

BEDA KENAIKAN KADAR HEMOGLOBIN MELALUI INTERVENSI MADU PADA REMAJA PUTERI

DIFFERENCES INCREASING OF HEMOGLOBIN LEVELS THROUGH HONEY INTERVENTION

Supratiknyo

Akademi Kebidanan Ibrahimy Sukorejo Situbondo

Email : Supratiknyo@akbidibrahimy.ac.id

ABSTRAK

Wanita mempunyai risiko tinggi untuk menderita anemia, terutama pada masa remaja, yang dapat berdampak pada pertumbuhan menurun, kebugaran tubuh berkurang, dan semangat belajar menurun. Penelitian ini bertujuan mengetahui adanya pengaruh konsumsi madu terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja puteri yang mengalami anemia di Asrama Ma'had Aly Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo Tahun 2014. Desain penelitian ini menggunakan *pre ekperiment design*. Sampel sebanyak 46 responden yang memenuhi criteria inklusi. Teknik sampling adalah secara *purposive sampling*. Dari 46 responden, semuanya di beri konsumsi madu. Data yang diperoleh diolah dengan softwer SPSS 16. Analisa data yang digunakan adalah *uji wilcoxon sign rank test*. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar kadar hemoglobin naik yaitu 25 (54,34%) responden. Sementara dari hasil penghitungan data penelitian dengan menggunakan uji "Wilcoxon SignS Rank Test" dengan penghitungan menggunakan software SPSS 16 diperoleh informasi nilai Asymp. Sig.=0,000, karena nilai tersebut < taraf signifikan ($\alpha=0,05$), dengan demikian H_0 ditolak.

Kata kunci : Remaja Puteri, Anemia, Konsumsi Madu

ABSTRACT

Women have a higher risk of developing anemia , especially in adolescence . Anemia give affect to decreased growth, reduced physical fitness , decreased enthusiasm for learning . This study aims to investigate the effect of honey consumption on the rise in hemoglobin levels in anemic girls in the hostel Ma'had Aly Salafi Islamic Boarding School of Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo 2014 .This research design using pre ekperiment design . Sample of 46 respondents who conform the inclusion criteria . Sampling technique is by proportional stratified random sampling . From the 46 respondents , all of them in the given consumption of honey . The data obtained were processed with SPSS 16 softwer. The Analysis of the data used is the Wilcoxon signed rank test trials .The results showed that most of the 25 (43,1%) of respondents in the criteria hemoglobin levels rise. While the calculation of the results of research data by using test "Signs Wilcoxon Rank Test" by calculation using SPSS 16 software Asymp information obtained. Sig= 0,000, because the value <significance level ($\alpha=0.05$) , thus H_0 is rejected.

Keywords: Teen Daughter, Anemia, Honey Consumption

PENDAHULUAN

Hemoglobin merupakan protein darah merah. Dengan dimulainya fungsi berupa pigmen merah pembawa oksigen tersebut maka oksigen dibawa dari paru yang kaya zat besi. Hemoglobin ke jaringan. Jumlah hemoglobin dalam memiliki daya gabung terhadap oksigen darah normalnya kira-kira 15 gram untuk membentuk hemoglobin dalam sel setiap 100 ml darah, dan jumlah ini

biasanya disebut 100 persen. Dalam berbagai bentuk anemia, jumlah hemoglobin dalam darah berkurang. Dalam bentuk anemia parah, kadar itu bisa dibawah 30 persen atau 5 gr setiap 100 ml, karena hemoglobin besi yang diperlukan untuk bergabung dengan oksigen, maka dapat dimengerti pasien semacam itu memperlihatkan gejala kekurangan oksigen, seperti napas pendek (Syaifuddin, 2011).

Remaja putri lebih rentan anemia dibandingkan dengan remaja putera. Itu disebabkan kebutuhan zat besi pada remaja putri tiga kali lebih besar dari pada putera. Remaja putri setiap bulan mengalami menstruasi yang secara otomatis mengeluarkan darah. Itulah sebabnya remaja putri memerlukan zat besi untuk mengembalikan kondisi tubuhnya pada keadaan semula. Ironinya, kebanyakan dari remaja putri tidak menyadarinya. Bahkan ketika tahupun masih menganggap anemia masalah sepele. Padahal kadar sel darah merah dalam tubuh remaja putri tidak boleh kurang dari 12 gr/dl karena remaja membutuhkan asupan zat gizi yang optimal (Proverawati, 2011).

Anemia adalah suatu keadaan kekurangan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang disebabkan oleh

kekurangan zat gizi (zat besi) yang diperlukan untuk pembentukan Hb. Anemia bukan pencerminan keadaan suatu penyakit atau gangguan fungsi tubuh. Secara fisiologis, anemia terjadi apabila terdapat kekurangan jumlah hemoglobin untuk mengangkut oksigen ke jaringan (Astawan, 2008).

Anemia masih dianggap merupakan suatu masalah kesehatan sampai saat ini. Menurut (WHO) anemia muncul karena kekurangan zat besi. Penyakit ini menempati urutan teratas penyebab kematian. Diperkirakan 4-5 milyar penduduk dunia (sekitar 66-80% penduduk dunia) menderita anemia karena kekurangan zat besi (Badriah, 2011).

Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Hal ini pernah dilaporkan oleh Dinkes Propinsi Jawa Timur, Berdasarkan surve kesehatan rumah tangga (SKRT) tahun 2005, menunjukkan prevalensi anemia ibu hamil 50.9%, ibu nifas 45,1%, remaja putri usia 10-14 57.1%, dan pada wanita usia subur (WUS) usia 17-45 tahun sebesar 39,5%. Di Propinsi Jawa Timur berdasarkan kajian data anemia tahun 2005, ditemukan 16% wanita usia subur menderita anemia, sedangkan untuk remaja putri dan calon pengantin

ditemukan masing-masing 80,2% dan 91,5% menderita anemia (Dinkes Prop. Jatim 2005). Dari hasil survey anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) berusia antara 15 tahun atau sudah pernah haid (menstruasi) sampai dengan usia 25 tahun di Pondok Pesantren Tahun 2006 di 5 (lima) Kabupaten (Lamongan, Kediri, Situbondo, Jember, Sampang) diketahui rata-rata prevalensi anemia sebesar 38,1 %, sedangkan untuk Kabupaten Situbondo sendiri ditemukan prevalensi 28,0 %. Prevalensi tersebut menjadi Public Health Problem bagi remaja putri karena sudah diatas 10% (Jurnal Chuluq, Chusnul 2012)

Masih banyaknya kejadian anemia pada remaja disebabkan kurangnya asupan zat besi, kurangnya sediaan zat besi kedalam makanan, meningkatnya kebutuhan zat besi, aktifitas fisik, menstruasi yang terlalu banyak, perilaku hidup bersih dan sehat sehingga berakibat pada remaja putri yang sering mengantuk pada pagi hari, sering pusing, lemas, mengakibatkan muka pucat, dan anemia pada remaja putri harus di perhatikan kebutuhan zat besinya, karena kebutuhan zat besi penting (Merryana, dkk 2012)

Prof dr Zaglul an-Najjar dan dr. Abdul Baim Kahli mengemukakan

bahwa madu mengandung dampak yang sangat aktif sekali dalam tubuh. Madu memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap hemoglobin (zat pewarna dalam darah).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dari jumlah remaja seluruhnya yang berjumlah 204 remaja kepada 10 remaja di Asrama Ma'had Aly Sukorejo Situbondo per bulan Nopember Tahun 2013, semuanya (100%) remaja yang mengalami anemia.

Peran bidan dalam kasus anemia sangat penting, bidan harus waspada akan tanda anemia dan harus mampu memulai memberikan tindakan yang tepat, termasuk menginterpretasi hasil uji darah dan juga bidan harus cakap dan paham akan ciri-ciri anemia secara klinis dan juga memberikan penatalaksanaan yang tepat, termasuk terapi obat yang tersedia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Bagaimana perbedaan kenaikan kadar hemoglobin melalui intervensi madu pada remaja puteri yang mengalami anemia.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian pada penelitian ini adalah penelitian *pre eksperimental*. Rancangan penelitian ini menggunakan

one group pretest and posttest. Lokasi penelitian di Asrama Ma'had Aly Pondok Pesantren Salafiyah-Syafi'iyah Sukorejo Situbondo. Populasi dalam penelitian ini adalah 70 orang remaja putri usia 10-19 tahun yang mengalami anemia. Besar sampel sebanyak 46 yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang dilakukan secara purposive sampling Variabel independen Dalam penelitian adalah Pemberian Konsumsi madu. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kenaikan kadar hemoglobin remaja putri usia 10-19 tahun. Teknik pengumpulan data dengan cara melakukan observasi dan melakukan cek Hb dan menggunakan ceklist untuk mengumpulkan populasi remaja yang mengalami anemia. Teknik analisa data Pada penelitian ini menggunakan analisa bantuan software dengan Uji *wilcoxon sign rank test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji statistik sebagaimana dalam tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekwensi Golongan kadar hemoglobin sesudah konsumsi madu Remaja Puteri yang mengalami anemia di Asrama Ma'had Aly Pondok Pesantren Salafiyah-Syafi'iyah Sukorejo Situbondo

No	Hemoglobin (gr/dl)	Frekwensi	Presentase (100%)
1	6,0-7,9	2	4,3
2	8,0-9,9	22	47,8
3	10-11,9	8	17,4
4	12-13,9	14	30,4
Total		46	100

Berdasarkan tabel 1 hampir setengahnya responden kadar hemoglobin sesudah diberi konsumsi madu yaitu 22 (47,8%) responden memiliki kadar hemoglobin 8,0-9,9 gr/dl

Tabel 2 Distribusi Frekwensi Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada remaja Puteri yang Mengalami Anemia di Asrama Ma'had Aly Pondok Pesantren Salafiyah-Syafi'iyah Sukorejo Situbondo

Kadar Hb	Kadar Hb sesudah						Jumlah	
	Tidak Naik		Naik		Sangat naik			
	f	%	F	%	f	%	f	%
6,0-7,9	21	46	12	26	13	28	46	100

Berdasarkan tabel 2 diperoleh kenaikan kadar hemoglobin melalui intervensi madu pada remaja puteri yang mengalami anemia sebagian besar 25 (54,34) responden kadar hemoglobin mengalami kenaikan. Kenaikan kadar hemoglobin terbagi dalam dua kategori yaitu naik 26,0 %, sangat naik 28,3 %. Hasil penghitungan data penelitian dengan menggunakan uji "Wilcoxon

SignS Rank Test” dengan penghitungan menggunakan software SPSS 16 diperoleh informasi nilai Asymp. Sig. = 000, karena nilai tersebut < taraf signifikan ($\alpha = 0,05$), dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan kenaikan kadar hemoglobin melalui intervensi madu pada remaja putri yang mengalami anemia.

Madu mengandung zat besi yang mana zat besi sangat diperlukan dalam pembentukan hemoglobin dan. Zat besi berperan sangat penting dalam pembentukan hemoglobin, kebutuhan zat besi dalam tubuh 65 % dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin. Sebagaimana kita ketahui, dalam sel darah merah terdapat hemoglobin (Hb) yaitu molekul protein yang mengandung zat besi dan merupakan pigmen darah yang membuat darah berwarna merah. Zat besi merupakan komponen yang sangat penting dari hemoglobin.

Faktor penyebab yang berikutnya, mengapa ada perbedaan kenaikan kadar hemoglobin melalui intervensi madu, ini berkaitan dengan kandungan nutrisi yang terdapat dalam madu. Dalam madu terkandung zat yang dibutuhkan dalam pembentukan hemoglobin yaitu besi dan vitamin B6. Zat ini dibutuhkan dalam

pembentukan hemoglobin. Zat besi dalam tubuh manusia sebagian besar terdapat dalam sel darah merah (eritrosit) yaitu sekitar 65%, dalam jaringan hati, limpa dan sumsum tulang 30% dan sekitar 5% terdapat dalam inti sel, dalam plasma dan dalam otot sebagai miglobin.

Sebagaimana kita ketahui, dalam sel darah merah terdapat hemoglobin (Hb) yaitu molekul protein yang mengandung zat besi dan merupakan pigmen darah yang membuat darah berwarna merah. Zat besi merupakan komponen yang sangat penting dari hemoglobin.

Begitupun dari fakta lapangan penelitian yang dilakukan bahwasannya dengan mengkonsumsi madu, responden memiliki kenaikan kadar hemoglobin yang lebih cepat. Dari hasil penelitian terdahulu di dapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa madu memiliki dampak positif terhadap hemoglobin. Madu mampu menambah kadar hemoglobin dalam darah dari 75% sampai 80% pada minggu pertama yaitu satu minggu pertama setelah terapi penyembuhan dengan madu. Namun dalam penelitian ini peneliti hanya ingin mengetahui perbedaan kenaikan kadar hemoglobin melalui intervensi madu, ternyata dari hasil penelitian

membuktikan bahwa madu benar-benar memiliki perbedaan kenaikan kadar hemoglobin melalui intervensi madu. Sehingga madu dapat diterapkan dalam penyembuhan anemia pada remaja karena kandungan dalam madu mengandung zat yang sangat baik khususnya untuk kenaikan kadar hemoglobin.

Dengan penelitian ini diharapkan bidan dapat memberikan pelayanan yang optimal untuk mensejahterakan para remaja, khususnya remaja yang mengalami anemia. Dari hadits riwayat Ibnu Abbas Ra. Berkata, Rasulullah Saw bersabda: *“Kesembuhan dari penyakit itu dengan melakukan tiga hal, yakni berbekam, minum madu, dan dibakar dengan besi panas. Tetapi, aku melarang umatku membakar dengan besi panas itu.”*(HR. Bukhari). Kaum muslimin yang menjadikan Rasulullah SAW sebagai suri teladan tentunya dapat mengikuti sunah Nabi SAW dalam mengkonsumsi apa yang baik dan halal. Mengkonsumsi madu dengan segala khasiatnya sebagai anugerah Allah SWT dapat menjadi contoh bagi kita untuk menjaga kesehatan dan menggunakan madu sebagai obat untuk menyembuhkan penyakit yang mana madu sudah jelas kebaikan dan

kehalalannya. Dalam konteks lebih dalam, bahkan Rasulullah saw menyiratkan dua penyakit dalam diri manusia, yaitu penyakit fisik dan penyakit hati. Rasulullah saw bersabda : *“ Madu adalah penyembuh bagi setiap penyakit. Alqur’an adalah penyembuh bagi penyakit dalam hati (batin/jiwa). Hendaklah kamu menggunakan dua penyembuh, yaitu alqur’an dan Madu.”* (HR Ibnu Majah).

Minum madu adalah anjuran kedua untuk menyembuhkan berbagai penyakit, maka tidak ada salahnya jika madu dijadikan obat untuk meningkatkan kesehatan tubuh. Sehingga tidak ada lagi kesulitan untuk menjaga kesehatan jasmani kecuali memanfaatkan berbagai makanan yang kaya manfaat seperti madu, kandungan dan nutrisinya sangat baik dikonsumsi untuk kesehatan tubuh manusia.

Hasil ini benar-benar membuktikan bahwa madu memiliki keistimewaan dalam menaikkan kadar hemoglobin, tak bisa di ragukan dan di pungkiri adanya ayat dalam alqur’an yang menyatakan madu sebagai *as-syifa’* (obat) dari berbagai penyakit, begitupula dengan penelitian tentang madu yang memberikan hasil sangat menakjubkan, bahkan Rasulullah setiap hari

mengonsumsi madu untuk menjaga kesehatannya. Oleh sebab itu kita dapat meneladani rasullullah dalam menjaga kesehatan tubuh kita dengan mengonsumsi madu. Dari penelitian ini dibuktikan dalam waktu satu minggu saja kadar hemoglobin bisa naik, apalagi jika dikonsumsi dalam waktu yang cukup lama, maka bisa dipastikan madu dapat membantu menyembuhkan anemia yang dialami oleh masyarakat khususnya bagi remaja. Oleh karena itu diharapkan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan informasi terhadap masyarakat khususnya remaja bahwa madu dapat menaikkan kadar hemoglobin. Sehingga mereka dapat menggunakan madu untuk menjaga kesehatannya.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari 46 remaja puteri sebagian besar yaitu 25 (54,34%) dalam kategori naik dan sangat naik. Hasil uji statistik *wilcoxon sign rank test* diperoleh hasil Sign. Sebesar 0,000 sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak artinya ada perbedaan kenaikan kadar hemoglobin mealalui intervensi madu pada remaja puteri yang mengalami anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arisman, 2007. *Gizi dalam Daur kehidupan*. Jakarta: EGC
- Astawan, 2008. *Khasiat warna warni makanan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Azrul, prihartono, 2003. *Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*
- Azhar, T. N., Trim, B, 2008. *The Miracle of Honey*. Surabaya: Illuminatie.
- Azwar, Prihartono.2003. *Metodologi penelitian Kedokteran dan kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Binarupa aksara
- Badriah Dewi Laelatul. 2011.*Gizi dalam Kesehatan reproduksi*. Bandung: Pt Refika Aditama
- Departemen pendidikan nasional,2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa edisi ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka
- Departemen pendidikan nasional,2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa edisi keempat*. Jakarta: Gramedia
- Depkes, Poltekes, 2010. *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika
- Dorland, Newman. 2012. *Kamus Kedokteran Dorland*. Jakarta: EGC
- Gandasoebrata, 2009. *Penuntun*

- Laboratorium klinik.* Jakarta: Dian Rakyat
- Ganong, William F, 2008. *Buku Ajar Kedokteran, Edisi 22.* Jakarta: EGC
- Handayani, Haribowo, 2005. *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan gangguan Sistem Hematologi.* Jakarta : Salemba Medika.
- Hashman, Ade. 2012. *Rahasia kesehatan Rasulullah.* Jakarta: Noura books
- Hidayat, A. A 2010. *Metode penelitian Kebidanan dan Teknik analisa data.* Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A.Aziz alimul. 2011. *Metode Penelitian kesehatan Paradigma Kuantitatif.* Surabaya. Health Books Publishing
- Muchtadi, deddy. 2009. *Pengantar ilmu gizi.* Bandung. Alfabeta
- Mustafa, zainal. 2009. *Mengurai variabel hingga instrumentasi.* Yogyakarta: Graha ilmu
- Notoatmodjo, soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Rineka cipta
- Notoatmodjo, soekidjo. 2007. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni.* Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Rineka cipta
- Nursalam, 2003. *Konsep Dasar penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Jakarta: salemba Medika
- Paath, Erna francin, dkk, 2005. *Gizi dalam kesehatan reproduksi.* Jakarta. EGC.
- Pearce, evelyn C, 2010. *Anatomi fisiologi Untuk Paramedis.* Jakarta: Gramedia.
- Proverawati, 2011. *Buku kesehatan keperawatan dan kebidanan.* Jakarta: Nuha Medika
- Rosilanti.2007. *Sehat Dengan jus buah.* Jakarta: Agromedia pustaka
- Robson, Waugh, 2012. *Patologi Pada Kehamilan Manajemen dan Asuhan.* Jakarta: EGC
- Sayyid, A. B. M, 2012. *Ketika Rasulullah Tidak Pernah Sakit.* Solo: Tinta Medina.
- Syaifuddin, 2012. *Anatomi fisiologi Kurikulum berbasis kompetensi.* Jakarta: EGC
- Sediaoetama, Achmad Djaeni , 2010. *Ilmu gizi untuk mahasiswa dan profesi Jilid 1.* Jakarta: Dian Rakyat
- Siregar, M.H, 2012. *Cara Sehat Dengan Resep-Resep Ajaib Herbal Islami.* Jogjakarta: Buku Biru.
- Sugiono. 2012. *Metode Penelitian. Pendidikan Pendekatan. Kuantitatif, kualitatif dan R & D.* Bandung: ALFABETA
- Suranto, Adji, 2007. *Terapi Madu.* Jakarta: Penebar Plus
- Susetya, wawan. 2006. *Cermin Hati Perjalanan Rohani Menuju Ilahi.* Solo. TigaSerangkai.

- Tirtawinata, Tien Ch, 2006. *Makanan dalam Perspektif alqur'an dan ilmu Gizi*. Jakarta: FKUI
- Wijoni Djoko.2009. *Manajemen perbaikan Gizi Masyarakat*. Surabaya: Duta Prima air langga
- Wylie, Bryce, 2010. *Manajemen Kebidanan Gangguan Medis Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: EGC
- Zaglul Kahli. 2012. *Ensiklopedia Mukjizat Ilmiah Al-Qur'an dan Hadis Jilid 5*. Jakarta; PT Lentera Abadi