



Pengetahuan Berhubungan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul

Prasetya Lestari¹, Widardo², Sri Mulyani³

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alma Ata Yogyakarta

Jalan Ringroad Barat Daya No 1 Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta

^{2,3}Program Studi D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Abstrak

Upaya pencegahan anemia gizi dikalangan remaja masih rendah, terbukti dengan siswi SMA 2 Banguntapan yang konsumsi tablet Fe saat menstruasi masih sedikit. Sehingga diperlukan pengetahuan tablet Fe saat menstruasi lebih lanjut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri. Desain penelitian survey analitik secara cross sectional, sejumlah 64 responden dengan teknik total sampling. Instrumen berupa kuesioner pada pengetahuan tablet Fe dan checklist untuk mengetahui konsumsi tablet Fe. Teknik analisis data menggunakan fisher exact. Hasil penelitian menunjukkan hanya ada 8 responden (12,5%) konsumsi tablet Fe saat menstruasi dengan kategori pengetahuan cukup. Hasil analisis bivariat dengan fisher exact didapatkan nilai p-value=0,321 menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri.

Kata Kunci: *pengetahuan, konsumsi tablet Fe, menstruasi, remaja*

Knowledge Had No Relationship with The Consumption of Fe Tablets During Menstruation in Adolescent

Abstract

Preventing of nutritional anemia among adolescents is low, as evidenced by student a senior high school of 2 Banguntapan which Fe tablet consumption during menstruation is still low. So that is necessary knowledge of Fe tablet during menstruation further more. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and the consumption of Fe tablets during menstruation in adolescent. Analytical survey research design with cross sectional, a number of respondents was 64 with a total sampling technique. Instrument by questionnaire on knowledge and Fe tablet checklist to determine Fe tablet consumption. Techniques of data analysis using fisher exact. The results showed that there are only eight respondents (12.5%) whose consuming Fe tablet during menstruation with enough knowledge category. The results of bivariate analysis by fisher exact p-value=0.321 it's showed that there was no relationship between knowledge with the consumption of iron tablets during menstruation in adolescent.

Keywords: *knowledge, consumption Fe tablets, menstruation, adolescent*

Info Artikel:

Artikel dikirim pada 27 September 2015

Artikel diterima pada 27 September 2015

PENDAHULUAN

Remaja usia 15–19 tahun di Indonesia pada tahun 2010 sudah mencapai 20 juta jiwa. Jumlah remaja putri umur 15-19 tahun di Indonesia mencapai 11 juta jiwa. Sedangkan untuk lingkup Kabupaten Bantul jumlah remaja putri pada usia 15–19 tahun mencapai 45 ribu jiwa. Usia tersebut mendominasi komposisi penduduk Kabupaten Bantul.

Anemia akibat kekurangan zat gizi besi (Fe) merupakan salah satu masalah gizi utama di Asia termasuk di Indonesia. Pada anak usia sekolah, prevalensi anemia tertinggi ditemukan di Asia Tenggara dengan perkiraan sekitar 60% anak mengalami anemia. Pada remaja putri anemia disebabkan karena kurangnya asupan zat besi melalui makanan, kehilangan zat besi basal, banyaknya zat besi yang hilang pada saat menstruasi, penyakit malaria, dan infeksi-infeksi lain serta pengetahuan yang kurang tentang anemia gizi besi. Rata-rata darah yang keluar saat menstruasi 16-33,2 cc. Pada wanita yang lebih tua maupun wanita dengan anemia defisiensi zat besi jumlah darah haid yang dikeluarkan lebih banyak(1).

Setiap hari manusia kehilangan zat besi 0,6 mg yang diekskresi, khususnya melalui feses (tinja), remaja putri mengalami haid setiap bulan dengan kehilangan zat besi $\pm 1,3$ mg per hari, sehingga kebutuhan zat besi lebih banyak daripada pria. Bila asupan zat besi sebagai salah satu mikro nutrisi ini berkurang, tubuh kita akan mengalami penurunan kadar hemoglobin, yang kita sebut dengan anemia. Akibat berkurangnya jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin dalam sel darah merah tersebut, darah tidak dapat mengangkut oksigen dalam jumlah sesuai yang diperlukan tubuh. Oleh karena itu suplementasi zat besi saat menstruasi sangat diperlukan(2).

Kesadaran konsumsi tablet Fe saat menstruasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan, hal ini dikarena pengetahuan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi seseorang. Kesadaran remaja dalam upaya pencegahan anemia melalui konsumsi tablet Fe saat menstruasi masih rendah terbukti dengan survei anemia yang dilakukan pada 9 sekolah baik SMP maupun SMA di kabupaten Sleman Yogyakarta, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hanya 2,67% siswi mengonsumsi tablet besi ketika sedang haid(3).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMA N 2 Banguntapan terdapat 4 siswi dalam 1 kelas yang mengonsumsi tablet Fe, dengan tingkatan

pengetahuan yang berbeda-beda. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian analitik dengan metode survei melalui pendekatan *cross sectional* yang dilakukan di SMA N 2 Banguntapan Bantul dengan waktu penelitian bulan Februari-Agustus 2012. Pengambilan data dilakukan pada bulan Juni 2012 dengan populasi 64 siswi kelas XI di SMA N 2 Banguntapan Bantul. Teknik pengambilan sampel secara total sampling. Hal ini dikarenakan jumlah remaja putri kelas XI di SMA N 2 Banguntapan Bantul hanya berjumlah 64 siswi, dengan kriteria: siswi usia 16-18 tahun, sudah mengalami menstruasi, bersedia menjadi responden, hadir pada saat penelitian. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan dan checklist untuk mengetahui konsumsi Fe saat menstruasi. Instrumen penelitian sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data untuk mengetahui hubungan dengan menggunakan uji korelasi *fisher exact*.

HASIL DAN BAHASAN

Distribusi Frekuensi Umur Responden

Distribusi frekuensi umur responden di SMA N 2 Banguntapan Bantul dibagi atas: 16 tahun, 17 tahun, dan 18 tahun.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur Responden

Umur	f	%
16	15	23,4
17	47	73,4
18	2	3,1
Total	64	100

Sumber: Data Primer Tahun 2012

Berdasarkan hasil penelitian pada **Tabel 1**, umur responden didominasi oleh usia 17 tahun yaitu 73,4%, disusul usia 16 tahun sebesar 2,4% dan paling sedikit usia 18 tahun yakni hanya 3,1%.

Distribusi Sumber Informasi Tablet Fe

Distribusi frekuensi sumber informasi di SMA N 2 Banguntapan Bantul dibagi atas: Teman,

elektronika, nakes, keluarga, cetak, dan belum pernah.

Tabel 2. Sumber Informasi Tablet Fe

Sumber Info	f	%
Teman	7	10,9
Elektronika	26	40,6
Nakes	4	6
Keluarga	9	14
Cetak	11	17,1
Belum pernah	18	28,1

Sumber: Data Primer Tahun 2012

Berdasarkan **Tabel 2**, bahwa sebagian besar dari responden pernah mendapatkan informasi tablet Fe dari media elektronika 26 responden (40,6%) dan paling sedikit sumber informasi berasal dari tenaga kesehatan yaitu hanya 4 responden. Namun, pada kenyataannya masih terdapat responden yang belum pernah mendapatkan informasi tablet Fe yaitu 18 responden.

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Tablet Fe

Distribusi frekuensi sumber informasi di SMA N 2 Banguntapan Bantul dibagi atas: baik, cukup, dan kurang.

Tabel 3. Pengetahuan Responden Tentang Tablet Fe

Kategori Pengetahuan	f	%
Baik	8	12,5
Cukup	54	84,5
Kurang	2	3

Sumber: Data Primer Tahun 2012

Berdasarkan paparan data pada **Tabel 3** bisa dipaparkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan dengan kategori cukup yakni 54 responden (84,4%). Untuk kategori baik dan kurang persentase masing-masing sebagai berikut 2 responden (3,1%) dan 8 responden (12,5%).

Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Fe pada Responden

Distribusi frekuensi sumber informasi di SMA N 2 Banguntapan Bantul dibagi atas: tidak mengonsumsi dan mengonsumsi tablet Fe.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi

Konsumsi Tablet Fe	f	%
Tidak konsumsi	56	87,5
Konsumsi	8	12,5
Total	64	100

Sumber: Data Primer Tahun 2012

Berdasarkan **Tabel 4**, responden yang melakukan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada penelitian ini hanya berjumlah 8 responden (12,5%) dari total responden 64 siswi kelas XI.

Hubungan antara Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi

Hasil analisis antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi di SMA N 2 Banguntapan Bantul dapat dilihat pada **Tabel 5**.

Tabel 5. Tabel Silang Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi

Kategori Pengetahuan	Konsumsi tablet Fe	
	Ya	Tidak
Baik	0	2
Cukup	8	46
Kurang	0	8

Sumber: Data Primer Tahun 2012

Berdasarkan **Tabel 5** menggambarkan hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Berdasarkan tabel tersebut bahwa pada kategori pengetahuan baik dan kurang tidak ada responden yang mengonsumsi tablet Fe saat menstruasi, sedangkan untuk kategori pengetahuan cukup hanya ada 8 responden yang mengonsumsi tablet Fe.

Pengujian Hipotesis dan Analisa Data Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri

Hasil penelitian pengukuran pengetahuan mengenai tablet Fe pada remaja putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul menunjukkan sebagian besar mempunyai pengetahuan cukup yaitu 83,3%. Ini berarti sebagian besar dari responden pernah mendapatkan informasi mengenai tablet Fe. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa sebagian besar responden pernah mendapatkan informasi

tablet Fe dari media elektronika yaitu sebesar 26 responden. Untuk kategori pengetahuan baik hanya ada 2 responden dari 64 responden (3,1%) sedangkan kategori pengetahuan kurang berjumlah 8 responden (12,5%). Hal tersebut sesuai dengan teori dalam Sukmadinata bahwa melalui berbagai media masa baik cetak maupun elektronik, berbagai informasi dapat diterima oleh masyarakat sehingga seseorang yang lebih sering terpapar media massa akan memperoleh informasi lebih banyak jika dibandingkan dengan orang yang tidak pernah terpapar informasi media(4).

Pada penelitian ini masih terdapat responden dengan kategori pengetahuan kurang. Faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pengetahuan remaja putri tentang tablet Fe antara lain kurangnya informasi yang didapat oleh responden baik dari tenaga kesehatan, media masa, media elektronika maupun dari pihak keluarga, serta kemampuan dari responden untuk memahami informasi yang diberikan(5). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa masih terdapat 18 responden yang mengaku belum pernah mendapatkan informasi mengenai tablet Fe.

Selain hal tersebut pengetahuan kurang pada responden dikarenakan kurangnya pemberian informasi dari pihak puskesmas setempat yang bekerjasama dengan pihak sekolah melalui program UKS. Tidak adanya program pengenalan melalui pemberian informasi dan penyuluhan tablet Fe sebagai suplementasi gizi remaja di sekolah tersebut bisa jadi sebagai faktor kurangnya pengetahuan mengenai tablet Fe. Kurangnya kegiatan pemberian informasi yang bekerjasama dengan pihak sekolah menyebabkan pengetahuan dan kesadaran siswi mengenai tablet Fe menjadi minim, sehingga banyak siswi yang belum melakukan konsumsi tablet Fe saat menstruasi.

Konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul berjumlah 8 responden (12,5%) dari 64 remaja putri kelas XI. Jumlah responden yang mengkonsumsi tablet Fe sebagai suplemen saat menstruasi tidak terlepas dari informasi, pengetahuan dan kesadaran dari remaja putri itu sendiri. Hal ini didukung oleh penelitian oleh Suharto terhadap siswi SLTP dan SLTA di kabupaten Sleman DIY, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hanya 2,67% siswi mengkonsumsi tablet besi ketika sedang haid(3).

Uji analisis dengan *fisher exact* untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara

pengetahuan dan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri. Hasil uji *fisher exact* menunjukkan $p\text{-value}=0,321$, artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri. Pada hasil analisis hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe pada penelitian ini tidak ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut. Kategori pengetahuan baik, tidak terdapat responden yang melakukan konsumsi tablet Fe saat menstruasi, sedangkan responden yang mengkonsumsi tablet Fe dengan kategori pengetahuan cukup berjumlah 8 siswi.

Hasil tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Dian terhadap 70 siswi di SMA Negeri 1 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes yang menunjukkan hasil tidak ada hubungan secara signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia ($p\text{-value}=0,416$) dan tingkat konsumsi zat besi ($p\text{-value}=0,592$)(6).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Fikawati bahwa ada perbedaan upaya pencegahan anemia melalui konsumsi suplemen tambah darah antara mahasiswa pendidikan gizi dan mahasiswa non pendidikan gizi. Hasil penelitian Nadimin menunjukkan bahwa tingkat pendidikan dan pengetahuan berpengaruh terhadap upaya pencegahan anemia melalui konsumsi suplemen tambah darah. Perbedaan responden antara penelitian ini dengan penelitian Nadimin yang menggunakan mahasiswa pendidikan gizi, tentu mereka telah mendapatkan materi gizi yang lebih mendalam bila dibandingkan dengan siswi SMA ataupun mahasiswa non pendidikan gizi. Faktor yang mempengaruhi konsumsi bukan hanya pengetahuan saja melainkan masih ada faktor yang mempengaruhinya, seperti halnya pengalaman individu, faktor yang berasal dari dalam diri manusia itu sendiri, seperti emosi/kejiwaan yang memiliki sifat kebiasaan, body image, pemilihan dan arti makanan(7).

Konsumsi yang merupakan salah satu bentuk perilaku yang sangat erat dipengaruhi oleh pengetahuan, namun sebelum orang berperilaku ada proses adopsi yang melandasi perilaku seseorang. Salah satu proses adopsi perilaku yaitu trial (mencoba), pada tahap ini orang telah mencoba perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, sikap terhadap stimulus. Apabila pada tahap trial ini seseorang mempunyai pengetahuan

tetapi tidak ada kesadaran dalam bertindak berarti proses adopsi perilaku tidak berhasil(5).

Perilaku (konsumsi tablet Fe) tidak hanya dipengaruhi oleh faktor intern yang meliputi pengetahuan, tetapi dipengaruhi oleh faktor ekstern antara lain lingkungan serta faktor intern lainnya yaitu kecerdasan, persepsi, emosi, motivasi yang berfungsi untuk mengolah rangsangan dari luar. Sehingga dapat dijelaskan jika pada kategori pengetahuan baik maupun cukup terdapat siswi yang tidak mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi bisa saja dikarenakan karena motivasi dan kesadaran yang rendah sehingga kemampuannya dalam mengolah rangsangan dari luar juga rendah(5).

Selain dipengaruhi oleh faktor perilaku dan pengetahuan, konsumsi tablet Fe pada remaja juga dipengaruhi oleh kurangnya minat untuk mengkonsumsi tablet Fe sebagai suplemen penambah darah saat menstruasi. Hal ini disebabkan karena individu merasa tidak sakit dan tidak memerlukan suplementasi, efek samping yang biasa ditimbulkan dari preparat tablet Fe, dan kurang diterimanya rasa dan warna pada tablet Fe. Banyaknya fortifikasi makanan yang banyak mengandung zat besi juga sebagai salah satu pemicu rendahnya konsumsi tablet Fe pada remaja(8).

Beberapa keterbatasan penelitian ini antara lain adanya variabel-variabel luar yang mempengaruhi konsumsi tablet Fe belum dikendalikan dengan baik oleh peneliti, seperti alasan penggunaan tablet Fe pada responden, peran orangtua, kesadaran, minat, emosi/kejiwaan yang memiliki sifat kebiasaan, *body image*, ketersediaan tablet Fe, pengalaman individu serta sosial ekonomi. Namun peneliti berharap dengan pengetahuan yang cukup akan meningkatkan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan yang didapat dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul.

Untuk institusi sekolah diharapkan diharapkan dapat meningkatkan peran dan fungsi UKS dengan membuat program-program penyuluhan oleh tenaga kesehatan, untuk meningkatkan pengetahuan siswi terhadap tablet Fe sehingga bisa berperilaku konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Kerjasama pihak sekolah dengan dinas kesehatan terdekat melalui program UKS untuk mensosialisasikan dan merealisasikan pemberian suplementasi tablet Fe pada remaja putri saat menstruasi. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan meneliti lebih lanjut mengenai pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe dengan menambahkan penilaian kecukupan asupan zat besi individu melalui *food recall*, dengan metode penelitian secara preeksperimen atau kualitatif untuk meneliti faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap konsumsi tablet Fe pada remaja.

RUJUKAN

1. Wiknjastro. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2010.
2. Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKM Universitas Indonesia. Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Raja Grafindo Persada; 2011.
3. Suharto. Survei Anemia di Kabupaten Sleman Yogyakarta. Persagi Yogyakarta [internet]. 2008 [cited 2012 Feb 19]. Available from: <http://persagijogja.wordpress.com/2008/01/23/survei-anemia-pada-remaja-putri-di-kabupaten-sleman/>.
4. Sukmadinata. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2003.
5. Notoatmodjo S. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
6. Dian G. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja Putri di SMA N 1 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes tahun 2007. Universitas Negeri Semarang; 2007
7. Fikawati, dkk. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Asupan Kalsium pada remaja di Kota Bandung. *Universa Medicina* Edisi Januari-Maret. 2005;24(1) [cited 2012 Jul 15]. Available from: www.univmed.org
8. Arisman MB. Gizi dalam Daur Kehidupan dalam Buku Ajar Ilmu Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2010.