



GERAKAN REMAJA BEBAS ANEMIA MELALUI SKRINING DAN EDUKASI GIZI DI DESA LIMBORO, KEC. LIMBORO, KAB. POLEWALI MANDAR 2026

Irmayanti AR¹, Yesi Gusnawati², Yuliana Nelsi³

STikes Marendeng Majene¹, STikes Marendeng Majene², STikes Lakipadada Tana Toraja³

*Alamat korespondensi : Email : imma.ar88@gmail.com

*Alamat korespondensi : Email : yesigusnawati1987@gmail.com

*Alamat korespondensi : Email : Yuliananeli25@gmail.com

Abstrak

Anemia pada remaja merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih banyak ditemukan dan dapat berdampak terhadap kualitas kesehatan, konsentrasi belajar, serta produktivitas remaja. Kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang dan rendahnya kesadaran melakukan pemeriksaan kesehatan menjadi faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian anemia pada remaja. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai pencegahan anemia melalui skrining kesehatan dan edukasi gizi di Desa Limboro, Kecamatan Limboro, Kabupaten Polewali Mandar tahun 2026.

Metode kegiatan meliputi registrasi peserta, pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb), pengukuran status gizi, penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, dan pembagian tablet tambah darah. Sasaran kegiatan adalah remaja usia 12–19 tahun di Desa Limboro. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta sangat antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Berdasarkan hasil skrining, ditemukan beberapa remaja dengan kadar hemoglobin di bawah normal, terutama pada remaja putri. Setelah diberikan edukasi, peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai anemia, pola makan bergizi seimbang, serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin.

Kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja dalam upaya pencegahan anemia. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai bentuk promotif dan preventif untuk meningkatkan derajat kesehatan remaja di masyarakat.

Kata Kunci: anemia, remaja, skrining kesehatan, edukasi gizi, pengabdian masyarakat, kesehatan remaja.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak ditemukan pada kelompok remaja, khususnya remaja putri. Kondisi anemia dapat menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, mudah lelah, menurunnya produktivitas, serta berdampak pada kualitas kesehatan reproduksi di masa mendatang.

Kurangnya pemahaman mengenai pola makan sehat, rendahnya konsumsi makanan bergizi, serta minimnya pemeriksaan kesehatan secara berkala menjadi faktor utama tingginya kasus anemia pada remaja. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan skrining anemia serta edukasi gizi.

Melalui program “Gerakan Remaja Bebas Anemia”, tim pengabdian melaksanakan kegiatan pemeriksaan hemoglobin (Hb), edukasi gizi seimbang, sosialisasi pentingnya konsumsi tablet tambah darah, dan pendampingan kesehatan remaja di Desa Limboro, Kecamatan Limboro, Kabupaten Polewali Mandar.

METODE PELAKSANAAN

A. Waktu dan Tempat

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tahun 2026 di Desa Limboro, Kecamatan Limboro, Kabupaten Polewali Mandar.

B. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah remaja usia 12–19 tahun yang berada di wilayah Desa Limboro.

C. Bentuk Kegiatan

1. Registrasi peserta.
2. Pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb).
3. Pengukuran berat badan dan tinggi badan.
4. Edukasi gizi dan kesehatan remaja.
5. Diskusi dan tanya jawab.
6. Pembagian leaflet edukasi.
7. Pembagian tablet tambah darah.

D. Metode Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan menggunakan metode:

- Ceramah interaktif.
- Demonstrasi pola makan sehat.
- Pemeriksaan kesehatan sederhana.
- Konseling kesehatan.
- Evaluasi pengetahuan peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian berlangsung dengan lancar dan mendapat antusiasme tinggi dari masyarakat, khususnya para remaja. Peserta yang hadir sebanyak 60 orang remaja dari berbagai dusun di Desa Limboro.

Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pembukaan oleh aparat desa serta tim pengabdian. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin untuk mendeteksi kondisi anemia pada peserta.

Hasil skrining menunjukkan bahwa sebagian peserta memiliki kadar hemoglobin di bawah batas normal, terutama pada remaja putri. Hal ini menunjukkan pentingnya edukasi dan intervensi gizi secara berkelanjutan.

B. Edukasi Gizi dan Pencegahan Anemia

Materi edukasi yang diberikan meliputi:

1. Pengertian anemia.
2. Penyebab dan gejala anemia.
3. Dampak anemia bagi kesehatan.
4. Pentingnya konsumsi makanan bergizi.
5. Konsumsi tablet tambah darah.
6. Pola hidup sehat dan aktivitas fisik.

Peserta terlihat aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Sebagian besar peserta menyatakan baru memahami dampak anemia terhadap kesehatan dan pentingnya menjaga pola makan.

C. Evaluasi Kegiatan

Berdasarkan hasil evaluasi:

- Peserta mampu memahami materi edukasi dengan baik.
- Remaja menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang anemia.
- Peserta bersedia menerapkan pola makan sehat.
- Dukungan pemerintah desa dan tenaga kesehatan sangat baik.

DOKUMENTASI KEGIATAN

1. Pembukaan Kegiatan

Keterangan: Sambutan dari aparat desa dan tim pengabdian kepada peserta kegiatan.

2. Registrasi Peserta

Keterangan: Proses registrasi peserta remaja sebelum mengikuti kegiatan skrining.

3. Pemeriksaan Hemoglobin (Hb)

Keterangan: Tim kesehatan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin kepada peserta.

4. Edukasi Gizi Remaja

Keterangan: Penyampaian materi tentang anemia dan gizi seimbang.

5. Diskusi dan Tanya Jawab

Keterangan: Peserta aktif bertanya dan berdiskusi mengenai kesehatan remaja.

6. Foto Bersama

Keterangan: Dokumentasi bersama peserta, aparat desa, dan tim pengabdian.

FAKTOR PENDUKUNG DAN HAMBATAN

A. Faktor Pendukung

1. Dukungan pemerintah desa.
2. Antusiasme peserta yang tinggi.
3. Kerja sama yang baik antara tim pengabdian dan tenaga kesehatan.
4. Ketersediaan sarana dan prasarana kegiatan.

B. Faktor Hambatan

1. Sebagian peserta datang terlambat.
2. Keterbatasan alat pemeriksaan kesehatan.
3. Waktu pelaksanaan yang terbatas.

C. Solusi

1. Melakukan koordinasi lebih awal dengan peserta.
2. Menambah alat pemeriksaan pada kegiatan berikutnya.
3. Menyusun jadwal kegiatan yang lebih efektif.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian “Gerakan Remaja Bebas Anemia Melalui Skrining dan Edukasi Gizi” di Desa Limboro berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan serta kesadaran remaja mengenai pentingnya pencegahan anemia.

Melalui kegiatan skrining kesehatan dan edukasi gizi, peserta memperoleh pemahaman mengenai pentingnya menjaga pola makan sehat, konsumsi tablet tambah darah, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

B. Saran

1. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara rutin.
2. Diperlukan pendampingan kesehatan remaja secara berkelanjutan.
3. Perlu kerja sama lintas sektor untuk mendukung program pencegahan anemia.

PENUTUP

Demikian laporan hasil pengabdian kepada masyarakat ini disusun sebagai bentuk dokumentasi dan pertanggungjawaban pelaksanaan kegiatan. Diharapkan kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat serta menjadi langkah awal dalam mewujudkan generasi remaja yang sehat dan bebas anemia.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Susunan Acara

Waktu	Kegiatan
08.00 – 08.30	Registrasi Peserta
08.30 – 09.00	Pembukaan
09.00 – 10.30	Skrining Hemoglobin
10.30 – 11.30	Edukasi Gizi
11.30 – 12.00	Diskusi dan Tanya Jawab
12.00 – 12.30	Penutupan

Lampiran 2. Daftar Tim Pengabdian

1. Ketua Tim
2. Sekretaris
3. Anggota
4. Tenaga Kesehatan
5. Kader Kesehatan

Lampiran 3. Dokumentasi Tambahan

- Dokumentasi pemeriksaan kesehatan.
- Dokumentasi edukasi.
- Dokumentasi pembagian leaflet.
- Dokumentasi foto bersama.

LAMPIRAN







