



The Effect of Iron (Fe) Tablets to the Anemia Status of Adolescent Women

Pengaruh Pemberian Tablet Besi (Fe) terhadap Status Anemia Remaja Putri

Susi Hartati* Desmariyenti

Akademi Kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru

Jl. Soekarno Hatta, Gg. Handayani No. 1 Arengka Atas Pekanbaru

hartatisusi@gmail.com

Abstract

Anemia is a worldwide health problem, according to the World Health Organization (WHO) globally, anemia cases affect 1.62 billion people, equivalent to 24.8% of the population. Anemia in adolescents can cause a decrease in ability and concentration of learning, inhibit physical growth and intelligence of the brain, increase the risk of infection, reduce endurance so that it can easily get sick, reduce morale, concentration and learning achievement. This study aims to determine the effect of giving iron tablets with anemia status of adolescent girls in the Work Area of the Kerumutan Health Center in Pelalawan Regency. This research is a quantitative research. The study design was cross sectional. The population in this study were all female high school equivalents with a total of 153 people in the working area of the Kerumutan Health Center. Samples were taken by 15 respondents. Data collection tools in this study are independent variables using digital Hb and the dependent is the observation sheet. The analysis of this study used paired t-test dependent test. The test results are known to give iron tablets affect the anemia status of adolescent, which indicated the value of Pvalue $< \alpha$ is $0.000 < 0.05$.

Keywords: blood added tablets, anemia, adolescent women

Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan seluruh dunia, menurut *World Health Organization* (WHO) secara global, kasus anemia mempengaruhi 1,62 miliar orang atau setara dengan 24,8% dari populasi. Anemia pada remaja dapat menyebabkan menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan kecerdasan otak, meningkatkan risiko infeksi, menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah sakit, menurunkan semangat, konsentrasi dan prestasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian tablet besi (Fe) terhadap status anemia remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan Kabupaten Pelalawan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain penelitian adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yakni seluruh siswi SMA Sederajat dengan jumlah 153 orang di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan, Sampel yang diambil 15 orang responden. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini berupa variabel independen menggunakan Hb digital dan dependen adalah lembar observasi. Analisis penelitian ini menggunakan uji *paired t test dependent*. Hasil uji diketahui terdapat pengaruh pemberian tablet besi (Fe) terhadap status anemia remaja putri, yang ditunjukkan nilai p value $< \alpha$ yaitu $0,000 < 0,05$.

Kata kunci: tablet besi (Fe), anemia, remaja putri

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi di mana jumlah dari eritrosit yang berfungsi membawa oksigen tidak mencukupi untuk tercapainya kebutuhan normal tubuh, yang tergantung berdasarkan usia, jenis kelamin, ketinggian, merokok, dan status kehamilan. Rendahnya jumlah eritrosit di dalam tubuh dianggap sebagai faktor utama terjadinya anemia secara global, walaupun ada faktor lain, seperti asam folat, vitamin B12 dan defisiensi vitamin A, peradangan kronis, infeksi parasit, dan gangguan bawaan semuanya dapat menyebabkan anemia. Kejadian anemia yang kronis ditandai dengan mudah lelah, mata berkunang-kunang, dan mengantuk. Ibu hamil dan anak-anak sangat berisiko terjadinya anemia (WHO, 2011). Penyakit anemia termasuk masalah kesehatan pada individu di seluruh dunia, pendapat dari

Susi Hartati Desmariyenti

Akademi Kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru

WHO kasus kurang darah (anemia) terjadi 1,62M orang diperoleh persentase 24,8% dari populasi (Aulia dll, 2017).

WHO memberikan pernyataan bila prevalensi anemia >40% termasuk dalam derajat berat. Menurut WHO, kejadian anemia global berkisar 40-88% (Kaimudin, Lestari, & Afa, 2017). Sedangkan kejadian anemia paling tinggi terjadi di Asia Selatan dan Afrika tengah dan barat (WHO, 2014). Indonesia termasuk negara berkembang, kasus kurang darah (anemia) pada masa remaja putri meningkat 27% dibanding negara maju kasus kurang darah (anemia) sebesar 6%. Kasus ini meningkat pada masa anak sekolah dan usia reproduktif terutama pada bumil yang berkisar antara 80-90 persen, terjadi pada masa anak-anak prasekolah, remaja, bumil dan menyusui (Rusilanti, 2014).

Kadar hemoglobin (Hb) merupakan petunjuk terjadinya anemia pada masa anak-anak dan ibu hamil < 11 g/L dan untuk ibu tidak hamil < 12 g/L. Sedangkan kejadian anemia berat < 7 g/L untuk masa anak-anak dan ibu hamil, untuk ibu tidak hamil < 8 g/L (WHO, 2018).

Indonesia merupakan negara dengan pencapaian kejadian anemia yang tinggi sebanyak 72,3% (Kaimudin, Lestari, & Afa, 2017). Di Indonesia penyebab kejadian anemia beragam, diperkirakan setengah dari kasus tersebut disebabkan karena kekurangan zat besi. Menurut Riskesdas (2018) Prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktivitas fisik.

Pengaruh anemia yang ditimbulkan pada siswi terjadi penurunan prestasi dan keinginan belajar, disebabkan berkurangnya zat besi (Fe) yang menyebabkan gejala seperti pucat, mudah capek, kurangnya nafsu makan yang disertai gangguan tumbuh dan kembang (Briawan, 2014). Selain itu defisiensi zat besi pada remaja mengakibatkan lemah, mudah letih, sering pusing, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Pengaruh besar anemia pada remaja selain mengganggu fungsi fisik dan mental, bisa menyebabkan terjadinya gangguan reproduksi (Kaimudin, Lestari, & Afa, 2017).

Penyebab anemia zat besi yaitu makanan yang dimakan setiap hari tidak mengandung unsur besi yang diperlukan oleh tubuh, tubuh akan memerlukan zat besi lebih banyak pada keadaan dimasa remaja yang mengalami proses haid dan terjadi pengeluaran unsur besi dari tubuh seperti keadaan disebabkan perdarahan diakibatkan trauma, kehilangan darah yang diakibatkan penyakit malaria, cacingan dan menstruasi (DinKes Provinsi Jawa Timur, 2010). Selain itu, anemia juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi, tingkat pengetahuan tentang anemia dari remaja putri, konsumsi Fe, Vitamin C (Kaimudin, Lestari, & Afa, 2017).

Remaja putri saat sedang menstruasi dengan waktu normal yaitu 2-7 hari setiap bulannya, merupakan salah satu penyebab meningkatnya kejadian anemia. Hal ini disebabkan selama masa menstruasi volume darah haid yang dikeluarkan diperkirakan mencapai 35-50 ml. Selama masa menstruasi ini seseorang akan kehilangan 30 mg zat besi dalam tubuhnya. Jumlah darah yang hilang pada saat menstruasi menyebabkan seseorang akan merasakan gejala seperti lemas, letih, lesu hingga mata berkunang-kunang, hal ini merupakan tanda-tanda dan gejala dari anemia defisiensi zat besi. Keadaan ini dapat diperparah jika seseorang mengalami siklus menstruasi yang memanjang karena volume darah yang keluar lebih banyak (WHO, 2018).

Kemendes telah menyusun strategi untuk 4 tahun ke depan, di mana di dalamnya terdapat sasaran Program Gizi dan KIA dengan meningkatkan fasilitas dan jangkauan pelayanan kesehatan yang berkualitas bagi semua masyarakat. Adapun Indikator perbaikan nutrisi pada masyarakat dengan cara melakukan pemberian tablet besi (Fe) bagi remaja putri dengan cakupan 30% di tahun 2019 (Kemendes RI, 2016).

Menurut penelitian Noky (2014) tentang efektivitas pemberian tablet besi terhadap kadar Hb, hasil dari penelitian ini terdapat adanya perubahan kadar Hb siswi *pre* dan *post* pemberian Tablet Besi. Peneliti menyatakan adanya efektivitas pemberian Tablet Besi terhadap kadar Haemoglobin pada Siswi. Secara signifikan perbedaan kadar Hb *pre* dan *post* yang mengonsumsi tablet besi (Fe) pada mahasiswa DIII Kebidanan Universitas Pasir Pangaraian juga dapat dilihat dari penelitian Sri Wulandari pada tahun 2017.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan pada 10 Mei 2020. Peneliti mengambil 20 orang untuk wawancara singkat, ada 17 orang di antaranya pernah mengalami gejala anemia dan di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan ini belum pernah ada yang meneliti tentang anemia pada remaja putri. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti



tertarik meneliti adakah “Pengaruh Pemberian Tablet besi (Fe) terhadap Status Anemia Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan Tahun 2020”.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian tablet besi (Fe) terhadap status anemia remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kerumutan Tahun 2020. Pada penelitian ini terdapat hipotesis di mana jika H_0 ditolak, tidak ada pengaruh pemberian ttd dengan status anemia remaja putri sedangkan H_a diterima, ada pengaruh pemberian ttd dengan status anemia remaja putri.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif dengan pola desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara acak kelompok atau faktorial (Hidayat, 2019). Populasi pada penelitian ini adalah siswi SMA Sederajat dengan jumlah 39 orang pada bulan Oktober sampai dengan Desember 2020 di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan Tahun 2020. Menurut Hendriyadi (2016) memberikan acuan umum untuk menentukan ukuran sampel penelitian eksperimental sederhana dengan jumlah sampel 10-20 sampel. Adapun sampel pada penelitian ini berjumlah 15 orang. Alat pengumpulan *data check* berupa Hb digital. Sedangkan jadwal pemberian tablet besi (Fe) menggunakan lembar observasi. Adapun analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik parametrik uji *paired t test dependent* melalui prasyarat uji normalitas. Apabila uji normalitas tidak memenuhi persyaratan maka dilanjutkan dengan uji non parametrik dengan uji wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Anemia Remaja Putri Sebelum Pemberian Tablet Besi (Fe)

No	Status Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tidak Anemia (>13gr/dl)	0	0
2.	Ringan Sekali (10-13gr/dl)	12	80
3.	Ringan (8-9,9 gr/dl)	3	20
4.	Sedang (6-7,9)	0	0
5.	Berat (< 6gr/dl)	0	0
Total		15	100

Sumber: Diolah (2020)

Dari tabel 1 di atas, didapatkan distribusi frekuensi sebelum diberikan tablet besi (Fe) mayoritas responden mengalami anemia ringan sekali sebanyak 12 orang (80%) dan minoritas responden mengalami anemia ringan sebanyak 3 orang (20%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Anemia Remaja Putri Sesudah Pemberian Tablet Besi (Fe)

No	Status Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tidak Anemia (>13gr/dl)	13	86,7
2.	Ringan Sekali (10-13gr/dl)	2	13,3
3.	Ringan (8-9,9 gr/dl)	0	0
4.	Sedang (6-7,9)	0	0
5.	Berat (< 6gr/dl)	0	0
Total		15	100

Sumber: Diolah (2020)

Dari tabel 2 di atas, setelah dilakukan pemberian tablet tambah darah didapatkan mayoritas responden mengalami tidak anemia sebanyak 13 orang (86,7%) dan minoritas responden mengalami anemia ringan sebanyak 2 orang (13,3%)

Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) terhadap Status Anemia Remaja Putri

Perlakuan	Status Anemia				
	N	A	P value	t hitung	t tabel
Sebelum pemberian	15	0,05	0,000	350,756	1,75
Sesudah pemberian					

Sumber: Diolah (2020)

Dari tabel 3 di atas, diperoleh hasil bahwa terdapat perubahan status anemia pada sebagian besar responden dan sebagian kecil yang tidak mengalami perubahan status anemia. Dengan menggunakan uji statistik *paired t test dependent* diperoleh nilai *p value* yaitu $0,000 < 0,05$ artinya terdapat pengaruh pemberian tablet besi (Fe) terhadap status anemia remaja putri.

Pembahasan

Hasil penelitian yang didapatkan bahwa dari 15 responden sebelum diberikan tablet besi (Fe) yang mengalami anemia dengan status anemia ringan sekali terdapat 13 orang (86,7%) dan berstatus anemia ringan 2 orang (13,3%). Kemudian setelah diberikan tablet tambah darah selama 5 hari berturut-turut terjadi perubahan yang signifikan yakni dari 15 sampel yang mengalami kurang darah (anemia) sebanyak 13 orang (86,7%) mengalami tidak anemia, dan 2 orang (13,3%) mengalami anemia ringan. Dari hasil uji parametrik *t* dependen dihasilkan nilai *p value* $< \alpha$ adalah $0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian tablet besi (Fe) terhadap status anemia remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan Tahun 2020.

Dari hasil penelitian yang dilakukan Wulandari (2017), yang berjudul efektivitas konsumsi tablet Fe selama menstruasi terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada mahasiswi DIII Kebidanan Universitas Pasir Pangaraian. Didapatkan hasil bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara kadar Hb *pra-test* dan *post-test* dan kadar Hb *post-test* – *pra-test* dengan mengonsumsi tablet besi.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Noky Tri (2014), dengan tema Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hb Siswi SLTPN 1 Donorojo Kec. Donorojo Kab. Pacitan dengan menggunakan uji *paired t test* didapatkan nilai *p value* 0,026 dan $\alpha < 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat efektivitas pemberian tablet besi (Fe) dalam meningkatkan kadar Hb. Menurut WHO (2013) kejadian anemia adalah salah satu penyebab masalah kesehatan yang sering terjadi di seluruh dunia terutama negara berkembang dengan perkiraan 30% dari penduduk dunia mengalami kejadian anemia. Kejadian Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Kejadian Anemia pada remaja putri saat ini masih sangat tinggi.

Pada remaja terjadi pertumbuhan baik perubahan pada fisik, mental, sosial maupun emosional, oleh karena itu remaja hendaknya memenuhi kebutuhan nutrisi khususnya zat besi agar remaja dapat mencegah terjadinya anemia. Anemia pada remaja putri disebabkan oleh banyak faktor antara lain terjadinya rutinitas menstruasi setiap bulan, Asupan nutrisi yang kurang, pola hidup yang tidak sehat seperti *bullimia*, kurangnya aktivitas fisik setiap hari.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian tablet besi (Fe) terhadap status anemia remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kerumutan tahun 2020 yang dilakukan dengan analisa univariat dan bivariat pada status anemia *pre* dan *post* pemberian tablet besi maka diperoleh simpulan



bahwa status anemia remaja putri sebelum pemberian tablet besi (Fe) mayoritas 12 orang (80%) berstatus anemia ringan sekali dan minoritas 3 orang (20%) berstatus anemia ringan sedangkan status anemia remaja putri setelah pemberian tablet besi (Fe) mayoritas 13 orang (86,7 %) dengan tidak anemia dan minoritas 2 orang (13,7%) berstatus anemia ringan sekali. Berdasarkan hasil uji *paired t test dependent* diperoleh nilai *p value* yaitu $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya bahwa terdapat pengaruh pemberian tablet besi (Fe) terhadap status anemia remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Kerumutan Tahun 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, H. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta.
- Arisman. (2010). *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta.
- Badriah, D.L. (2011). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung.
- Briawan, Dodik. (2014). *Anemia Masalah Gizi Pada Remaja Wanita*. Jakarta.
- Handayani W. dan Haribowo, A. (2012) *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Jakarta.
- Hendriyadi. (2016). *Metode Riset Kuantitatif*. Prenada Media.
- Hidayat, A. (2019). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta.
- Kaimudin, N. I., Lestari, H., & Afa, J. R. (2017). Skrining dan Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMA Negeri 3 Kendari Tahun 2017. (*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*), 2(6).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja dan Wanita Usia Subur*. Jakarta
- Melorys L.P, dan Galuh N. HIGEIAVOL.1/no.3 (2017). *Faktor Kejadian Anemia*.
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta.
- Notoadmojo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Rineka)*. Jakarta.
- Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2017). Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 12(3), 153-160.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kandungan Edisi Ketiga*. Jakarta.
- Proverawati, A dan Asfuah, S. (2009). *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta.
- Surat Edaran Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur.
- Suyanto dan Salamah. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta.
- Rachmadiani, N.T. (2014). *Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hb Siswi SLTPN 1 Donorojo Kecamatan Donorojo Kabupaten Pacitan*.
- Riskesdas. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Rusilanti dan Istiany. (2014). *Gizi Terapan*. Bandung.
- WHO/NMH/NHD/14.4 *Anaemia Policy Brief Tahun 2014*.
- Wulandari, Sri. (2017). *Efektivitas Konsumsi Tablet Fe Selama Menstruasi Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Mahasiswa D-III Kebidanan Universitas Pasir Pangaraian*