

I.A. MD. SRI ARYANI

ISBN : 978-602-95321-7-3



PROSIDING



**SEMINAR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
POLTEKKES DENPASAR**

**DISELENGGARAKAN DALAM RANGKA
DIES NATALIS XV**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLTEKNIK KESEHATAN DENPASAR
TAHUN 2016**

**Prosiding Pengabdian Kepada Masyarakat
Politeknik Kesehatan Denpasar**

Denpasar, 17 Maret 2016

**ISBN : 978-602-95321-7-3
Politeknik Kesehatan Denpasar
Jl. Sanitasi No. 1 Sidekarya Denpasar Selatan
Telp 0361-710447, Fax 0361-710448**

**PENYUNTING AHLI
Anak Agung Ngurah Kusumajaya
Gusti Ayu Marhaeni
I Wayan Mustika
I Nyoman Gejir
KETUA REDAKTUR
Ketut Sudiantara**

**WAKIL KETUA REDAKTUR:
Ida Bagus Putu Putra Kencana**

**PENYUNTING/EDITOR:
Ni Komang Yuni Rahyani
I Ketut Labir**

**I Nyoman Gede Suyasa
I Wayan Juniarsana
Ni Nyoman Dewi Supariani
I Nyoman Jirna**

**DESAIN GRAFIS :
Dewa Nyoman Triwijaya
SEKRETARIAT ;
I Wayan Karta**

**PEMBUAT ARTIKEL ;
Abdur Rahman**

**Diterbitkan oleh:
Politeknik Kesehatan Denpasar, Maret 2016**

**Hak Cipta dilindungi Undang-undang
Dilarang mengutip atau memperbanyak
Sebagian atau seluruh isi buku ini
Tanpa izin tertulis dari Penerbit**

COVER	i
SAMBUTAN DIREKTUR	ii
SAMBUTAN KETUA	iii
KATA PENGANTAR	iv
1 PENINGKATAN PERAN SERTA MASYARAKAT DALAM PERAWATAN LANSIA MELALUI BANJAR SAYANG LANSIA (BANGSAL) (Ketut Sudiantara, I Wayan Suardana, I Wayan Mustika)	1 – 8
2 PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DETEKSI DINI TUMBUH KEMBANG DAN PENYULUHAN STIMULASI TUMBUH KEMBANG PADA IBU BALITA DESA DAWAN KALER (NLK Sulisnadewi, Putu Susy Natha Astini, Ida Erni Sipahutar, I Ketut Labir)	9 – 15
3 PENYULUHAN TENTANG PERAWATAN KAKI PASIEN DIABETES MELLITUS DI DESA DAWAN KALER (I Made Mertha, I Ketut Suardana, I G.K. Ngurah)	16 – 27
4 PENGUKURAN STATUS GIZI LANSIA DAN TERAPI KOMPLEMENTER DI BANJAR HITA BUANA KELURAHAN PEGUYANGAN KECAMATAN DENPASAR UTARA 2015 (I Ketut Gama, I Wayan Githa, IGA Ari Rasdini, IGA Harini)	28 – 36
5 SENAM KAKI DIABETIK SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN ABI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS DAWAN KABUPATEN KLUNGKUNG (I Made Sukarja, I WayanSukawana, Ni Made Wedri)	37– 43
6 PENYULUHAN CARA PENANGANAN DISMENOIRE DENGAN NON FARMAKOLOGIS PADA SISWI SMPN 1 DAWAN KELOD KLUNGKUNG (Suratih, Nyoman Hartati, Nengah Runiari, Dewa Ayu Ketut Surinati, I Gusti Agung Oka Mayuni)	44 – 50
7 MENGENALI DAN MENCEGAH KAKI DIABETIK DI PUSKESMAS DAWAN I KABUPATEN KLUNGKUNG(Ni Made Wedri, I Wayan Sukawana, I Made Sukarja)	51 – 59
8 PELATIHAN MANAJEMEN STRES BAGI REMAJA DI DESA DAWAN KELOD, KECAMATAN DAWAN, KABUPATEN KLUNGKUNG (I Nengah Sumirta, I Wayan Candra, I Dewa Made Ruspawan)	60 – 67
9 DETEKSI DINI OBESITAS SENTRAL PADA ORANG DEWASA SEBAGAI FAKTOR RISIKO DIABETES MELITUS DI BANJAR SARI BUANA DESA TEGAL HARUM DENPASAR BARAT (I Made Widastra, I Dewa Putu Gede Putra Yasa, VM Endang Sri Purwadmi Rahayu, I Made Oka Bagiarta)	68 – 74
10 PENYULUHAN GIZI SEBAGAI UPAYA MENCEGAH HIPERTENSI PADA USIA LANJUT (LANSIA) DI DESA DAWAN KALER KECAMATAN DAWAN	

KABUPATEN KLUNGKUNG (I Dewa Nyoman Sudjana, I Made Suarjana, I Ketut Kencana)	75 – 81
11 PEMBINAAN SISTEM PRODUKSI PADA USAHA TEH ROSELLA DI DESA DAWAN KELOD KECAMATAN DAWAN KABUPATEN KLUNGKUNG (Ni Putu Agustini, Anak Agung Ngurah Kusumajaya, I Made Rodja Suantara)	82 – 89
12 PELATIHAN, PEMBINAAN DAN PENDAMPINGAN KADER KESEHATAN REMAJA (KKR) UNTUK PENGENTASAN MASALAH GIZI PADA REMAJA DI SMPN 1 DESA DAWAN KECAMATAN DAWAN KABUPATEN KLUNGKUNG (I G A Sri Utami, Lely Cintari, Ni Made Yuni Gumala).	90 – 97
13 PENYULUHAN TENTANG JAJANAN ANAK SEKOLAH DAN COOKING DEMO JAJANAN SEHAT DI SD NEGERI 1 DAWAN KALER KABUPATEN KLUNGKUNG (Ni Nengah Ariati, I Wayan Juniarsana, Pande Putu Sri Sugiani)	98 – 106
14 PENDAMPINGAN PELAKSANAAN PMT-AS DI SD 1 DAWAN KALER KECAMATAN DAWAN KABUPATEN KLUNGKUNG (Ida Ayu Eka Padmiari, IGP Sudita Puryana, I Made Purnadhibrata)	107 – 113
15 DETEKSI DINI KANKER LEHER RAHIM MENGGUNAKAN INSPEKSI VISUAL ASAM ACETAT (IVA)DI DESA DAWAN KALER TAHUN 2015 (Ni Luh Putu Sri Erawati, Ni Ketut Somoyani, Ni Komang Yuni Rahyani)	114 – 121
16 <i>INSERVICE UPGRADING EDUCATION</i> TENTANG KEGAWATDARURATAN OBSTETRI DAN NEONATAL UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN SIKAP DAN KETRAMPILAN BIDAN DI WILAYAH PUSKESMAS DAWAN I TAHUN 2015 (Ni Wayan Ariyani, Ni Nyoman Suindri, Ni Gusti Kompiang Sriasih)	122 – 128
17 <i>IMPROVEMENT OF MIDWIFERY COMPETENCE IN APPLYING MIDWIFERY DOCUMENTATION AT DAWAN I PUBLIC HEALTH CARE CENTER, DAWAN DISTRICT, KLUNGKUNG REGENCY, YEAR 2015</i> (Ni Nyoman Sumiasih, Gusti Ayu Marhaeni, Ni Wayan Armini)	129 – 135
18 PENYULUHAN KESEHATAN, PEMERIKSAAN HEMOGLOBIN DAN PEMBERIAN TABLET BESI (FE) PADA SISWA SMPN 1 DAWAN DI DESA DAWAN KELOD, KEC. DAWAN, KAB. KLUNGKUNG (I Nyoman Jirna, IGede Sudarmanto, I A Made Sri Arjani, AA Made Sucipta)	136 – 143
19 PERBAIKAN SARANA PERLINDUNGAN MATA AIR DI DESA DAWAN KALER KECAMATAN DAWAN KABUPATEN KLUNGKUNG (I Ketut Aryana, I Wayan Jana, I Wayan Sali)	144 – 155
20 MODEL PENGELOLAAN SAMPAH DI SEKOLAH DASAR DESA DAWAN	

	KALER KECAMATAN DAWAN KABUPATEN KLUNGKUNG (Anysiah Elly Yulianti, I Wayan Suarta Asmara, I Wayan Sali)	156 – 161
21	PENINGKATAN SANITASI SEKOLAH MADRASAH IBTIDAIYAH TERPADU TAWAKKAL DENPASAR (Mochammad Choirul Hadi, I Nyoman Purna, I Nyoman Sujaya)	162 – 168
22	UPAYA PENCEGAHAN KARIES GIGI MELALUI KEGIATAN APLIKASI TOPIKAL LARUTAN FLUOR PADA SISWA KELAS IV DAN V DI SD NO. 1 DAWAN KELOD KLUNGKUNG TAHUN 2015 (Ni Nengah Sumerti, Maria Martina Nahak, Ratih Larasati)	169 – 176
23	PENYULUHAN KESEHATAN GIGI UNTUK LANSIA DI DESA DAWAN KALER KECAMATAN DAWAN KABUPATEN KLUNGKUNG (I Gusti Agung Ayu Dharmawati, I Gusti Agung Ayu Putu Swastini, Asep Arifin Senjaya)	177 – 183
24	UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT DENGAN MELAKUKAN PENYULUHAN KESEHATAN GIGI DAN MULUT DI SEKOLAH DASAR NO 1 DAWAN KALER TAHUN 2015 (Ni Nyoman Dewi Supariani, Sagung Agung Putri Dwiastuti, I Gusti Ayu Raiyanti)	184 – 191
25	APLIKASI INTERPROFESIONAL EDUKASI MELALUI PELAYANAN KESEHATAN DAN EDUKASI TERPADU DALAM UPAYA MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA (Gusti Ayu Marhaeni, Anak Agung Ngurah Kusumajaya, I Wayan Mustika, I Nyoman Gejir, Ketut Sudiantara), ..	192 – 200

**PENYULUHAN KESEHATAN, PEMERIKSAAN HEMOGLOBIN DAN PEMBERIAN
TABLET BESI (Fe) PADA SISWA SMPN 1 DAWAN DI DESA DAWAN KELOD,
KEC. DAWAN, KAB. KLUNGKUNG**

**I Nyoman Jirna, S.KM., M.Si
Drs IGede Sudarmanto, B.Sc., M.Kes
I A Made Sri Arjani, SIP., M.Erg
Dr. AA Made Sucipta, M.Sc., Sp.A**

*Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Denpasar, Jl Sanitasi No. 1 Denpasar Selatan
E-mail : nyomanjirna@ymail.com*

Abstract. Cholesterol Check Up and Health Education Counseling for People In Health Center I Area Of South Denpasar. Hypertension is an increase in blood pressure in the arteries. Caused by build up of fatty deposits inside arteries (atherosclerosis), thickening of artery walls, excessive contraction of small arteries. Therefore that abnormalities of vessels affect on blood pressure. Based on data from the health center I South Denpasar th 2012, high blood pressure disease (hypertension) is on the first rank of non – communicable disease. This community service was is done in the form of cholesterol check up and health education counseling. Add then followed by evaluating the level of public knowledge of hypercholesterolemia to determine the increase of public knowledges before and after the test. The results showed increasing of public knowledges about understanding of bad cholesterol 76%, the source of cholesterol (86%), cholesterol (72%), the term high cholesterol (96%), due to excess of cholesterol (90%) and how to prevent cholesterol (86%) after the post-test conducted at the community health center I in South Denpasar. Based on this result, it is advisable for the community, to apply a daily healthy lifestyle to maintain their ideal body weight, so it can reduce the risk of hypercholesterolemia
Keywords: *Cholesterol Check up and health education Counseling.*

Abstrak. Penyuluhan Kesehatan, Pemeriksaan Hemoglobin dan Pemberian Tablet Besi (Fe) Pada Siswa SMPN 1 Dawan di Desa Dawan Kelod, Kec. Dawan Kab. Klungkung. Hemoglobin berfungsi sebagai alat transportasi untuk mengangkut oksigen (O₂) dari paru-paru ke jaringan dan kembali kedalam darah vena dengan membawa karbondioksida (CO₂) ke paru-paru. Didalam jaringan, oksigen digunakan untuk pembakaran zat besi menjadi energi. Apabila darah kekurangan oksigen maka fungsi sel-sel di seluruh tubuh bisa terganggu. Pengabdian ini dilakukan dalam bentuk pemeriksaan kadar Hb dan pembinaan serta penyuluhan kesehatan.. Proses kemudian dilanjutkan dengan mengevaluasi tingkat pengetahuan siswa tentang hemoglobin untuk mengetahui peningkatan pengetahuan siswa sebelum test dan sesudah test. Hasil pengabdian menunjukkan ada peningkatan pengetahuan sasaran Adanya peningkatan hasil tingkat pengetahuan siswa dari hasil pretest dengan posttest, dimana pada saat pretest 80 orang (80%) tingkat pengetahuan baik, 15 orang (15%) tingkat pengetahuan sedang, dan 5 orang (5%) tingkat pengetahuan rendah dan hasil posttest menunjukkan 90 orang (90%) tingkat pengetahuan baik, 7 orang (7%) tingkat pengetahuan sedang, dan 3 orang (3%) tingkat pengetahuan rendah. Dan data kadar hemoglobin tinggi sebanyak 3 orang (3%), Kadar hemoglobin normal sebanyak 67 orang (67%), kadar hemoglobin rendah sebanyak 30 orang (30%). Bagi siswa disarankan untuk menerapkan pola hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan olah raga teratur serta menjaga pola aktifitas dengan istirahat yang teratur dan bagi sekolah, agar melakukan pembinaan – pembinaan berkelanjutan lewat mata pelajaran terkait sehingga kesehatan siswa tetap terjaga.

Kata Kunci: Pemeriksaan Hb dan penyuluhan kesehatan

Pendahuluan

Hemoglobin dapat diukur secara kimia dan jumlah hemoglobin/ ml darah dapat digunakan sebagai indeks kapasitas pembawa oksigen darah (Supariasa, dkk 2012). Hemoglobin berfungsi sebagai alat transportasi untuk mengangkut oksigen (O₂) dari paru-paru ke jaringan dan kembali kedalam darah vena dengan membawa karbondioksida (CO₂)

ke paru-paru. Didalam jaringan, oksigen digunakan untuk pembakaran zat besi menjadi energi. Apabila darah kekurangan oksigen maka fungsi sel-sel di seluruh tubuh bisa terganggu (Hoffbrand, dkk 2005).

Tanda-tanda anemia antara lain kulit pucat, rasa lelah, napas pendek, kuku mudah pecah, kurang selera makan, dan sakit kepala. Namun, terkadang tidak ada keluhan bila pasien mengalami anemia ringan. Kriteria lain orang terkena anemia apabila hemoglobin dalam darah kurang dari 13 gr/dl untuk pria dan untuk wanita kurang dari 12 gr/dl. Sedangkan anemia untuk anak usia 6 bulan - 5 tahun, kandungan hemoglobin dalam darah kurang dari 11 gr/dl. Anak usia 6 - 14 tahun kandungan hemoglobin kurang dari 12 gr/dl (WHO, 2008).

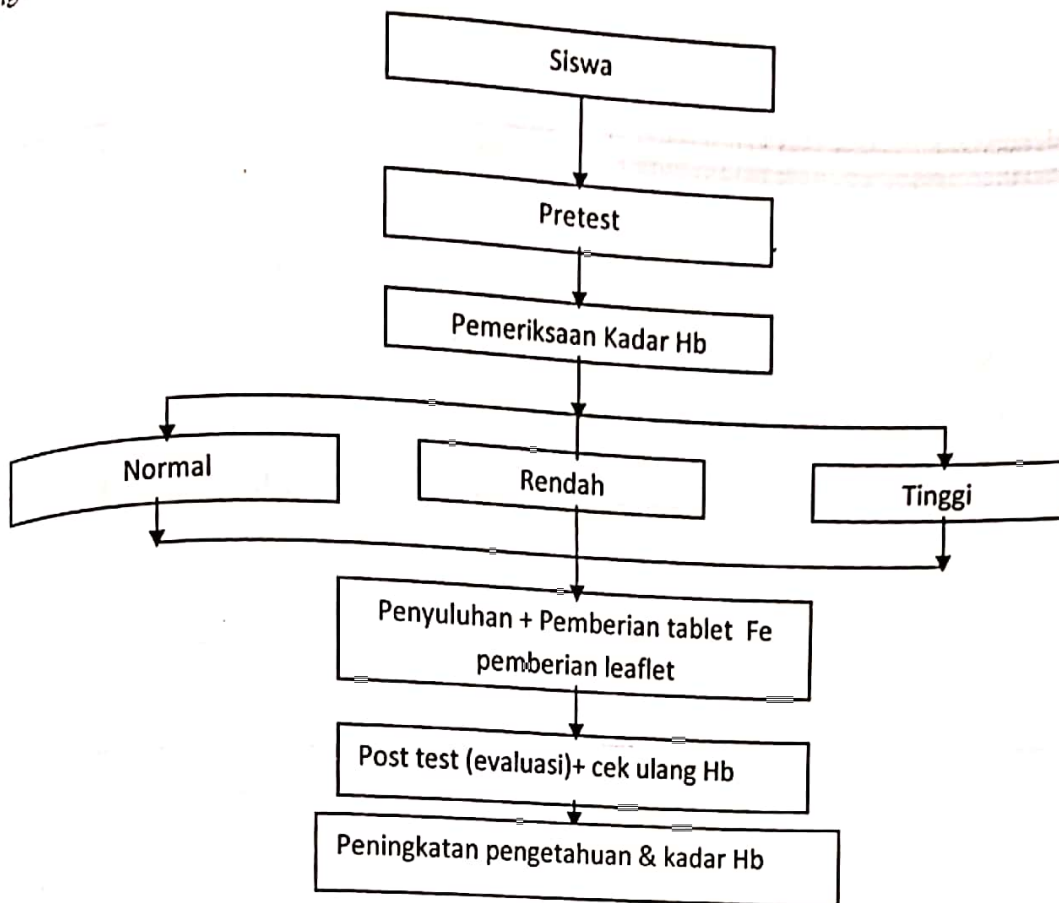
Pendapatan merupakan faktor yang paling menentukan kuantitas maupun kualitas makanan sehingga ada hubungan yang erat antara pendapatan dengan kepatuhan mengkonsumsi makanan yang bergizi. Pendapatan yang kurang dapat mempengaruhi daya beli masyarakat dalam membeli bahan makanan yang dibutuhkan. Hal ini berdampak pada asupan makan yang kurang dan berisiko terjadinya anemia gizi. Berdasarkan data profil Desa Dawan Kelod (2014 Desa Dawan Kelod memiliki luas wilayah 385,55 ha, dengan jumlah penduduk 2750 orang mempunyai pendapatan perkapita sebesar Rp. 35.000. Kondisi ini jauh dari harapan dan berimbas pada daya beli keluarga terutama pada kebutuhan pangan/makanan bergizi. Rendahnya asupan gizi berdampak pada konsentrasi/ daya ingat belajar. Masyarakat Desa Dawan Kelod sebagian besar anaknya masuk SMPN1 Dawan yang terletak di Desa dawan Kelod.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka akan dilaksanakan pengabdian masyarakat di SMPN 1 Dawan, Desa Dawan, Kecamatan Dawan, Kabupaten Klungkung berupa penyuluhan dan pemeriksaan kadar hemoglobin serta pemberian tablet Fe pada siswa SMPN 1 Dawan.

Berdasarkan hal tersebut diatas, rumusan masalahnya yaitu bagaimana kadar hemoglobin dan pengetahuan siswa SMPN 1 Dawan , Desa Dawan, Kecamatan Dawan, Kabupaten Klungkung, serta tujuan pengabdian untuk melakukan pemeriksaan hemoglobin dan penyuluhan pada siswa SMPN 1 Dawan, Desa Dawan, Kecamatan Dawan, Kabupaten Klungkung, dan mamfaat pengabdian ini dapat memberikan gambaran kadar hemoglobin dan memberikan pengetahuan kepada siswa SMPN 1 Dawan, Desa Dawan, Kecamatan Dawan, Kabupaten Klungkung, tentang pencegahan dan akibat dari kadar hemoglobin yg tidak normal.

Pelaksanaan Kegiatan

Skema pemecahan masalah Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1:

Kerangka pemecahan masalah

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Binaan Poltekkes Denpasar, yaitu di desa Dawan tepatnya di SMPN1 Dawan.dengan sasaran siswa SMPN 1 Dawan, di Desa Dawan , Kecamatan dawan, Kabupaten Klungkung sebanyak 100 orang. Sebagai pelaksana dari pengabdian masyarakat ini adalah Dosen serta melibatkan staff dan mahasiswa. Metode kegiatan pengabdian ini diawali dengan melaksanakan beberapa rincian kegiatan pengabdian masyarakat berupa: 1). Koordinasi ke lokasi dilaksanakan pada tanggal 20 Mei 2015. Dengan membawa surat mohon ijin lokasi melaksanakan pengabdian masyarakat. 2).Penilaian pretest , pemeriksaan hemoglobin , pemberian leaflet dan penyuluhan. Kegiatan ini dipusatkan di auditorium 1 pada tanggal 3-5 Juni 2015. Pelaksanaan kegiatan pengabmas dinformasikan kepada siswa dan disarankan untuk sarapan pagi dan tidak bergadang melalui guru sekolah. Pelaksanaan pretest dan pemeriksaan hemoglobin dilakukan oleh mahasiswa didampingi instruktur/staf dan kegiatan penyuluhan

diberikan oleh dosen pengabdian . 3). Pembinaan/penyuluhan sasaran dan post test (evaluasi). Kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa sebanyak tiga kali (tanggal 8, 12 Juni dan 27 Juli 2015) untuk memberikan pembinaan/penyuluhan lebih lanjut. Pada tanggal 27 Juli 2015 dilanjutkan dengan melakukan evaluasi/post test dan pemeriksaan ulang kepada sasaran kategori kadar hemoglobin rendah.

Hasil

Tingkat pengetahuan sasaran

Pretest

Hasil pengukuran 100 orang sasaran tentang pengetahuan Hemoglobin yaitu 80 orang (80%) tingkat pengetahuan baik, 15 orang (15%) tingkat pengetahuan sedang, dan 5 orang (5%) tingkat pengetahuan rendah (tabel 1).

Tabel 1.

Hasil pengukuran Tingkat pengetahuan tentang Hemoglobin sebelum penyuluhan (pretest)

No.	uraian	Pretest	
		jumlah	%
1	Baik	80	80
2	Sedang	15	15
3	Rendah	5	5
Total		100	100

Posttest

Hasil pengukuran 100 orang sasaran tentang pengetahuan Hemoglobin yaitu 90 orang (90%) tingkat pengetahuan baik, 7 orang (7%) tingkat pengetahuan sedang, dan 3 orang (3%) tingkat pengetahuan rendah (tabel 2).

Tabel 2.

Hasil pengukuran Tingkat pengetahuan tentang Hemoglobin setelah penyuluhan (posttest)

No.	uraian	Posttest	
		jumlah	%
1	Baik	90	90
2	Sedang	7	7
3	Rendah	3	3
Total		100	100

Kadar Haemoglobin Pemeriksaan awal

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin terhadap 100 orang sasaran yaitu hemoglobin tinggi sebanyak 3 orang (3%), Kadar hemoglobin normal sebanyak 67 orang (67%), kadar hemoglobin rendah sebanyak 30 orang (30%) (tabel 3).

Tabel 3.
Hasil Pemeriksaan Kadar Haemoglobin

No.	Uraian	Jumlah	%
1	Normal	67	67
2	Rendah	30	30
3	Tinggi	3	3
Total		100	100

Pemeriksaan ulang

Pemeriksaan ulang dilakukan terhadap 30 sasaran kadar hemoglobin rendah setelah dilakukan pembinaan berkelanjutan dan pemberian tablet Fe di dapatkan hasil : 27 orang (90%) normal dan 3 orang (10%) (tabel 4).

Tabel 4.
Hasil Pemeriksaan ulang Kadar Haemoglobin

No.	Uraian	Jumlah	%
1	Normal	27	90
2	Rendah	3	10
Total		30	100

Distribusi Pemberian Tablet Fe

Distribusi Pemberian Tablet Fe yaitu 97 strip (97%) diberikan kepada sasaran yang kadar hemoglobin normal dan rendah (97%) (tabel 5).

Tabel 5.
Distribusi Pemberian Tablet Fe

No.	Uraian	Jumlah (strip)	%
1	Normal	67	67
2	Rendah	30	30
Total		97	97

Pembahasan

Hemoglobin adalah protein yang kaya akan zat besi yang mempunyai afinitas terhadap oksigen membentuk *oxihemoglobin* di dalam sel darah merah, berfungsi sebagai alat transportasi untuk mengangkut oksigen (O_2) dari paru-paru ke jaringan dan kembali ke dalam darah vena dengan membawa karbondioksida (CO_2) ke paru-paru. Dalam jaringan, oksigen digunakan untuk pembakaran zat besi menjadi energi. Apabila darah kekurangan oksigen maka fungsi sel-sel di seluruh tubuh bisa terganggu. Kondisi ini merupakan kondisi yang cukup menguntungkan bagi proses pembelajaran yang ada di sekolah karena dengan memiliki kadar hemoglobin yang cenderung normal, maka siswa mempunyai modal kesehatan yang cukup baik untuk dapat melaksanakan proses pembelajaran. Hal ini dapat dipahami karena apabila seseorang mempunyai kadar hemoglobin yang normal, maka responden mempunyai ketahanan atau kemampuan untuk berkonsentrasi dengan lebih baik.

Dari hasil pemeriksaan menunjukkan masih ada sekitar 30% siswa yang mempunyai kadar hemoglobin rendah ($<11,5$ gr/dl) yang termasuk dalam kategori anemia. Anemia adalah keadaan dimana massa eritrosit atau massa hemoglobin yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Secara laboratorik dijabarkan sebagai penurunan di bawah normal kadar hemoglobin, hitung eritrosit dan hematokrit.

Akibat yang ditimbulkan oleh anemia pada anak usia sekolah diantaranya: menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan otak, meningkatkan resiko, menderita infeksi karena daya tahan tubuh menurun. Apabila kondisi seperti ini terus berlangsung, maka mereka akan mengalami hambatan untuk melaksanakan proses belajar mengajar yang baik, karena kesehatan mereka akan cenderung mengganggu.

Kondisi ini hendaknya mendapatkan perhatian serius dari keluarga dan sekolah. Pihak sekolah hendaknya berusaha menanamkan pengertian dan pengetahuan kepada siswa dan keluarganya untuk selalu menerapkan pola hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan cukup istirahat.

Hasil pemeriksaan ulang terhadap 30 sasaran kategori kadar hemoglobin rendah menunjukkan 27 orang (90%) normal dan 3 orang (10%). Rendahnya asupan zat besi sering terjadi pada orang-orang yang mengkonsumsi bahan makanan yang kurang beragam dengan menu makanan yang terdiri dari nasi, kacang-kacangan dan sedikit daging, unggas, ikan yang merupakan sumber zat besi. Gangguan defisiensi besi sering terjadi karena susunan makanan yang salah baik jumlah maupun kualitasnya yang disebabkan oleh kurangnya

penyediaan pangan, distribusi makanan yang kurang baik, kebiasaan makan yang salah, kemiskinan dan ketidaktahuan (Masrizal, 2007).

Adanya peningkatan hasil tingkat pengetahuan siswa dari hasil pretest dengan posttest, dimana pada saat pretest 80 orang (80%) tingkat pengetahuan baik, 15 orang (15%) tingkat pengetahuan sedang, dan 5 orang (5%) tingkat pengetahuan rendah dan hasil posttest menunjukkan 90 orang (90%) tingkat pengetahuan baik, 7 orang (7%) tingkat pengetahuan sedang, dan 3 orang (3%) tingkat pengetahuan rendah. Hal ini mengindikasikan kegiatan penyuluhan dan pembinaan yang dilakukan pada kegiatan pengabdian berdampak pada peningkatan pengetahuan siswa tentang kadar hemoglobin.

Simpulan

1. Terjadi peningkatan pengetahuan sasaran tentang kadar hemoglobin sebelum dan sesudah penyuluhan yaitu kategori pengetahuan baik 80 orang (80%) menjadi 90 orang (90%), kategori pengetahuan sedang 15 orang (15%) menjadi 7 orang (7%) dan kategori pengetahuan rendah 5 orang (5%) menjadi 3 orang (3%) pada siswa SMPN 1 Dawan di Desa Dawan, Kec. Dawan, Kab. Klungkung.
2. Gambaran kadar Haemoglobin adalah kadar hemoglobin tinggi sebanyak 3 orang (3%), Kadar hemoglobin normal sebanyak 67 orang (67%), kadar hemoglobin rendah sebanyak 30 orang (30%) pada siswa SMPN 1 Dawan di Desa Dawan, Kec. Dawan, Kab. Klungkung.
3. Distribusi Pemberian Tablet Fe yaitu 97 strip (97%) diberikan kepada sasaran yang kadar hemoglobin normal dan rendah (97%) dan terjadi peningkatan kadar Hemoglobin setelah pemberian tablet Fe dan pembinaan penyuluhan dari 30 sasaran Hb rendah yang di periksa ulang adalah 27 orang (90%) normal dan 3 orang (10%) pada siswa SMPN 1 Dawan di Desa Dawan, Kec. Dawan, Kab. Klungkung.

Saran

1. Bagi siswa, disarankan untuk menerapkan pola hidup sehat dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi dan olah raga teratur serta menjaga pola aktifitas dengan istirahat yang teratur.
2. Bagi sekolah, agar melakukan pembinaan – pembinaan berkelanjutan lewat mata pelajaran terkait sehingga kesehatan siswa tetap terjaga.

Daftar pustaka

- Bakta, I M., 2006, *Hematologi Klinik Ringkas*, Jakarta: EGC.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1990, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- DeMacyer, E.M., 1995, *Pencegahan dan Pengawasan Anemia Defisiensi Besi*, Terjemahan Arisman M.B., Jakarta: Widya Medika.
- Gandasoebrata, R., 2010, *Penuntun Laboratorium Klinik*, Edisi Ketujuh Belas, Jakarta: Dian Rakyat.
- Guyton, Arthur C. dan John E. Hall, 2007, *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*, Terjemahan Irawati Setiawan, Jakarta: EGC.
- Hoffbrand, A.V, J. E Pettit dan P. A. H. Moss, 2005, *Hematologi*, Edisi Keempat, Terjemahan Lyana Setiawati, Dewi Asih Mahanani, Jakarta: EGC.
- Indah Indriawati Herman. 2001. *Hubungan Anemia dengan Kebiasaan Makan, Pola Haid, Pengetahuan Tentang Anemia dan Status Gizi Remaja Putri di SMUN 1 Cibinong Kabupaten Bogor*. Skripsi, Universitas Indonesia Jakarta
- Isbister, James P. dan D. Harmening Pittiglio, 1999, *Hematologi Klinik*, Terjemahan Ronardy, Devy H., Jakarta: Hipokrates.
- Mahrizal, 2007, *Anemia Defisiensi Besi*, Jurnal Kesehatan Masyarakat.