

Edukasi Anemia dan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin pada Masyarakat Desa Keciput Kabupaten Belitung

Evi Sovia*, Welly Ratwita, Hidayatul Rachman, Rhea Veda Nugraha

Departemen Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Achmad Yani, Cimahi,
Jawa Barat, Indonesia

*Penulis korespondensi: evi.sovia@lecture.unjani.ac.id

Dikirim : 24 Februari 2026

Direvisi : 10 Juni 2026

Diterima : 11 Juni 2026

Abstrak: *Anemia secara umum didefinisikan sebagai berkurangnya konsentrasi hemoglobin di dalam tubuh. Anemia bukan suatu keadaan spesifik, melainkan dapat disebabkan oleh bermacam-macam reaksi patologis dan fisiologis. Anemia ringan hingga sedang mungkin tidak menimbulkan gejala objektif, namun dapat berlanjut menjadi keadaan anemia berat dengan gejala-gejala keletihan, takipnea, napas pendek saat beraktivitas, takikardia, dilatasi jantung, dan gagal jantung. Anemia merupakan masalah kesehatan utama yang terjadi di masyarakat dan sering dijumpai di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Beberapa studi menunjukkan bahwa nelayan merupakan salah satu kelompok masyarakat dengan prevalensi anemia yang cukup tinggi, terutama di wilayah pesisir negara berkembang. Tim pengabdian melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian edukasi tentang anemia dan pemeriksaan kadar hemoglobin serta pemberian tablet besi pada masyarakat Desa Keciput Kabupaten Belitung, dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang anemia, penyebab, pencegahan serta pengobatannya dan mengetahui kadar hemoglobin peserta penyuluhan. Metode dan rancangan yang digunakan adalah dengan melakukan edukasi atau pendidikan kesehatan melalui penyuluhan kesehatan dan diskusi kepada masyarakat Desa Keciput Kecamatan Belitung. Hasil dari pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat Desa Keciput tentang anemia dan penggunaan obat antianemia.*

Kata Kunci: *anemia, nelayan, obat antianemia, penyuluhan*

Abstract: *Anemia is generally defined as a reduced concentration of hemoglobin in the body. Anemia is not a specific condition, but can be caused by various pathological and physiological reactions. Mild to moderate anemia may not cause objective symptoms, but can progress to severe anemia with symptoms of fatigue, tachypnea, shortness of breath on activity, tachycardia, cardiac dilation, and heart failure. Anemia is a major health problem that occurs in society and is often found throughout the world, especially in developing countries like Indonesia. Several studies show that fishermen are one of the community groups with a relatively high prevalence of anemia, especially in coastal areas of developing countries. The community service team carried out community service activities in the form of providing education about anemia and hemoglobin level examination and also giving iron tablets in the community of Keciput Village, Belitung Regency. With the aim of increasing knowledge and understanding of anemia, its causes, prevention and treatment and to determine the hemoglobin levels of the counseling participants. The method and design used were to provide health education or education through health counseling and discussions with the community of Keciput Village, Belitung District. The result of this service was an increase in knowledge of Keciput Village resident about anemia and the use of antianemia drugs.*

Keywords: *anemia, anti-anemia drugs, education, fisherman*

1. Pendahuluan

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin (Astuti, 2023). Anemia masih menjadi masalah kesehatan terbesar di dunia yang menyerang wanita usia subur, ibu hamil, anak usia sekolah serta remaja. Badan kesehatan dunia (*World Health Organization* (WHO)) memperkirakan 42% anak di bawah usia 5 tahun dan 40% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia. Pada tahun 2013 remaja putri yang terkena anemia sebanyak 37,1%, sedangkan pada tahun 2018 terjadi peningkatan yaitu 48,9% yang terjadi pada kisaran umur 15-24 tahun, serta 23-34 tahun (Astuti, 2023). Keadaan kesehatan dan gizi kelompok usia 10-24 tahun di Indonesia masih memprihatinkan. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) usia diatas 15 tahun sebesar 22,7%, sedangkan pada ibu hamil sebesar 37,1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Beberapa studi menunjukkan bahwa nelayan merupakan salah satu kelompok masyarakat dengan prevalensi anemia yang cukup tinggi, terutama di wilayah pesisir negara berkembang. Penelitian yang dilakukan oleh Anggraeny dkk. (2022) di pesisir Indonesia melaporkan prevalensi anemia sebesar 28,4% pada populasi nelayan dewasa, yang sebagian besar disebabkan oleh defisiensi zat besi akibat pola makan yang monoton dan minim asupan zat besi non-heme (Anggraeny dkk., 2022). Di studi lain, hasil pemeriksaan Hb pada nelayan dan pekerja wisata air di Desa Ped Nusa Penida menunjukkan 33,3% responden dengan kadar Hb rendah (Dhyana Putri dkk., 2023) dan sebanyak 48,07% nelayan di Kecamatan Nambo Kota Kendari mengalami anemia (Ifan, 2018). Prevalensi anemia yang tinggi pada kelompok ini tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga berpotensi menurunkan produktivitas kerja mereka, sehingga memperburuk siklus kemiskinan dan ketahanan pangan di komunitas pesisir.

Berdasarkan latar belakang tersebut, Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Achmad Yani (FK Unjani) bermitra dengan kepala Desa Keciput Kecamatan Sijuk Kabupaten Belitung untuk melakukan edukasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Keciput tentang anemia dan penggunaan obat antianemia dan mengetahui kadar hemoglobin masyarakat.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan melakukan pendidikan

kesehatan atau penyuluhan kesehatan tentang anemia dan penggunaan obat antianemia menggunakan metode ceramah didukung dengan *slide*, laptop, dan *LCD Projector* sebagai media dalam menyampaikan edukasi kepada masyarakat Desa Keciput dan pemeriksaan kadar hemoglobin. Edukasi yang diberikan meliputi pengertian anemia, tanda dan gejala anemia, dampak anemia, cara pencegahan anemia dan cara mengonsumsi obat antianemia. Setelah penyuluhan dilakukan tanya jawab dari peserta penyuluhan dan diakhiri dengan pembagian *doorprize* dan *goodybag*. Evaluasi dilakukan setelah pelaksanaan edukasi. Keberhasilan kegiatan pengabdian ditunjukkan antusiasme peserta penyuluhan dalam diskusi.

Penyuluhan dilakukan di Lapangan Futsal Desa Keciput, semua anggota tim bertugas dalam pelaksanaan penyuluhan baik sebagai narasumber, moderator dan petugas pemeriksa kadar hemoglobin. Waktu kegiatan edukasi mulai dari perencanaan, koordinasi dengan pihak desa, persiapan materi edukasi, dan pelaksanaan edukasi adalah sekitar dua bulan mulai tanggal 1 September sampai dengan tanggal 18 Oktober 2025.

3. Hasil dan Diskusi

Penyuluhan edukasi anemia dan penggunaan obat antianemia, pemeriksaan kadar hemoglobin serta pemberian tablet besi pada masyarakat Desa Keciput Kecamatan Sijuk Kabupaten Belitung telah dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 18 Oktober 2025 pukul 08.00-12.00. Kegiatan dimulai dengan registrasi peserta, pengisian kuesioner dan pemeriksaan kadar hemoglobin (Gambar 1). Jumlah peserta yang hadir sebanyak 52 orang, sedikit melebihi target peserta yaitu 50 orang. Peserta yang melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) sebanyak 48 orang.



Gambar 1. Registrasi peserta dan pemeriksaan hemoglobin

Hasil pemeriksaan kadar Hb menunjukkan bahwa hampir seluruh peserta penyuluhan (95,8%) mempunyai kadar Hb yang normal (>12 g/dL), hanya 2 orang yang menderita anemia (Tabel 1). Jumlah penderita anemia pada kegiatan pengmas ini lebih rendah dibandingkan data pemeriksaan sebelumnya yang dilakukan pada remaja putri di daerah pesisir pantai didapatkan sebanyak 5% (Anggraeny dkk., 2022). Data lain menunjukkan angka kejadian anemia yang jauh lebih tinggi yaitu 26,8% pada nelayan di pesisir pantai Pulau Rote (Subarjo dkk., 2021) dan 33,3% pada nelayan di Nusa Penida (Dhyana Putri dkk., 2023). Faktor utama penyebab anemia adalah asupan zat besi yang kurang. Sebesar dua per tiga zat besi dalam tubuh terdapat dalam sel darah merah hemoglobin. Faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian anemia antara lain gaya hidup seperti merokok, minum minuman keras, kebiasaan sarapan pagi, keadaan ekonomi dan demografi, pendidikan, umur, jenis kelamin, dan wilayah (Amalia & Tjiptaningrum, 2016).

Tabel 1. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin peserta penyuluhan

Kadar Hb	Jumlah (%)
Normal (>12 g/dL)	46 orang (95,8%)
Anemia (<12 g/dL)	2 orang (4,2%)

Berdasarkan data karakteristik peserta dari pengisian kuesioner, peserta laki-laki (56,2%) lebih banyak dibandingkan perempuan, dengan usia terbanyak antara 20-40 tahun (50%). Sebagian besar peserta berpendidikan SMA (42%) dan bekerja sebagai nelayan (48%) (Tabel 2). Rendahnya peserta yang mengalami anemia pada penelitian ini karena sebagian besar tidak mempunyai risiko untuk mengalami anemia. Faktor-faktor yang berperan pada terjadinya anemia diantaranya yaitu kebutuhan yang meningkat seperti pada anak-anak, remaja putri dan wanita hamil (Rahman & Fajar, 2024). Hasil pengmas ini berbeda dengan data sebelumnya yang menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada masyarakat pesisir Desa Mekar Kecamatan Soropia adalah 12g/dL (di bawah normal) (Sari dkk., 2023).

Hasil pengisian kuesioner tentang perilaku penggunaan obat antianemia menunjukkan bahwa setengahnya dari peserta penyuluhan pernah mengonsumsi obat antianemia yang didapatkan dari sarana pelayanan kesehatan seperti puskesmas dan posyandu (20%) maupun apotek (24%). Pemilihan tempat memperoleh obat sangat penting untuk menjamin kualitas obat yang akan dikonsumsi (Fathnin & Santoso, 2023). Berdasarkan frekuensi konsumsi obat antianemia, sebagian besar peserta penyuluhan (32%) hanya kadang-kadang mengonsumsi obat antianemia, sehingga tingkat kepatuhan mengonsumsi obat masih rendah. Kepatuhan mengonsumsi obat sangat penting untuk mendapatkan hasil pengobatan yang optimal. Dari

pertanyaan mengenai efek samping obat antianemia, peserta penyuluhan yang menjawab berhenti minum obat apabila terjadi efek samping sebanyak 20 orang (40%) dan yang menjawab berkonsultasi kepada petugas kesehatan bila terjadi efek samping sebanyak 19 orang (38%). Efek samping obat antianemia yang paling sering ditemukan yaitu gangguan pencernaan seperti mual, muntah, diare, konstipasi, sakit perut, dan pusing (Juandri dkk., 2024). Peserta penyuluhan yang mengetahui dengan jelas dosis dan cara mengonsumsi obat antianemia hanya 10 orang (20%). Sebagian besar peserta penyuluhan (68%) bersedia mengonsumsi tablet tambah darah bila disarankan oleh petugas (Tabel 3).

Tabel 2. Karakteristik peserta penyuluhan

Identitas	Jumlah (%)
Jenis Kelamin	
Laki-laki	27 orang (56,2%)
Perempuan	21 orang (43,8%)
Umur	
< 20 tahun	10 orang (20%)
20-40 tahun	25 orang (50%)
>40 tahun	15 orang (30%)
Pendidikan	
SD	11 orang (22%)
SMP	9 orang (18%)
SMA	21 orang (42%)
Perguruan Tinggi	7 orang (14%)
Pekerjaan	
Ibu Rumah Tangga	11 orang (22%)
Pelajar/Mahasiswa	7 orang (14%)
Pegawai	5 orang (10%)
Lainnya (Nelayan)	24 orang (48%)

Acara penyuluhan diawali dengan sambutan dari perwakilan Desa Keciput dilanjutkan dengan pemaparan materi anemia dan penggunaan obat antianemia oleh narasumber dan diakhiri dengan sesi diskusi (Gambar 2). Pada sesi diskusi, peserta menunjukkan antusiasme dalam bertanya mengenai cara mengonsumsi tablet tambah darah dan jenis-jenis makanan sumber zat besi. Pada akhir kegiatan, peserta yang aktif bertanya selama sesi diskusi diberikan *doorprize*. Kegiatan ditutup dengan foto bersama dan pemberian bingkisan berisi makan siang dan tablet penambah darah (Gambar 3).



Gambar 2. Pemaparan materi penyuluhan mengenai anemia dan penggunaan obat antianemia

Tabel 3 Hasil pengisian kuesioner perilaku penggunaan obat antianemia

Pertanyaan	Jumlah (%)
Apakah Anda pernah mengonsumsi obat atau tablet zat besi?	
a. Ya	25 (50%)
b. Tidak	25 (50%)
Jika ya, dari mana Anda memperoleh obat tersebut?	
a. Puskesmas atau posyandu	10 (20%)
b. Apotek	12 (24%)
c. Saran teman/keluarga	1 (2%)
d. Lainnya:	11 (22%)
Seberapa sering Anda minum tablet zat besi sesuai anjuran dokter/petugas kesehatan?	
a. Setiap hari	1 (2%)
b. Kadang-kadang	16 (32%)
c. Hanya saat merasa lemas	11 (22%)
d. Tidak pernah	21 (42%)
Apa yang Anda lakukan bila mengalami efek samping setelah minum tablet zat besi?	
a. Berhenti minum tanpa konsultasi	20 (40%)
b. Berkonsultasi ke petugas kesehatan	19 (38%)
c. Mengganti dengan obat lain	2 (4%)
d. Mengabaikan dan tetap minum	3 (6%)
Apakah Anda mengetahui dosis dan cara minum obat antianemia yang benar?	
a. Ya, tahu dengan jelas	10 (20%)
b. Hanya sebagian tahu	13 (26%)
c. Tidak tahu sama sekali	16 (32%)
d. Tidak pernah minum	11 (22%)
Apakah Anda bersedia terus mengonsumsi tablet tambah darah bila disarankan oleh petugas kesehatan?	
a. Ya, tentu	34 (68%)
b. Mungkin	15 (30%)
c. Tidak yakin	1 (2%)
d. Tidak bersedia	0



Gambar 3. Penyerahan *doorprize* dan foto bersama peserta penyuluhan

4. Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat ini berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Keciput mengenai anemia, meliputi pengertian, gejala, penyebab, faktor risiko, dampak kesehatan, serta upaya pencegahan dan penanganannya. Kegiatan edukasi yang disertai dengan pemeriksaan kadar hemoglobin dan pemberian tablet besi memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk memperoleh informasi yang benar sekaligus mengetahui kondisi kesehatan mereka secara langsung. Tingginya antusiasme peserta selama sesi penyuluhan dan diskusi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan anemia dan penggunaan obat antianemia yang tepat. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin juga memberikan gambaran awal mengenai status kesehatan masyarakat sehingga dapat menjadi dasar dalam perencanaan program kesehatan berikutnya. Selain itu, kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi yang kaya zat besi, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, serta perlunya berkonsultasi dengan tenaga kesehatan apabila mengalami gejala atau efek samping selama pengobatan. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat, diharapkan perilaku hidup sehat terkait pencegahan anemia dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari. Ke depan, kegiatan edukasi dan skrining kesehatan serupa perlu dilakukan secara berkala dengan melibatkan berbagai pihak terkait agar upaya pencegahan dan pengendalian anemia di masyarakat pesisir dapat berjalan lebih optimal dan berkontribusi pada peningkatan derajat kesehatan serta produktivitas masyarakat Desa Keciput secara keseluruhan.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Jenderal Achmad Yani (UNJANI) yang telah mendanai kegiatan ini serta kepada Aparat Desa Keciput Kecamatan Sijuk Kabupaten Belitung dan masyarakat yang telah berpartisipasi dalam kegiatan sehingga pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan lancar.

Daftar Referensi

- Amalia, A. & Tjiptaningrum, A. (2016). Diagnosis dan Tatalaksana Anemia Defisiensi Besi. *Majority*, 5(5), 166–169.
- Anggraeny, D., Ardiningtyas, L. & Irot, R.A. (2022). Pemeriksaan Hb dan Edukasi Anemia Pada Remaja Putri di Daerah Pesisir Pantai. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 4(4), 155–162. <https://doi.org/10.57214/pengabmas.v4i4.212>
- Astuti, E.R. (2023). Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(2), 550–561. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i2.17341>.
- Dhyanaputri, I.G.A.S., Sundari, C.D.W.H. & Sarihati, I.G.A.D. (2023). Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Dan Penyuluhan Tentang Anemia Pada Nelayan Dan Pekerja Wisata Air Di Kawasan Wisata Desa Ped Nusa Penida. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat*, 5(1), 38–45. <https://doi.org/10.33992/jpms.v5i1.2322>
- Fathnin, F.H. & Santoso, A. (2023). Edukasi mendapatkan obat berkualitas melalui “Cek Klik BPOM” berdasarkan panduan dagusibu Ikatan Apoteker Indonesia. *Jurnal Pengabdian Farmasi dan Sains*, 02(01), 14–18.
- Ifan. (2018) Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Nelayan Kecamatan Nambo Kota Kendari Provinsi Sulawesi Tenggara. *Skripsi*, Poltekkes Kemenkes Kendari.
- Juandri, D.A., Erika & Putri, S.A. (2024). Hubungan efek samping tablet tambah darah dengan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsinya pada masa kehamilan. *Malahayati Nursing Journal*, 6(10), 4036–4052.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS).
- Rahman, R.A., & Fajar, N.A. (2024). Analysis of Anemia Risk Factors among Adolescent Women : Literature Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(1), 133–140. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol10.Iss1.1403>
- Sari, J.I., Orno, T.G. & Hasan, F.E. (2023). Skrining Anemia melalui Pemeriksaan Laboratorium pada Masyarakat Pesisir Desa mekar Kecamatan Soropia. PAKEM: *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 7–12. <https://doi.org/10.30598/pakem.3.1.7-12>
- Subarjo, P.M., Ratu, J.M. & Setyobudi, A. (2021). Profil Kesehatan Kerja Nelayan Tangkap di Desa Papela Kecamatan Rote Timur Kabupaten Rote Ndao. *Media Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 138–145.