

Penyuluhan Swamedikasi Penggunaan Tablet Fe Untuk Mengatasi Anemia Pada Remaja Di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo

¹Mariyani, ²Viani Anggi, ³Sitti Aisyah Marzuki

Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Pelita Mas, Palu, Indonesia
Program Studi S1 Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Pelita Mas Palu

mariyani3190@gmail.com, viani.anggi@gmail.com, mrssyahsyah@gmail.com

Abstrak

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang yang bersangkutan, dengan pemberian tablet Fe dapat mencegah terjadinya anemia yang dimana tablet Fe ini adalah elemen biokatalitik yang paling penting dalam enzimology manusia, dengan peran utamanya dalam metabolisme oksidatif, proliferasi dan pertumbuhan sel serta penyimpanan dan transportasi oksigen. Tujuan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan penyuluhan swamedikasi khususnya penggunaan tablet Fe untuk mengatasi anemia pada remaja, sehingga masyarakat desa Sejahtera memiliki pengetahuan untuk mengenali terkait gejala penyakit, pemilihan obat yang sesuai dengan penyakit serta dosis yang tepat untuk melakukan pengobatan mandiri atau swamedikasi pada penyakit anemia yang masih ringan. Jenis penelitian yang digunakan adalah survey analitik dengan pendekatan kualitatif, melakukan pengamatan, wawancara mendalam (indept interview) dan dokumentasi. Hasil penelitian diperoleh bahwa remaja putri di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi masih banyak yang belum memahami dan mengerti tentang penggunaan dan manfaat tablet Fe dan apa itu Anemia. Hal ini disebabkan karena kurangnya pemberian edukasi mengenai Penggunaan dan manfaat tablet Fe serta bahaya anemia bagi remaja putri. Edukasi terkait Swamedikasi penggunaan tablet Fe dan bahaya anemia perlu di berikan kepada remaja putri, agar remaja putri menyadari manfaat tablet Fe bagi kesehatan yaitu untuk pencegahan anemia.

Kata kunci: Anemia, swamedikasi, tablet Fe, remaja

Abstract

Anemia is a condition in which the level of hemoglobin (Hb) in the blood is lower than the normal value for the group of people concerned, with the administration of Fe tablets can prevent anemia in which Fe tablets are the most important biocatalytic element in human enzymology, with its main role in oxidative metabolism, cell proliferation and growth and oxygen storage and transport. The purpose of this community service activity is self-medication counseling, especially the use of Fe tablets to overcome anemia in adolescents, so that the Sejahtera village community has the knowledge to recognize the symptoms of the disease, the selection of drugs according to the disease and the right dose for self-medication or self-medication of the disease. mild anemia. The type of research used is an analytical survey with a qualitative approach, making observations, in-depth interviews (indept interviews) and documentation. The results showed that there were still many young women in the Sejahtera Village, Palolo District, Sigi Regency who did not understand and understand the use and benefits of Fe tablets and what anemia is. This is due to the lack of education regarding the use and benefits of Fe tablets and the dangers of anemia for young women. Education related to self-medication of the use of Fe tablets and the dangers of anemia needs to be given to young women, so that young women realize the benefits of Fe tablets for health, namely for the prevention of anemia.

Keywords: Anemia, self-medication, Fe tablets, adult

PENDAHULUAN

Anemia menjadi salah satu kondisi yang paling rentang dialami oleh remaja putri karena sebagai usia pertumbuhan memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi, kondisi dimana terjadinya penurunan kadar hemoglobin maupun eritrosit, kekurangan zat gizi makro (protein) dan juga zat gizi mikro terutama zat besi akan menyebabkan anemia yang mana keadaan ini akan lebih mudah dialami oleh remaja putri (Djuanid dan Hilmuhu, 2021).

Remaja putri diharuskan untuk mengkonsumsi tablet Fe, karena tiap bulannya remaja putri mengalami menstruasi yang menyebabkan kehilangan zat besi sebanyak 12,5 mg/hari (Nuraeni dkk., 2019), melakukan diet ketat serta mengkonsumsi makanan rendah gizi dan siap saji sehingga remaja putri tidak mampu memenuhi keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuhnya untuk proses sintesis hemoglobin (Hb) yang akan menyebabkan kadar Hb berkurang dan terjadi anemia (Irianti, 2019; Yuliati, 2021). Kekurangan zat besi pada usia remaja yang merupakan salah satu nutrisi tubuh akan memberikan dampak negatif pada kinerja dan pertumbuhan kognitif mereka, diantaranya keterlambatan pertumbuhan fisik, menurunnya konsentrasi belajar bahkan pada efek jangka panjang akan menyebabkan komplikasi pada kehamilan dan kelahiran nanitnya (Fitriany dan Saputri, 2018).

Secara umum gejala anemia yang sering dirasakan yaitu lesu, lemah, letih, lalai, sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, gejala lebih lanjut adalah kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat (Putri, 2021). Pengobatan anemia bisa dilakukan secara mandiri dengan melakukan terapi oral zat besi atau tablet Fe secara tepat. Pengobatan mandiri atau yang biasa dikenal dengan istilah swamedikasi merupakan usaha seseorang dalam menolong dirinya sendiri untuk mengobati atau menghilangkan sakit tertentu yang dialaminya. Akan tetapi dalam menjalankannya, swamedikasi bisa menjadi masalah terkait obat (drug related problem) karena pengetahuan yang terbatas mengenai fungsi obat dan penggunaannya.

Desa Sejahtera kecamatan Palolo adalah salah satu desa yang berada di Kabupaten Sigi, mayoritas penduduknya kurang disentuh dengan pengetahuan kesehatan, sehingga sebagian besar masyarakatnya ketika sakit, lebih banyak dari mereka yang lebih memilih mengobatinya dengan pengobatan tradisional ataupun obat kimia tanpa pengetahuan yang cukup untuk mengobati diri sendiri tanpa perlu ke fasilitas kesehatan. Olehnya itu pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan penyuluhan swamedikasi khususnya penggunaan tablet Fe untuk mengatasi anemia pada remaja, sehingga masyarakat desa Sejahtera memiliki pengetahuan untuk mengenali terkait gejala penyakit, pemilihan obat yang sesuai dengan penyakit serta dosis yang tepat untuk melakukan pengobatan mandiri atau swamedikasi pada penyakit anemia yang masih ringan.

Hasil survey yang dilakukan oleh penulis pada 15 remaja di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo, 8 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. 7 orang di antaranya mengaku bahwa mereka pernah meminum tablet Fe, namun tidak tahu apa manfaat dari mengkonsumsi tablet Fe. Hal inilah yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penyuluhan mengenai Swamedikasi Penggunaan Tablet Fe Untuk Mengatasi Anemia Pada Remaja Di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo.

METODE

Beberapa Team Penyuluh yang terdiri dari Dosen STIFA Pelita Mas Palu yang terjun langsung ke Desa Sopa Kecamatan Nokilalaki Kabupaten Sigi melakukan sosialisasi kepada masyarakat dan pemberian questioner. Penyuluhan tentang penggunaan tablet Fe untuk mengatasi anemia pada remaja putri di desa Sejahtera, Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode penyuluhan secara langsung kepada masyarakat desa Sejahtera, pembagian leaflet adalah langkah awal untuk mengenalkan tentang anemia kemudian dilanjutkan dengan penjelasan leaflet oleh penyuluh.



Gambar 1. Leaflet materi penyuluhan swamedikasi

Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode penyuluhan secara langsung kepada masyarakat desa Sejahtera, penyuluhan yang dilakukan dengan menyampaikan materi menggunakan media leaflet mengenai penyebab anemia, dampak hingga penggunaan tablet Fe yang tepat guna untuk pengobatan mandiri dalam mengatasi anemia pada remaja putri. Selain itu, kegiatan ini bekerja sama dengan PC IAI kabupaten Sigi mengadakan pemeriksaan kadar gula darah, kolestereol dan asam urat secara gratis pada masyarakat setempat.

Untuk menghasilkan hal yang dapat menjadi tujuan dari program kegiatan masyarakat yaitu mampu melakukan pengobatan mandiri khususnya pengobatan anemia ringan pada remaja putri di desa Sejahtera.



Gambar 2. Pelepasan keberangkatan tim ke lokasi penyuluhan



Gambar 3. Pendampingan tim dilokasi penyuluhan

HASIL DAN PEMBAHASAN

A.HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi, Tentang Swamedikasi Tablet Fe.

No.	Pernyataan	Benar	Salah
1	Konsumsi tablet Fe dapat memperbaiki pembentukan hemoglobin (Hb) dalam tubuh dalam waktu relatif cepat ?		✓
2	Akibat yang dapat ditimbulkan apabila tidak mengonsumsi tablet Fe adalah daya tahan tubuh remaja putri dapat menurun ?	✓	
3	Yang harus diperhatikan pada saat mengonsumsi tablet Fe adalah minum tablet dengan air teh atau kopi ?		✓
4	Tablet Fe dapat diminum pada malam hari ?		✓
5	Tablet Fe diminum sebotol sehari ?		✓
6	Efek samping saat mengonsumsi tablet Fe adalah mual ?	✓	
7	Mengonsumsi tablet Fe dalam keadaan perut kosong	✓	

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa responden yaitu remaja putri di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi, minimnya pengetahuan terkait penggunaan tablet Fe.

B.PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, Pengetahuan remaja putri mengenai swamedikasi penggunaan tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia merupakan hal yang sangat penting bagi remaja. Dari sampel yang kita ambil hanya ada beberapa orang yang dapat menjawab manfaat dari tablet Fe sebagai suplemen tambah darah. Dengan adanya jawaban seperti ini membuat pemahaman mengenai swamedikasi terkait penggunaan tablet Fe dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri masih sangat minim. Sebagian besar subjek penelitian pada remaja pun mengatakan belum pernah ada informasi mengenai swamedikasi penggunaan tablet Fe yang mereka peroleh sehingga pertanyaan yang dilontarkan oleh peneliti, mereka masih kurang untuk memahaminya dengan benar. Remaja putri di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi masih belum terlalu mengetahui dan memahami apa itu anemia.

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 swamedikasi penggunaan 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.

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 mengkonsumsi makanan yang spesifik yang dianggap sesuai dan yang kaya akan vitamin seperti liver, limpa, bayam dan ekstrak buah yang berwarna merah

Oleh sebab itu tujuan penyuluhan swamedikasi ini yaitu untuk memberikan pengetahuan terkait penggunaan tablet Fe terhadap penurunan kadar Hb pada remaja putri yang dapat mengakibatkan anemia. Serta pengetahuan untuk mengenali terkait gejala penyakit, pemilihan obat yang sesuai dengan penyakit serta dosis yang tepat untuk melakukan pengobatan mandiri atau swamedikasi pada penyakit anemia yang masih ringan.

Selain penyuluhan swamedikasi, juga dilakukan pemeriksaan kesehatan gratis (gula darah, asam urat dan kolesterol) yang bekerja sama dengan PC IAI Sigi. Setelah hasil pemeriksaan diperoleh, kemudian diberikan obat sesuai indikasi penyakit dari hasil pemeriksaan yang dilakukan sebelumnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa remaja putri di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi belum terlalu memahami tentang Swamedikasi Penggunaan dan 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 penggunaan dan manfaat tablet Fe bagi remaja putri menyebabkan remaja putri tidak rutin mengkonsumsi tablet Fe bahkan takut untuk mengkonsumsi

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Terima kasih kepada Ketua STIFA Pelita Mas Palu yang telah memberikan kepercayaan dan dukungan demi terlaksananya kegiatan.
2. Terima kasih kepada masyarakat desa Sejahtera Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi yang bersedia menjadi mitra kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
3. Terima kasih kepada Ketua LPPM STIFA Pelita Mas Palu yang telah memeberikan kesempatan dan mendampingi pengusul.
4. Terima kasih kepada PC IAI Sigi yang telah berkontribusi terhadap kegiatan PkM

DAFTAR PUSTAKA

- Djuanid, U. dan Hilmuhu, F., 2021. STUDI LITERATUR: HUBUNGAN POLA MENSTRUASI DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat (JKKM)*, **3**: .
- Fitriany, J. dan Saputri, A.I., 2018. ANEMIA DEFISIENSI BESI. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, **4**: 1.
- Irianti, B., 2019. HUBUNGAN VOLUME DARAH PADA SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA MAHASISWA AKADEMI KEBIDANAN INTERNASIONAL PEKANBARU TAHUN 2014. *Ensiklopedia of Journal*, **1**: .
- Nuraeni, R., Sari, P., Neneng, M., Astuti, S., dan Rahmiati, L., 2019. Peningkatan Kadar Hemoglobin melalui Pemeriksaan dan Pemberian Tablet Fe Terhadap Remaja yang Mengalami Anemia Melalui “Gerakan Jumat Pintar.” *Indonesian Journal of Community Engagement*, **2**: .
- Putri, dr. C. medika, 2021. *Edukasi “Anemia Pada Remaja” Oleh Dr. Chikita Medika Putri.*
- Yuliati, R., 2021. ANEMIA PADA USIA REMAJA. *Instalasi Promosi Kesehatan dan Pemasaran*, .