

Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi Dan Konsumsi Suplemen Tablet Besi Dengan Status Anemia Pada Siswi Kelas VIII MTS Negeri Model Martapura Di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

Correlation Of Iron Consumption Pattern And Iron Supplements Tablet Consumption With Anemia Status At Class VIII MTS Negeri Model Martapura In The Working Area District Banjar Health Department

Yuliana Salman^{1*}, Rosihan Anwar², Samsul Arifin³

¹STIKES Husada Borneo, Jl. A. Yani Km 30,5 No. 4 Banjarbaru, Kalimantan Selatan

²Politeknik Kesehatan Banjarmasin, Jl. H. Mistar Corokusumo No. 1A Banjarbaru, Kalimantan Selatan

³RS Pelita Insani Martapura, Kalimantan Selatan

*Korespondensi : salmanyuliana86@gmail.com

Abstract

Anemia is a condition in which the levels of hemoglobin in the blood is lower than normal according to the threshold values of age and sex. Banjar District Health Office, in January of 2013 doing examination of hemoglobin levels for the second time, from a total of 81 adolescent girls are 22 or 35,8% were affected by anemia and 59 adolescent girls or 64,2% were not anemic. Before examination, adolescent girls given iron suplemen tablet, so many adolescent girls that not anemic. Adolescent girls are prospective students who are candidates for future leaders, prospective workers who will be the backbone of national productivity, as well as the prospective mother will give birth to the next generation and the key to the future care of the child. This study aims to find the relationship of consumption pattern iron and consumption of iron supplements tablet with anemia status at class VIII MTs Negeri Model Martapura working in the District Banjar Health Department. This research uses the analytical method with cross sectional design and was conducted on 81 respondents who had examined levels of hemoglobin by the District Health Office Banjar. Based upon the results of the statistical test using the chi-square indicates that the pattern of consumption of iron obtained p value = 0.04 and consumption of iron supplement tablet obtained p value = 0.00. Its means the relationship between consumption patterns and consumption of iron supplements tablet with anemia status at class VIII MT school girl model work area Martapura in Banjar District Health Department is significant.

Keywords : Consumption of Iron, Consumption of Iron Supplements Tablet, Anemia Status

Pendahuluan

Keberhasilan pembangunan Nasional suatu Bangsa ditentukan oleh ketersediaan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas, yaitu SDM yang memiliki fisik yang tangguh, mental yang kuat dan kesehatan yang prima di samping penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi (1). Gizi merupakan salah satu faktor penentu untuk mencapai kesehatan yang prima dan optimal. Namun sayangnya, masyarakat di Indonesia masih menghadapi beberapa masalah gizi, salah satunya adalah anemia. Selama ini anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang secara global banyak ditemukan di berbagai Negara maju maupun sedang berkembang. Penderita anemia diperkirakan hampir dua milyar atau 30% dari populasi dunia. Prevalensi anemia di

Indonesia masih cukup tinggi, yaitu pada remaja wanita 26,50%, Wanita Usia Subur (WUS) 26,9%, Ibu hamil 40,1%, dan anak balita 47% (2).

Menurut WHO (*World Health Organization*) (3) anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar Hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal sesuai dengan nilai batas ambang menurut umur dan jenis kelamin. Anemia pada masa remaja bukan saja menurunkan produktifitas tetapi pada gilirannya akan menggiring remaja putri pada kondisi anemia di masa kehamilan nanti. Ibu hamil yang menderita anemia akan mempertinggi resiko untuk mengalami keguguran, perdarahan waktu melahirkan, dan melahirkan bayi dengan berat lahir rendah.

Meningkatnya kebutuhan zat besi, bila tidak diimbangi dengan asupan zat besi

dapat berakibat remaja putri rawan terhadap rendahnya kadar hemoglobin. Hal tersebut didukung oleh data Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar, dimana pada bulan September tahun 2012 melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin yang pertama di MTs Negeri Model Martapura, dari total 81 remaja putri terdapat 50 remaja putri yang menderita anemia atau 61,72% dan 31 remaja putri yang tidak anemia atau 38,28%, sedangkan pada bulan Januari tahun 2013 dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin yang kedua di MTs Negeri Model Martapura, dari total 81 remaja putri terdapat 22 remaja putri yang menderita anemia atau 35,8% dan 59 remaja putri yang tidak anemia atau 64,2%. Remaja putri diberi suplemen tablet besi sebelum diperiksa kadar hemoglobin yang kedua, data ini menunjukkan tingginya kejadian anemia di MTs Negeri Model Martapura, untuk menurunkan resiko anemia pada remaja putri dapat dicegah melalui konsumsi zat besi dan konsumsi suplemen tablet besi.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang hubungan Pola Konsumsi Zat Besi dan Konsumsi Suplemen Tablet Besi dengan Status Anemia pada Siswi Kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar.

Metode Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian survey analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi zat besi dan konsumsi suplemen tablet besi dengan status anemia pada siswi kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pola konsumsi zat besi dan konsumsi suplemen tablet besi pada siswi kelas VIII MTs Negeri Model Martapura sedangkan variabel terikatnya adalah status anemia pada siswi kelas VIII MTs Negeri Model Martapura. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh populasi yang sudah diperiksa kadar hemoglobinnya oleh dinas kesehatan Kabupaten Banjar sebanyak 81 orang. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara pengamatan

(observasi) sedangkan untuk mengetahui kadar hemoglobin diukur dengan memeriksa darah dari ujung jari dengan metode *Cyanmethglobin*.

Dalam penelitian ini analisis yang digunakan ada 2 macam yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis ini dilakukan dengan tujuan untuk mendefinisikan setiap variabel secara terpisah dengan cara membuat tabel frekuensi dari masing-masing variabel. Analisis bivariat digunakan untuk mengidentifikasi hubungan tiga variabel independen dan dependen melalui analisa *non parametrik* dengan uji *Chi-square* pada probabilitas $\alpha = 0,05$ pada rentang kepercayaan 95 %.

Hasil Penelitian

A. Karakteristik Responden Menurut Umur dan Status Anemia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur pada Siswi Kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

No	Umur (tahun)	Responden	
		n	%
1	12	6	7.4
2	13	63	77.8
3	14	11	13.6
4	15	1	1.2
Jumlah		81	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 81 responden terbanyak berusia 13 tahun yaitu 63 responden atau 77.8%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Anemia pada Siswi Kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

No	Status Anemia	Responden	
		n	%
1	Tidak Anemia	59	72,8
2	Anemia	22	27,2
Jumlah		81	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 81 responden yang tidak anemia sebanyak 59 responden atau 72,8%.

B. Pola Konsumsi Zat Besi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Zat Besi pada Siswi Kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

No	Pola Konsumsi Zat Besi	Responden	
		n	%
1	Baik	27	33,3
2	Kurang	54	66,7
Jumlah		81	100

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 81 responden sebanyak 54 responden atau 66,7% memiliki pola konsumsi zat besi yang termasuk dalam kategori kurang.

C. Konsumsi Suplemen Tablet Besi

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Konsumsi Suplemen Tablet Besi pada Siswi Kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

No	Konsumsi Suplemen Tablet Besi	Responden	
		n	%
1	Baik	29	35,8
2	Kurang	52	64,2
Jumlah		81	100

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 81 responden sebanyak 52 responden atau 64,2% konsumsi suplemen tablet besinya termasuk dalam kategori kurang.

D. Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi dengan Status Anemia

Tabel 5. Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi dengan Status Anemia pada Siswi Kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

No	Status Anemia	Pola Konsumsi Zat Besi				N
		Baik		Kurang		
		n	%	n	%	
1	Tidak Anemia	24	88,9	35	64,8	59
2	Anemia	3	11,1	19	35,2	22
Jumlah		27	100	54	100	81

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* menunjukkan bahwa, pola konsumsi zat besi didapat nilai $p=0,04$ ($p<0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi zat besi dengan status anemia.

E. Hubungan Konsumsi Suplemen Tablet Besi dengan Status Anemia

Tabel 6. Hubungan Konsumsi Suplemen Tablet Besi dengan Status Anemia pada Siswi Kelas VIII MTs Negeri Model Martapura di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar

No	Status Anemia	Konsumsi Suplemen Tablet Besi				N
		Baik		Kurang		
		N	%	n	%	
1	Tidak Anemia	27	93,1	32	61,5	59
2	Anemia	2	6,9	20	38,5	22
Jumlah		29	100	52	100	81

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* menunjukkan bahwa, konsumsi suplemen tablet besi didapat nilai $p=0,00$ ($p<0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara konsumsi suplemen tablet besi dengan status anemia.

Pembahasan

A. Karakteristik Responden Menurut Umur dan Status Anemia

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 81 responden terbanyak berusia 13 tahun yaitu 63 responden atau 77,8%. Hal ini sejalan dengan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) (4) menyatakan bahwa prevalensi anemia gizi pada remaja putri usia (10-18 tahun) 57,1% dan usia 19-45 tahun 39,5%. Semua kelompok umur mempunyai resiko untuk menderita anemia, resiko paling tinggi untuk menderita anemia adalah remaja putri.

B. Pola Konsumsi Zat Besi

Dari hasil penelitian banyak responden yang tidak teratur atau tidak memenuhi standar konsumsi suplemen tablet besi yaitu ≥ 25 tablet/2 bulan atau 60 hari. Selain tidak teratur atau tidak memenuhi standar konsumsi suplemen tablet besi, ada beberapa faktor yang mempengaruhi responden dalam mengkonsumsi suplemen tablet besi. Faktor yang pertama adalah pengetahuan, dimana pengetahuan responden tentang anemia banyak yang kurang yaitu sebanyak 52 responden atau 64,2%. Faktor yang kedua adalah dukungan keluarga, dukungan keluarga yang dimaksud yaitu keluarga selalu mengingatkan atau memotivasi responden dalam mengkonsumsi suplemen tablet besi.

Faktor yang ketiga penggunaan air dalam mengkonsumsi suplemen tablet besi, dimana penggunaan air sangat berpengaruh dalam mengkonsumsi suplemen tablet besi, misalkan responden

mengonsumsi suplemen tablet besi menggunakan air teh maka absorpsi suplemen tablet besi akan terhambat karena ada kandungan tanin di dalam teh.

Faktor yang keempat adalah perilaku, dari hasil penelitian banyak perilaku responden yang tidak mendukung dalam mengonsumsi suplemen tablet besi. Faktor yang kelima adalah keluhan, keluhan responden yang dimaksud seperti rasa mual, muntah, rasa pahit setelah mengonsumsi suplemen tablet besi. Faktor yang keenam atau yang terakhir adalah kekhawatiran akan terkena anemia, berdasarkan hasil penelitian ada beberapa responden yang khawatir apabila terkena anemia. Kekhawatiran tersebut karena takut dampak negatif apabila terkena anemia.

C. Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi dengan Status Anemia

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai ($p < 0,05$) artinya ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi zat besi dengan status anemia. Penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan pola konsumsi zat besi yang baik dapat mengurangi tingkat kejadian anemia. sebagaimana yang dijelaskan oleh SCN (5) bahwa rendahnya konsumsi zat besi, terutama protein hewani telah memberi kontribusi terhadap munculnya kasus anemia gizi besi di Indonesia beberapa tahun terakhir ini.

D. Hubungan Konsumsi Suplemen Tablet Besi dengan Status Anemia

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai ($p < 0,05$) artinya ada hubungan yang signifikan antara konsumsi suplemen tablet besi dengan status anemia. Penelitian ini menunjukkan bahwa banyak responden yang tidak teratur atau tidak memenuhi standar konsumsi suplemen tablet besi, sebagaimana yang dijelaskan oleh Husaini dalam Nursari (6) bahwa anemia gizi besi yang disebabkan karena kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial seperti zat besi atau zat gizi mikro lainnya seperti asam folat dan vitamin

B12, kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial yang digunakan untuk pembentukan sel darah merah, merupakan penyebab sebagian besar anemia, baik di Negara Barat maupun di Negara Timur,

dengan prevalensi tertinggi di negara-negara berkembang.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari 81 responden, terbanyak berusia 13 tahun yaitu 63 responden atau 77,8%. Sedangkan status anemia dari 81 responden yang anemia sebanyak 22 responden atau 27,2%.

Berdasarkan hasil penelitian dari 81 responden pola konsumsi zat besi yang baik hanya 27 responden atau 33,3%, sedangkan pola konsumsi zat besi yang kurang sebanyak 54 responden atau 66,7%.

Berdasarkan hasil penelitian dari 81 responden konsumsi suplemen tablet besi yang baik hanya 29 responden atau 35,8%, sedangkan konsumsi suplemen tablet besi yang kurang sebanyak 52 responden atau 64,2%.

Ada hubungan yang signifikan antara pola konsumsi zat besi dengan status anemia ($p < 0,05$).

Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi suplemen tablet besi dengan status anemia ($p < 0,05$).

Daftar Pustaka

1. Siswanto, Hadi. 2001. Berapa Besar Masalah Gizi Di Indonesia dan Bagaimana Menanggulangnya?. *Jurnal Data dan Informasi Kesehatan*. Jakarta : Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
2. Depkes, RI. 2008. *Kita Bisa Lebih Berprestasi Tanpa Anemia*. Jakarta: Depkes RI.
3. Katelhut. 2005. *The Effects of Weekly Iron Supplementation With Folic Acid, Vitamin A, Vitamin C, on Iron status of Indonesia Adolescent, Asia Pasific J Clin Nirt*.
4. Depkes, RI. *Survey Kesehatan Rumah Tangga volume 2: Status Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 2004. Available from: <http://www.litbang.depkes.go.id> [Accessed 17 April 2013].
5. SCN (*Standing Committee on Nutrition*). 2004. *Nutrition for improved development outcomes*. The 5th Report on the World Nutrition Situation. Geneva : WHO.

6. Nursari, Dilla. 2010. *Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMP Negeri 18 Kota Bogor Tahun 2009*. Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.