



PENINGKATAN PENGETAHUAN SEBAGAI UPAYA DETEKSI DINI ANEMIA MELALUI EDUKASI KESEHATAN PADA LANSIA

¹Mutia Hariani Nurjanah*, ²Choirul Huda, ²Arif Santoso, ³Anas Fadli Wijaya,
⁴Nala Fidarotul Ulya

¹Program Studi D3 Teknologi Laboratorium Medis, STIKes Karya Putra Bangsa Tulungagung

²Program Studi S1 Farmasi, STIKes Karya Putra Bangsa Tulungagung

³Program Studi D4 teknologi Laboratorium Medis, Universitas dr. Soebandi

⁴Program Studi D3 Teknologi Laboratorium Medis, STIKes Husada Abdi Utama

*email corresponding: mutiahariani@stikes-kartrasa.ac.id

Received : **06-05-2026** Revised : **12-06-2026** Accepted : **31-07-2026**

Keywords: **ABSTRACT** *Anemia in the community, especially among the elderly and women, remains a significant health problem and is often undetected due to low awareness and limited health screening. This community service activity aimed to improve knowledge and promote early detection of anemia through health education and hemoglobin (Hb) examination. The method included interactive educational sessions on anemia, covering its definition, causes, symptoms, prevention, and management, followed by Hb screening using a portable device and brief counseling. A total of 35 participants were involved in this activity. The results showed an increase in participants' knowledge after the education session. Hb examination revealed that 68.6% of participants had normal Hb levels, while 31.4% were identified as having low Hb levels or being at risk of anemia. Participants with low Hb received counseling and were advised to seek further medical examination. This activity demonstrated that the combination of education and Hb screening is effective in increasing awareness, improving knowledge, and detecting anemia early in the community. Therefore, similar programs are recommended to be conducted regularly to enhance public health outcomes and prevent anemia-related complications.*

PENDAHULUAN

Anemia pada lansia merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup tinggi dan sering tidak terdiagnosis. Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi fisiologis tubuh, termasuk produksi sel darah merah dan penyerapan zat besi. Lansia juga sering mengalami penyakit kronis yang dapat memperburuk kondisi anemia. Dampak anemia pada lansia meliputi kelemahan fisik, penurunan daya tahan tubuh, peningkatan risiko jatuh, gangguan kognitif, hingga penurunan kualitas hidup secara keseluruhan (WHO, 2017).

Kondisi anemia membuat lansia rentan mengalami kelelahan, otot melemah, dan kehilangan keseimbangan yang berujung pada risiko jatuh. Masalah kesehatan ini tidak hanya

mengganggu fungsi kognitif dan mobilitas harian, tetapi juga sering kali menjadi penyebab utama lansia harus menjalani rawat inap (Putri et al, 2023)

Di masyarakat, anemia pada lansia sering tidak terdeteksi sejak dini karena gejalanya dianggap sebagai bagian dari proses penuaan, seperti mudah lelah, pusing, dan lemah. Rendahnya kesadaran lansia dan keluarga terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, khususnya pemeriksaan hemoglobin, menyebabkan banyak kasus anemia tidak teridentifikasi. Padahal, deteksi dini sangat penting untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup lansia (Stauder et al., 2018).

Permasalahan lain adalah kurangnya pengetahuan lansia dan keluarga mengenai anemia, baik penyebab, tanda gejala, maupun pencegahannya. Pola makan lansia yang kurang bergizi, keterbatasan ekonomi, serta adanya penyakit penyerta seperti penyakit ginjal kronis dan gangguan saluran cerna turut memperparah kondisi anemia. Selain itu, kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen zat besi masih rendah karena kurangnya pemahaman dan adanya efek samping yang dirasakan (Harmawati & Etriyati, 2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan edukasi kesehatan pada lansia dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang anemia serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Edukasi yang dilakukan secara sederhana, komunikatif, dan melibatkan keluarga terbukti lebih efektif. Selain itu, skrining hemoglobin pada lansia mampu mengidentifikasi kasus anemia yang sebelumnya tidak diketahui oleh peserta (Herdiman et al., 2025).

Desa Joho, Kecamatan Kalidawir, Kabupaten Tulungagung merupakan salah satu wilayah pedesaan yang memiliki karakteristik masyarakat dengan aktivitas fisik cukup tinggi, terutama pada sektor pertanian dan pekerjaan informal. Aktivitas tersebut membutuhkan kondisi kesehatan dan status gizi yang baik agar masyarakat dapat beraktivitas secara optimal. Namun demikian, berdasarkan pengamatan awal dan informasi dari masyarakat setempat, masih terdapat warga yang mengeluhkan keluhan seperti cepat lelah, pusing, dan kurang bertenaga, yang merupakan gejala umum anemia. Selain itu, pengetahuan masyarakat mengenai anemia, penyebab, dampak, serta cara pencegahannya masih tergolong terbatas

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan dan pemeriksaan hemoglobin pada lansia sebagai bentuk deteksi dini anemia. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan lansia dan keluarga mengenai anemia, mendorong perubahan perilaku hidup sehat, serta meningkatkan partisipasi dalam pemeriksaan kesehatan rutin (Sari et al., 2023).

Melalui program ini, diharapkan terjadi peningkatan kesadaran lansia terhadap pentingnya menjaga kesehatan, khususnya dalam pencegahan anemia. Dengan deteksi dini dan penanganan yang tepat, kualitas hidup lansia dapat meningkat, risiko komplikasi dapat ditekan, serta beban keluarga dan masyarakat dapat berkurang (WHO, 2017).

Desa Joho adalah desa mandiri yang terletak di Kecamatan Kalidawir, Kabupaten Tulungagung, Jawa Timur, dan dikenal sebagai sentra penghasil kerupuk gadung. Desa ini memiliki potensi pertanian yang kuat, suasana asri, dan dikenal sebagai salah satu pelopor Desa Digital di Tulungagung

METODE

Berdasarkan permasalahan rendahnya pengetahuan masyarakat serta masih tingginya kasus anemia yang tidak terdeteksi sejak dini, maka solusi yang ditawarkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah program edukasi kesehatan dan pemeriksaan hemoglobin (Hb) secara langsung kepada masyarakat sasaran. Program edukasi dan skrining anemia

terbukti efektif meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan anemia serta deteksi dini kondisi anemia (Dewi et al., 2025).

Solusi pertama yaitu pemberian edukasi kesehatan tentang anemia yang meliputi pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, faktor risiko, dampak anemia, pencegahan, pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, serta kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah. Edukasi melalui penyuluhan interaktif dan media audiovisual terbukti mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan mengenai anemia dan pencegahannya (Ilmiyani et al., 2024).

Solusi kedua yaitu pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) sebagai langkah deteksi dini anemia. Pemeriksaan dilakukan menggunakan alat digital/portable sehingga hasil dapat diketahui secara cepat. Peserta yang memiliki kadar Hb di bawah normal dapat segera diberikan konseling singkat dan dianjurkan melakukan pemeriksaan lanjutan ke fasilitas pelayanan kesehatan. Pemeriksaan Hb dalam kegiatan pengabdian masyarakat terbukti membantu identifikasi dini kelompok berisiko anemia (Dewi et al., 2025).

Solusi ketiga yaitu pendampingan perubahan perilaku hidup sehat melalui motivasi kepada peserta agar menerapkan pola makan kaya zat besi, rutin mengonsumsi tablet tambah darah bagi sasaran yang membutuhkan, menjaga kebersihan diri, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. (Sari et al., 2025).

Dengan adanya kombinasi edukasi dan skrining Hb, diharapkan masyarakat tidak hanya mengetahui tentang anemia tetapi juga mampu mengenali kondisi kesehatannya sejak awal sehingga penanganan dapat dilakukan lebih cepat dan tepat. Model intervensi gabungan edukasi dan skrining menunjukkan hasil positif dalam peningkatan pengetahuan serta penemuan kasus anemia baru di masyarakat (Dewi et al., 2025).

Target Capaian

1. Meningkatnya pengetahuan peserta tentang anemia. Minimal 80% peserta memahami pengertian, penyebab, gejala, pencegahan, dan penanganan anemia setelah mengikuti edukasi kesehatan (Ilmiyani et al., 2024).
2. Terlaksananya pemeriksaan hemoglobin (Hb). Minimal 90% peserta yang hadir mengikuti pemeriksaan Hb sebagai bentuk deteksi dini anemia pada masyarakat sasaran (Dewi et al., 2025).
3. Teridentifikasinya peserta berisiko anemia. Peserta dengan kadar Hb rendah dapat diketahui dan diberikan edukasi lanjutan atau rujukan ke fasilitas kesehatan terdekat (Dewi et al., 2023).
4. Meningkatnya kesadaran perilaku hidup sehat. Peserta termotivasi menerapkan pola makan bergizi seimbang, konsumsi makanan kaya zat besi, dan rutin memeriksakan kesehatan (Sari et al., 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai peningkatan pengetahuan dan deteksi dini anemia melalui edukasi serta pemeriksaan hemoglobin telah dilaksanakan dengan melibatkan peserta dari kelompok lansia. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 35 orang. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta, pengisian data awal, penyampaian materi edukasi tentang anemia, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb). Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan mendapat antusiasme tinggi dari peserta yang hadir (Herdiman et al., 2025).

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi kesehatan mengenai anemia. Sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta

belum memahami penyebab anemia, tanda gejala, serta cara pencegahannya. Setelah dilakukan edukasi, peserta mampu menjelaskan kembali pentingnya konsumsi makanan kaya zat besi, kepatuhan minum tablet tambah darah, serta perlunya pemeriksaan kesehatan berkala. Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia secara signifikan (Sekarini et al., 2024).

Berdasarkan hasil pemeriksaan hemoglobin terhadap 35 peserta, diperoleh data sebanyak 24 orang (68,6%) memiliki kadar Hb normal dan 11 orang (31,4%) memiliki kadar Hb di bawah normal atau berisiko anemia. Dari peserta yang mengalami Hb rendah, sebagian besar mengeluhkan gejala mudah lelah, pusing, kurang konsentrasi, dan sering mengantuk. Peserta yang terdeteksi memiliki kadar Hb rendah diberikan konseling singkat mengenai pola makan sehat, konsumsi makanan kaya zat besi, serta anjuran memeriksakan diri lebih lanjut ke fasilitas kesehatan terdekat (Arjani et al., 2025).

Hasil pemeriksaan ini menunjukkan bahwa anemia masih ditemukan pada masyarakat dan sering tidak disadari sebelumnya. Banyak peserta mengaku belum pernah melakukan pemeriksaan Hb sebelumnya sehingga baru mengetahui kondisi kesehatannya setelah mengikuti kegiatan ini. Temuan tersebut menegaskan pentingnya skrining hemoglobin secara rutin sebagai langkah deteksi dini untuk mencegah anemia berlanjut ke kondisi yang lebih berat (Ningsih et al., 2024).

Dalam pelaksanaan kegiatan, peserta juga menunjukkan minat tinggi selama sesi diskusi dan tanya jawab. Banyak peserta menanyakan gejala anemia, cara meningkatkan kadar Hb, makanan yang baik dikonsumsi, serta efek samping tablet tambah darah. Tingginya partisipasi ini menggambarkan bahwa masyarakat membutuhkan akses informasi kesehatan yang mudah dipahami dan aplikatif. Kegiatan pengabdian masyarakat berbasis edukasi interaktif dinilai lebih efektif karena mampu meningkatkan keterlibatan peserta secara langsung (Tirtawati et al., 2025).



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Dari sisi pembahasan, kombinasi antara edukasi dan pemeriksaan Hb merupakan strategi yang tepat dalam pencegahan anemia di masyarakat. Edukasi berperan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran, sedangkan pemeriksaan Hb membantu mengetahui kondisi kesehatan peserta secara objektif. Jika hanya dilakukan penyuluhan tanpa skrining, maka peserta yang sudah mengalami anemia mungkin tidak terdeteksi. Sebaliknya, jika hanya dilakukan pemeriksaan tanpa edukasi, peserta kurang memahami cara pencegahan dan tindak lanjut yang tepat (Tirtawati et al., 2025).

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan wawasan masyarakat dan penemuan dini kasus anemia. Oleh karena itu, program serupa perlu dilaksanakan secara berkala dengan cakupan peserta yang lebih luas serta melibatkan sekolah, posyandu, puskesmas, dan institusi pendidikan agar upaya pencegahan anemia dapat berjalan berkesinambungan

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan dan pemeriksaan hemoglobin terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang anemia serta mendeteksi dini kasus anemia yang sebelumnya tidak diketahui. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait penyebab, gejala, dan pencegahan anemia, serta ditemukannya 31,4% peserta dengan kadar Hb rendah yang memerlukan tindak lanjut.

Kombinasi antara edukasi dan skrining Hb menjadi strategi yang tepat dalam upaya pencegahan anemia karena tidak hanya meningkatkan kesadaran, tetapi juga memberikan gambaran kondisi kesehatan secara nyata. Oleh karena itu, disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkala dengan cakupan yang lebih luas serta melibatkan berbagai pihak seperti puskesmas, posyandu, dan institusi pendidikan guna mendukung upaya pencegahan anemia secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat, serta kepada Karya Putra Bangsa STIK atas dukungan pendanaan yang diberikan

DAFTAR PUSTAKA

- Arjani, I.A.M.S., Sundari, C.D.W.H., Mastra, N., Karta, I.W. (2025). Penyuluhan Kesehatan Dan Pemeriksaan Hemoglobin Untuk Pencegahan Anemia Pada Pande Besi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tabanan I. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 6(3), 1029-1046
- Dewi, B.K., Nurjanah, S., Hardi, G.W., Toruan, S.A.L., Winani., Efendi, B. Knowledge Levels of Anemia Among Female Adolescents: A Descriptive Study. *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 295-303
- Gambir, J., Puspita, W.L., Jaladri, Iman., Fathmawati. (2023). Edukasi dengan Sinema Gizi (Sinemagiz) dalam Pencegahan Anemia pada Remaja. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 7(2), 124-135
- Ilmiyani, S.N., Aprianti, N.F., Rosmiatun., Endang, R. (2024). Penyuluhan Edukasi Remaja Tentang Anemia Dan Pentingnya Tablet Tambah Darah Melalui Video Animasi Dan Cek Hb Gratis, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 6(1), 64-68
- Harmawati., Etriyanti. (2022). Upaya Pencegahan Anemia Pada Pasien Dan Keluarga. *Jurnal Abdimas Saintika*, 4(1), 114-117. (2025).
- Herdiman, J., Santoso, A.H., Gunaidi, F.C., Setia, N., Rayhan, N. (2025). Pengabdian Masyarakat: Edukasi dan Skrining Hemoglobin-Hematokrit sebagai Deteksi Dini Anemia pada Usia Produktif. *Jurnal Pengabdian West Sience*, 4(7), 1051-1021

- Ningsih, O.S., Mastri, E.R., Dewi, c.f., Rafael, M.N., Dudet, B., Jarut, E., Mbulu, A.M., Yunita, E., Murni, R., Adim M.N., Damat, M. (2023). Screening Dan Pendidikan Kesehatan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 7(1), 317-327
- Putri, G.S.A., Halmi, M.F., Ardianto, C.E. (2025). Peningkatan Kewaspadaan Dini terhadap Anemia pada Lansia melalui Pemeriksaan Hemoglobin dan Golongan Darah. *Jurnal Surya Masyarakat*, 7(2), 173-179
- Sari, E.P., Arifin, Z., Farhan, A. (2024). Skrining Anemia Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting, *Jurnal Pengabdian Cendikia*, 3(4), 122-125
- Sekarini, N.N.A.D., Pratiwi, P.I., Arsani, N.L.K.A., Jayanti, M.A., Pratiwi, K.B.H. (2024). Optimalisasi Kader dalam Pencegahan Anemia Remaja Putri untuk Mencegah Stunting di Desa Selat. *Prosiding : Seminar Nasional dan Call Paper for Paper Kebidanan*, 3(2), 1871-1879
- Stauder, R., Valent, P., & Theurl, I. (2017). Anemia at older age: Etiologies, clinical implications and management. *Blood*. <https://doi.org/10.1182/blood-2017-07-746446>
- Tirtawati, G.A., Somoyani, N.K., Rahyani, N.K.Y., Erawati, N.L.P.S., Mahayati, N.M.D., Purnamayanti, N.M.D. (2024). Deteksi Dini Anemia Melalui Pemeriksaan Hemoglobin Dan Penyuluhan Di Desa Batubulan Kangin Kecamatan Sukawati Kabupaten Gianyar. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 3(2), 195-198
- WHO. (2017). Nutritional anaemias: tools for effective prevention and control. Geneva: WHO. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/259425>