

Upaya Pencegahan Anemia Pada Anak Perempuan di SDN Jabon 2 Kabupaten Mojokerto

Eka Diah Kartiningrum¹, Ika Suhartanti², Henry Sudiyanto³, Umar Faruk⁴

¹Prodi S2 Kesehatan Masyarakat Stikes Majapahit

^{2,3,4}Prodi S1 Keperawatan Stikes Majapahit

E - Mail: ekadihkartiningrum@gmail.com

ABSTRAK

Anemia merupakan jenis gangguan kesehatan yang memiliki dampak secara tidak langsung pada produktivitas manusia. Selain karena intake makanan yang kurang baik, anemia juga disebabkan oleh infeksi parasit. Tim pengabdian Stikes Majapahit tertarik untuk melaksanakan upaya pengabdian masyarakat dalam rangka untuk peningkatan pengetahuan siswa tentang pencegahan anemia, pola makan yang dapat mencegah anemia dan pengaruh anemia terhadap motivasi belajar siswa. Kegiatan ini berlangsung mulai Maret hingga Mei 2022 di SDN Jabon 2 Kabupaten Mojokerto. Kegiatan ini diikuti oleh 25 peserta didik dengan didampingi bapak/ibu guru. Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan role play untuk menyusun menu makan yang sehat. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa tentang pencegahan anemia, pola makan yang dapat mencegah anemia dan pengaruh anemia terhadap motivasi belajar siswa. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat mendorong siswa untuk rajin sarapan pagi, menerapkan hidup bersih dan sehat serta mampu memilih menu makanan yang sehat untuk dirinya, terutama tinggi besi untuk siswi yang sudah menstruasi. Pihak sekolah diharapkan aktif untuk menjalin kerjasama dengan instansi pelayanan kesehatan dan pendidikan kesehatan untuk terus bersama meningkatkan pola asupan yang bagus dan mampu meningkatkan semangat belajar sekaligus imunitas anak selama pandemi Covid 19 belum berakhir.

Kata Kunci : pencegahan, anemia, anak, perempuan

ABSTRACT

Anemia is non-communicable disease that has indirect impact on human productivity. Beside poor food intake, anemia is also caused by parasitic infections. The Stikes Majapahit Community Service Team is interested in carrying out community service efforts in order to increase students' knowledge about anemia prevention, eating patterns that can prevent anemia and the effect of anemia on students' learning motivation. This activity took place from March to May 2022 at SDN Jabon 2 Mojokerto. This activity was attended by 25 students accompanied by the teacher. Activities are carried out using lecture, discussion and role play methods to develop a healthy eating menu. The results of the evaluation showed an increase in students' knowledge about preventing anemia, eating patterns that can prevent anemia and the effect of anemia on students'

learning motivation. The increase in knowledge will encourage students to be diligent in eating breakfast, implementing a clean and healthy life and being able to choose healthy food menus for themselves, especially with high iron for students who are already menstruating. The school is expected to be active in collaborating with health care and health education agencies to continue to jointly improve good intake patterns and be able to increase the enthusiasm for learning as well as children's immunity during the COVID-19 pandemic.

Key Words:*prevention, anemia, children, woman*

1. PENDAHULUAN

Kekurangan darah atau anemia telah dilaporkan sebagai masalah kesehatan utama di dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Anemia menurut WHO (2015) didefinisikan sebagai derajat defisiensi hemoglobin dalam darah. Jumlah penduduk dunia yang menderita anemia sekitar 30% (2,2 miliar), dan sebagian besar penderitanya tinggal di daerah beriklim tropis. Secara global, prevalensi anemia (anemia) adalah 51% (Suryani, Hafiani, dan Junita, 2015). Riskesdas (2018) menyebutkan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil sekitar 37,1% (2013) dan 48,9% pada tahun 2018. Prevalensi anemia antara usia 15-24 (84,6%), 25-34 (33,7%), 35-44 (33,6%), dan 45-54 (24%). Sebuah penelitian yang dilakukan di Sulawesi menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan perkembangan anemia pada remaja putri, karena remaja putri rata-rata memiliki kebiasaan makan makanan kaya zat besi yang buruk (Hapzah, 2012). Studi di Meksiko juga menjelaskan bahwa kekurangan zat besi pada wanita dan anak-anak obesitas adalah dua sampai empat kali lebih tinggi dari biasanya. Peningkatan produksi hepcidin, yang dapat mengganggu penyerapan zat besi. Selain itu, prevalensi defisiensi zat besi lebih tinggi pada remaja laki-laki dan perempuan obesitas dibandingkan pada anak normal (Indartanti, 2014; Nead, 2004). Remaja yang menderita anemia mudah lelah dan kurang fokus pada penelitiannya, sehingga mengakibatkan kinerja penelitian yang lebih rendah dan produktivitas kerja yang lebih rendah. Selain itu, menurunkan konsentrasi zat besi dalam tubuh mengurangi daya tahan tubuh, sehingga lebih mudah terinfeksi pada masa remaja. Prevalensi anemia pada remaja putri merupakan penyumbang utama kematian ibu, kelahiran prematur, dan kejadian bayi berat lahir rendah bila persisten dan tidak diobati (Kirana, 2011; Agus, 2004).

Populasi remaja (10-18 tahun) di Indonesia pada tahun 2018 berkisar 5,1 juta orang atau sekitar 17 dari total penduduk Indonesia (Kemenkes RI, 2018). Remaja merupakan kelompok penduduk yang berusia antara 10 sampai dengan 19 tahun. Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang sangat rentan terhadap gizi kurang, antara lain karena pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya membutuhkan zat gizi yang lebih banyak (Patimah, 2017). Remaja putri dengan status gizi yang baik menjamin kesehatan dan keselamatannya selama kehamilan dan persalinan. Oleh karena itu, seorang remaja putri harus mempersiapkan diri sebelum menjalani pernikahan dan kehamilan hingga membentuk seribu hari pertama kehidupan. Upaya

penanggulangan anemia dilakukan dengan tujuan untuk memutus mata rantai gizi buruk stunting. Perempuan muda yang menjadi calon ibu menjadi perhatian utama. Remaja putri yang tumbuh sehat sesuai usia perkembangannya dapat menghasilkan generasi muda yang sehat. UNFPA berpendapat bahwa ketika remaja perempuan memiliki akses ke pendidikan dan kesehatan, termasuk kesehatan reproduksi, hal itu menciptakan peluang bagi remaja perempuan untuk mewujudkan potensi penuhnya.

Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah anemia antara lain konsumsi sumber kaya zat besi, fortifikasi makanan kaya zat besi, dan suplementasi zat besi (Kemenkes, 2016). Perlu juga diberikan edukasi tentang pencegahan anemia guna meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap untuk mengatasi anemia. Salah satu program pemerintah untuk memerangi masalah kesehatan remaja putri adalah dengan membentuk organisasi kesehatan remaja di sekolah. Kader Kesehatan Remaja adalah Pemuda (KKR), sebuah organisasi yang dipilih sebagai relawan untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada diri sendiri, teman, keluarga dan masyarakat. Anggota Kader Kesehatan Remaja antara lain konselor sebaya, Dokter Kecil, Anggota Saka Bhakti Husada, Anggota PMR, Anggota Karang Taruna, Kader Posyandu Remaja, Pemuda Masjid, Pemuda Gereja, Kader Jumantik Cilik (Kemenkes, 2016). Oleh sebab itu tim pengabdian masyarakat Stikes Majapahit tertarik untuk melakukan upaya pengabdian dalam rangka mencegah terjadinya anemia pada siswa perempuan terutama yang telah mengalami menstruasi

2. METODE

a. Respon

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada siswi kelas 3, 4 dan 5. Pemilihan responden didasarkan pertimbangan bahwa hampir 60% siswi telah mengalami menstruasi sehingga lebih beresiko mengalami anemia dibandingkan siswa siswi lainnya. Siswi kelas 3 juga masih cenderung berkarakter seperti anak-anak dan masih belum memahami tentang anemia dan cara pencegahannya.

b. Metode dan Tahap Kegiatan

Pada tahap Perencanaan, dilakukan identifikasi kebutuhan, potensi dan kelemahan yang ada, solusi dan kegiatan yang akan dilakukan serta mulai membuat pengorganisasian. Tahap selanjutnya adalah tahap pelaksanaan yang meliputi pengenalan, pre test, pelaksanaan pembinaan, post test, dan penutup. Tahap ketiga adalah monitoring dan evaluasi oleh tim pengabdian

Runtutan logbook pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

No	Kegiatan	Waktu	Tempat
1.	Penugasan penyuluhan Promkes	14 Maret 2022	Kampus STIKES Majapahit
2.	Presentasi Materi Penyuluhan	22 Maret 2022	Mini Hospital
3.	Pembuatan Media (Banner)	23-24 Maret 2022	Nayla Printing
4.	Pengumpulan Media (Banner) ke lokasi pengabdian.	5 April 2022	Kantor STIKES Majapahit
5.	Konfirmasi ulangkelanjutan penyuluhan	19 April 2022	STIKES Majapahit
6.	Mengurus perizinan dan sasaran	9 Mei 2022	SDN 2 Jabon Mojokerto
7.	Konfirmasiulang ke pihak sasaran penyuluhan oleh mahasiswa.	19 Mei 2022	SDN 2 Jabon Mojokerto
8.	Pelaksanaan Penyuluhan oleh mahasiswa dan bapak/ibu dosen.	24 - 30 Mei 2022	SDN 2 Jabon Mojokerto

c. Evaluasi

1) Struktur

Penyuluhan dilaksanakan selama 7 hari dengan menggunakan 25 siswa sebagai peserta penyuluhan. evaluasi struktur menilai kesesuaian tata letak tempat penyuluhan, kelengkapan peralatan dan perlengkapan lain selama penyuluhan, serta kualifikasi dari pemberi materi. Evaluasi struktur juga menilai penyampaian materi yang meliputi kualitas materi, bahasa yang digunakan tim pengabdian dan biaya yang digunakan selama kegiatan pengabdian masyarakat

2) Proses

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan setiap pukul 08.00 hingga 12.00 WIB. Evaluasi proses dilakukan untuk menilai ketepatan pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan ketercapaian target dari setiap tahap kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

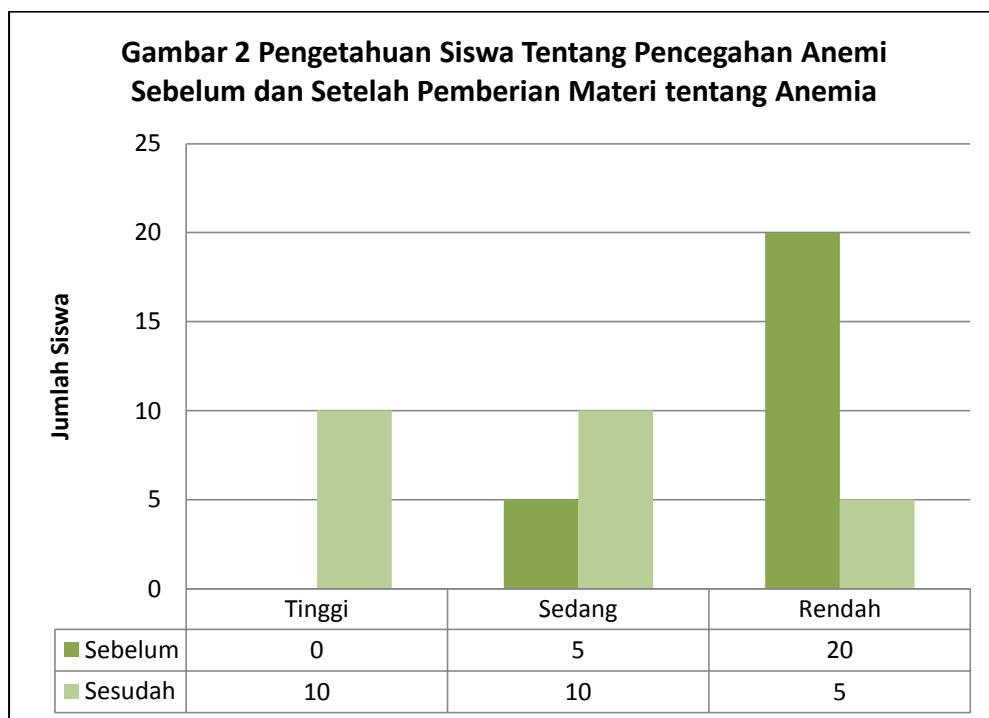
Masalah gizi remaja dapat berupa gizi lebih atau gizi kurang. Perkembangan anemia remaja merupakan penyebab dan akibat dari kekurangan gizi remaja. Jika dicermati, salah satu penyebab anemia dan kekurangan energi kronis adalah pola konsumsi sumber makanan kaya zat besi. Perilaku konsumsi termasuk pengetahuan gizi remaja berdasarkan pedoman gizi seimbang perlu diteliti lebih lanjut terutama yang berkaitan dengan pengetahuan gizi zat besi. Hasil penelitian Fauzi (2012) menunjukkan bahwa pengetahuan gizi pada remaja khususnya zat besi masih sangat rendah. Di desa, karang taruna dapat berperan sebagai sesama pendidik atau sesama pendidik bagi remaja putri untuk mengatasi anemia. Menurut penelitian Sophia (2018), rata-rata peningkatan skor perilaku adalah 4,17, sehingga berbagi teman sebaya dalam kelompok dapat meningkatkan perilaku perilaku dalam mengobati anemia remaja. Masa remaja merupakan masa perubahan sosial. Singkatnya, pengaruh teman sebaya yang semakin besar menjadikan pendidikan teman sebaya sebagai alat yang baik untuk mempengaruhi perilaku remaja. Pemberdayaan remaja sebagai sesama pendidik remaja diharapkan mampu mengubah perilaku remaja putri untuk mengatasi anemia.

Siswi SD merupakan aset yang cukup berharga untuk membentuk remaja putri yang sehat, kreatif, cerdas dan tidak anemia sehingga dapat menjadi calon ibu yang unggul dan siap menghasilkan generasi bangsa yang unggul dan berkualitas. Kegiatan penyuluhan dilakukan di SD merupakan kegiatan yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan yang benar tentang anemia, tanda dan gejala serta upaya untuk mencegah terjadinya anemia pada masa remaja. Pada tahap persiapan penyuluhan, telah dilakukan kerja tim untuk menyusun materi penyuluhan. Agar menarik materi diselengi dengan tayangan dari youtube video yang bisa memberikan motivasi pada siswa dalam melakukan upaya pencegahan anemia.



Gambar 1 Pemberian Materi tentang Pencegahan Anemia Pada Wanita

Pemberian materi dilakan dengan menggunakan LCD Proyektor untuk memaksimalkan video yang bisa ditonton oleh peserta. Protokol kesehatan juga sudah dilaksanakan dengan baik mulai dari menggunakan masker, menjaga jarak hingga menjaga sanitasi kebersihan tangan pasca berinteraksi. Hasil evaluasi pengetahuan siswa setelah penyuluhan tentang materi Pencegahan anemia adalah sebagai berikut.



Gambar 2 menjelaskan bahwa sebelum diberikan penyuluhan tentang pencegahan anemia, tidak ada satupun siswa yang memiliki pengetahuan yang tinggi, namun setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan siswa tentang pencegahan anemia. Namun ada 5 siswa yang masih memiliki pengetahuan pada tingkat yang rendah.

Anemia bisa disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah karena infeksi parasit yang bisa terjadi karena hygiene lingkungan yang kurang baik. Sehingga siswa SD perlu diberikan penyuluhan tentang cara perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) agar dengan pengetahuan yang cukup tentang PHBS dapat melindungi siswa dari infeksi parasit. Pengetahuan yang baik dapat menstimulasi munculnya sikap yang positif dalam pencegahan terjadinya anemia. Sikap yang positif dapat menciptakan serangkaian tindakan yang positif dan nyata dalam mencegah anemia (Kartiningrum, ED., dan Amilia, KF, 2021).

Anemia bukan penyakit menular, namun membutuhkan serangkaian upaya pencegahan dan penatalaksanaan yang sistematis, sebab penyakit ini menimbulkan serangkaian dampak yang sangat berpengaruh terhadap

produktivitas seseorang (Kartiningrum, E. D, dkk, 2017). Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok yang bersangkutan yaitu menurut umur dan jenis kelaminnya (WHO, 2001), sedangkan menurut Supriasa (2002) anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) darah kurang daripada harga normal. Anemia dapat disebabkan masukan besi, gangguan absorpsi, serta kehilangan besi akibat perdarahan menahun (Israr Yayan Akhyar, 2008).

Kehilangan besi akibat perdarahan menahun, yang dapat berasal dari : Saluran cerna (akibat dari tukak peptik, kanker lambung, kanker kolon, hemoroid dan infeksi cacing tambang), saluran genitalia wanita (*menorrhagia* atau *metrohargia*), saluran kemih (*hematuria*) dan saluran nafas (*hemoptoe*). Selain itu faktor nutrisi akibat kurangnya jumlah besi total dalam makanan, atau kualitas besi (bioavailabilitas) besi yang tidak baik (makanan banyak serat, rendah vitamin C, dan rendah daging) dapat menyebabkan anemia. Kebutuhan besi meningkat seperti pada prematuritas, anak dalam masa pertumbuhan dan kehamilan juga berdampak pada terjadinya anemia. Gangguan absorpsi besi akibat gastrektomi menyebabkan terbuangnya zat besi dari dalam tubuh yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan pembentukan sel darah merah.

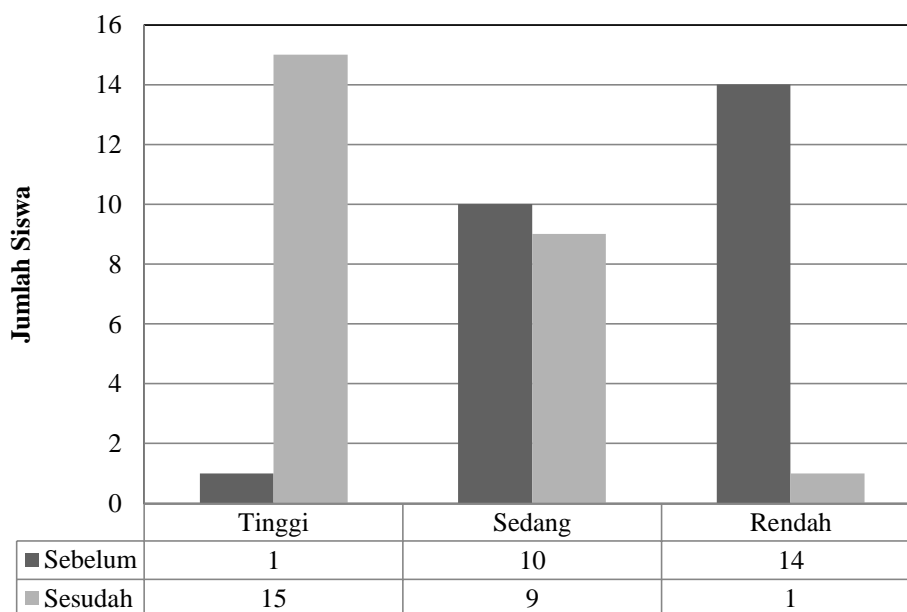
Selain mengetahui tentang pencegahan anemia, siswa juga perlu mengetahui tentang tanda dan gejala anemia. Tanda dan gejala anemia menurut Supriasa (2001) antara lain: lelah, lesu, lemah, letih, lalai, bibir pucat, nafas pendek, lidah licin, detak jantung meningkat serta nafsu makan berkurang. Pengetahuan dini tentang tanda dan gejala anemia dapat mendukung dilaksanakannya deteksi dini anemia sehingga dapat dilakukan upaya pengobatan yang tepat dan cepat. Menurut Notoatmodjo (2010), perilaku merupakan faktor terbesar kedua setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok atau masyarakat. Oleh sebab itu dalam rangka membina dan meningkatkan kesehatan masyarakat, intervensi atau upaya yang ditujukan kepada faktor perilaku ini sangat strategis. Pendidikan dalam hal ini melalui penyuluhan adalah salah satu metode intervensi untuk meningkatkan pengetahuan (Kartiningrum, ED, 2021). Upaya agar masyarakat berperilaku atau mengadopsi perilaku kesehatan dengan cara persuasi, bujukan, imbauan, ajakan, memberikan informasi, memberikan kesadaran dan sebagainya, melalui kegiatan yang disebut pendidikan atau promosi kesehatan. Dalam rangka pembinaan dan pengembangan perilaku kesehatan masyarakat, tampaknya pendekatan edukasi (pendidikan kesehatan) lebih tepat bila dibandingkan dengan pendekatan koersif. Dapat disimpulkan bahwa pendidikan atau promosi kesehatan adalah suatu bentuk intervensi atau upaya yang ditujukan kepada perilaku, agar perilaku tersebut kondusif untuk kesehatan. Dengan kata lain promosi kesehatan mengupayakan agar perilaku individu, kelompok atau masyarakat mempunyai pengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan.



Gambar 3 Pemberian Penyuluhan Tentang Pola Makan Yang Dapat Mencegah Anemia

Materi penyuluhan yang kedua adalah tentang pola makan untuk mencegah anemia. Pemberian materi juga dilakukan dengan menunjukkan secara langsung melalui browsing di internet tentang menu makanan yang dapat mencegah anemia. Praktek langsung menyusun menu makan sehat dibimbing secara langsung oleh mahasiswa dan dosen Stikes Majapahit. Hasil evaluasi pengetahuan siswa adalah sebagai berikut:

Gambar 4 Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Pemberian Materi tentang Pola Makan Yang Dapat Mencegah Anemia



Menurut Budiboga dalam Pratiwi, IA (2010), diet adalah suatu cara mengatur pola makan seseorang yang mengandung unsur gizi seimbang sesuai dengan kebutuhan tubuh, antara lain protein, karbohidrat, zat lemak, vitamin, mineral dan air. Menurut Path et al dalam Pratiwi, IA (2010), pola makan yang sehat harus diimbangi dengan pola makan yang seimbang, sedangkan pola makan yang seimbang adalah kesempurnaan dari empat kesempurnaan sehat yang kuat. Zat besi merupakan elemen penting dalam pembentukan sel darah merah. Zat besi diperoleh secara alami dari makanan. Kekurangan zat besi dalam makanan sehari-hari secara terus menerus dapat menyebabkan anemia gizi atau yang umum dikenal dengan anemia. Sarapan atau sarapan pagi sangat bermanfaat bagi semua orang. Bagi orang dewasa, sarapan pagi dapat menjaga daya tahan fisik, menjaga daya tahan tubuh untuk bekerja, dan meningkatkan produktivitas kerja. Bagi anak sekolah, sarapan pagi dapat meningkatkan konsentrasi dalam belajar dan memperlancar perolehan pelajaran, sehingga meningkatkan prestasi akademik.

Kebutuhan zat besi pada remaja meningkat karena pertumbuhan yang cepat. Kebutuhan zat besi pada remaja laki-laki meningkat karena peningkatan volume darah dan peningkatan kadar hemoglobin (Hb). Setelah dewasa, kebutuhan zat besi pada wanita menurun, kebutuhan zat besi meningkat terutama karena kehilangan zat besi saat menstruasi. Hal ini membuat wanita lebih rentan terkena anemia defisiensi besi dibandingkan pria. Wanita dengan zat besi rendah atau mereka yang kehilangan zat besi tinggi akan mengalami anemia defisiensi besi, sedangkan kekurangan zat besi dapat menjadi faktor pembatas dalam pertumbuhan remaja, sehingga kebutuhan zat besi tinggi. Status zat besi dalam tubuh juga mempengaruhi efisiensi penyerapan zat besi. Penyerapan zat besi dari sumber nabati adalah vitamin C dan beberapa sumber protein hewani (daging dan ikan), sedangkan penghambat penyerapan zat besi antara lain kafein, tanin, fitrat, seng dan lain-lain. RDA zat besi untuk anak perempuan dan orang dewasa adalah 19-26 mg/hari sedangkan untuk pria adalah 13-23 mg/hari. Makanan sumber zat besi adalah: hati, daging merah, daging putih, kacang-kacangan dan sayuran hijau (Ayu, 2008). Mempertimbangkan hal di atas, maka sangat penting untuk mempersiapkan kebiasaan anak sejak dini agar dapat memenuhi kebutuhan gizi remaja.

Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa tentang pola makan yang dapat mencegah anemia. Hal tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilaksanakan tim pengabdian Stikes Majapahit efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Peningkatan pengetahuan siswa diharapkan mendorong siswa dalam menciptakan menu sehat yang dapat mencegah siswa dari kejadian anemia. Khususnya pada siswi yang sudah mengalami menarch dapat mengatur intake keseharian yang dapat memberikan suplementasi zat besi yang tinggi untuk mengganti sel darah merah yang hilang akibat menstruasi.

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan dengan metode diskusi dan *role play* ternyata mampu menarik minat responden. Siswa menjadi tertarik dan mulai banyak bertanya untuk menggali lebih dalam informasi yang

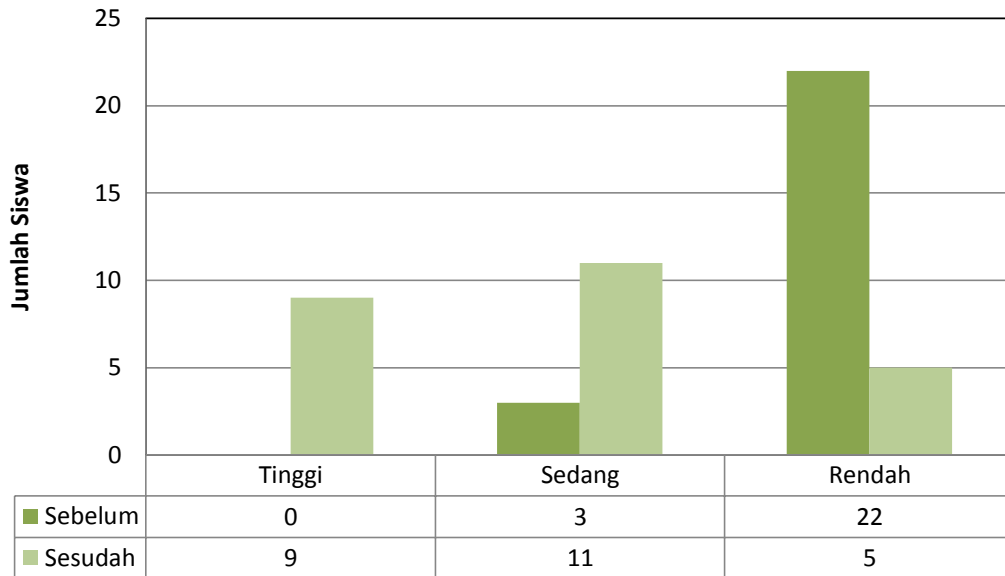
dibutuhkan. Siswa juga dapat mengatur menu sekaligus konsultasi tentang ketepatan dan kadar gisi setiap menu pilihannya. Siswa menjadi lebih terbuka dalam mendapatkan informasi dan lebih bersemangat untuk saling berdiskusi tentang ketepatan pilihan rancangan menu nya. Kegiatan penyuluhan ini selain menggunakan LCD proyektor juga menggunakan beberapa gambar dan buku menu makanan.



Gambar 5 Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi Pengaruh Anemia Terhadap Motivasi Belajar Siswa

Kegiatan penyuluhan yang ke 3 adalah tentang sosialisasi pengaruh anemia terhadap motivasi belajar siswa. Seperti halnya dua penyuluhan sebelumnya, kegiatan ini juga sangat menarik bagi siswa SD. Hasil evaluasi yang dilakukan menggunakan kuesioner didapatkan:

Gambar 5 Hasil Evaluasi Pengetahuan Siswa Tentang Pengaruh Anemia terhadap Motivasi Belajar Siswa



Hasil penelitian Pratiwi (2010) tentang pengaruh anemia terhadap motivasi belajar siswa Madrasah Aliyah Miftahul Ulum Gondang Mojokerto menjelaskan bahwa dari 58 responden, responden yang memiliki motivasi sedang banyak dialami oleh responden yang anemia dengan jumlah 28 responden (48,3%) dari 39 responden yang anemia. Sedangkan yang tidak anemia 12 responden (20,8%) memiliki motivasi belajar tinggi dari 19 responden yang tidak anemia. Dari hasil uji statistik Wilcoxon W diketahui p value sebesar 0.11 dengan α 5 % ($p < \alpha$) maka H_1 diterima dimana menunjukkan adanya pengaruh anemia terhadap motivasi belajar siswa.

Menurut Suryanto (2008) penyebab anemia sangat beragam dari kurangnya asupan yang bergizi, diet ketat hingga cacingan. Penyakit ini banyak mengincar wanita dan anak-anak. Yang berdampak, mereka tampak tidak bersemangat dan kurang konsentrasi dalam belajar sehingga dengan keadaan yang demikian dapat menjadikan motivasi belajar menjadi berkurang. Kurangnya kadar oksigen dalam darah dapat menyebabkan terganggunya fungsi-fungsi sel di seluruh tubuh termasuk otak. Dalam kondisi seperti itu seseorang jadi tidak produktif. Otomatis juga kemampuan berpikirnya jadi menurun, kondisi fisiknya juga menurun. Jikalau ini terjadi belasan tahun sejak anak berada di usia balita hingga masa sekolah, maka kualitas berpikirnya juga menjadi berkurang. Untuk mencegah terjadinya anemia dapat dilakukan dengan cara mengatur pola asupan nutrisi yaitu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Sehingga didapatkan energi optimal oleh tubuh. Dengan kondisi yang demikian pula motivasi belajar siswa yang sedang berubah menjadi motivasi belajar tinggi. Pengetahuan yang baik tentang keterkaitan anemia dengan motivasi belajar siswa, akan meningkatkan motivasi siswa dalam mencegah terjadinya

anemia. Khususnya siswa putrid yang sudah *menarche*.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa tentang pengaruh anemia terhadap motivasi belajar. Hasil kegiatan ini diharapkan dapat memotivasi siswa dalam melakukan sarapan pagi sebelum berangkat sekolah. Khususnya bagi siswi yang sedang menstruasi. Peningkatan motivasi belajar diharapkan dapat meningkatkan prestasi belajar sekaligus prestasi siswa dalam setiap kompetisi wilayah sehingga semakin mengharumkan nama sekolah di Kabupaten Mojokerto

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan sejak bulan Maret hingga Mei tahun 2022 oleh tim pengabdian Stikes Majapahit telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan dukungan dari tim sekolah dan siswa –siswi. Hasil pengabdian telah mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang pencegahan anemia, pola makan yang dapat mencegah anemia dan pengaruh anemia terhadap motivasi belajar siswa selama masa Pandemi Covid 19 di Indonesia. Pihak sekolah hendaknya terus menjalin kerjasama dengan beberapa instansi kesehatan termasuk bidang pelayanan dan pendidikan dalam rangka meningkatkan kemampuan siswa dalam upaya peningkatan status gizi serta imunitas sehingga dapat mengikuti proses belajar mengajar dengan baik selama masa Pandemi Covid 19 belum berakhir

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih yang takhingga diberikan kepada Kepala Sekolah SD Jabon 2 Kabupaten Mojokerto yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat civitas akademik Stikes Majapahit Tahun 2022 sehingga dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Demikian juga pada ketua Stikes Majapahit atas support transportasi dan beberapa fasilitas lain sehingga acara dapat terselenggara tepat waktu dan tepat sasaran. Terimakasih tak hingga pada seluruh civitas akademik yang terlibat dan dengan sabar mendampingi responden hingga terjadi peningkatan level pengetahuan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Israr, Yayan Akhyar. 2008. Anemia Defisiensi Besi (Fe) [online]. Cited 28 Juni 2010. Available from:http://www.ziddu.com/download/9060835/Belibis_A17Anemia_Def_Besi.pdf.html.
- Kartiningrum, E. D., Alberta, L. T., Puspitaningsih, D., & Kusuma, Y. L. H. (2017). Konsep dasar keperawatan komunitas. E-Book Penerbit STIKes Majapahit, 1-152.
- Kartiningrum, E. D., Puspitaningsih, D., Kusuma, Y. L. H., & Megawati, V.

- N. (2017). Upaya Pembinaan Posbindu Penyakit Tidak Menular (Ptm) Dusun Glonggongan Desa Sumber Tebu Bangsal Kabupaten Mojokerto. Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Seri (1), 354-358.
- Kartiningrum, E.D. (2021). Pembinaan Perilaku Hidup Sehat Siswa Siswi Sekolah Di Mojokerto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (ABDIMAKES)*, 1(2), 38-46. Retrieved from <https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/AMK/article/view/728>
- Kartiningrum, E.D., Amilia, KF. (2021). Penerapan Program PHBS Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar Kelurahan Kanigaran RT 06 RW 02 Kota Probolinggo. *Medica Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit)*, 13(2), 14-26. Retrieved from <https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/MM/article/view/748>
- Notoatmodjo, S. 2010. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Pratiwi, IA. (2010) Anemia Terhadap Motivasi Belajar Siswa Madrasah Aliyah Miftahul Ulum Gondang Mojokerto. Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Prodi D3 Kebidanan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto. Naskah tidak dipublikasikan.
- R. Suryanto (2008). Prestasi Turun Akibat 5L. <http://www.prov.bkkbn.go.id> (sitasi 16 April 2010)
- Supariasa, IDN. 2001. Pengukuran Antropometri. Jakarta : Buku Kedokteran EGC
- Supariasa, IDN. 2002. Penilaian Status Gizi. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.