Sustainable Society Journal Vol.1 No.2 (2026):22-25
Received 15 May 2026; Revised 15 June 2026, Accepted 7 July 2026
e-ISSN: 3124-9345

PENINGKATAN PERAN KADER KESEHATAN PADA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Sri Mularsih[1*], Pingkan Amelia Najla[2]

[1,2] Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Agung Putra, Semarang, Indonesia
**srimularsih@apu.ac.id*

ABSTRAK

Anemia merupakan penurunan proporsi sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) yang lebih rendah dari nilai normal di dalam darah. Anemia memiliki dampak antara lain penurunan daya tahan tubuh, kurang oksigen ke sel otak. Anemia pada remaja putri dapat menciptakan / berdampak siklus kekurangan darah yang berkelanjutan. Remaja putri yang mengalami anemia beresiko menjadi ibu hamil dengan kekurangan energy kronis, yang pada akhirnya dapat menyebabkan bayi lahir dengan berat badan rendah/ mengalami stunting**.** Anemia pada Remaja putri bisa dilakukan penatalaksanaan salah satunya dibutuhkan dukungan sosial seperti peningkatan peran Kader Kesehatan Kader sebagai ujung tombak penggerak kesehatan dimasyarakat untuk meningkatkan dukungan sosial pada remaja putri dengan Anemia. Permasalahan anemia pada remaja putri ini diharapkan dapat diatasi dengan strategi yang tepat. Pengabdian kepada Masyarakat bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan para kader kesehatan pada 9 ibu kader kesehatan di kelurahan Sumurrejo Kecamatan Gunungpati Kota Semarang.

Kata Kunci: Anemia, Peran Kader, Remaja putri.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah dan kapasitas pembawa oksigennya tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Periode Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terjadi baik di dunia maupun di Indonesia. Remaja putri lebih rentan menderita Anemia kerena banyaknya zat besi (Fe) yang hilang saat menstruasi, dan dapat diperburuk oleh asupan Zat besi yang kurang. Remaja putri dikatakan menderita anemia apabila kadar Hemoglobin darah kurang dari 12 g/dl. Hemoglobin ini merupakan protein yang ditemukan dalam sel darah merah membawa oksigen dari paru – paru ke seluruh tubuh (WHO, 2020).

Berdasarkan data global di perkirakan setengah miliar wanita usia 15-49 tahun dan 269 juta anak usia 6-59 bulan mengalami Anemia (WHO, 2023). Prevalensi Anemia pada remaja di Indonesia mencapai 32-34 %.angka kejadian Anemia di Indonesia pada usia 5-14 tahun mencapai 26,8 %, usia 15–24 tahun yaitu 32 % (Kemenkes, 2022). Riskesdas (2020) menunjukkan proporsi Anemia pada keompok umur 15-24 tahun sebesar 32 % sedangka proporsi Anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3 %) (Fauziah dkk, 2020).

Prevalensi Anemia pada Remaja di dunia masih sangat cukup tinggi berkisar 40-88 % (Siauta, J.A, 2020). Data Dinas Kesehatan kota semarang (2022), kasus Anemia pada remaja mencapai 1445 kasus yang tersebar di 37 puskesmas yang ada di Kota Semarang.

Anemia ditandai dengan gejala seperti kelelahan, kelesuan, letih, lemah dan lunglai.yang lazim disebut dengan 5 L yang merupakan tanda remaja mengalami kekurangan zat gizi makro (protein) dan zat gizi mikro terutama zat besi. Remaja putri lebih rentan menderita Anemia karena banyaknya zat besi (Fe) yang hilang saat menstruasi, diperburuk oleh asupan zat besi yang kurang. Anemia pada remaja putri merupakan masalah serius karena dapat menyebabkan siklus anemia yang berkelanjutan (Yenny D.R.& Rindu, 2024). Pencegahan dan permasalahan Anemia dapat dilakukan dengan baik apabila faktor resiko penyebab terjadinya anemia dapat diketahui secara dini (Taufiq dkk, 2020).

Permasalahan Anemia pada remaja putri diharapkan dapat diatasi dengan strategi pencegahan dan penatalaksanaan berfokus pada pendidikan gizi, program makan seimbang dan suplemen zat besi. Meskipun ada upaya pemerintah untuk mendistribusikan tablet tambah darah (TTD), kepatuhan masih rendah.Kader pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan yang selanjutnya di sebut Kader adalah setiap seseorang yang dipilih oleh masyarakat dan dilatih untuk menggerakkan masyarakat berpartisipasi dalam pemberdayaan masyarakart bidang kesehatan (Kemenkes RI, 2019). Kader dilatih untuk dapat memberikan informasi, pemberian tablet Fe, dan pemantauan konsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia pada Remaja Putri (Purwati & Noviyana, 2018).

Pemberdayaan Kader kesehatan dalam pengendalian faktor resiko Anemia merupakan langkah strategis, mengingat bahwa kader merupakan aspek integral dari strategi peningkatan kesehatan dalam program kesehatan primer pembangunan pelayanan (Handayani&Nini, 2021). Pemberdayaan kader kesehatan berkembang melalui kegiatan pelatihan, pendampingan dan sosialisasi program. Pemberdayaan kader kesehtan diharapkan dapat membawa dampak keberhasilan pencehagan Anemia pada Remaja(Yusni &Nurlaily, 2022).

Menurut Penelitian Adisti Kusuma P (2025), Adanya peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader dalam upaya pencegahan Anemia pada remaja putri dengan kader yang mempunyai tingkat penegtahuan baik meningkat dari 3 kader (42,9 %) menjadi 7 kader (100 %) dan kader yang mempunyai pengetahuan cukup menurun dari 4 kader (57%) menjadi tidak ada kader yang mempunyai pengetahuan cukup mengeanai pencegahan Anemia (0 %). Hasil Evaluasi menunjukkan adanya peningkatan Kader dalam upaya pencegahan Anemia pada Remaja Putri.

Hasil analisis situasi terkait beberapa fokus permasalahan yang akan diatasi dan dilaksanakan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul peningkatan peran kader kesehatan pada pencegahan Anemia pada Remaja putri di kelurahan Sumurrejo di temukan masih adanya kader yang pengetahuannya kurang terkait pencegahan Anemia dan masih adanya peran kader yang kurang aktif..

METODE

Berdasarkan analisis situasi maka di tetapkan metode dalam pelaksanaan program Pengabdian Masyarakat adalah peningkatanperan kader kesehatan dan penyuluhan tentang Anemia Remaja dengan peserta 9 kader . Kegiatan ini di mulai dari tahapan sebaga berikut :

1. Persiapan
   Tim PkM berkoordinasi dengan pihak kelurahan Sumurrejo untuk melakukan perijinan dan melakukan survey awal serta menyusun persiapan materi, meyusun soal pre-post test.
2. Implementasi
   Pada tahap ini di berikan edukasi dengan pemberian materi tentang :
   a. Melakukan *pre test*
   b. Penyampaian materi materi tentang Anemia
   c. Penyampaian materi tentang Anemia pada Remaja putri.
   d. Melakukan *post test*
   3. Evaluasi
      Menganalisis kegiatan PkM, melakukan pembahasan dan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian sebagai berikut :

1. Persiapan
   Pada tahap ini telah dilakukan perijinan dan koordinasi dengan Kelurahan Sumurrejo, Kecamatan Gunungpati Kota semarang
2. Implementasi
   Hasil kegiatan pada tahap ini di ketahui bahwa pada periode bulan Maret 2025
   a. Telah diberikan Edukasi/ pendidikan kesehatan tentang Anemia
   b. Telah diberikan Edukasi/ pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Remaja Putri.

Tabel 1. Hasil Pemberian Edukasi/ Pendidikan Kesehatan pada Kader Kesehatan

Tingkat Pengetahuan	**Pre**	**%**	**post**	**%**
Baik	0	0	5	50
Cukup	6	60	3	30
Kurang	3	30	1	10
Total	**9**	**100**	**9**	**100**

Tabel 1 Menunjukan menunjukkan sebelum pemberian Edukasi /pendidikan Kesehatan pada Kader dengan pengetahuan Cukup (60 %) lebih banyak dari pada Kader dengan pengetahuan Baik (0 %). Setelah dilakukan Edukasi/Pendidikan Kesehatan pada Kader terjadi perubahan dengan persentase kader pengetahuan baik (50 %) lebih banyak dari pada persentase kader pengetahuan Cukup (30 %) dan kurang (10 %). Meningkatnya pengetahuan Kader setelah diberikan Edukasi/ Pendidikan Kesehatan diharapkan mampu membantu meningkatkan peran kader terhadap Remaja putri dalam pencegahan Anemia.

Berikut Foto kegiatan pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat





SIMPULAN

Kesimpulan kegiatan pengabdian ini adalah peningkatan peran Kader dalam pencegahan Anemia setelah dilakukan peningkatan peran kader masalah kurangnya pengetahuan dan kurang aktifnya kader dalam pencegahan Anemia dapat teratasi . Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan keaktifan kader/ ketrampilan dalm upaya pencegahan Anemia pada Remaja Putri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada Kader kelurahan Sumurrejo, Kota Semarang yang terlibat, dan Institusi Karya Mulia Bangsa yang telah memberikan support dan dukungan semoga dapat memberikan manfaat untuk Kader Kelurahan Sumurrejo.

DAFTAR PUSTAKA

Dinas kesehatan Kota semarang (2023) Laporan Program Kesehatan dan Remaja Bidang kesehatan Ibu, Anak dan Remaja.

Fauziah, I.N., Lutfiasari, D.&Aminah, S.(2020). Perbedaan pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri di pondok Pesantren Al Ma'ruf Kota Kediri Tahun 2020.

Handayani,Nini (2021) Faktor Faktor yang berhubungan dengan kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Kijang Kecamatan Bintan Timur, Kabupaten Bintan. Depok: FKM UI

Purwati, & Noviyana, A. (2018). Keterlibatan Kader Posyandu Dalam Pemantauan Konsumsi Tablet Fe Pada Pencegahan Anemia Ibu Hamil Di Kabupaten Banyumas. Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan .

Taufiqa, Ekawidyani, karina rahmadia & sari (2020) aku sehat tanpa Anemia. Aku sehat Tanpa Anemia.

Kemenkes R1. (2019). Profil Kesehatan Indonesa

Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia

Siauta,J.A, Indrayani,T.&Bombing, K,(2020). Hubungan Anemia dengan Prestasi Belajar siswi di SMP negeri Kelila kabupaten Mamberamo Tengah.

Yenny Dewi Rakhmawati & Rindu (2024) Optimalisasi Peran kader dalam pencegahan anemia remaja putri di SMPN 14 Kota Tangerang.

Yusni Podunggel, Sri Nurlaily (2022). Pemberdayaan Kader dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia.

World Healt Organization. 2023