessy Maretta^{1*}, Yunia Renny Andhikantias², Tresia Umarianti³, Wijayanti⁴, Deny Eka Widyastuti⁵, Desy Widyastutik⁶

Published online: 02 Juli 2023

ABSTRACT

Anemia sering dialami Remaja Putri (Rematri). Pencegahan dan penanggulangan anemia pada Rematri merupakan salah satu bentuk perawatan prakonsepsi yang penting diberikan pada Rematri. Karang taruna memiliki posisi strategis untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat secara luas. Karang Taruna Tunas Bakti Gondang RW 1 Manahan Banjarsari beranggotakan 25 pemuda pemudi berusia 13-45 tahun yang terdiri dari 10 orang laki-laki dan 15 orang putri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa pelatihan yang dilakukan dalam 2 tahap yaitu tahap 1 berupa pemberian edukasi tentang anemia dalam perawatan prakonsepsi dengan metode ceramah dan tanya jawab serta tahap 2 berupa simulasi praktik pemeriksaan kadar Hb bagi orang awam. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah terjadinya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta setelah diberikan pelatihan. Setelah diberikan pelatihan mayoritas pengetahuan peserta (66,7%) berada pada kategori cukup dan mayoritas peserta (60%) memiliki keterampilan cukup dalam melakukan pemeriksaan anemia bagi orang awam. Simpulan kegiatan ini adalah diperlukannya pelatihan kepada masyarakat tentang anemia dalam perawatan prakonsepsi sebagai salah satu langkah awal optimalisasi kesehatan prakonsepsi pada Remaja Putri.

Kata kunci: anemia, edukasi, pelatihan, prakonsepsi, Rematri

PENDAHULUAN

Sustainable Development Goals (SDGs) menaruh perhatian khusus pada remaja, yaitu penduduk usia 10-19 tahun (Johnston 2016). Remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat sebagai tanda masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Remaja sering kali mengalami anemia, terutama Remaja Putri (Rematri). Kombinasi antara pertumbuhan yang cepat, menstruasi, dan asupan zat besi yang tidak adekuat menyebabkan Rematri menempati risiko tertentu kekurangan zat besi (Kounnavong et al. 2020).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, anemia diderita oleh sekitar setengah miliar (29,9%) Wanita Usia Subur, yaitu penduduk usia 15-49 tahun, dengan prevalensi meliputi 29,6% pada WUS tidak hamil dan 36,5% pada WUS hamil (WHO 2021). Sedangkan di Indonesia, Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menyebutkan bahwa terdapat 32% remaja anemia dan 48,9% WUS anemia hamil (Kemenkes RI 2018).

¹⁻⁶ Universitas Kusuma Husada Surakarta,
Jl. Jaya Wijaya No. 11 Kadipiro Banjarsari Surakarta,
Indonesia

*) *corresponding author*

Megayana Yessy Maretta

Email: megapastibisa@gmail.com

Anemia pada Rematri masih menjadi permasalahan kesehatan umum yang terjadi di seluruh dunia, terutama negara berkembang. Di kalangan remaja, anemia tidak hanya mempengaruhi status kesehatan saat ini, tetapi juga dapat menyebabkan efek buruk di kemudian hari (Kounnavong et al. 2020). Anemia defisiensi besi adalah penyebab anemia yang paling umum dengan lebih dari 50% anemia disebabkan oleh defisiensi zat besi. Anemia defisiensi besi, terutama yang berat, dikaitkan dengan peningkatan risiko persalinan prematur, berat badan lahir rendah, dan kematian anak dan ibu, serta dapat meningkatkan risiko remaja mengalami infeksi dan gagal jantung (Kounnavong et al. 2020; Teshale et al. 2020; World Health Organization 2016).

Perawatan pada masa remaja merupakan bagian dari perawatan prakonsepsi. Prakonsepsi adalah masa sebelum kehamilan terjadi. Perawatan pada masa prakonsepsi direkomendasikan untuk diberikan pada Wanita Usia Subur (WUS) sejak memasuki periode remaja hingga sebelum terjadinya kehamilan atau di antara masa kehamilan (Dean et al. 2012). Pencegahan dan penanggulangan anemia merupakan salah satu upaya perawatan prakonsepsi pada Remaja Putri.

Karang taruna adalah salah satu organisasi yang ada di masyarakat yang dibentuk dengan tujuan untuk mewadahi kreativitas generasi muda (Menteri Sosial Republik Indonesia 2019). Karang taruna sebagai organisasi berbasis kepemudaan berada pada posisi strategis untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat luas (Pratama and Rahmat 2018).

Karang Taruna Tunas Bakti Gondang RW 1 Manahan Banjarsari merupakan salah satu karang taruna yang ada di Kota Surakarta. Karang taruna tersebut beranggotakan 25 pemuda pemudi berusia 13-45 tahun yang terdiri dari 10 orang laki-laki dan 15 orang putri. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara pada ketua karang taruna diketahui bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan di Karang Taruna Tunas Bakti Gondang RW 1 Manahan Banjarsari sehingga informasi kesehatan yang dimiliki anggota karang taruna masih terbatas pada informasi yang diperoleh secara mandiri dan belum terstruktur dan terarah serta satu persepsi. Menurut Permensos (2019) anggota karang taruna adalah penduduk berusia 13-45 tahun (Menteri Sosial Republik Indonesia 2019). Oleh sebab itu, pelatihan Cegat Arus (Cegah dan Atasi Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur) dianggap tepat diberikan pada anggota Karang Taruna Tunas Bakti Gondang RW 1 Manahan Banjarsari.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan Pelatihan Karang Taruna“Cegat ARUS” Dalam Upaya Optimalisasi Kesehatan Prakonsepsi ini dilaksanakan di Karang Taruna Tunas Bakti Gondang RW 1 Manahan Banjarsari Surakarta pada September 2021 – Agustus 2022.

Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dalam 2 tahap: a) tahap 1 yaitu pelatihan dalam bentuk edukasi dengan ceramah dan tanya jawab tentang perawatan prakonsepsi remaja; b) tahap 2 yaitu simulasi praktik pemeriksaan kadar Hb bagi orang awam. Alat dan bahan yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi: LCD dan Laptop, Video, *Easy Touch GCHb*, *Easy Touch GCHb Strip*, *Cek list* kadar Hb, kuesioner pengetahuan, dan kuesioner keterampilan pemeriksaan Hb bagi orang awam.

HASIL

Pengabdian msayarakat ini merupakan salah satu kegiatan Tri Dharma dosen Universitas Kusuma Husada Surakarta yang dilakukan dengan melibatkan mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Prodi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi.

Kegiatan “Pelatihan Cegat ARUS” ini dilaksanakan di Posyandu Permata Bunda RW 1 Kelurahan Manahan dengan sasaran anggota karang taruna Tunas Bakti RW 1 Manahan Banjarsari pada Sabtu, 28 Mei 2022. Kegiatan pengabdian dihadiri oleh kepala desa, anggota PKK perwakilan ketua PKK, Petugas Lapangan Keluarga Berencana (PLKB), 1 orang kader posyandu, dan 15 orang anggota karang taruna. Kegiatan ini dilakukan dengan 2 tahap yaitu 1) Penjelasan materi tentang pencegahan dan penanggulangan anemia dalam upaya perawatan prakonsepsi dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab; 2) Simulasi praktik deteksi dini anemia melalui pemeriksaan kadar Hb bagi orang awam.

Sebelum kegiatan inti dilakukan, peserta diberikan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang anemia dalam perawatan prakonsepsi dan keterampilan peserta melakukan cek Hb sebelum diberikan perlakuan. Di akhir kegiatan dilakukan evaluasi berupa *post test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang anemia dalam perawatan prakonsepsi dan keterampilan peserta melakukan cek Hb setelah diberikan perlakuan. Setelah dilakukan analisis, diketahui distribusi pengetahuan dan keterampilan peserta sebelum dan sesudah kegiatan sebagaimana ditampilkan pada tabel 1. Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas pengetahuan peserta pada kategori cukup setelah dilakukan pelatihan. Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mayoritas keterampilan peserta pada kategori cukup setelah dilakukan pelatihan.

Tabel 1. Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Variabel	Kategori			Total
	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)	
Pengetahuan				
<i>Pretest</i>	0 (0%)	1 (6,7%)	14 (99,3)	15
<i>Postets</i>	5 (33,3%)	10 (66,7%)	0 (10%)	15
Nilai p		0,042		

Tabel 2. Keterampilan Peserta Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Variabel	Kategori			Total
	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)	
Keterampilan				
<i>Pretest</i>	0 (0%)	0 (0%)	15 (100%)	15
<i>Postets</i>	3 (20%)	9 (60%)	3(20%)	15
Nilai p		0,028		



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat “Cegat Arus”

Berdasarkan tabel 1 dan 2 diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan pelatihan. Pada tabel 1 terlihat bahwa sebelum diberikan pelatihan mayoritas (99,3%) peserta memiliki pengetahuan kurang tentang pencegahan dan penanggulangan anemia dalam upaya

perawatan prakonsepsi, sedangkan mayoritas pengetahuan peserta berada pada kategori cukup (66,7%) setelah dilakukan pelatihan. Tabel 2 menunjukkan hasil yang sejalan dengan hasil pada tabel 1. Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa semua peserta (100%) memiliki keterampilan kurang dalam melakukan pemeriksaan anemia bagi orang awam. Setelah diberikan pelatihan, mayoritas (60%) peserta memiliki keterampilan cukup dalam melakukan pemeriksaan anemia bagi orang awam.

Tahu merupakan hasil dari ingatan individu yang diperoleh setelah mengamati objek tertentu. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan adalah sumber informasi. Selain itu, pengetahuan seseorang dapat terbentuk dari pengalaman yang dimilikinya (Notoatmodjo 2017). Masadeh (2012) menjelaskan bahwa pelatihan merupakan kegiatan memberikan pengetahuan dan keterampilan (*skill*) kepada individu dalam bidang kerja (Masadeh 2012). Terdapat beberapa faktor yang secara langsung dapat mempengaruhi keterampilan seseorang, yaitu motivasi, pengalaman, dan keahlian. Keterampilan seorang individu dapat diperoleh dari kegiatan pelatihan, di mana pelatihan dapat membantu individu melakukan suatu pekerjaan menjadi lebih tepat dan lebih cepat (Fitriani, Zahra, and Rahmat 2022).

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang terjadi setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan kegiatan yang dilakukan Angelina (2020) yang juga menunjukkan hasil yaitu terjadinya peningkatan pemahaman kader posyandu setelah dilakukan kegiatan pengabdian berupa pelatihan kader posyandu (Angelina et al. 2020). Ngaisyah dan Wahyuningsih (2018) juga menyebutkan bahwa kegiatan pengabdian berupa pelatihan, efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kapasitas kader posyandu (Ngaisyah and Wahyuningsih 2018). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan yang dilakukan oleh Noya (2021) juga menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader setelah dilakukan pelatihan, dimana seluruh peserta (100%) memiliki pengetahuan baik dan terampil setelah diberikan pelatihan (Noya et al. 2021).

Kendala yang dihadapi pada saat pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah kedatangan peserta pelatihan yang tidak tepat waktu disebabkan mayoritas peserta adalah remaja yang masih sekolah sehingga peserta pelatihan baru dapat menghadiri kegiatan setelah pulang sekolah. Adanya koordinasi dengan kader posyandu dan ibu PKK yang turut serta dalam kegiatan ini memberikan dampak positif berupa teratasinya kendala yang dihadapi selama pelaksanaan kegiatan pengabdian sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tetap dapat terselenggara dengan baik sampai dengan selesai.

KESIMPULAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu Setelah dilakukan pelatihan, sebagian besar anggota karang taruna memiliki pengetahuan cukup (66,7%) dan keterampilan cukup (60%).

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

Angelina, Ria, Liliek Fauziah, Anni Sinaga, Imelda Sianipar, and Elly Musa. 2020. "Peningkatan Kinerja Kader Kesehatan Melalui Pelatihan Kader Posyandu Di Desa Babakan Kecamatan Ciparay 2019." *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)* 1(2):68–76.

- Dean, Sohni V, Ayesha M. Imam, Zohra S. Lassi, and Zulfiqar A. Bhutta. 2012. "Systematic Review of Preconception Risks and Interventions." *Division of Women and Child Health, Aga Khan University* 12(3):1–509.
- Fitriani, Sinta Fitriani, Amalia Siti Zahra, and Ade Rahmat. 2022. "Effectiveness of Training and Use of Si Centing Application on Knowledge and Skills of Posyandu Cadres." *Jurnal PROMKES* 10(1):24. doi: 10.20473/jpk.v10.i1.2022.24-29.
- Johnston, R. B. 2016. "Arsenic and the 2030 Agenda for Sustainable Development." *Arsenic Research and Global Sustainability - Proceedings of the 6th International Congress on Arsenic in the Environment, AS 2016* 12–14. doi: 10.1201/b20466-7.
- Kemendes RI. 2018. "Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.Pdf." *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* 198.
- Kounnavong, Sengchanh, Manithong Vonglokhom, Thidatheb Kounnavong, Djan Daniel Kwadwo, and Dirk R. Essink. 2020. "Anaemia among Adolescents: Assessing a Public Health Concern in Lao PDR." *Global Health Action* 13(sup2). doi: 10.1080/16549716.2020.1786997.
- Masadeh, Mousa. 2012. "Training, Education, Development and Learning: What Is the Difference?" *European Scientific Journal* 8(10):62–68.
- Menteri Sosial Republik Indonesia. 2019. *Peraturan menteri sosial republik indonesia nomor 25 tahun 2019 tentang karang taruna*.
- Ngaisyah, and Wahyuningsih. 2018. "Retraining Dan Pendampingan Kader Posyandu Remaja Dalam Melakukan Monitoring Status Gizi Di Desa Cokrobedog, Sidoarum, Godean, Sleman, Yogyakarta." *Jurnal Pengabdian Dharma Bakti* 1(1):5.
- Notoatmodjo, S. 2017. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noya, Fransisca, Kadar Ramadhan, Deviana Laurenzy Tadale, and Ni Kadek Widyani. 2021. "Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Melalui Pelatihan Kader Posyandu Remaja." *Jurnal Masyarakat Mandiri (JMM)* 5(5):2314–22.
- Pratama, Febri Fajar, and Rahmat. 2018. "Jurnal Civics: Media Kajian Kewarganegaraan Pengalaman Pembelajaran." *Jurnal Civics: Media Kajian Kewarganegaraan* 15(1):170–79.
- Teshale, Achamyehel Birhanu, Getayeneh Antehunegn Tesema, Misganaw Gebrie Worku, Yigizie Yeshaw, and Zemenu Tadesse Tessema. 2020. "Anemia and Its Associated Factors among Women of Reproductive Age in Eastern Africa: A Multilevel Mixed-Effects Generalized Linear Model." *PLoS ONE* 15(9 September):1–16. doi: 10.1371/journal.pone.0238957.
- WHO. 2021. "WHO Global Anaemia Estimates, 2021 Edition." Retrieved (https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children).
- World Health Organization. 2016. *Guideline: Daily Iron Supplementation in Adult Women and Adolescent Girls*. Geneva: World Health Organization;

