

Pentingnya Skrining Anemia dan Edukasi Gizi Pada Anak Remaja di Panti Asuhan

Andi Sitti Rahma¹, Rini Fitriani^{1*}, Rosdianah Rahim¹, Andi Irhamnia Sakinah¹, Asrul Abdul Azis¹, Halimah Sa'diyah¹

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UIN Alauddin Makassar, Indonesia

*Corresponding author: rini.fitriani@uin-alauddin.ac.id

ABSTRACT

Anemia is a condition where hemoglobin levels in the blood are below normal, which can result in many negative impacts such as easy fatigue and difficulty concentrating. Children living in orphanages are often associated with limited funding and resources, placing them at high risk for improper dietary patterns, which in turn can affect their nutritional status and incidence of anemia. The purpose of this activity is to determine the hemoglobin levels, dietary patterns, and nutritional status of orphanage children and to provide education about anemia. The participants consisted of 21 individuals from three orphanages in Makassar city. The results showed that 46.2% of the orphanage adolescents experienced anemia, and only 46.2% had normal nutritional status. The majority rarely consume animal or plant-based proteins and seldom consume fast food. Nutritional education related to anemia has been provided, with the expectation that knowledge and dietary behaviors will improve.

Keywords: anemia, education, food pattern, nutritional status, orphanages

ABSTRAK

Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin di dalam darah kurang dari normal, sehingga bisa memberikan banyak dampak negatif seperti mudah lelah, sulit konsentrasi, dll. Anak yang tinggal di panti asuhan identik dengan keterbatasan dana dan sumber daya sehingga memiliki risiko tinggi memiliki pola makan yang tidak tepat, sehingga akan mempengaruhi status gizi dan kejadian anemia. Tujuan kegiatan ini adalah mengetahui kadar hemoglobin, pola makan dan status gizi pada anak panti dan memberikan edukasi tentang anemia. Jumlah peserta adalah 21 orang yang berasal dari 3 panti asuhan di kota Makassar. Hasil yang diperoleh adalah sebanyak 46,2% remaja panti mengalami anemia dan hanya 46,2% yang memiliki status gizi normal. Mayoritas jarang mengonsumsi protein hewani maupun nabati, dan jarang mengonsumsi makanan cepat saji. Telah dilakukan edukasi gizi terkait anemia, diharapkan pengetahuan dan perilaku/pola makan bisa menjadi lebih baik.

Kata kunci: anemia, edukasi, panti asuhan, pola makan, status gizi

LATAR BELAKANG

Anemia adalah kondisi medis yang ditandai oleh kadar hemoglobin atau jumlah sel darah merah yang rendah, yang mengakibatkan kurangnya pasokan oksigen ke jaringan tubuh. Anak-anak merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap

anemia. Anak usia sekolah rentan mengalami defisiensi zat besi, anemia, dan memiliki kebiasaan mengonsumsi zat besi inhibitor (1).

Panti asuhan sering kali mengalami keterbatasan dalam hal sumber daya, baik finansial maupun akses terhadap layanan

kesehatan. Pola makan anak di panti asuhan Sonaf Maneka didominasi oleh sumber karbohidrat yaitu nasi dan mie. Tingkat konsumsi energi, protein dan lemak pada anak di panti asuhan Sonaf Maneka masih sangat rendah (2). Keterbatasan dana dan sarana di panti asuhan bisa mempengaruhi pola diet dan kebiasaan makan anak di panti asuhan. Penelitian oleh Maulidah menyimpulkan terdapat pengaruh pola diet dan picky eating terhadap status gizi anak di panti asuhan (3). Kondisi ini dapat menghambat penyediaan makanan bergizi yang mencukupi, yang penting untuk mencegah defisiensi mikronutrien seperti zat besi, vitamin B12, dan asam folat—semua faktor yang berperan dalam perkembangan anemia. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan mungkin juga menghadapi tantangan kesehatan tambahan, seperti infestasi cacing atau penyakit menular lainnya, yang dapat memperburuk kondisi anemia. Penelitian di sebuah panti asuhan, terdapat 1,6% yang terinfeksi cacing *Ascaris* dan 14,3% anak yang mengalami infeksi cacing *Trichuris* (4).

Prevalensi anemia pada anak-anak di panti asuhan sering kali lebih tinggi dibandingkan dengan anak-anak yang tinggal dengan keluarga mereka. Anemia pada anak-anak dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk keterlambatan perkembangan fisik dan kognitif, penurunan daya tahan tubuh, dan penurunan prestasi akademik. terutama mereka yang tinggal di panti asuhan. Faktor-faktor seperti nutrisi yang kurang memadai, infeksi berulang, dan kondisi lingkungan yang tidak mendukung dapat meningkatkan risiko anemia pada anak-anak di panti asuhan.

Tujuan kegiatan ini adalah mendeteksi dini kejadian anemia pada anak

panti asuhan, menilai status gizi dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya penanganan anemia di kalangan pengelola dan staf panti asuhan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bekerjasama antara Program Studi Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar dengan 3 Panti Asuhan di Kota Makassar, yaitu: Panti Asuhan Fahmi, Panti Asuhan Usamah dan Panti Asuhan Nur Siamatu. Peserta dalam skrining anemia ini adalah remaja yang tinggal di Panti Asuhan tersebut yang berusia 12-24 tahun. Jumlah peserta sebanyak 21 orang .

Tahap 1 dilakukan pengukuran dan penilaian status gizi dengan menggunakan indikator Indeks Massa Tubuh berdasarkan umur untuk remaja berusia 12-19 tahun, dan indikator Indeks Massa Tubuh untuk populasi Asia. Berat badan diukur menggunakan timbangan digital merk GEA, sedangkan tinggi badan diukur menggunakan stadiometer. Indeks Massa Tubuh ditentukan menggunakan rumus $\text{berat badan} / (\text{tinggi badan})^2$. Penentuan status gizi menggunakan indikator IMT/U untuk peserta berusia 12-19 tahun dengan kategori sebagai berikut :

- Gizi kurang jika Z-score berada di bawah -2 standar deviasi (SD)
- Gizi normal jika Z-score berada di antara -2 SD hingga 1 SD
- Gemuk jika Z-score berada di antara >1 SD hingga 2 SD
- Obesitas jika Z-score berada >2 SD

Tahap 2 dilakukan wawancara mengenai pola makan. Kami menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) yang dimodifikasi untuk mendapatkan informasi mengenai pola makan terkait kejadian

anemia pada remaja. Frekuensi makan dibagi menjadi 4 kategori yaitu tidak pernah mengonsumsi dalam seminggu, jarang (1-3 hari dalam seminggu), sering (4-6 hari dalam seminggu) dan setiap hari.

Tahap 3 dilakukan pengukuran kadar hemoglobin menggunakan alat pengukur hemoglobin darah dengan merk Gluco-Dr. Kadar hemoglobin yang didapatkan kemudian dikategorikan menurut kriteria WHO, yaitu anemia jika kadar Hemoglobin <12 gr/dl, dan normal jika ≥ 12 gr/dl.

Tahap 4 dilakukan edukasi tentang anemia, yang meliputi akibat anemia, gejala anemia, penyebab anemia dan makanan/minuman/suplemen untuk mencegah anemia.

Kegiatan ini dilaksanakan berdasarkan SK Dekan nomor 2076 Tahun 2023 tentang Tim Medis Kegiatan Penyuluhan Pencegahan Penyakit Kecacingan serta Pemeriksaan Status Gizi pada Anak Asuh dan Pengurus Panti Asuhan pada Panti Asuhan Usamah Kota Makassar Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi kegiatan pengukuran kadar hemoglobin dan pola makan, serta edukasi pencegahan anemia pada anak-anak di 3 panti asuhan di kota Makassar.

Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 21 anak dari tiga Panti Asuhan, dengan karakteristik dapat dilihat pada tabel 1, yaitu terdiri dari 5 orang laki-laki dan 16 orang perempuan. Peserta yang mengikuti kegiatan ini dominan berada pada kelompok usia remaja (12-19 tahun) yakni sebesar 61,9%.



Gambar 1. Civitas Akademika Prodi Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar dalam Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Skringing dan Edukasi Anemia pada Anak Panti Asuhan

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat Skringing Anemia dan Pengukuran Status Gizi serta Pola Makan Anak Panti Asuhan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	5	23,81
Perempuan	16	76,19
Usia		
12-19 tahun	13	61,90
≥ 20 tahun	8	38,10

Rerata peserta yang ikut adalah remaja, dan mayoritas adalah perempuan. Remaja putri sangat beresiko mengalami anemia, disebabkan oleh banyak faktor antara lain karena adanya menstruasi setiap bulan, adanya pola makan dan gaya hidup pada remaja yang meningkatkan resiko kejadian anemia.

Kegiatan tahap 1 adalah pengukuran dan penilaian status gizi yang hasilnya dapat dilihat pada tabel 2, dimana hanya 47,62% peserta yang mengikuti kegiatan ini memiliki status gizi normal, selebihnya memiliki status gizi kurang (28,57%), berat badan lebih (14,29%) dan obesitas (9,52%).

Hampir seimbang status gizi normal dan tidak normal, dimana peserta dengan status gizi tidak normal mayoritas memiliki status gizi kurang. Salah satu faktor yang memengaruhi status gizi adalah keadaan

sosial ekonomi yang nantinya memengaruhi ketersediaan pangan. Anak yatim piatu merupakan kelompok yang rentan mengalami gangguan status gizi, gangguan kesehatan dan gangguan psikologi yang nantinya juga akan memengaruhi status gizi. (5)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Gizi Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat Prodi Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar di Tiga Panti Asuhan

Status Gizi	Frekuensi	Persentase
Kurang	6	28,57
Normal	10	47,62
Gemuk/ Berat badan berlebih	3	14,29
Obesitas	2	9,52

Tahap 2 dilakukan wawancara untuk mengetahui pola makan peserta, hasilnya bisa dilihat pada tabel 3. Pada tabel 3 tampak bahwa mayoritas peserta jarang mengonsumsi protein nabati (tahu 61,90%; tempe 66,67%; kacang-kacangan 66,67%).



Gambar 2. Wawancara Pola Makan

Mayoritas peserta juga jarang mengonsumsi makanan cepat saji (76,19%). Banyak peserta yang tidak pernah mengonsumsi kopi dalam 1 minggu terakhir (61,90%). Mayoritas peserta mengonsumsi sayuran setiap hari (57,14%).

Pola konsumsi makanan pada anak di beberapa panti asuhan di Indonesia telah dilakukan. Sebanyak 45,5% warga binaan sosial di panti asuhan upt. pelayanan sosial anak dinas sosial padangsidingpau memiliki pola konsumsi yang cukup dan status gizi yang normal sebanyak 49,4%.(6). 78,5% anak di panti asuhan Muhammadiyah Surabaya memiliki pola asuh asupan makanan yang tidak tepat (7).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pola Makan Peserta Pengabdian Masyarakat

Jenis Makanan	Tidak Pernah		Jarang		Sering		Setiap Hari	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ikan	0	0.00	9	42.86	5	23.81	7	33.33
Daging	6	28.57	14	66.67	0	0.00	1	4.76
Tahu	4	19.05	13	61.90	2	9.52	2	9.52
Tempe	1	4.76	14	66.67	3	14.29	3	14.29
Sayuran	1	4.76	5	23.81	3	14.29	12	57.14
Buah	1	4.76	16	76.19	2	9.52	2	9.52
Kopi	13	61.90	6	28.57	0	0.00	2	9.52
Susu	4	19.05	10	47.62	2	9.52	5	23.81
Makanan instan/cepat saji	2	9.52	16	76.19	2	9.52	1	4.76
Ayam	0	0.00	18	85.71	1	4.76	2	9.52
Telur	2	9.52	11	52.38	2	9.52	6	28.57
Kacang-kacangan	6	28.57	14	66.67	0	0.00	1	4.76

Tahap 3 dilakukan pengukuran kadar hemoglobin untuk mendeteksi kejadian anemia pada peserta. Hasilnya bisa dilihat pada tabel 4, bahwa 47,62% peserta yang mengikuti kegiatan ini mengalami anemia. Hasil ini sejalan dengan pengabdian yang dilaksanakan pada remaja putri di Panti Asuhan Berkah Kota Palangka Raya, yang berjumlah 20 orang dengan usia rata-rata $13,5 \pm 1,05$ tahun menunjukkan bahwa 50% mengalami anemia (8).



Gambar 3. Pengukuran Kadar hemoglobin

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia pada Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat Prodi Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar di Tiga Panti Asuhan

Kejadian Anemia	Frekuensi	Persentase
Anemia	10	47.62
Tidak anemia	11	52.38

Edukasi tentang anemia dilakukan dengan memberikan penjelasan tentang keluhan dan gejala anemia, bahaya anemia, serta langkah pencegahan dan pengobatan anemia. Diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan peserta terkait anemia, seperti yang dilakukan di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Tanjung (9). Kegiatan serupa juga dilakukan di Panti Asuhan Al Islam, Babarsari, Sleman Yogyakarta (10).

Tahap 4 kegiatan ini diisi dengan memberikan edukasi kepada peserta terkait anemia.



Gambar 4. Edukasi Pencegahan Anemia

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada beberapa panti asuhan dalam kegiatan pengabdian masyarakat Prodi Pendidikan Dokter April 2023 adalah sebanyak 47,62% mengalami anemia, dan hanya 47,62% peserta yang memiliki status gizi normal. Mayoritas jarang mengonsumsi protein hewani maupun nabati. Saran kami adalah agar dilakukan investigasi lebih lanjut untuk mengetahui penyebab anemia yang terjadi pada beberapa panti asuhan tersebut. Selain itu juga melakukan edukasi dan intervensi gizi untuk menangani kasus anemia yang terjadi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ketua Program Studi Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar atas pendanaan yang diberikan. Kami juga menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada pihak panti asuhan atas kerjasamanya, sehingga pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan mereka tidak memiliki konflik kepentingan, dan tidak ada afiliasi atau koneksi dengan atau dengan entitas atau organisasi apa pun, yang dapat menimbulkan pertanyaan bias dalam diskusi dan kesimpulan naskah.

REFERENSI

1. Dewi S, Noviyana A. Pencegahan Anemia Defisiensi Besi pada Remaja melalui Penyuluhan Gizi Seimbang. *J ABDIMAS-HIP Pengabdian Kpd Masy.* 2022;3(1):22–6.
2. Sembiring AC, Nita MHD, Nur A, Loaloka MS. Analisis Sistem Penyelenggaraan Makanan, Pola Makan, Tingkat Konsumsi Zat Gizi Dan Status Gizi Anak Di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kota Kupang. *Kupang J Food Nutr Res.* 2022;3(1):1–7.
3. Maulidah M, Amalia Y, Herlina S. Pola Diet dan Picky Eating Berpengaruh terhadap Status Gizi Anak Panti Asuhan Malang. *J Kedokt Komunitas (Journal Community Med.* 2023;11(2).
4. Maqfirah C, Halim Y, Pratama IH. Hubungan Penyakit Infeksi Cacing Terhadap Status Gizi Pada Anak Panti Asuhan Di Kecamatan Medan Sunggal. *J Ilmu Kesehat dan Gizi.* 2024;2(1):225–34.
5. Cahyana IKY, Sidiartha IGL, Ayu IG, Eka P. Karakteristik Status Gizi Anak Di Panti Asuhan Cica Dan Panti Asuhan Sekar Pengharapan Badung , Bali. 2023;14(3):1099–102.
6. Sinaga LRV, Manurung J, Munthe SA, Sinaga R. Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Warga Binaan Sosial di Panti Asuhan UPT. *Pelayanan Sosial Anak Dinas Sosial Padangsidimpuan Tahun 2019. J Healthc Technol Med.* 2020;6(1):468–81.
7. Susanti EH. Identifikasi Pola Asuh Asupan Makanan Pada Tingkat Status Gizi Anak Usia Sekolah (5-12 Tahun) Di Panti Asuhan Muhammadiyah Surabaya. Universitas Muhammadiyah Surabaya; 2021.
8. Widiastuti EN, Citerawati SY YW. Skrining Dan Edukasi Tentang Anemia Pada Remaja Putri Panti Asuhan Berkah Kota Palangka Raya. *Lap Pengabdian Masy (Laporan Pengabdian Masyarakat).* 2023;
9. Mu'minah I, Noviyana A. Pendidikan Kesehatan Tentang Remaja Dan Anemia Di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Tanjung. In: *Prosiding Seminar Nasional Hasil-hasil Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat.* 2021.
10. Istanti N, Salim NA, Antara AN. Peningkatan Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Anemiadi Panti Asuhan Al Islam, Babarsari, Sleman Yogyakarta. *Glob ABDIMAS J Pengabdian Masy.* 2022;2(2):65–71.