

KEJADIAN ANEMIA PADA SANTRIWATI DI PONDOK PESANTREN DAARU ULIL ALBAAB KABUPATEN TEGAL

Umriaty Umriaty¹⁾, Juhrotun Nisa²⁾, Puji Tri Astuti³⁾,

Email: umri.midwife@gmail.com¹⁾, nisa.jn20@gmail.com²⁾, pujitrastuti72@gmail.com³⁾,

¹⁾²⁾³⁾ Prodi D-3 Kebidanan Politeknik Harapan Bersama Jl. Mataram No. 9 Pesurungan Lor Tegal

Article Info

Received:

Agustus 20, 2021

Revised:

Desember 30, 2021

Accepted:

Januari 15, 2022

Available Online:

Januari 31, 2022

Abstrak

Anemia merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung kematian ibu hamil. Kejadian anemia pada remaja yg tidak tertangani dengan baik dapat menimbulkan masalah pada masa kehamilan, persalinan dan nifas. Santriwati merupakan sasaran dalam program pencegahan anemia pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui angka anemia santriwati di Pondok Pesantren Modern Daarul Ulil Albaab serta untuk mengetahui upaya yang dilakukan oleh pengelola Pondok Pesantren untuk mencegah terjadinya anemia pada santriwati. Penelitian menggunakan pendekatan *mix method* atau campuran antara pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu santriwati yang berjumlah 60 orang. Penentuan sampel dilakukan dengan *purposive sampling* dan didapatkan sejumlah 49 santriwati sebagai responden. Untuk memperoleh data kualitatif tentang upaya pencegahan anemia pada snatriwati, peneliti melakukan wawancara mendalam kepada pengurus Pondok Pesantren dan juga santriwati. Hasil penelitian menunjukkan 71% santriwati mengalami menarche pada usia normal (10-14 tahun), siklus menstruasi santriwati sebagian besar teratur yaitu 59%. Santriwati dengan pengetahuan baik tentang anemia yaitu sebesar 53,1%, dan mempunyai sikap yang positif sebesar 89,8%. Sebanyak 18% santriwati mengalami anemia.

Kata Kunci: Status Gizi, Status Anemia, Pencegahan Anemia, Santriwati

Abstract

Anemia is one of the indirect causes of maternal mortality. The incidence of anemia in adolescents that is not handled properly can cause problems during pregnancy, childbirth and the puerperium. Santriwati is the target of the anemia prevention program in adolescents. This study aims to determine the anemia rate of female students at the Daarul Ulil Albaab Modern Islamic Boarding School and to determine the efforts made by Islamic boarding school managers to prevent anemia in female students. The research uses a mix method approach or a mixture of quantitative and qualitative approaches. The population in this study were female students, totaling 60 people. Determination of the sample was done by purposive sampling and obtained a number of 49 female students as respondents. To obtain qualitative data about efforts to prevent anemia in female students, the researchers conducted in-depth interviews with the board of Islamic boarding schools and also female students. . Santriwati with good knowledge about anemia is 53.1%, and has a positive attitude of 89.8%. As many as 18% of female students are anemic. and have a positive attitude of 89.8%. As many as 18% of female students are anemic. and have a positive attitude of 89.8%. As many as 18% of female students are anemic.

Keywords: Nutritional Status, Anemia Status, Anemia Prevention, Students

Korespondensi:

Umriaty, Program Studi D-3 Kebidanan, Politeknik Harapan Bersama, Jalan Mataram Nomor 9 Kota Tegal, (0283)35200, umri.midwife@gmail.com

1. Pendahuluan

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang dapat dialami oleh semua kelompok umur mulai dari balita sampai usia lanjut. Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada perempuan usia ≥ 15 tahun sebesar 22,7% sedangkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 37,1%^[1]. Hasil Riskesdes 2018 menunjukkan bahwa proporsi kejadian anemia pada perempuan sebesar 27,2%, proporsi ini lebih besar dibandingkan pada laki-laki yaitu sebesar 20,3%^[2].

Wanita lebih banyak membutuhkan asupan zat besi dibandingkan dengan laki-laki. Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) menunjukkan bahwa kebutuhan zat besi remaja putri usia 13-29 tahun adalah 26 mg, angka ini jauh lebih tinggi bila dibandingkan remaja putra pada usia yang sama. Pada perempuan, asupan zat besi tidak hanya digunakan untuk mendukung pertumbuhan, tetapi juga digunakan untuk mengganti zat besinya yang hilang melalui darah yang keluar setiap dirinya mengalami menstruasi. Karena kebutuhan zat besi perempuan yang sangat tinggi inilah, perempuan berisiko mengalami kekurangan zat besi, yang nantinya dapat berkembang menjadi anemia^[3]

Hasil penelitian Zhu pada remaja 10-14 tahun di China barat menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putra yaitu sebesar 9,7% sedangkan pada remaja putri yaitu sebesar 11,7%.^[4]

Kekurangan zat besi yang berlanjut sampai dewasa dan hingga perempuan tersebut hamil, dapat menimbulkan risiko terhadap bayinya. Remaja perempuan yang sudah hamil dan menderita anemia dapat meningkatkan risiko kelahiran bayi prematur dan melahirkan bayi dengan berat badan rendah. Hasil Penelitian Syifaurrahmah tahun 2016 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara anemia pada ibu hamil dengan kejadian berat bayi lahir rendah di RSUD Suliki Kabupaten Lima Puluh Kota.^[5]

Menurut data Badan Pusat Statistik hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia yaitu 48,9%. Jumlah tersebut mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdes 2013 yaitu sebesar 37,1%.^[3]

Pondok Pesantren adalah sebuah lembaga pendidikan yang siswanya tinggal bersama serta belajar di bawah bimbingan guru. Biasanya santri tinggal bersama dalam sebuah asrama yang pengelolannya dibawah pengurus pondok pesantren. Santriwati di Pondok Pesantren merupakan salah satu sasaran dalam program pencegahan anemia defisiensi besi pada remaja putri karena masuk dalam rentang umur 12-18 tahun.

Pondok Pesantren Modern Daarul Ulil Albaab adalah salah satu pondok pesantren di wilayah Kabupaten Tegal. Terdapat dua tingkatan pendidikan di pondok pesantren tersebut, yaitu Pendidikan Tsanawiyah (setingkat SMP) dan Pendidikan Aliyah (setingkat SMA). Jumlah santriwati di Pondok Pesantren tersebut sebanyak 60 orang.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *mix method* yang menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Pendekatan kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini untuk pengukuran karakteristik berdasarkan umur, siklus menstruasi dan usia *menarche* dan kejadian anemia, sedangkan pendekatan kualitatif digunakan untuk mengetahui upaya pencegahan anemia pada remaja putri baik yang dilakukan oleh pihak pengelola pesantren maupun dari pihak luar pesantren. Pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *cross sectional* dimana semua data diambil dalam waktu yang bersamaan.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari sebagian populasi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu sudah menstruasi dan sedang tidak dalam keadaan menstruasi ketika pengambilan data. Dalam penelitian ini, dari populasi yang berjumlah 60 orang, yang memenuhi kriteria adalah 49 santriwati.

Untuk memperoleh data kualitatif peneliti melakukan wawancara mendalam terhadap informan kunci dan informan utama. Informan kunci dari penelitian ini adalah santriwati yang berjumlah 3 orang, sedangkan informan utama yaitu pengurus pondok pesantren yang berjumlah 1 orang.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil pemilihan sampel pada santriwati didapatkan sebanyak 49 santriwati sebagai responden. Setelah dilakukan pengambilan data dan pengolahan data penelitian, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Responden

	Frekuensi	Persentase
Umur		
≥ 18 tahun	11	23
< 18 tahun	38	77
Tingkat Pendidikan		
Tsanawiyah	33	67
Aliyah	11	23
Lulus	5	10
Aliyah		
Usia Menarche		
Normal	35	71
Tidak	14	29
Normal		
Siklus Menstruasi		
Teratur	29	59
Tidak	20	41
Teratur		
Total	49	100

Dari tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar santriwati berumur kurang dari 18 tahun. Sebagian besar santriwati merupakan siswa setingkat Tsanawiyah atau Sekolah Menengah Pertama (SMP) yaitu sebesar 67%.

Jika dilihat dari usia pertama kali menstruasi, sebagian besar santriwati (71%) mengalami menstruasi pada usia yang normal yaitu 10-14 tahun. Sedangkan siklus menstruasi sebagian besar santriwati (59%) berada pada siklus menstruasi yang normal.

Menarche adalah menstruasi yang didapatkan pertama kali oleh seorang wanita

dan merupakan tanda aktifnya masa reproduktif.^[6] Pada umumnya menarche terjadi diantara peralihan masa anak-anak dan dewasa, yang secara biologis yaitu antara umur 10 sampai 19 tahun. Biasanya usia menarche normal berada pada usia 12 tahun atau lebih dan menarche dini yaitu kurang dari 12 tahun^[7]

b. Pengetahuan Santriwati tentang Anemia

Tabel 2 Pengetahuan Responden Tentang Anemia Pada Remaja

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Kurang	23	46,9
Baik	26	53,1
Total	49	100

Dari tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar santriwati mempunyai tingkat pengetahuan baik yaitu sebesar 53,1% , namun yang perlu garisbawahi juga masih terdapat 46,9% santriwati dengan pengetahuan yang kurang.

c. Sikap Terhadap Anemia

Adapun hasil penelitian pada variabel sikap dapat terlihat pada tebal dibawah ini.

Tabel 3 Sikap Responden Terhadap Anemia Remaja

Sikap	Frekuensi	Persentase
Positif	44	89,8
Negatif	5	10,2
Total	49	100

Pada tabel 3 diatas terlihat bahwa sebagian besar responden mempunyai sikap yang positif dalam menganggapi anemia yaitu sebesar 89,8%. Masih terdapat santriwati yang mempunyai sikap bahwa anemia tidak berpengaruh pada siklus reproduksi berikutnya (22,4%). Selain itu juga masih terdapat santriwati yang mempunyai sikap enggan mengkonsumsi tablet tambah darah (22,4%).

Hasil penelitian menunjukkan pada 22,4% responden menyatakan tidak bersedia untuk mengkonsumsi suplementasi zat besi. Padahal hasil penelitian Countinho

menunjukkan bahwa persentase anemia pada anak mengalami penurunan 20,20% setelah diberikan suplementasi zat besi dalam waktu 10 minggu. Terdapat peningkatan yang signifikan secara statistik dalam konsentrasi haemoglobin darah baik pada kelompok yg mengkonsumsi tablet tambah darah mingguan maupun pada kelompok yg mengkonsumsi sesuai siklus menstruasi^[8].

d. Kejadian Anemia

Tabel 4 Status Anemia Responden

Status KEK	Frekuensi	Persentase
Tidak Anemia	40	82
Anemia	9	18
Total	49	100

Dari tabel 4 diatas terlihat bahwa santriwati yang mengalami anemia yaitu sebanyak 9 santriwati (18%). Hasil penelitian Purwandari menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kejadian anemia antara remaja putri yang tinggal di pondok pesantren dan yang tinggal di rumah. Kejadian anemia lebih banyak didapatkan pada remaja putri yang tinggal di pondok pesantren. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan, kurang kontrol dari orang tua dan kurangnya kemampuan untuk menyediakan makanan sehat^[9].

Penelitian yang dilakukan oleh Jaelani tentang faktor resiko yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa lama menstruasi, status gizi, kebiasaan sarapan, asupan zat besi, asupan protein, pola konsumsi inhibitor penyerapan zat besi merupakan variabel yang berhubungan dengan kejadian anemia remaja putri^[10].

Penelitian Zhu di China Barat menunjukkan bahwa pendidikan ibu yang rendah, faktor ekonomi keluarga yang rendah, konsumsi makanan daging, telur dan produk susu yang rendah per hari mempunyai kemungkinan yang lebih tinggi untuk terjadi anemia.^[4]

e. Upaya Pencegahan Anemia

Untuk memperoleh data kualitatif tentang upaya yang telah dilakukan oleh

pondok pesantren untuk mencegah terjadinya anemia, peneliti melakukan wawancara mendalam terhadap pengurus pondok pesantren dan santriwati. Dari hasil wawancara didapatkan data sebagai berikut.

1) Pemenuhan Kebutuhan Protein Hewani

“untuk protein hewani kita ada setiap minggu tiga kali makan, misalnya minggu ini ayam, telur, ikan, tapi kadang-kadang santri ada yg ngga doyan, jadi dikasihkin temennya” (Informan Utama1)
“dapet, kadang-kadang, kayak telur, ikan atau ayam, tapi ngga mesti...” (Informan kunci 2)

Dari hasil jawaban diatas dapat disimpulkan bahwa Pondok Pesantren berupaya untuk memenuhi kebutuhan protein hewani santriwati dengan program pemberian vitamin hewani sebanyak tiga kali dalam satu minggu.

Hasil penelitian Sholihah menunjukkan rata-rata asupan protein responden yang tidak mengalami anemia lebih tinggi jika dibandingkan dengan kelompok yang mengalami anemia. Pada kelompok yang tidak anemia, rata-rata asupan protein yaitu sebesar 68,75 gram, sedangkan rata-rata asupan protein pada kelompok yang anemia yaitu sebesar 44,17 gram. Hasil Analisis lanjutan juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi protein dengan kejadian anemia pada remaja putri. Remaja putri dengan tingkat konsumsi protein kurang mempunyai resiko 30,333 kali lebih besar mengalami anemia disbanding dengan remaja putri yang mengkonsumsi protein dengan jumlah yang cukup^[11].

2) Kerja sama dengan Instansi Kesehatan dalam Pemeriksaan Anemia

“dulu ada pemeriksaan kaya gini, persis, cuma saya lupa dari Puskesmas atau dari mana gitu...tapi sudah lama ngga ada kegiatan begitu lagi, mungkin karena masih Covid kali ya...” (Informan Utama)

“selama disini saya belum pernah diperiksa kaya gini...” (Informan Kunci 1)

“pernah ada dulu diperiksa hb dan diberi vitamin juga, tapi kayaknya sampai angkatan saya saja, habis itu kesini sudah tidak ada lagi” (Informan Kunci 2)

Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa pernah dilaksanakan pemeriksaan kadar Hemoglobin oleh pihak terkait, namun semenjak pandemi program tersebut belum dilakukan kembali.

3) Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)

“iya dapet, itu angkatan yang sekarang sudah ngga di pesantren...” (Informa Utama)
“belum pernah dapet, baru ini dapet vitamin tambah darah...” (Informan Kunci 2)

Pemberian tablet tambah darah di Pondok Pesantren sudah pernah bejalan, namun semenjak pandemi terjadi program tersebut belum diadakan kembali.

Pemerintah telah menjalankan program pemberian TTD pada remaja putri sejak tahun 2016. Hasil penelitian Fitriana menunjukkan bahwa masih terdapat ketidaksesuaian kegiatan pemberian tablet tambah darah di Puskesmas Bengkuring. Ketidak sesuaian tersebut diantaranya kurangnya sarana dan prasarana sosialisasi. Selain itu belum dilakukan pemantauan kepatuhan TTD dan pemantauan kadar Hemoglobin remaja puteri. Konsumsi TTD juga tidak dilakukan di sekolah melainkan di rumah masing-masing^[12].

Pentingnya edukasi tentang gizi menjadi faktor yang mendukung keberhasilan program pemberian TTD pada remaja puteri. Penelitian Zaddana menunjukkan bahwa terdapat kenaikan pengetahuan tentang gizi dan kenaikan kadar Hemoglobin setelah dilakukan pemberian pendidikan gizi dan suplementasi TTD^[13].

4) Upaya Pemenuhan Kebutuhan Gizi

“kita terima bantuan dari luar Pesantren, terus kita juga ada lahan peternakan lele, kebetulan sudah beberapa kali panen, lumayan buat tambahan lauk anak-anak, pengurus juga sekarang sedang merintis kebun dan peternakan ayam dan kambing, tapi baru ada 2 kambing, jadi belum pernah panen, mudah-mudahan nanti bisa semakin banyak.....”(IK 1)

Hasil penelitian Faradilah menunjukkan bahwa rata-rata status gizi

anak remaja pada pesantren Tahfizh termasuk kategori normal, namun rata-rata asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat tidak mencapai anjuran Angka Kecukupan Gizi (AKG)^[14].

Upaya yang dilakukan oleh Pondok Pesantren adalah melalui kemandirian pangan dengan memanfaatkan lahan kosong yang cukup luas belum dimanfaatkan di Pondok Pesantren. Saat ini pengurus pondok pesantren telah memiliki tempat untuk budidaya lele yang hasilnya dimanfaatkan untuk memenuhi kebutuhan protein hewani padara santri. Selain itu peternakan kambing juga telah dirintis sejak 2021. Hal yang sama juga sedang diupayakan untuk peternakan ayam kampung.

Pemberian pendidikan kesehatan tentang anemia yang disesuaikan dengan budaya lokal diperlukan untuk memberdayakan kemampuan peserta didik baik di sekolah umum maupun pesantren dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja putri. Selain itu pedoman gizi pra kehamilan khusus untuk remaja juga diperlukan untuk mengatasi kekurangan gizi lintas generasi, penyakit kronis maupun kemiskinan^[15].

4. Kesimpulan

Dari penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa sebagian besar santriwati mempunyai pengetahuan dan sikap yang baik terhadap anemia remaja. Meskipun demikian masih terdapat 22,4% santriwati yang berpendapat bahwa anemia tidak berpengaruh pada siklus reproduksi selanjutnya. Selain itu belum semua santriwati bersedia untuk mengkonsumsi tablet tambah darah.

Pesantren sebagai salah satu sumber belajar perlu membuat upaya pemenuhan pangan secara mandiri untuk menunjang pemenuhan gizi pada santri, sehingga diharapkan hasil belajar menjadi lebih optimal.

5. Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kami ucapkan kepada Politeknik Harapan Bersama yang telah memberikan pendanaan pada kegiatan penelitian ini. Juga kami sampaikan kepada Pondok Pesantren Daarul Ulil Albaab yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan penelitian ini.

6. Daftar Pustaka

1. Balitbangkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013. Jakarta:Balitbangkes, 2013.
2. Balitbangkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta:Balitbangkes, 2018.
3. Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2016.
4. Zhu, Z., Sudfeld, C.R., Cheng, Y. et al. Anemia and associated factors among adolescent girls and boys at 10–14 years in rural western China. *BMC Public Health* 21, 218(2021). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10268-z>
5. Syifaurrehman, M, Yusrawati, Edward, Z. Hubungan Anemia dengan Kejadian Berat Bayi Lahir Rendah pada Kehamilan Aterm di RSUD Achmad Darwis Suliki. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2016. Volume 5 Nomor 2: 470-474
6. Irianto, K. Kesehatan Reproduksi (Reproductive Health) Teori dan Praktikum. Bandung: Alfabeta; 2015
7. Boynton-Jarrett, R., Wright, R. J., Putnam, F. W., Lividoti Hibert, E., Michels, K. B., Forman, M. R., & Rich-Edwards, J.. Childhood abuse and age at menarche. *Journal of Adolescent Health*, 52(2), 241–247 :2013 <http://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.06.006>
8. Countinho, G, Cury, P, M, Cordeiro, J, A. Cyclical Iron Supplementation to Reduce Anemia among Brazilian Preschoolers: A Randomized Controlled Trial. *BMC Public Health* 13, 21: 2013 <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-212458-13-21>
9. Purwandari, S.E. Perbandingan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri yang Tinggal di Pondok Pesantren dan di Rumah di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Darussalam Kepung Kediri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)* Volume 4 Nomor 2; 114-119 <http://dx.doi.org/10.33023/jikeb.v4i2.191>
10. Jaelani, M, Simajuntak, B, Y, Yuliantini, E. Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan* Volume VIII Nomor 3, 358-368; 2017. Solihah, N, Andari, S, Wirjatmadi, B. Hubungan Tingkat Konsumsi Protein, Vitamin C, Zat Besi dan Asam Folat dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 4 Surabaya. *Jurnal Amerta Nutrition*. Volume 3 Nomor 3, 135-141; 2019. <http://dx.doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.135-141>
11. Fitriana, Pramardika, D, D. Evaluasi Program Tablet Tambah Darah pada Remaja Puteri. *MPPI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia: The Indonesian Journal of Helath Promotion* Volume 2 Nomor 3 September 2019(200-207). <https://doi.org/10.031934/mppki.v2i3>
12. Zaddana, C, Indriana, L, Nurdin, N, M. Pengaruh Edukasi Gizi dan Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Terhadap Kenaikan kadar hemoglobin Remaja Puteri. *Fitofarmatika Jurnal Ilmiah farmmasi* Volume 99 Nomor 2 , Desember 2019:(131-137). <https://doi.org/10.33751/jf.v9i2.1606>
13. Faradilah, A, Darmawansyah, Akbar. Gambaran Status Gizi dan Asupan Remaja Pesantren Tahfidz. *Alami Journal: Alaudin Islamic Medical Journal* Volume 2 Nomor 2, Juli 2018 (26-32)
14. Lassi ZS, Mansoor T, Salam RA, Bhutta SZ, Das JK, Bhutta ZA. Review of nutrition guidelines relevant for adolescents in low- and middle-income countries. *Ann N Y Acad Sci*. 2017 Apr;1393(1):51-60 <https://doi.org/10.1111/nyas.13332>