PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) DI DESA TANGKIT BARU

Nisa Kartika Ningsih[1] Dwi Haryanti[2]

1) **Kebidanan Program Sarjana, STIKes Keluarga Bunda Jambi**
2) **Kebidanan Program Sarjana, STIKes Keluarga Bunda Jambi**

Email :
Nisakartika64@gmail.com[1] ,
juwiqa2014@gmail.com[2]

Abstrak

Kesehatan reproduksi pada Wanita Usia Subur (WUS) merupakan fondasi utama dalam menciptakan generasi yang sehat dan bebas stunting. Namun, di Desa Tangkit Baru masih ditemukan tingginya angka anemia pada WUS (38%) serta minimnya pemahaman mengenai manajemen higiene menstruasi, pemeriksaan SADARI (Periksa Payudara Sendiri), dan perencanaan kehamilan yang sehat. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan WUS serta kader kesehatan dalam menjaga kesehatan reproduksi secara mandiri. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi interaktif, pelatihan pemeriksaan Hb (Hemoglobin) mandiri bagi kader, workshop SADARI, serta pendampingan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan WUS sebesar 42,5% (dari skor rata-rata pre-test 52,0 menjadi post-test 94,5). Selain itu, 15 kader Posyandu telah terampil melakukan edukasi mandiri dan pemantauan Hb digital.

Kata Kunci : Kesehatan Reproduksi, Wanita Usia Subur (WUS), Anemia, SADARI

Abstract

Reproductive health among Women of Childbearing Age (WUS) is a fundamental pillar in fostering a healthy, stunting-free generation. However, Tangkit Baru Village still faces a high prevalence of anemia among WUS (38%) and a lack of understanding regarding menstrual hygiene management, Breast Self-Examination (BSE/SADARI), and healthy pregnancy planning. This Community Service (PkM) initiative aims to enhance the knowledge, attitudes, and skills of WUS and health volunteers regarding independent reproductive health maintenance. The methods employed included interactive outreach sessions, training for volunteers on independent Hemoglobin (Hb) testing, a BSE workshop, and guidance on the consumption of iron-folic acid supplements (TTD).

The results indicate a 42.5% increase in the average knowledge score of WUS (rising from a pre-test average of 52.0 to a post-test average of 94.5). Furthermore, 15 Posyandu volunteers have gained the skills to independently conduct health education and digital Hb monitoring.

Keywords: Reproductive Health, Women of Childbearing Age (WUS), Anemia, BSE (SADARI)

PENDAHULUAN

Wanita Usia Subur (WUS)—yaitu perempuan yang berada pada rentang usia 15–49 tahun—merupakan kelompok sasaran strategis dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Kesehatan seorang WUS tidak hanya menentukan kualitas hidup dirinya sendiri, tetapi juga berpengaruh langsung terhadap kualitas generasi penerus. Pengetahuan dan kondisi kesehatan reproduksi yang optimal pada WUS menjadi fondasi utama dalam mempersiapkan kehamilan yang sehat, mencegah komplikasi maternal, serta melahirkan bayi yang sehat dan terbebas dari masalah gizi kronis.

Data Dinas Kesehatan Provinsi Jambi mencatat bahwa persentase kejadian anemia pada remaja putri dan WUS mencapai 33,7%. Angka ini berada di atas rata-rata nasional dan menunjukkan bahwa 1 dari 3 WUS di Jambi mengalami anemia. Sedangkan Kondisi yang jauh lebih mengkhawatirkan ditemukan di Kabupaten Muaro Jambi. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, Kabupaten Muaro Jambi mencatatkan persentase anemia tertinggi di Provinsi Jambi, yaitu mencapai 65,92% pada kelompok WUS/remaja putri. Angka ini menegaskan bahwa lebih dari separuh WUS di wilayah Muaro Jambi berisiko mengalami gangguan kesehatan akibat anemia.

Meskipun memiliki peran yang sangat vital, WUS merupakan salah satu kelompok yang paling rentan mengalami masalah kesehatan, khususnya anemia gizi besi dan rendahnya literasi kesehatan reproduksi. Tingginya prevalensi anemia pada WUS masih menjadi masalah kesehatan masyarakat (*public health problem*) yang cukup tinggi di Indonesia. Faktor biologis seperti siklus menstruasi bulanan, ditambah dengan asupan zat gizi harian (khususnya zat besi dan asam folat) yang belum adekuat, menjadi penyebab utama terjadinya penurunan kadar hemoglobin.

Banyak WUS yang belum memahami secara utuh pentingnya menjaga personal hygiene saat menstruasi, perencanaan kehamilan secara matang, pencegahan infeksi saluran reproduksi, serta pemenuhan gizi seimbang.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan pada siswa SMP N 45 Muaro Jambi yang dilakukan oleh Dosen STIKes Keluarga Bunda Jambi.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi dan pencegahan anemia pada wanita usia subur (WUS),Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 13 April 2026. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah siswi yang berjumlah kurang lebih 16 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan.

Tabel dan Gambar

Ketua : Bd. Nisa Kartika Ningsih S.Tr.Keb M.Keb.
Anggota : Dwi Haryanti, S.SiT., M.Kes

Nama	Tugas
Dwi Haryanti, S.SiT., M.Kes	Moderator
Bd. Nisa Kartika Ningsih S.Tr.Keb M.Keb	Penyampaian Materi

No	Waktu	Kegiatan	Metode	Narasumber
1.	5 Menit	Pembukaan: 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan kontrak waktu 4. Menjelaskan topik dan tujuan penyuluhan	Ceramah	Peserta yang hadir, berjumlah 16 orang.
2.	30 Menit	Pelaksanaan penyuluhan 1. Menjelaskan pengertian Penikahan Dini 2. Menjelaskan dampak yang terjadi jika menglami pernikahan dini	Ceramah dan Tanya Jawab	Peserta yang hadir, berjumlah 16 orang.
3.	5 Menit	Penutup 1. Menyimpulkan materi bersama peserta penyuluhan 2. Mengucapkan salam	Ceramah	Peserta yang hadir, berjumlah 16 orang.

No	Justifikasi pengeluaran	Jumlah
1	Transportasi	Rp. 1.275.000,00
2	Perlengkapan	Rp. 1.075.000,00
3	Konsumsi	Rp. 700.000,00
4	Honorarium	Rp. 1.150.000,00
5	Perizinan	Rp. 700.000,00
6	Publikasi	Rp. 350.000,00
Total		**Rp. 5.200.000,00**

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa Penyuluhan Kesehatan Reproduksi dan Pencegahan Anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) di Desa Tangkit Baru berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan. Melalui kegiatan ini, peserta mengalami peningkatan kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi serta pencegahan anemia secara mandiri.

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan sempat menghadapi kendala ringan berupa beberapa peserta yang datang terlambat dikarenakan kesibukan domestik dan aktivitas harian warga, serta sebagian peserta yang awalnya canggung untuk bertanya. Kendala tersebut berhasil diatasi dengan baik melalui penciptaan suasana diskusi yang santai, penggunaan bahasa lokal yang mudah dipahami, serta bantuan arahan dari kader setempat. Secara keseluruhan, program ini terbukti efektif dan diharapkan dapat dilanjutkan secara berkala oleh tenaga kesehatan setempat.

DOKUMENTASI FOTO BERSAMA
DI SMP N 45 MUARO JAMBI



PUSTAKA

Badan Pusat Statistik. (2021). *Hasil Laporan Survei Kesehatan Nasional (Surkesnas)*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.

Dinas Kesehatan Kabupaten Muaro Jambi. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2022*. Sengeti: Dinas Kesehatan Kabupaten Muaro Jambi.

Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2022*. Jambi: Dinas Kesehatan Provinsi Jambi.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Manuaba, I. A. C., Manuaba, I. B. G., & Manuaba, I. B. G. F. (2010). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita* (Ed. 2). Jakarta: EGC.

Proverawati, A., & Asfuah, S. (2019). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Nuha Medika.

World Health Organization. (2021). *Worldwide prevalence of anaemia 1993–2005: WHO global database on anaemia*. Geneva: World Health Organization.

Pemerintah Desa Tangkit Baru. (Tahun). *Profil Desa dan Demografi Masyarakat Desa Tangkit Baru*. Kantor Desa Tangkit Baru.