

BUDAYA SIRIH PINANG DI SUMBA DAN KEJADIAN ANEMIA PADA WANITA USIA SUBUR

Irene Rambu Rima¹⁾, Arwyn Weynand Nusawakan²⁾ Aprillia Mauren Pariama³⁾

Universitas Kristen Satya Wacana

email: arwyn.nusawakan@staff.uksw.edu

ABSTRAK

Penggunaan sirih pinang masih menjadi perdebatan terkait dampaknya bagi tubuh khususnya bagi Wanita Usia Subur (WUS) di Sumba Nusa Tenggara Timur. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi kemaknaan sosiokultural dalam mengkonsumsi sirih pinang dan kaitannya dengan kadar hemoglobin (Hb) dan frekuensi makan Wanita Usia Subur. Metode penelitian ini adalah mix method dengan pendekatan studi kasus (*single case study with two embedded unit*). Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam, pengukuran Hb perifer dan pengukuran frekuensi makan dan *food recall* 3x24 jam. Hasil penelitian kualitatif menunjukkan tema sirih pinang sebagai material budaya orang sumba, persepsi orang sumba tentang manfaat sirih pinang baik fisik maupun psikis. Kurangnya konsumsi zat besi dan protein, serta hasil pengukuran Hb menunjukkan sebanyak 24 dari 50 WUS mengalami anemia. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah makan sirih pinang masih dipertahankan karena memiliki peranan penting bagi pelestarian budaya dan menjadi gaya hidup sehari-hari masyarakat Sumba. Wanita Usia Subur yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi sirih pinang sebagian besar mengalami anemia, hal ini kemungkinan dapat dipengaruhi oleh tingkat konsumsi zat besi dan protein kurang dari AKG maupun sebagai dampak dari mengkonsumsi sirih pinang yang berlebihan.

Kata kunci :Sirih Pinang, Hemoglobin, Wanita Usia Subur

ABSTRACT

Betel nut consumption is still debatable regarding its impact on the body, especially for Women of Reproductive Age (WUS) in Sumba, East Nusa Tenggara. This study aimed to identify the sociocultural significance of consuming betel nut and its relation to hemoglobin (Hb) level and eating frequency of WUS. This is mixed-method research with a case study approach (single case study with two embedded units). Data collection techniques used in-depth interviews, measuring peripheral Hb, and measuring food frequency and food recall 3x24 hours. The results of the qualitative research showed that the themes such as betel nut is a cultural material of the Sumbanese and the perception of Sumbanese about the benefits of betel nut, both physical and psychological. Lack of consumption of Zink and protein, the results of Hb measurements show that 24 out of 50 WUS have anemia. This study concludes that eating betel nut is still maintained because it has an essential role for cultural preservation and has become the daily lifestyle of Sumbanese. WUS who have the habit of consuming betel nut mainly experience anemia that may be influenced by the low level of consumption of Zink and protein than the RDA or might be a result of consuming excessive betel nut.

Keywords: *Areca Nut, Hemoglobin, Reproductive Woman*

PENDAHULUAN

Frasa sirih pinang mengandung arti mengunyah sekelompok bahan-bahan seperti daun atau buah sirih, buah pinang, kapur, bahkan daun tembakau. Salah satu tradisi yang sudah sangat tua di masyarakat

Indonesia adalah konsumsi sirih pinang. Tradisi ini sebenarnya tidak hanya dilakukan di nusantara melainkan beberapa negara di Asia tenggara bahkan Taiwan, dan beberapa negara di pasifik. Di Indonesia, bukti penemuan aktivitas

mengunyah sirih pinang telah ditemukan di masa prasejarah oleh arkeolog. Salah satu daerah di Indonesia yaitu di Nusa Tenggara Timur juga mengenal adanya tradisi mengunyah sirih pinang. Sirih pinang tidak hanya dikunyah oleh laki-laki saja tetapi oleh perempuan juga melakukan aktivitas mengunyah sirih pinang. Suminar, 2020 dalam risetnya mengatakan bahwa sirih pinang dan seluruh atribut budaya sangat kental dengan pemaknaan sosial maupun spiritual masyarakat NTT.

Masyarakat NTT percaya bahwa tradisi mengunyah sirih pinang melambangkan nilai sebagai wujud untuk mempererat tali persahabatan atau persaudaraan (Iptika, 2014). Sirih pinang adalah pembuka komunikasi, dan sopan santun budaya di NTT, dalam setiap pertemuan sirih pinang selalu menjadi sajian utama bagi para tamu yang berkunjung dan sirih pinang juga disajikan saat melaksanakan ritual adat (Suminar, 2020). Koesbarditia & Delta, 2019 menemukan bahwa terdapat pewarnaan gigi manusia yang diduga sebagai pewarnaan oleh karena kebiasaan mengunyah sirih pinang. Hal ini menandakan bahwa mempertahankan tradisi ini masih dipandang baik oleh masyarakat karena memiliki nilai-nilai manfaat bagi kesehatan gigi maupun memiliki nilai dan kepercayaan pada budaya setempat. Dari pandangan dunia kesehatan, penggunaan sirih pinang masih dalam perdebatan. Ditemukan oleh solihin (2018) bahwa sirih pinang memiliki fungsi yang berhubungan dengan kesehatan. Sirih (*piper betle*) mengandung senyawa phenol yang berfungsi sebagai antiseptik alami maupun memberikan kesegaran di mulut (Iptika, 2014). Pinang (*areca catechu*) memiliki senyawa aktif yang terkandung seperti

alkaloid, flavonoid, tannin, triterpen dan steroid yang dinilai baik bagi kesehatan jika dikonsumsi secara tepat dan tidak berlebihan (Keling, 2016). Disisi lain mengunyah sirih pinang biasanya dibarengi dengan konsumsi tembakau yang jika dilakukan secara berlebihan dapat berpotensi memberi dampak ketagihan, maupun menyebabkan terjadinya kanker mulut (Liunokas, 2020).

Hal lain yang dapat terjadi akibat dari kebiasaan konsumsi sirih pinang secara berlebihan khusus wanita, pada studi yang dilakukan oleh Ome-Kaius et al., 2015 menemukan bahwa mengunyah sirih pinang yang dilakukan secara berlebihan akan berkontribusi pada kejadian anemia. Yang et al., (2008) juga telah menemukan bahwa wanita usia subur dengan kebiasaan mengkonsumsisi sirih pinang memiliki keterkaitan dengan hasil kehamilan dan kelahiran. Zat yang terkandung dalam buah pinang yaitu tanin dapat menghambat penyerapan nutrisi seperti zat besi dan protein bagi tubuh (Setty Siamtuti et al., 2017). Oleh karena itu sirih pinang akan berdampak buruk bagi kesehatan seperti beresiko anemia jika dikonsumsi secara berlebihan (Ome-Kaius et al., 2015).

Terkait dengan kesehatan ibu dan anak khususnya pada wanita usia subur, proses-proses mempersiapkan ibu agar hamil, bersalin dan kesehatannya bersama bayi pasca bersalin menjadi hal yang masih menjadi masalah di NTT. Lewat revolusi KIA, pemerintah NTT masih berjuang untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak sehingga ibu bersama keluarga perlu dipersiapkan dengan sebaik mungkin agar sehat dalam menjalani proses-proses maternal tersebut. Salah satu indikator penting yang menentukan

kesehatan ibu dalam proses maternal adalah keadaan hemoglobin ibu. Banyak ibu beresiko mengalami anemia selama hamil sehingga ini menjadi faktor utama yang perlu diwaspadai, mempersiapkan wanita usia subur sebelum periode tersebut akan sangat baik kedepannya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi makna sosiokultural dari orang sumba dan kaitannya dengan kadar Hb dan frekuensi makan yang terkait dengan ketercukupan sumber-sumber makanan terkait Hb.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian studi kasus (*Single case with two embedded unit*) dengan dua unit analisis yang terpancang. Unit analisis pertama terkait dengan kemaknaan tradisi mengunyah sirih pinang yang masih dilakukan hingga saat ini. Unit analisis yang kedua adalah faktor-faktor yang terkait dengan tinggi rendahnya hemoglobin. Tempat penelitian berlokasi di Pulau Sumba Nusa Tenggara Timur dengan populasi adalah Wanita Usia Subur yang masih mengunyah sirih pinang. Penelitian ini dilakukan pada bulan april hingga juni 2022.

Teknik pengumpulan data berbeda di masing-masing unit analisis. Unit analisis pertama menggunakan wawancara mendalam yang dibantu menggunakan *interview guide* berisi pertanyaan-pertanyaan semi- terstruktur dan bersifat *open-ended questions*. Peneliti dibantu dengan *recorder* sebagai alat perekam data dan catatan lapangan. Kriteria partisipan yang masuk dalam unit ini adalah Wanita Usia Subur, menjadi bagian dari tokoh masyarakat atau tokoh adat, masih aktif mengunyah sirih pinang. Analisa data menggunakan analisa data tematik.

Unit analisis kedua menggunakan teknik survei yang terbagi dalam dua hal yaitu survey kadar hemoglobin menggunakan alat pemeriksaan hemoglobinperifer dan survey frekuensi

makan (protein dan zat besi) menggunakan kuesioner. Partisipan dalam penelitian ini menggunakan sampling kuota dengan sampel 50 orang Wanita Usia Subur. Sampling kuota adalah teknik pengambilan sampel dengan cara menetapkan jumlah tertentu sebagai target yang harus dipenuhi dalam pengambilan sampel dari populasi, kemudian dengan patokan jumlah tersebut peneliti mengambil sampel secara acak yang dapat memenuhi persyaratan sebagai sampel dari populasi tersebut.

Berdasarkan standar Kementerian Kesehatan, angka kecukupan protein dan zat besi dikategorikan dalam 5 kategori yaitu <70% (defisit berat), 70-79% (defisit sedang), 80-90% (defisit ringan), 90-119% (Normal) dan >120% (berlebih). Dalam penelitian ini untuk mengetahui survey frekuensi makan responden dilakukan pengukuran dengan menggunakan Semi-FFQ dan *Food Recall* 3 x 24 jam. Analisa data menggunakan Analisis data deskriptif. Penelitian ini telah lulus kelayakan etik penelitian pada Komisi Etik Universitas Kristen Satya Wacana dengan no 073/KOMISIETIK/EC/7/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, penelitian ini akan memaparkan data-data yang berkaitan dengan data hasil wawancara, survey hasil pemeriksaan Hemoglobin, dan survey frekuensi makan (protein dan zat besi) pada wanita usia subur. Berdasarkan data hasil wawancara digambarkan dalam 3 tema besar yaitu sebagai berikut:

Sirih Pinang Sebagai Material Budaya Orang Sumba

Tema pertama dari data yang diperoleh lebih berfokus pada nilai-nilai budaya yang terkandung dari mengkonsumsi sirih pinang, nilai-nilai yang dimaksudkan adalah terkait dengan pentingnya sirih pinang sebagai simbol yang menjadi harga diri dari orang Sumba dan bentuk dari menjalin hubungan antara sesama.

Sirih pinang telah menjadi suatu simbol adat budaya orang Sumba. Keberadaan sirih pinang menjadi sesuatu yang sangat penting dan wajib untuk disediakan bagi orang Sumba, karena sirih pinang mengandung nilai yang dilambangkan sebagai harga diri orang Sumba. Harga diri yang dimaksudkan yaitu sirih pinang memiliki nilai bagaimana menghargai sesama. Seperti ketika ingin bertamu kerumah kerabat atau berjumpa dengan siapa saja, yang disuguhkan pertama adalah sirih pinang, saat melaksanakan upacara adat peminangan, pernikahan, kelahiran, kematian, penyembuhan, dan syukuran lainnya, sirih pinang menjadi simbol tertinggi yang harus disediakan paling utama sebagai bentuk penghargaan untuk para tamu yang hadir, sirih pinang menjadi bentuk awal untuk memulai komunikasi atau diskusi bagi orang Sumba. Tanpa adanya sirih pinang kegiatan yang dilakukan tidak dapat berjalan dengan baik, karena secara budaya sirih pinang dijadikan sebagai tanda yang sah untuk mengawali suatu kegiatan dalam bentuk apapun. Oleh karena itu sirih pinang memiliki peranan yang penting bagi budaya orang Sumba.

Dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Sumba selalu menyediakan sirih pinang, karena ketersediaan sirih pinang menjadi seperti kewajiban baik itu untuk di konsumsi pribadi, maupun untuk konsumsi bersama. Keberadaan sirih pinang sudah menjadi suatu warisan yang diturunkan para leluhur atau moyang untuk menjalin kebersamaan dan saling menghargai sesama dalam masyarakat Sumba. Sirih pinang adalah sesuatu hal yang tidak bisa dilepas dari hubungan sosial masyarakat dan hubungan membangun relasi dengan sesama. Pengunyah sirih pinang tidak memandang kasta dan tidak membedakan, karena bagi masyarakat Sumba siapapun orangnya atau setinggi apapun kastanya jika sudah mengonsumsi sirih pinang, menerima jamuan sirih pinang dan menyediakansirih pinang di rumah berarti semua orang itu sama. Namun jika ada orang yang bertamu tetapi tidak mengonsumsi sirih pinang,

tetap diberikan sirih pinang untuk diambil sebagai bentuk penghargaan atas kedatangannya. Oleh karena itu sirih pinang juga disimbolkan dengan ikatan menjalin hubungan antara sesama manusia. Hal tersebut juga didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan partisipan, yang menjelaskan bahwa:

“sirih pinang itu dia sebagai alat untuk kasi erat kita punya hubungan. Biar orang yang tidak saling kenal karena ada ini sirih pinang dorang langsung akrab memang, apalagi kalau itu orang dia suka memang makan sirih pinang. Oh, itu langsung jadi teman memang sudah, hubungan langsung dekat memang karena ini sirih pinang tadi yang kasi satu. Sirih pinang jugadia tidak memandang engko orang kelas atas kelas bawah orang miskin orang kaya dia (sirih pinang) tidak pandang itu semua, karena memang itu sudah budayanya kita (budaya orang sumba). kalau sudah sirih pinang dia kasi satu semua sudah, (menyatukan sesama) tidakada yang kasi beda-bedamemang.”

Persepsi Orang Sumba tentang Manfaat Mengonsumsi Sirih Pinang bagi tubuh

Tema kedua dari data yang diperoleh berfokus pada manfaat dari mengonsumsi sirih pinang yang sering dilakukan oleh orang Sumba. Terkait dengan manfaat mengonsumsi sirih pinang yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah manfaat dari segi fisik atau manfaat bagi tubuh.

Masyarakat Sumba mempunyai persepsi tentang manfaat dari kebiasaan mengonsumsi sirih pinang dari segi fisik yaitu masyarakat Sumba memiliki pengetahuan lokal yang secara turun temurun diwariskan oleh pendahulunya. Pengetahuan yang dimaksud adalah khasiat dari mengonsumsi sirih pinang untuk menguatkan gigi dan gusi, untuk pengobatan perut yang sakit dengan cara disemburkan pada perut, mengobati sakit kepala dengan cara dioles di bagian pelipis, mengobati bagian tubuh yang luka, membantu masalah pencernaan, dan lain-lain. Masyarakat percaya bahwa mengonsumsi sirih pinang merupakan bagian dari mengobati diri sendiri.

Kebiasaan mengkonsumsi sirih pinang dapat menyebabkan pewarnaan pada gigi, masyarakat Sumba memiliki kebiasaan tidak menggosok gigi menggunakan sikat gigi dan odol setelah mengunyah sirih pinang, karena bagi mereka membiarkan warna gigi dan bibir yang berwarna merah dapat mempercantik penampilan. Untuk membersihkan gigi setelah mengkonsumsi sirih pinang masyarakat Sumbalebih memilih menggunakan kulit pinang. Mengkonsumsi sirih pinang yang dilakukan orang Sumba sudah dimulai sejak usia masih belia hingga saat ini. Kebiasaan mengunyah sirih pinang berawal dari ajaran orang tua dan lingkungan sekitar. Mengunyah sirih pinang dilakukan tanpamengetahui waktu. Dalam sehari masyarakat dapat mengkonsumsi sirih pinang sebanyak 3-5 kali bahkan ada beberapa yang mengkonsumsi sirih pinang 20-30 kali dalam sehari.

Manfaat yang di dapat Secara Psikologis Ketika Mengkonsumsi Sirih Pinang

Tema ketiga dari hasil analisa data yang dilakukan oleh peneliti berkaitan dengan manfaat yang didapatkan secara psikologis ketika mengkonsumsi sirih pinang bagi orang Sumba.

Penelitian ini menemukan adanya manfaat mengkonsumsi sirih pinang dari segi psikologis yaitu masyarakat Sumba percaya bahwa sirih pinang dapat mengatasi perasaan cemas dan gelisah yang dialami, karena masyarakat merasa tidak nyaman jika belum mengkonsumsi sirih pinang, terlebih lagi setelah makan pagi, siang dan malam, akan merasa ada yang kurang jika tidak mengkonsumsi sirih pinang sebagai makanan penutup. Orang Sumba yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi sirih pinang apabila tidak mengkonsumsinya akan menimbulkan rasa kegelisahan dan merasa stress. Hal tersebut juga didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan partisipan, yang menjelaskan bahwa :

“kalau makan sirih pinang memang nikmatnya jauh sekali, kalau tidak makan sirih pinang kecewanya itu tidak main-

main, pokoknya semua ini cara berpikir tidak normal macam kita orang yang henu (orang yang merasa gelisah atau cemas), artinya melengkapi dari kebutuhan mulut itu sirih pinang. Karena sudah biasa makan sirih pinang kita hussu sudah (seperti merasa stress), bagaimana sudah ini tidak ada pamamah (sirih pinang), Kita bilang “aii, oha kida ole, da aimang pamamah, gahamanai dakah pamamah, beya daka pamamah nai, (aduh, tidak ada sirih pinang kita mau dapat sirih pinang dimana ini kita mau makan sirih pinang) dari bentuk perasaan itu tidak nyaman memang ”

Bagi masyarakat Sumba mengkonsumsi sirih pinang dapat membantu perasaan mereka jauh lebih baik. Hal tersebut juga didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan partisipan, yang menjelaskan bahwa :

“sirih pinang kasi rasa semangat sama kita ada gairah-gairah semangat, penambah energynya kita. Biar kita sementara lemah atau apa begitu makan sirih pinang langsung semangat atau senang sudah. Sirih pinang memberikan kenikmatan mau di hati mau di apa saja pokoknya kita tenang memang habis makan sirih pinang. Itulah salah satu kenapa kita palingsuka makan sirih pinang, selain karena budaya memang karena itu juga memberikan kenikmatan”

Mengkonsumsi sirih pinang juga dapat memberikan rasa percaya diri bagi masyarakat Sumba, seperti tidak merasa malu untuk menunjukkan identitas asli sebagai orang Sumba, dan merasa lebih nyaman saat berbincang dengan orang lain sambil mengunyah sirih pinang.

Survey kadar Hb (Hemoglobin) pada Wanita Usia Subur

Tabel 1. Umur dan Hasil pemeriksaan kadar Hb (Hemoglobin)

Keterangan	Rerata	Frekuensi	Persentase (%)
Umur	25,22	0	0
HB(g/dL)	11,67	0	100%
Normal		26	52%
Ringan		9	18%
Sedang		14	28%
Berat		1	2%
TOTAL		50	100%

Berdasarkan analisa data didapatkan dari hasil pemeriksaan Hb (*Hemoglobin*) pada wanita usia subur yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi siri pinang di kategorikan (World Health Organization, 2015) dengan 4 kategori yaitu 12-15 g/dL (Normal), 11,0-11,9g/dL (anemia ringan), 8,0-10,0 g/dL (anemia sedang), <8,0 g/dL (anemia berat). Hasil pemeriksaan peneliti pada wanita usia subur di Sumba dengan rata-rata umur 25,22 tahun, rerata kadar Hb wanita usia subur sebesar 11,67 (100%) menunjukkan bahwa wanita usia subur yang memiliki kadar Hb dengan kategori anemia ringan hingga berat yaitu sebanyak 24 orang (48%).

Survey Frekuensi makan (Protein dan Zat Besi)

Tabel 2. Kecukupan protein dan zat besi dilihat dari food RECALL pada WUS

Keterangan	Protein		Zat besi	
	N	%	N	%
Defisit berat	23	46	42	84
Defisit Sedang	8	16	5	10
Defisit Ringan	2	4	3	6
Normal	12	24	0	0
Berlebih	5	10	0	0
TOTAL	50	100	50	100

Berdasarkan hasil analisa data survey frekuensi pola makan yang meliputi protein dan zat besi yang didapatkan dari hasil food recall 3x24 jam hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita usia subur yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi siri pinang di Sumba yang mengalami ketidakcukupan konsumsi protein yang dapat beresiko anemia dari defisit berat hingga sedang yaitu sejumlah 31 orang (62%),

sedangkan wanita usia subur yang mengalami ketidakcukupan konsumsi zat besi dari defisit berat hingga sedang sejumlah 47 orang (94%).

Tabel 3. Kecukupan Protein dan Zat besi dilihat dari SQFFQ

Keterangan	Protein		Zat besi	
	N	%	N	%
Defisit berat	49	98	50	100
Defisit Ringan	1	2	0	0
TOTAL	50	100	50	100

Dalam hasil analisa data untuk kecukupan protein dan zat besi menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ), hasil penelitian menunjukkan bahwa kecukupan protein dengan kategori defisit berat (berisiko anemia) yaitu sebanyak 49 orang (98%) wanita usia subur, sedangkan untuk kecukupan zat besi dengan kategori defisit berat (berisiko anemia) yaitu sebanyak 50 orang (100%).

Berdasarkan uraian di atas ditemukan bahwa siri pinang memiliki nilai yang besar dan penting bagi budaya orang Sumba, sehingga siri pinang tidak dapat terlepas dari kehidupan budaya orang Sumba. Siri pinang yang dikonsumsi juga dipercaya memiliki manfaat yang dapat membantu mengobati tubuh yang sakit dan manfaat untuk memperbaiki perasaan cemas dan gelisah agar lebih baik. Jadi bisa dilihat bahwa masyarakat Sumba tidak hanya senang mengkonsumsi siri pinang akan tetapi karena memiliki dampak, baik dari faktor budayanya maupun untuk kebutuhan diri bagi setiap pengunyah. Hasil penelitian menunjukkan adanya kemungkinan dari kebiasaan mengkonsumsi siri pinang yang dilakukan oleh WUS bisa berkontribusi terhadap terjadinya penurunan kadar Hemoglobin dan penyerapan zat besi dan protein. Meskipun disisi lain terlihat juga bahwa konsumsi makanan yang bisa meningkatkan Hb juga kurang dikonsumsi oleh WUS sehingga hal tersebut dapat menimbulkan terjadinya anemia pada wanita usia subur di Sumba. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian survey pola makan yang dilakukan terhadap WUS ditemukan data

kecukupan protein dan zat besi yang di konsumsi rata-rata mengalami defisit atau beresiko anemia.

Dalam tradisi orang Sumba sirih pinang dijadikan sebagai simbol adat budaya, sirih pinang mengandung nilai yang dilambangkan sebagai harga diri orang Sumba yang memiliki nilai bagaimana menghargai sesama. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dalam tradisi orang Sumba sirih pinang adalah simbol budaya yang dapat dijadikan sebagai alat komunikasi untuk memulai suatu kegiatan yang dilakukan baik kegiatan yang secara formal maupun non formal.

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa keberadaan sirih pinang sudah menjadi warisan dari nenek moyang yang diturunkan dan masih dipertahankan hingga saat ini oleh masyarakat Sumba. Sirih pinang adalah alat yang dijadikan sebagai bentuk penerimaan, persahabatan dan kekeluargaan. Saat sirih pinang disuguhkan dan dimakan secara bersama-sama dalam masyarakat Sumba melambangkan niat baik dan ketulusan hati, bentuk penghargaan dan menerima satu dengan lainnya dengan hormat. Keberadaan sirih pinang menjadikan masyarakat Sumba untuk saling menghargai dan menghormati antara satu dengan yang lainnya tanpa ada rasa saling membeda-bedakan dalam bentuk apapun.

Mengonsumsi sirih pinang bagi masyarakat Sumba dipercaya dapat menguatkan gigi dan membantu untuk pengobatan lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh (Setty Siamtuti et al., 2017) menjelaskan bahwa sirih pinang memiliki kandungan antibakteri yang dapat membantu mengobati luka, mengatasi batuk, gusi bengkak, masalah haid dan lain sebagainya. Hasil penelitian juga menemukan bahwa masyarakat Sumba memiliki kebiasaan tidak membersihkan gigi setelah mengonsumsi sirih pinang karena merasa dapat mempercantik penampilan atas pewarnaan yang terjadi pada gigi. Penelitian yang dilakukan oleh Ayu Dewi Kumala Ratih & Hasiva Yudita, 2019 menjelaskan bahwa kebersihan

mulut memegang peranan yang penting dalam menjaga dan mempertahankan kesehatan gigi yang dapat menunjang kesehatan seseorang. Hasil penelitian juga menemukan bahwa kebiasaan mengonsumsi sirih pinang bagi masyarakat Sumba sudah dilakukan sejak usia masih belia sampai saat ini, sehingga saat mengonsumsi sirih pinang dapat memberikan perasaan senang dan perasaan sebaliknya jika tidak dikonsumsi.

Berdasarkan hasil penelitian pemeriksaan kadar hemoglobin pada WUS yang memiliki kebiasaan mengonsumsi sirih pinang mengalami penurunan kadar hemoglobin kurang dari batas Normal <12 g/dl sebanyak 24 orang (48%). Hemoglobin didalam darah berfungsi untuk membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh dan membawa kembali karbondioksida dari seluruh sel tubuh sebagai hasil metabolisme ke paru-paru untuk dikeluarkan dari tubuh, hemoglobin merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah (Arif & Pudjijuniarto, 2017). Pengukuran kadar hemoglobin pada wanita usia subur di Sumba dilakukan untuk mengetahui apakah mengalami kekurangan darah atau tidak dari kebiasaan mengonsumsi sirih pinang yang dilakukan. Penurunan kadar hemoglobin atau kadar hemoglobin dalam darah tidak normal berarti mengalami kekurangan darah yang disebut anemia (Tutik & Ningsih, 2019). Menurut Supriasa, 2016 menyatakan bahwa kadar hemoglobin adalah parameter yang digunakan secara luas untuk menetapkan prevalensi anemia. Hasil penelitian mendapatkan bahwa WUS yang memiliki kebiasaan mengonsumsi sirih pinang dapat beresiko akan kejadian anemia setelah dilakukan pengecekan kadar hemoglobin.

Faktor pola makan menjadi salah satu penyebab terjadinya anemia pada WUS yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi sirih pinang, dapat dilihat pada tabel 2 dan tabel 3 dari hasil analisis melalui *food recall dan FFQ*. Berdasarkan hasil penelitian survey frekuensi makan berupa zat besi dan protein pada wanita usia subur, diketahui tingkat konsumsi protein dan zat besi tergolong kurang atau terjadi anemia. Wanita usia subur merupakan salah satu kelompok yang rentan akan beresiko tinggi mengalami anemia, dimana salah satu penyebabnya karena mengalami siklus menstruasi setiap bulan sehingga terjadi peningkatan pada kebutuhan zat besi dalam tubuh (kemenkes 2018).

Konsumsi protein WUS dengan kebiasaan mengkonsumsi sirih pinang pada penelitian ini mayoritas kurang. Protein merupakan komponen utama dari *globin* yang berperan dalam transportasi dan penyimpanan zat besi (Aritonang & Siagian, 2017). Wanita usia subur meskipun tingkat konsumsi proteinnya cukup namun tetap mengalami anemia, kemungkinan karena cukupnya konsumsi protein tidak disertai dengan kecukupan konsumsi sumber zat besi yang siap pakai (sumber hewani) (Wijayanti & Fitriani, 2019). Konsumsi zat besi WUS dari hasil penelitian semuanya masuk dalam kategori kurang. Zat besi merupakan komponen penting dalam pembentukan Hb. Apabila jumlah zat besi dan simpanan besi dalam tubuh cukup, maka kebutuhan untuk pembentukan sel darah merah dalam sumsum tulang akan tercukupi. Namun bila simpanan zat besi dan asupan zat besi dari makanan kurang, maka akan terjadi ketidakseimbangan zat besi sehingga menyebabkan terjadinya anemia (Wijayanti &

Fitriani, 2019). Berkurangnya zat besi dapat menyebabkan sintesis hemoglobin berkurang sehingga mengakibatkan kadar hemoglobin turun (Sukarno et al., 2016). Zat yang terkandung dalam buah pinang yaitu tanin dapat menghambat penyerapan nutrisi seperti zat besi dan protein bagi tubuh (Setty Siamtuti et al., 2017). Oleh karena itu kebiasaan mengunyah sirih pinang yang dilakukan secara berlebihan memungkinkan menambah masalah kejadian anemia pada wanita usia subur.

KESIMPULAN

Budaya makan sirih pinang hingga saat ini masih dipertahankan oleh masyarakat Sumba karena memiliki peranan penting bagi pelestarian budaya dan masih menjadi gaya hidup sehari-hari masyarakat Sumba. Wanita usia subur yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi sirih pinang ini sebagian besar mengalami anemia dengan kadar hemoglobin kurang dari batas normal <12 g/dL sebanyak 24 orang (48%). Hal ini kemungkinan dapat dipengaruhi oleh tingkat konsumsi zat besi dan protein kurang dari AKG, namun memungkinkan juga sebagai dampak dari mengkonsumsi sirih pinang yang berlebihan.

SARAN

Diharapkan untuk riset selanjutnya masyarakat Sumba bisa mendapatkan pengetahuan terkait dampak negatif dari kebiasaan mengkonsumsi sirih pinang dan diharapkan agar wanita usia subur dapat memperhatikan status gizi (protein dan zat besi) yang diperlukan tubuh sebagai upaya mengurangi resiko terkena anemia.

REFERENSI

Amanupunnyo, N. A., Shaluhiyah, Z. and Margawati, A. (2018) 'Analisis Faktor Penyebab Anemia pada Ibu Hamil di

- Puskesmas Kairatu Seram Barat', *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), pp. 173–181. doi: 10.30604/jika.v3i2.134.
- Arif, S. and Pudjjuniarto (2017) 'Hubungan Kadar Hemoglobin (Hb) dengan Kebugaran Jasmani pada Tim Sepakbola Putra Usia 18 Tahun Elfaza FC Surabaya', *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(3), pp. 25–32. Available at: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/7/article/view/22120>.
- Aritonang, E. and Siagian, A. (2017) 'Relation between food consumption and anemia in children in primary school in a final disposal waste area', *Pakistan Journal of Nutrition*, 16(4), pp. 242–248. doi: 10.3923/pjn.2017.242.248.
- Ayu Dewi Kumala Ratih, I. and Hasiva Yudita, W. (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Cara Memelihara Kesehatan Gigi Dan Mulut Dengan Ketersediaan Alat Menyikat Gigi Pada Narapidana Kelas Iib Rutan Gianyar Tahun 2018', *Dental Health Journal*, 6(2), pp. 1–4. Available at: [file:///D:/semester 5/metode/jurnal/977-2309-1-SM \(2\).pdf](file:///D:/semester 5/metode/jurnal/977-2309-1-SM (2).pdf).
- Fadli, F. and Fatmawati, F. (2020) 'Analisis faktor penyebab kejadian anemia pada ibu hamil', *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 15(2), pp. 137–146. doi: 10.31101/jkk.988.
- Ida, A. S. and afrian (2021) 'Pengaruh Edukasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Kemampuan Dalam Deteksi Dini Komplikasi Kehamilan', *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), pp. 345–350. Available at: <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/561>.
- Indonesia, K. kesehatan republik (2019) *Kementerian kesehatan republik indonesia*.
- Iptika, A. (2014) 'Keterkaitan Kebiasaan dan Kepercayaan Mengunyah Sirih Pinang dengan Kesehatan Gigi', *Journal Masyarakat, Kebudayaan dan Politik*, 3, pp. 64–69. Available at: <repository.unair.ac.id>.
- Ismawati, R., Wicaksono, A. B. and Rahayu, R. (2020) 'Kebiasaan Buruk Para Pengunyah Sirih', *Prosiding Seminar Nasional MIPA Kolaborasi*, 2(1), pp. 218–222. Available at: <https://proceeding.unnes.ac.id/index.php/SNMIPA/article/view/458>.
- Jannah, N. (2016) *Konsep dokumentasi kebidanan*.
- Keling, G. (2016) 'Kearifan budaya masyarakat kampung tradisional waerebo, manggarai, nusa tenggara timur.', *Jurnal penelitian sejarah dan nilai tradisional.*, 23(1).
- Kesehatan, K. (2018) *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan.
- Koesbarditia and Delta (2019) 'konsumsi sirih pinang dan patologi gigi pada masyarakat prasejarah lewoleba dan liang bua, di nusa tenggara timur', *indonesia bekal arkeologi*, 39(2).
- Liunokas, M. E. (2020) 'Perempuan dan Liminalitas dalam Tradisi Perkawinan Adat di Timor Tengah Selatan', *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 6(1), p. 114. doi: 10.24114/antro.v6i1.17047.
- Ome-Kaius, M. *et al.* (2015) 'Determining effects of areca (betel) nut chewing in a prospective cohort of pregnant women in Madang Province, Papua New Guinea', *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1), pp. 1–9. doi: 10.1186/s12884-015-0615-z.
- Setty Siamtuti, W. *et al.* (2017) 'Potensi Tannin Pada Ramuan Ngingang Sebagai Insektisida Nabati Yang Ramah Lingkungan', *Bioeksperimen: Jurnal Penelitian Biologi*, 3(2), p. 83. doi: 10.23917/bioeksperimen.v3i2.5186.
- Sudikno, S. and Sandjaja, S. (2016) 'Prevalensi Dan Faktor Risiko Anemia Pada Wanita Usia Subur Di Rumah

Tangga Miskin Di Kabupaten Tasikmalaya Dan Ciamis, Provinsi Jawa Barat', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), pp. 71–82. doi: 10.22435/kespro.v7i2.4909.71-82.

Sukarno, J., Marunduh, R. and Pangemanan, D. H. C. (2016) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Di Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang Mongondow Utara', *JKK (Jurnal Kedokteran Klinik)*, 1(1), pp. 29–35.

Suminar, E. (2020) 'Simbol Dan Makna Sirih Pinang Pada Suku Atoni Pah Meto Di Timor Tengah Utara', *Jurnal Komunikasi dan Bisnis*, 8(1), pp. 55–62. doi: 10.46806/jkb.v8i1.648.

Supariasa (2016) *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: ECG.

Tutik and Ningsih, S. (2019) 'PEMERIKSAAN KESEHATAN HEMOGLOBIN DI POSYANDU LANJUT USIA (LANSIA) PEKON TULUNG AGUNG PUSKESMAS GADINGREJO PRINGSEWU', 2(1), pp. 22–26.

Widyaningrum, H. (2011) *kitab tanaman obat nusantara*.

Wijayanti, E. and Fitriani, U. (2019) 'Profil Konsumsi Zat Gizi Pada Wanita Usia Subur Anemia', *Media Gizi Mikro Indonesia*, 11(1), pp. 39–48. doi: 10.22435/mgmi.v11i1.2166.

World Health Organization (2015) *The Global Prevalence of anaemia in 2011*.

Yang, M.-S. *et al.* (2008) 'The effect of maternal betel quid exposure during pregnancy on adverse birth outcomes among aborigines in Taiwan', *Drug and alcohol dependence*, 95(1).