

HUBUNGAN ANTARA KEPATUHAN MINUM TABLET FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MA DARUL IMAD KECAMATAN TATAH MAKMUR KABUPATEN BANJAR

Yuniarti, Rusmilawaty, Tri Tunggal

Poltekkes Kemenkes Banjarmasin Jurusan Kebidanan

Email: faujimila@yahoo.com

Abstrak

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Penyebab utama anemia gizi pada remaja putri adalah karena kurangnya asupan zat gizi melalui makanan, sementara kebutuhan zat besi relatif tinggi untuk kebutuhan dan menstruasi. Penelitian ini merupakan penelitian *Survey analitik* dengan pendekatan kuantitatif. Rancangan yang digunakan adalah *Cross Sectional*. Penelitian ini mencoba mengetahui Apakah ada hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013. Populasi adalah seluruh remaja putri yang mengalami anemia di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013 berjumlah 97 orang. Sampel adalah seluruh remaja putri kelas IX dan telah diberikan Tablet Fe selama 6 minggu berjumlah 49 orang. Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang mengalami anemia sebanyak 20 orang (40,8%) dan sebanyak 20 orang (40,8%) tidak patuh mengkonsumsi tablet besi 1 kali sehari selama 6 minggu. Hasil uji *chi square* didapatkan ada hubungan antara kepatuhan minum tablet besi dengan kejadian anemia di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013. Perlunya meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan manfaat tablet Fe yang dibagikan agar anemia pada remaja putri dapat diatasi dengan baik.

Kata-kata Kunci: tablet Fe dan kejadian anemia

Abstract

Female teenaer is one of the group who prone to suffer from anemia. In Indonesia, anemia prevalence is still high. The main causes of nutritional anemia at female teenager because lack of nutrient intake through food, while the iron is relatively high for needs and menstruation. This research is analytic survey research with quantitative approach and used cross sectional design. This research is trying to find out the correlation between obedience of female teenager is consumption of fe tablet with incidence of Anemia in Islamic Senior High School Darul Imad Tatah Makmur District Banjar Regency on 2013. The population was all female teenager who have been anemia in Islamic Senior High School Darul Imad Tatah Makmur District Banjar Regency on 2013 as many as 97 people. The sample was all of female teenaer grade IX and have administered Fe tablets for 6 weeks as many as 49 people. The result showed that respondents who are anemic as many as 20 people (40,8 %) and as many as 20 people (40,8%) disobedient taking iron tablets (Fe tablets) once a day for 6 weeks. Chi square test result obtained that there was a correlation between obedience in consume Fe tablets with incidence of anemia in islamic Senior High School Darul imad Tanah Makmur District banjar regency on 2013. The need to increase the knowledge of Female teenager about anemia and benefits Fe tablets were distributed so that anemia in feemale teenager can be overcome with good.

Keywords: Fe tablet, and incidence of Anemia.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode pertumbuhan dan proses kematangan manusia, sehingga terjadi perubahan yang sangat unik dan berkelanjutan. Masalah gizi tersebut antara lain anemia dan Indeks Massa Tubuh (IMT) kurang dari batas normal atau kurus. Masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada kesehatan, misalnya penurunan konsentrasi belajar, serta penurunan kesegaran jasmani (Sulistyoningsih, 2011)

(1)

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Penyebab utama anemia gizi pada remaja putri adalah karena kurangnya asupan zat gizi melalui makanan, sementara kebutuhan zat besi relatif tinggi untuk kebutuhan dan menstruasi. Kehilangan zat besi diatas rata-rata dapat terjadi pada remaja putri dengan pola haid yang lebih banyak dan waktunya lebih panjang. Meningkatnya kebutuhan bila diiringi kurangnya asupan zat besi dapat mengakibatkan remaja putri rawan terhadap rendahnya kadar haemoglobin (Krummer *et al*, 2006)⁽²⁾. Alasan lain karena remaja putri seringkali menjaga penampilan, keinginan untuk tetap langsing atau kurus sehingga berdiet dan mengurangi makan. Diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan zat gizi tubuh akan menyebabkan tubuh kekurangan zat gizi yang penting seperti besi (Arisman, 2010)⁽³⁾

Anemia adalah suatu keadaan di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang yang bersangkutan. Penentuan anemia juga dapat dilakukan dengan mengukur hematokrit (Ht). Nilai hematokrit rata-rata setara dengan tiga kali kadar hemoglobin. Batasan hemoglobin untuk menentukan apakah seseorang terkena anemia gizi besi atau tidak sangat dipengaruhi oleh umur. Untuk remaja putri umur 6-17 tahun kurang dari 12 g/dl (Arisman, 2010)⁽³⁾. Pemberian zat besi secara oral merupakan salah satu pendekatan untuk pencegahan dan pengendalian anemia defisiensi zat besi (Almatsier, 2002)⁽⁴⁾

Salah satu kegiatan pokok Puskesmas Tatah Pemangkih Laut adalah kegiatan UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) yang dilakukan setiap 3 bulan sekali oleh petugas kesehatan untuk memonitor kesehatan anak sekolah. Kegiatan UKS tersebut diantaranya adalah pemberian Tablet Fe pada remaja putri 1 tablet sehari selama 6 minggu dan melakukan pemeriksaan Haemoglobin (Hb) pada remaja.

Hasil survey yang dilakukan oleh staf Puskesmas Tatah Pemangkih Laut bagian gizi dan laboratorium pada bulan Maret 2012 di Madrasah Aliyah (MA) Darul Imad terhadap 168 siswa didapatkan 55 orang (32,7%) tidak mengalami anemia dan 113 orang (67,3%) mengalami anemia dengan kadar Hb kurang dari 12 gr%. Bulan Maret 2013 Puskesmas Tatah Pemangkih kembali melaksanakan program pemberian Tablet Fe pada 97 remaja putri yang mengalami anemia ringan dan anemia sedang sebanyak 1 tablet sehari selama 6 minggu. Anemia sangat penting ditanggulangi karena hal ini akan mempengaruhi proses belajar siswa yang ditandai dengan siswa sering mengantuk waktu belajar, kurang konsentrasi belajar dan lesu, serta kadang disertai pusing-pusing kepala. Hasil evaluasi belajar mereka bulan Juni 2012 yaitu yang kadar haemoglobinnya rendah nilainya antara 6,58-73,2 sedangkan yang kadar haemoglobinnya tinggi nilainya antar 74,3-77,5. Ini juga ditunjang dengan data dari UKS kalau remaja putri yang mengalami pusing dan pingsan dalam 1 minggu sekitar 4 – 5 orang.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melihat apakah ada hubungan antara kepatuhan minum Tablet Fe dengan kejadian anemia pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *Survey analitik* dengan pendekatan kuantitatif. Rancangan yang digunakan adalah *Cross Sectional*. Penelitian ini mencoba mengetahui Apakah ada hubungan antara kepatuhan minum Fe dengan kejadian anemia pada remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013. Variabel bebas Kepatuhan minum tablet Fe dan variabel terikat kejadian anemia. Kepatuhan minum tablet Fe adalah konsumsi tablet Fe 1 kali sehari selama 6 minggu berturut turut. Dikategorikan patuh jika Tablet Fe diminum 1 tablet setiap hari selama 6 minggu berturut turut dan tidak patuh jika tablet Fe tidak diminum setiap hari/ Tidak dihabiskan dalam 6 minggu, Skala Ordinal. Kejadian anemia pada remaja putri adalah kondisi kadar Haemoglobin (Hb) < 12 gr%, dikategorikan anemia bila kadar Hb < 12 gr% dan tidak anemia jika kadar Hb ≥ 12 gr%, skala Ordinal.

Populasi adalah seluruh remaja putri yang mengalami anemia dan bersekolah di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013 berjumlah 97 orang.

Sampel adalah seluruh remaja putri kelas IX yang bersekolah di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013 dan telah diberikan Tablet Fe berjumlah 49 orang. Pengambilan sampel dengan teknik *Purposive sampling*. Pada penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner untuk mendapatkan data. Data yang digali adalah identitas siswa dan kepatuhan minum tablet Fe. kadar Hb siswa digali dengan menggunakan uji laboratorium pemeriksaan darah dengan metode Sahli.

Analisis univariabel menggambarkan karakteristik masing masing variabel dengan menggunakan distribusi frekuensi dan persentase pada masing-masing variable yaitu kejadian anemia dan kepatuhan siswa. Analisis bivariabel dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel bebas (Kepatuhan minum tablet Fe) dan variabel terikat (Kejadian Anemia). Uji statistik yang digunakan *chi-square* (X^2) dengan tingkat kemaknaan $p \leq 0,05$ dengan *confident interval* 95%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Karakteristik Responden

Tabel.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Kebiasaan Sarapan Pagi, dan Konsumsi Mie Instant Saat Makan Siang Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013

No	Variabel	Jumlah (n)	Persentasi (%)
1	Umur :		
	18 Tahun	15	30,6
	17 Tahun	23	46,9
	16 Tahun	11	22,4
2	Sarapan Pagi :		
	Ya	23	46,9
	Tidak	26	53,1
3	Makan siang mie instant :		
	Tidak Pernah	3	6,1
	Kadang Kadang	27	55,1
	Sering	19	38,8

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berumur 17 tahun (46,9%), 26 responden (53,1%) tidak pernah sarapan pagi dan sebagian besar responden menyatakan kadang kadang makan mie instant pada saat makan siang berjumlah 27 Responden (55,1%).

2. Analisis Univariat

Tabel.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kadar Haemoglobin dan Kepatuhan Minum Tablet Fe Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013

No	Variabel	Jumlah (n)	Persentasi (%)
1	Kadar Haemoglobin:		
	≥ 12 gr% (Tidak Anemia)	29	59,2
	< 12 gr% (Anemia)	20	40,8
2	Kepatuhan :		
	Patuh	29	59,2
	Tidak Patuh	20	40,8

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa responden yang mengalami anemia sebanyak 20 orang (40,8%) dan sebanyak 20 orang (40,8%) tidak patuh mengkonsumsi tablet besi 1 kali sehari selama 6 minggu.

3. Analisis Bivariat

Tabel.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013

Kepatuhan minum tablet Fe	Kejadian Anemia				Total	
	Tidak Anemia		Anemia			
	n	%	n	%	n	%
Patuh	23	79,3	6	20,7	29	100
Tidak Patuh	6	30,0	14	70,0	20	100
Jumlah	29	59,2	20	40,8	49	100
Uji Statistik <i>Chi Square</i> $p = 0,001$			$p < 0,05$			

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 29 responden yang patuh minum tablet Fe, sebanyak 6 orang (20,7%) mengalami anemia dan dari 20 orang yang tidak patuh minum tablet Fe sebanyak 14 orang (70,0%) mengalami anemia. Berdasarkan hasil uji statistik uji chi square diketahui $p = 0,001$, maka H_a diterima berarti ada hubungan antara kepatuhan minum tablet besi dengan kejadian anemia Pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013.

B. PEMBAHASAN

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Oleh karena itu, sasaran program penanggulangan anemia gizi telah dikembangkan yaitu mencapai remaja putri SMP, SMA, dan sederajat, serta wanita di luar sekolah sebagai upaya strategis dalam upaya memutus simpul siklus masalah gizi. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan secara signifikan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA Darul Imad. Kepatuhan minum tablet besi (Fe) dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor dari petugas kesehatan (seperti adanya anggapan tablet besi untuk pengobatan, tindak lanjut kunjungan yang tidak baik) dan faktor dari diri individunya sendiri (seperti kesadaran yang rendah akan manfaat tablet besi (Fe), adanya efek samping dari tablet besi (Fe), kelupaan, perasaan mual/muntah)(Winichagoon,2002)⁽⁵⁾.

Manfaat suplementasi besi (Fe) sering dihambat oleh kepatuhan dalam meminum tablet Fe. Kepatuhan dalam minum tablet Fe merupakan salah satu faktor yang dianggap paling berpengaruh dalam keberhasilan program suplementasi besi (Fe) selain penyediaan tablet Fe dan sistem distribusinya (Budiarni dan Subagio, 2012)⁽⁶⁾. Puskesmas telah melaksanakan program pemeriksaan Hb pada seluruh remaja putri di MA Darul Imad dan program pemberian Tablet Fe pada remaja putri khususnya yang mengalami anemia. Namun berdasarkan penelitian masih banyak remaja putri yang tidak patuh minum tablet Fe yang telah diberikan 1 kali sehari.

Banyaknya remaja putri yang tidak patuh terhadap konsumsi Tablet Fe disebabkan banyak faktor, seperti malas dan efek samping yang sering dirasakan setelah minum Tablet Fe. Berdasarkan penelitian (Budiarni dan Subagio, 2012)⁽⁶⁾ diketahui 51,8% subjek mengalami efek samping mual yang berakibat pada ketidakpatuhan. Penyebab ketidakpatuhan lainnya adalah karena konstipasi dan perubahan warna tinja menjadi hitam. Alasan lain yang terungkap dari 48,2% subjek yaitu tablet Fe memiliki rasa tidak enak dan bau amis, selain itu subjek juga merasa bosan, lupa dan malas untuk mengkonsumsi tablet Fe.

Faktor lain yang dapat menyebabkan ketidakpatuhan remaja putri untuk mengkonsumsi Tablet Fe adalah pengetahuan yang dimiliki remaja putri tentang manfaat tablet Fe yang dikonsumsi dan anemia yang mereka derita. Perilaku individu dipengaruhi oleh faktor *predisposing* (predisposisi) diantaranya adalah pengetahuan. Mengonsumsi tablet zat besi dapat menimbulkan efek samping yang mengganggu sehingga orang cenderung menolak tablet yang diberikan. Faktor *enabling* (pemungkin) meliputi ketersediaan sarana dan prasana atau fasilitas kesehatan dan faktor *reinforcing* (penguat)

meliputi dukungan keluarga, dukungan petugas kesehatan dan ketersediaan Fe (Notoatmodjo, 2010)⁽⁷⁾.

Tingkat pengetahuan seseorang mengenai tablet Fe berpengaruh terhadap perilaku dalam memilih makanan yang mengandung zat besi. Hal ini sejalan juga dengan penelitian (Budiarni dan Subagio, 2012)⁽⁶⁾ menyebutkan bahwa remaja yang memiliki pengetahuan mengenai anemia yang cukup baik belum dapat mendorong remaja tersebut untuk lebih patuh mengonsumsi tablet Fe akan tetapi terdapat kecenderungan bahwa sebagian besar remaja yang patuh memiliki pengetahuan yang baik.

Anemia pada remaja di negara berkembang semakin meningkat dari tahun ke tahun. Perkiraan jumlah remaja di dunia usia (10-19 tahun) yang menderita anemia lebih dari satu miliar. Prevalensi anemia defisiensi besi pada anak-anak usia sekolah dan remaja putri di Amerika Serikat sebesar 8,7% (Halterman *et al*, 2001)⁽⁸⁾.

Pencegahan anemia defisiensi zat besi telah lama dilakukan di Indonesia. Salah satu pencegahannya melalui program suplementasi besi yang diberikan secara gratis. Dalam mengatasi dan melakukan pencegahan anemia dilakukan perbaikan diet secara umum dan menjaga waktu makan pagi, siang dan malam. Selain itu perlu mengonsumsi makanan yang spesifik yang dianggap sesuai dan yang kaya akan vitamin seperti liver, limpa, bayam dan ekstrak buah yang berwarna merah⁽⁹⁾. Pendapat lain menyatakan pendekatan untuk penanganan anemia dalam jangka pendek dapat dilakukan suplementasi besi (Schuman dan Solomon, 2007)⁽¹⁰⁾. Remaja putri di MA Darul Imad yang mengalami anemia sudah diberikan suplementasi Tablet Besi, namun tingkat kesadaran dan kemauan remaja putri untuk patuh minum tablet besi masih kurang sehingga masih banyak yang mengalami anemia

PENUTUP

Berdasarkan penelitian tentang hubungan antara Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia disimpulkan bahwa ada hubungan antara Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Tahun 2013 ($p = 0,001$). Perlu meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan manfaat tablet besi (Fe) yang dibagikan agar anemia pada remaja putri dapat diatasi dengan baik

DAFTAR PUSTAKA

1. Sulistyoningih. Hariyani, 2011. Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak, Penerbit Graha Ilmu, Yogyakarta.
2. Krummer, Debra L, Kris Etherton, 2006. Nutrition in women health, an Aspen Publications . Aspen Publisher Inc. Gaithersburg Maryland.
3. Arisman, MB., 2010. Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi dalam Daur Kehidupan. Edisi 2. EGC, Jakarta. p:145-147
4. Almatsier, S. (2002) Prinsip dasar ilmu gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
5. Winichagoon, P. (2002) prevention and control of anemia: Thailand experiences. J Nutr, 132, 862-866.
6. Budiarni W, dan Subagio HW, 2012. Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Motivasi Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Folat Pada Ibu Hamil. Journal of Nutrition College, 1(1): 99-106
7. Notoatmodjo, Soekidjo, 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan, Rineka Cipta, Jakarta
8. Halterman, J.S., Kaczorowski, J.M., Aligne, C.A., Auinger, P. & Szilagyi, P.G. (2001) Iron deficiency and cognitive achievement among school aged children and adolescent in the united states. J Pediatr, 107(6):1381-86.
9. Kanashiro, H.M.C., Bartolini, R.M., Fukumoto, M.N., Uribe, T.G., Robert, R.C. & Bentley, M.E. (2003) Animal source foods to improve micronutrient nutrition and human function in developing countries: formative research to develop a nutrition education intervention to improve dietary iron intake among women and adolescent girls through community kitchens in Lima Peru. J Nutr, 133:3987s- 3991s.

10. Schumann, K. & Solomons, N.W. (2007) Safety and intervention to reduce nutritional anemias. In: Badham, J., Zimmerman, M.M. & Kraemer, K. The guide book nutritional anemia. Basel: Sight and life press.