

Pengetahuan Remaja Putri tentang Manfaat Tablet FE dalam Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 6 Model Sigi

The Knowledge of Teenage Girls About the Consumption of FE Tablets in Efforts to Prevent Anemia in SMAN 6 Model Sigi

¹Ivon Valentin Mandagi*, ²Munir Salham, ³Herlina Yusuf

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Unismuh Palu

(*)Email Korespondensi: ivonvalentin99@gmail.com

Abstrak

Tablet Fe adalah elemen biokatalitik yang paling penting dalam *enzymology* manusia, dengan peran utamanya dalam metabolisme oksidatif, proliferasi dan pertumbuhan sel serta penyimpanan dan transportasi oksigen. Tablet Fe berfungsi sebagai suplemen yang mengandung zat besi. Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan remaja tentang manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia di SMAN 6 Model Sigi. Jenis penelitian yang digunakan adalah deksriptif dengan pendekatan kualitatif, melakukan pengamatan, wawancara mendalam (*indepth interview*) dan dokumentasi. Informan yang diambil dalam penelitian ini adalah 1 guru kesiswaan dan 6 siswa kelas X di SMAN 6 Model Sigi. Hasil penelitian diperoleh bahwa remaja putri di SMAN 6 Model Sigi masih banyak yang belum memahami dan mengerti tentang manfaat tablet Fe dan apa itu Anemia. Hal ini disebabkan karena kurangnya pemberian edukasi mengenai manfaat tablet Fe dan bahaya anemia bagi remaja putri. Ketidacukupan informasi tentang manfaat tablet Fe dan bahaya anemia tersebut menyebabkan beberapa remaja putri memutuskan untuk tidak mengkonsumsi tablet Fe secara rutin, bahkan ada yang tidak pernah mengkonsumsi tablet Fe yang telah dibagikan, padahal remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi yang mengakibatkan kurang darah sehingga remaja tersebut berisiko terkena anemia. Edukasi mengenai manfaat tablet Fe dan bahaya anemia perlu di berikan kepada remaja putri, agar remaja putri menyadari manfaat tablet Fe bagi kesehatan sebagai upaya pencegahan anemia. Remaja putri dapat memanfaatkan teknologi yang ada untuk mencari berbagai informasi mengenai manfaat tablet Fe dan bahaya anemia.

Kata Kunci : Pengetahuan, Remaja. Tablet Fe, anemia.

Abstrack

Fe tablets are the most important biocatalytic elements in human enzymology with their main role in oxidative metabolism, cell proliferation, and growth as well as oxygen storage and transport. Fe tablets serve as supplements that contain iron. Iron is a mineral needed to form red blood cells. The purpose of this research is to determine the teenage girls' knowledge about the benefits of Fe tablets in an effort to prevent anemia. The type of this research is descriptive with a qualitative approach. Techniques of the data collection are observations, in-depth interviews, and documentation. The informants are 1 counseling teacher and 6 students of class X at SMAN 6 Sigi Model. The results show that there are still many teenage girls who do not understand the benefits of Fe tablets and what anemia is. This is due to the lack of education about the benefits of Fe tablets and the dangers of anemia for young girls. Insufficient information about the benefits of Fe tablets and the dangers of anemia have led some teenage girls to decide not to consume Fe tablets regularly, and some have never consumed Fe tablets that have been distributed, even though some of them experience menstruation every month which results in lack of blood so that these adolescents are at risk at anemia. Education about the benefits of Fe tablets and the dangers of anemia need to be given to the teenagers. So that, they realize the benefits of Fe tablets for health as an effort to prevent anemia. They can take advantage of existing technology to find various information about the benefits of Fe tablets and the dangers of anemia.

Keywords : Knowledge, Teenagers, FE Tablets, and Anemia

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu dari 6 masalah gizi yang ada di Indonesia saat ini. Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) proporsi anemia ibu hamil sebesar 46,9% dan anemia remaja sebesar 48,9%. Berdasarkan hal tersebut anemia lebih banyak dialami pada remaja, karena remaja putri merupakan kelompok usia yang paling banyak membutuhkan zat gizi dibanding kelompok usia lainnya. Kebutuhan zat besi remaja perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, karena dibutuhkan untuk mengganti zat besi yang hilang pada saat menstruasi. (Listiana, 2016).

Anemia pada remaja berdampak buruk terhadap penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan membuat remaja sering mengantuk pada saat belajar disekolah. Kesehatan seorang remaja sangat menentukan keberhasilan dari pembangunan kesehatan, terutama dalam upaya mencetak kualitas generasi penerus bangsa di masa depan. mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi, Maka pengetahuan remaja tentang konsumsi Tablet Tambah Darah harus ditekankan lagi. Karena, jika Pengetahuan remaja tentang manfaat Tablet Tambah Darah sudah baik maka hal ini akan meminimalisir risiko kematian ibu melahirkan, bayi lahir prematur dan berat bayi lahir rendah (Ayu, 2019).

Oleh karena itu Pemerintah Indonesia berupaya untuk mengatasi hal tersebut yang tertuang dalam RPJMN (Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional) 2015-2019 yaitu pada sasaran pokok yang pertama berupa meningkatnya status kesehatan ibu dan Anak. Usaha yang dilakukan pemerintah indonesia yaitu melalui usaha kesehatan sekolah (UKS). Salah satu program pemerintah dalam hal ini adalah dengan melakukan pemberian Tabet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri baik remaja yang sekolah maupun putus sekolah (Anisa, 2018).

Remaja putri diharuskan untuk mengkonsumsi tablet tambah darah karena tiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi. Tablet tambah darah juga berguna untuk mengganti zat besi yang hilang karena menstruasi dan untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan. Zat besi pada remaja putri juga bermanfaat untuk meningkatkan konsentrasi belajar, menjaga kebugaran dan mencegah terjadinya anemia pada calon ibu di masa mendatang. (Ertiana, 2017).

Dari hasil wawancara singkat yang penulis lakukan pada 10 orang siswi di SMAN 6 Model Sigi, 2 orang diantaranya mengaku belum pernah mengkonsumsi Tablet Fe, selain mereka takut meminum obat, mereka juga tidak mengetahui apa manfaat dari Tablet Fe dan tidak mengetahui takaran atau dosis yang akan dikonsumsi saat mengkonsumsi tablet Fe. 8 orang di antaranya mengaku bahwa mereka pernah meminum Tablet Fe, namun tidak tahu apa manfaat darikonsumsi Tablet Fe. Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Dalam Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 6 Model Sigi.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif, yaitu suatu penelitian yang menekankan pada aspek pemahaman secara mendalam terhadap suatu masalah dan penelitian kualitatif ditujukan untuk memahami fenomena-fenomena sosial dari sudut pandang partisipan misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks langsung yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah (Moleong, 2004).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelian yang telah dilakukan, Pengetahuan remaja putri mengenai manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia merupakan hal yang sangat penting bagi remaja. Akan tetapi beberapa subjek penelitian tidak bisa menjelaskan manfaat tablet Fe bagi kesehatan remaja putri. Hanya satu orang yang dapat menjawabnya yakni untuk tambah darah dan melancarkan haid. Dengan adanya jawaban seperti ini membuat pemahaman mengenai manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri masih sangat minim. Sebagian besar subjek penelitian pada remaja putri mengatakan belum pernah ada informasi mengenai manfaat tablet Fe yang mereka peroleh sehingga pertanyaan yang dilontarkan oleh peneliti, mereka masih kurang untuk memahaminya dengan benar.

Remaja putri di SMAN 6 Model Sigi masih belum terlalu mengetahui dan memahami apa itu anemia, sebagian besar subjek penelitian mengatakan bahwamereka pernah mendengar kata anemia, tapi lupa dan bahkan tidak tahu apa itu anemia.

Salah satu subjek penelitian mengatakan bahwa anemia adalah kekurangan darah dan pusing-pusing. ketika ditanyakan mengenai penyebab anemia mereka sulit untuk menjawabnya begitu pula ketika ditanyakan apa saja gejala anemia, dua orang subjek penelitian hanya mengatakan susah tidur dan pusing-pusing.

Akibat kurangnya pengetahuan yang mereka miliki, kesadaran mengenai bahayanya anemia dalam kondisi ini sungguh memprihatikan. Pengetahuan remaja putri tentang masalah ini sangat mempengaruhi perilaku mereka. Terlihat dari hasil penelitian yang menyebutkan bahwa remaja putri sebagian besar belum paham tentang manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia, ini mengandung risiko yang berbahaya, karena hal ini dapat menyebabkan risiko terkena penyakit anemia sangat besar. Karena penyakit anemia ini berisiko dalam kesehatan jangka panjang. Jika saat remaja seseorang sudah terkena anemia, maka saat dia menjadi dewasa dan hamil, ia akan berisiko untuk melahirkan bayi prematur, melahirkan bayi dengan konsisi Berat badan bayi rendah dan dapat mengakibatkan stunting.

Kondisi ini juga terkait mengenai pengetahuan subjek dalam konsumsi makanan yang dapat memenuhi kebutuhan zat besi bagi tubuh, karena tidak semua orang dapat mengkonsumsi obat-obatan, maka dari itu perlu adanya pengetahuan mengenai makanan apa saja yang dapat memenuhi kebutuhan zat besi pada tubuh, sehingga ia dapat memperhatikan makanan yang ia konsumsi guna kebutuhan zat besi pada tubuhnya. Beberapa subjek penelitian menuturkan kalimat bahwa untuk menggantikan tablet Fe, remaja putri harus mengkonsumsi sayur, ikan buah dan nasi.

Peneliti juga menanyakan mengenai pengetahuan subjek tentang penyebab anemia, berdasarkan penjelasan yang mereka berikan, salah satu remajaputri hanya mampu menjawab bahwa penyebab anemia adalah karena tidak mengkonsumsi sayuran. Dari masing-masing jawaban yang dilontarkan oleh subjek, hanya satu orang yang dapat menjawab dengan baik serta memahami penyebab penyakit anemia, hal ini dapat mengakibatkan semakin besarnya risiko remaja putri untuk terkena anemia. Ini terjadi karena situasi lingkungan pada remaja putri mendukung mereka untuk bersikap cuek dengan penyakit anemia.

Pengetahuan seseorang diperoleh berdasarkan pemahaman yang ada di sekitarnya melalui alat indra. Dalam kehidupan remaja, yang dilakukan oleh peneliti pada subjek mereka menghabiskan waktu diluar rumah (lingkungan) dan informasi yang mereka peroleh hanya dari lingkungannya saja adapun gadget yang mereka gunakan tidak untuk mencari informasi mengenai manfaat tablet melainkan digunakan untuk menonton maupun main game online yang membuat mereka begadang dan kurang tidur, adapun hal yang lain yakni mencari materi sekolah saja, padahal manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia ini sangatlah penting tetapi keingintahuan mereka masih sangatlah minim mengenai hal tersebut. Oleh sebab itu peran para pendamping remaja putri (orang tua ataupun guru) sangat diperlukan untuk meningkatkan edukasi kesehatan terutama manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui dan disimpulkan bahwa remaja putri kelas X di SMA Negeri 6 Model Sigi belum terlalu memahami tentang manfaat tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia bagi remaja putri. Hal ini disebabkan karena kurangnya edukasi yang diberikan kepada remaja putri sehingga saat diberikan pertanyaan mengenai tablet Fe, beberapa remaja putri tidak bisa menjawab dengan benar. Ketidacukupan informasi tentang manfaat tablet Fe bagi remaja putri menyebabkan remaja putri tidak rutin mengkonsumsi tablet Fe bahkan takut untuk mengkonsumsi tablet Fe.

DAFTAR PUSTAKA

- Akma Listiana. (2016). *analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri di smkn 1 terbanggi besar lampung tengah. Jurnal Kesehatan.*
- Ayu Silfia, Apoina kartini dan Sri Achadi Nugraheni, (2019). *Hubungan asupan zat gizi (protein, zat besi, vitamin c) dan pola (siklus, lama) menstruasi dengan kadar hemoglobin (studi pada remaja putri di smk negeri 10 semarang). jurnal kesehatan masyarakat (e- Journal), Volume 7.*
- Anisa Wulandari, Oswati Hasanah dan Rismadefi Woferst, (2018). *Gambaran kejadian dan manajemen dismenore pada remaja putri di kecamatan lima puluh kota pekanbaru. Vol. 5 .*

- Dewi M. & A. Wawan. (2012). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*.
Dwi Ertiana dan Reni Yuli Astuti, (2017).
anemia dalam kehamilan.
- KEMENKES. (2018). *Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe Bagi Ibu Hamil*.
- Moleong Lexy J. (2004). *Metodologi penelitian kualitatif*, Bandung, remaja rosdakarya.