

## **Sosialisasi Pencegahan Anemia dan Kenakalan Remaja Pada Kelompok Orang Tua di Nagari Tanjung Bonai Aur**

### ***Socialization of Prevention of Anemia and Young Adult Delinquency in Parent Groups in Nagari Tanjung Bonai Aur***

<sup>1</sup>Dedi Mardiansyah, <sup>2</sup>Syifa Chairunnisa, <sup>3</sup>Elfi Fauzana Akmal, <sup>4</sup>Dedi Kurniawan, <sup>4</sup>Amanda Salsabila, <sup>5</sup>Muhammad Irfan Ghivari

<sup>1</sup>Departmen Fisika, Universitas Andalas, Padang

<sup>2</sup>Departmen Ilmu Keperawatan, Universitas Andalas, Padang

<sup>3</sup>Departmen Pendidikan Kedokteran, Universitas Andalas, Padang

<sup>4</sup>Departmen Gizi, Universitas Andalas, Padang

<sup>5</sup>Departmen Ilmu Hukum, Universitas Andalas, Padang

Korespondensi: D. Mardiansyah, [dedimardiansyah@sci.unand.ac.id](mailto:dedimardiansyah@sci.unand.ac.id)

Naskah Diterima: 9 Oktober 2023. Disetujui: 28 April 2024. Disetujui Publikasi: 30 April 2024

**Abstract.** Anemia is a disease that many teenagers suffer from. Adolescence is a transition from childhood to adulthood. A teenager cannot be called a child anymore, but he is not yet mature enough to be considered an adult. He looks for the way of life that is most suitable for him, and this is often done by trial and error, although there are many mistakes. This activity was carried out to increase parents' knowledge about anemia and young adult delinquency. The target of this activity is parents who have teenagers. The method used in this activity is socialization in the form of lectures and discussions. After delivering the material and discussion session, the PKH group mothers admitted that they had a better understanding of their teenagers and how to prevent anemia and delinquency in their teenagers.

**Keywords:** *Anemia, teenagers, health, knowledge.*

**Abstrak.** Anemia merupakan penyakit yang banyak di derita para remaja. Masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Seorang remaja belum bisa disebut anak-anak lagi, namun ia belum cukup dewasa untuk dianggap dewasa. Ia mencari cara hidup yang paling cocok untuk dirinya sendiri, dan hal ini sering dilakukan dengan cara coba-coba, meski banyak kesalahannya. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai anemia dan kenakalan remaja. Sasaran dari kegiatan ini adalah para orang tua yang memiliki remaja. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan orang tua terhadap anemia dan kenakalan remaja. Adapun metode yang dilakukan pada kegiatan ini sosialisasi dalam bentuk ceramah dan diskusi. Setelah dilakukan penyampaian materi dan sesi diskusi, ibu-ibu kelompok PKH menjadi lebih dapat memahami mengenai remajanya dan bagaimana pencegahan anemia dan kenakalan pada remajanya.

**Kata Kunci:** *Anemia, remaja, kesehatan, pengetahuan.*

### **Pendahuluan**

Remaja memegang peranan penting dalam pembangunan suatu bangsa, karena remaja yang sehat merupakan investasi masa depan. Salah satu masalah kesehatan yang membebani remaja, khususnya remaja putri, adalah anemia

(Musniati dkk., 2022). Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kurangnya sel darah merah dalam tubuh sehingga menyebabkan rasa lelah, letih, lesu dan mempengaruhi produktivitas penderitanya (Rullyni dkk., 2022), (Larasati dkk., 2020). Selain itu, remaja dengan anemia berisiko lebih tinggi melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan tetap kecil. Frekuensi anemia pada remaja di Indonesia cukup tinggi lebih besar dari 30%. Oleh karena itu, penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja putri merupakan isu kesehatan yang menjadi perhatian pemerintah (Saifah dkk., 2023).

Kekurangan zat besi merupakan salah satu penyebab utama anemia. Penyebabnya adalah gaya hidup remaja, antara lain kebiasaan makan yang kurang optimal (terutama sumber zat besi), kebiasaan minum teh dan kopi saat makan, serta kurangnya aktivitas fisik (Purwaningsih dkk., 2023). Sebaliknya, remaja putri membutuhkan lebih banyak zat besi pada masa pertumbuhan dan kehilangan darah, seperti menstruasi. Oleh karena itu, remaja putri memiliki risiko lebih tinggi terkena anemia defisiensi besi (Sa'pang dkk., 2023).

Untuk mengatasi dan mencegah anemia pada remaja dapat dilakukan hal-hal sebagai berikut: 1) memperbanyak konsumsi makanan sumber zat besi; 2) penambahan zat besi dengan mengonsumsi tablet suplemen darah (TTD); 3) Meningkatkan konsumsi buah dan sayur sebagai sumber vitamin C; 4) Meningkatkan konsumsi sumber protein hewani; 5) Hindari minum teh dan kopi saat makan atau mengonsumsi TTD; dan 6) Olah raga atau aktivitas fisik secara teratur. Diperlukan kerja sama negara dan masyarakat untuk mencegah dan mengatasi penyakit anemia. Oleh karena itu, remaja diharapkan dapat menerapkan upaya pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari.

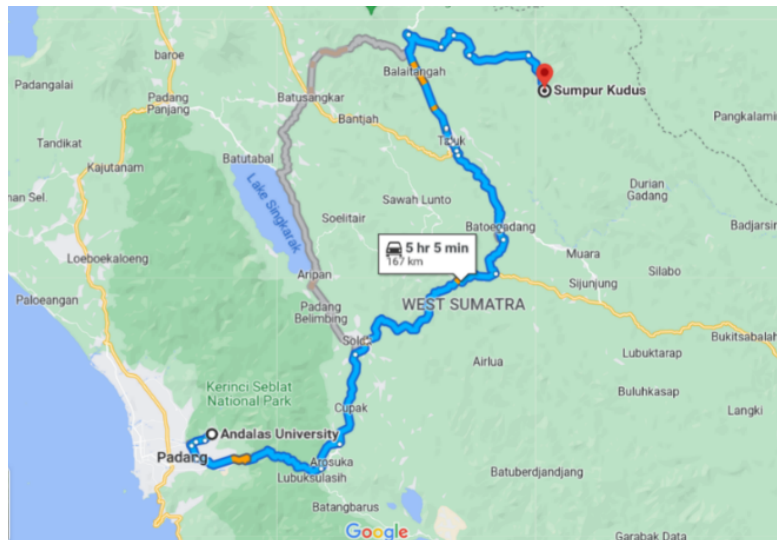
Masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Seorang remaja belum bisa disebut anak-anak lagi, namun ia belum cukup dewasa untuk dianggap dewasa. Ia mencari cara hidup yang paling cocok untuk dirinya sendiri, dan hal ini sering dilakukan dengan cara coba-coba, meski banyak kesalahannya. Kesalahan yang dilakukannya seringkali menimbulkan kegelisahan dan perasaan tidak menyenangkan pada orang disekitarnya maupun pada orang tuanya. Kesalahan yang dilakukan remaja hanya disukai oleh teman sebayanya. Sebab, mereka semua masih mencari identitasnya. Kesalahan yang menimbulkan kepedulian terhadap lingkungan sering disebut dengan kenakalan remaja. Remaja adalah pemimpin masa depan negara.

Selain hal-hal yang menggembirakan dalam aktivitas remaja masa kini, seperti semakin aktifnya partisipasi dalam organisasi antarsekolah dan meningkatnya prestasi, kita juga melihat semakin banyaknya kemerosotan moral pada sebagian remaja kita yang lebih dikenal dengan istilah kriminalitas. Siswa SMA di surat kabar dan media sosial kita sering membaca berita tentang tawuran pelajar, penyebaran narkoba, penggunaan narkoba, minuman keras, penculikan remaja, meningkatnya angka kehamilan di kalangan remaja perempuan, dan lain sebagainya (Mardiansyah, dkk., 2024). Hal tersebut merupakan permasalahan yang dihadapi masyarakat saat ini yang semakin meluas, maka dari itu berikan perhatian yang serius dan terfokus terhadap masalah kenakalan remaja, arahkan generasi muda ke arah yang lebih positif, tekankan pada penciptaan sistem untuk mengatasinya kejahatan remaja (Eleanora dkk., 2023) (Chrismastianto dkk., 2019).

Tujuan Sosialisasi ini adalah agar orang tua khususnya ibu mendapatkan ilmu mengenai kesehatan remaja perempuannya terkhusus tentang anemia dan pencegahannya. Para orang tua juga dapat mengetahui bagaimana permasalahan kenakalan remaja dan mengambil peran dalam pencegahannya (Apriningsih, dkk., 2021) (Mumpuni dkk., 2019). Selain itu para orang tua juga mampu menyampaikan kembali informasi yang didapatkan kepada remaja yang dimilikinya, sehingga tujuan dari kegiatan ini secara tidak langsung mendapatkan 2 sasaran.

## Metode Pelaksanaan

**Tempat dan waktu.** Program pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di pertemuan Program Keluarga Harapan (PKH), Jorong Pauh, Nagari Tanjung Bonai Aur, Kabupaten Sijunjung, Sumatera Barat.



Gambar 1. Peta Nagari Tanjung Bonai Aur dan jarak Nagari Tanjung Bonai Aur dengan Universitas Andalas

**Khalayak sasaran.** Sasaran dari kegiatan ini adalah para orang tua yang memiliki remaja di Nagari Tanjung Bonai Aur. Kegiatan Sosialisasi Pencegahan Anemia dan Kenakalan Remaja ini memiliki sasaran yang jelas bahwa dengan mendapatkan informasi mengenai remajanya orang tua juga mempunyai peran yang sangat kuat dalam hal pencegahan ini. Selain itu manfaat dari sasaran pada orang tua ini adalah para orang tua juga mampu menyampaikan kembali informasi yang didapatkan kepada remaja yang dimilikinya, sehingga tujuan dari kegiatan ini secara tidak langsung mendapatkan 2 sasaran.

**Metode Pengabdian.** Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah metode ceramah singkat, dengan tahapan sebagai berikut sebagai berikut:



Gambar 2. Metode pelaksanaan kegiatan

1. Sosialisasi  
Narasumber menyampaikan materi mengenai anemia pada remaja dan kenakalan remaja dilanjutkan mengenai bagaimana cara pencegahannya.
2. Diskusi dan Tanya Jawab  
Sesi diskusi dilakukan pada saat semua narasumber telah menyampaikan materi, lalu para peserta dapat memberikan pertanyaan maupun keluhan yang dimiliki pada remajanya.
3. Evaluasi  
Sesi evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan orang tua terhadap anemia dan kenakalan remaja. Sehingga diharapkan anemia dan kenakalan remaja bisa ditekan menjadi lebih kecil.

**Indikator Keberhasilan.** Indikator keberhasilan pada kegiatan ini yaitu semakin meningkatnya pengetahuan orang tua mengenai anemia dan kenakalan pada remaja. Orang tua diharapkan telah mampu mengetahui gejala yang muncul pada anak remaja mereka, dan dapat membimbing mereka menjadi lebih baik.

**Metode Evaluasi.** Metode evaluasi dilakukan dengan wawancara terhadap seluruh peserta. Dimana masing-masing peserta di berikan pertanyaan yang sama sebelum dan setelah pelaksanaan kegiatan ini.

### Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Sosialisasi Pencegahan Anemia dan Kenakalan Remaja dilakukan pada hari Rabu, 21 Juli 2023, dilaksanakan di tempat pertemuan Program Keluarga Harapan (PKH), Jorong Pauh, Ngari Tanjung Bonai Aur. Kegiatan ini dihadiri oleh Ketua BKKBN Nagari Tanjung Bonai Aur serta ibu-ibu kelompok PKH Jorong Pauh serta Tim Pengabdian Universitas Andalas (Mardiansyah dkk., 2023).



Gambar 3. Penyampaian materi pecegahan anemia dan kenakalan remaja

#### A. Kegiatan Penyampaian Materi

Kegiatan ini dibuka oleh Ketua BKKBN Nagari Tanjung Bonai Aur yang menyampaikan mengenai permasalahan remaja, setelah itu dilanjutkan penyampaian materi oleh Mahasiswa KKN Unand yang mana terdiri dari materi seputar remaja, anemia, kenakalan remaja dan cara pencegahannya. Kegiatan ini berlangsung dengan baik, karena mendapat antusias yang tinggi dari ibu-ibu PKH mengenai materi yang disampaikan, setelah penyampaian materi dilanjutkan dengan sesi diskusi, dimana ibu-ibu PKH menyampaikan keluhan serta permasalahan remaja yang dimiliki kemudian didiskusikan bersama Mahasiswa KKN UNAND serta ketua BKKBN Nagari Tanjung Bonai Aur. Kegiatan ini diharapkan dapat mengurangi permasalahan remaja yang berfokus pada kejadian anemia dan kenakalan remaja, serta para orang tua mendapatkan materi yang berguna untuk remaja yang dimilikinya.

#### B. Kegiatan Diskusi

Setelah dilakukan penyampaian materi dan sesi diskusi, ibu-ibu kelompok PKH menyampaikan pertanyaan kepada narasumber mengenai gejala awal anemia pada remaja, pencegahan dan pengobatan. Banyak diantara peserta antusias pada sesi

ini, sehingga peserta menjadi lebih dapat memahami tentang remajanya dan bagaimana pencegahan anemia dan kenakalan pada remajanya.

### **C. Keberhasilan Kegiatan**

Dari evaluasi yang di berikan, Keberhasilan dari kegiatan ini sebagai berikut: Ibu-ibu mendapatkan tambahan ilmu mengenai anemia 85%. Peserta sosialisasi memahami karakteristik penyakit anemia pada remaja putri 86%. Peserta sosialisasi memahami penyebab keakutan pada anak remaja 90%. Peserta sosialisasi memahami pencegahan keakutan anak remaja 89%.



Gambar 4. Sesi dokumentasi

### **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini mendapatkan perhatian besar bagi orang tua yang memiliki anak remaja. Para orang tua mendapatkan ilmu mengenai Kesehatan remaja khususnya mengenai anemia dan bagaimana pencegahan yang baik agar remajanya tidak terjadi anemia. Kegiatan ini juga memperkenalkan contoh perilaku keakutan remaja kepada orang tua yang hadir, dampak jika keakutan remaja dibiarkan terus menerus, serta bagaimana peran orang tua didalamnya mencegah agar keakutan remaja tidak berlanjut dan berujung fatal. Orang tua juga semakin mengetahui cara mengatasi keakutan pada remaja.

### **Ucapan Terima Kasih**

Terimakasih kepada UPT Pembelajaran Diluar Kampus Universitas Andalas, LPPM Universitas Andalas dan Pemerintahan Nagari Tanjung Bonai Aur.

### **Referensi**

Apriningsih & Sufyan, D. L. (2021). Edukasi Pencegahan Anemia Remaja Putri Pada Orang Tua dan Guru Santri Madrasah, *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 3 (2), <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v3i2.720>.

Chrismastianto, I. A. W., Vanriel, M., & Anas, A. (2019). Sosialisasi Pencegahan Keakutan Remaja Demi Terwujudnya Generasi Muda Yang Berkualitas Dan Berdaya Saing Menuju Indonesia Emas 2045 Di Desa Karangmojo, Jombang, Jawa Timur. *Prosiding PKM – CSR*, 2, 758-762. <https://doi.org/10.37695/pkmcscr.v2i0.279>.

Eleanora, F., Ismail, Z., Lestari, M., Zahara, E., Alviansyah, M., Simanjuntak, K., Harahap, A., Nur Taufik, M., Putri Atsas, T., Manek, M., & Daviq, M. (2023).



- Sosialisasi Kenakalan Remaja : Faktor, Dampak Dan Upaya Pencegahan. Abdi Wina Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(1), 44-48. doi:10.58300/abdiwina.v3i1.431.
- Larasati, T., Perdani, R. R. W., Wulan, A. J., & Ferdiansyah, A. I. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Untuk Pencegahan Anemia, Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwa Jurai, 5 (1), 104-108, DOI: <https://doi.org/10.23960/jpm51104-108>.
- Mardiansyah, D., Akmal, E. F., Chairunnisa, S., Kurniawan, D., Salsabila, A., Maulana, V., & Dias, U. H. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur. Jurdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Royal, 6(4), 667-672, <https://doi.org/10.33330/jurdimas.v6i4.2763>.
- Mardiansyah, D., Wildian, W., Muttaqin, A., Muldarisnur, M., Fardela, R., Afdal, A., Pohan, A. F., Mahyudin, A., Firmawati, N., Milvita, D., Oktamuliani, S., Adrial, R., Puryanti, D., Usna, S. R. A., Namigo, E. L., Sutantyo, T. E. P., & Zulfi, Z. (2024). Peningkatan Pembelajaran Fisika di SMAN 2 Gunung Talang Kabupaten Solok Melalui Kegiatan Pengabdian Masyarakat. BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 5(1), 493-500.
- Mumpuni, P., Widjanarko, B., & Indraswari, R. (2019). Gambaran Perilaku Orangtua Dalam Upaya Pencegahan Anemia Pada Anak Sekolah Dasar di SDN Cinderejo Kota Surakarta, Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal), 7 (4), 586-593, (ISSN: 2356-3346), <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Musniati, N., & Fitria, (2022). Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri, Media Karya Kesehatan, 5 (2), 224-232. <https://doi.org/10.24198/mkk.v5i2.38303.g18658>.
- Purnaningsih, W., & Isnaini, N. (2023). Sosialisasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Dengan Mengonsumsi Olahan Daun Kelor Di Kelurahan Rejomulyo Metro Selatan Tahun 2023". Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat, 5(2), 303-308. doi:<https://doi.org/10.33024/jpm.v5i2.12678>.
- Rullyni, N. T., Jayanti, V., & Agustina, N. S. (2022). Sosialisasi Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri di SMP 19 Bintan. Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3(3), 1345-1351. <https://doi.org/10.31004/cdj.v3i3.7575> (Original work published October 16, 2022).
- Saifah, A., Putra, W. U. C. J., Khairiyah, M., Samadani, M. S., & Dewi, A. K. (2023). Edukasi Tentang Intervensi Non-Farmakologis Dalam Mengatasi Nyeri Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 7 Palu. Panrita Abdi - Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat, 7(4), 841-848. <https://doi.org/10.20956/pa.v7i4.28885>.
- Sa'pang, M., Harna, Dhyani, P., Hartanto, D., Cindyana, V., Dewi, A. D. P., Ramadhani, N., Natashia, A., & Farhana, (2023). Sosialisasi Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri di Kelurahan Cempaka Putih Barat, DKI Jakarta, Jurnal Ahsana Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, 1 (1), 20-25, DOI: 10.25008/ahsana.v1i1.309.

Penulis:

**Dedi Mardiansyah**, Departemen Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Andalas, Padang. E-mail: [dedimardiansyah@sci.unand.ac.id](mailto:dedimardiansyah@sci.unand.ac.id)

**Syifa Chairunnisa**, Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Padang. E-mail: [syifachairunnisa@gmail.com](mailto:syifachairunnisa@gmail.com)

**Elfi Fauzana Akmal**, Departemen Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, Padang. E-mail: [elfifauzana@gmail.com](mailto:elfifauzana@gmail.com)

**Dedi Kurniawan**, Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Padang. E-mail: [dedikurniawan28082001@gmail.com](mailto:dedikurniawan28082001@gmail.com)

**Amanda Salsabila**, Departemen Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Padang. E-mail: [amandaif092@gmail.com](mailto:amandaif092@gmail.com)

**Muhammad Irfan Ghivari**, Departemen Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Andalas, Padang.  
E-mail: [m.irfanghivari@gmail.com](mailto:m.irfanghivari@gmail.com)

Bagaimana men-sitasi artikel ini:

Mardiansyah, D., Chairunnisa, S., Akmal, E. F., Kurniawan, D., Salsabila, A., & Ghivari. M. I., (2024). Sosialisasi Pencegahan Anemia dan Kenakalan Remaja Pada Kelompok Orang Tua Di Nagari Tanjung Bonai Aur. *Jurnal Panrita Abdi*, 8(2), 372-378.