

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KONSUMSI TABLET Fe SAAT
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 2 BANGUNTAPAN
BANTUL**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Saint Terapan



Disusun Oleh
PRASETYA LESTARI
NIM R1111029

**PROGRAM STUDI D IV BIDAN PENDIDIK FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
2012**

HALAMAN VALIDASI

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KONSUMSI TABLET Fe SAAT
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 2 BANGUNTAPAN
BANTUL**

Prasetya Lestari

R1111029

Telah Disetujui Oleh Pembimbing Untuk Diuji di Hadapan Tim Penguji

Pada Tanggal :

Pembimbing I



Drs. Widardo, M.Sc

NIP: 196312161990031002

Pembimbing II



Sri Mulyani, S.Kep.Ns.,M.Kes.

NIP: 196702141993032001

HALAMAN PENGESAHAN**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KONSUMSI TABLET Fe SAAT
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 2 BANGUNTAPAN
BANTUL**

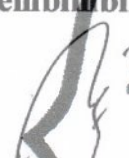
Prasetya Lestari
R1111029

Telah Dipertahankan dan Disetujui Dihadapan Tim Penguji KTI
Mahasiswa D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran UNS

Pada Tanggal 13 Agustus 2012

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. Widardo, M.Sc
NIP: 196312161990031002


Sri Mulyani, S.Kep.Ns., M.Kes.
NIP: 196702141993032001


Ketua Penguji

Sekretaris


Endang Listyaningsih S, dr. M.Kes
NIP: 196408101998022001


Ropitasari, S.SiT., M.Kes

Ketua Tim Karya Tulis Ilmiah


Erindra Budi C, S.Kep.Ns., M.Kes.
NIP : 197802202005011001

Mengesahkan

Ketua Program Studi D IV Bidan Pendidik FK UNS




H. Tri Budi Wiryanto, dr. Sp. OG (K)
NIP: 19510421 1980111 002

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Prasetya Lestari
NIM : R 1111029
Judul KTI : Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe
Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMA N 2
Banguntapan Bantul

Program Studi : Diploma IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran UNS

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya susun adalah benar karya saya. Saya bertanggung jawab secara penuh apabila dikemudian hari terdapat tuntutan yang meragukan keaslian Karya Tulis Ilmiah yang saya susun. Dan apabila terbukti benar saya melakukan plagiatisme (praktik penjiplakan), maka saya siap menerima seluruh konsekuensi termasuk pencabutan status saya sebagai mahasiswa dan atau pembatalan ijazah oleh institusi apabila terdapat tuntutan yang dapat mengakibatkan rusaknya nama institusi di masyarakat.

Demikian surat keterangan ini saya buat tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 31 Juli 2012

Penulis,



(Prasetya Lestari)
Nama jelas dan tanda tangan

NB : Lembar ini harap dikumpulkan sebelum pelaksanaan ujian laporan.

ABSTRAK

Prasetya Lestari, R1111029. Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA N 2 Banguntapan Bantul

Latar Belakang : 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.

Metode Penelitian : Desain penelitian *survey analitik* secara *crossecsional*, 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 : Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berpengetahuan cukup yaitu 54 responden (84,4%). Kategori pengetahuan kurang 8 responden (12,5%) dan pengetahuan baik 2 responden (3,2%). Hanya ada 8 responden (12,5%) konsumsi tablet Fe saat menstruasi dengan kategori pengetahuan cukup. Hasil analisis bivariat dengan *Fisher Exact* didapatkan nilai $p = 0,321$.

Simpulan : Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri.

Kata kunci : Pengetahuan, Konsumsi Tablet Fe Menstruasi, Remaja

ABSTRACT

Prasetya Lestari. R1111029. The Relationship Between Knowledge And Fe Tablets Consumption During Menstrual Period To Female Adolescent In Senior High School of 2 Banguntapan Bantul.

Background : 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 to determine the relationship between knowledge with the consumption of Fe tablets during menstruation in adolescent.

Research design : Analytical survey research design with crossectional, a number of respondents was 64 with a total sampling technique. Instrument in the form of a questionnaire on knowledge and Fe tablet Checklist to determine Fe tablet consumption. Techniques of data analysis using Fisher Exact.

Result : The results showed the majority of respondents knowledgeable enough are 54 respondents (84.4%). Lack of knowledge Categories are 8 respondents (12.5%) and good knowledge are two respondents (3.2%). 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

Conclusion : The conclusions of this study that there is no relationship between knowledge with the consumption of iron tablets during menstruation in young women.

Key words: Knowledge, Consumption Fe Tablets Menstruation, Adolescent

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KONSUMSI TABLET FE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 2 BANGUNTAPAN BANTUL” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Saint Terapan Program Studi D IV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta Tahun 2012. Perlu disadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak dapat selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. H. Tri Budi Wiryanto, dr. Sp. OG(K) selaku ketua Program Studi Diploma IV Kebidanan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Drs. Widardo, M.Sc. selaku dosen pembimbing utama.
3. Sri Mulyani, S.Kep.Ns.M.Kes. selaku dosen pembimbing pendamping.
4. Kepala SMA N 2 Banguntapan Bantul yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
5. Seluruh staf serta karyawan Prodi Kebidanan FK Universitas Sebelas Maret Surakarta
6. Orangtua dan teman-teman serta berbagai pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga dengan rendah hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak.

Surakarta, Agustus 2012

Penulis

commit to user

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN VALIDASI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR DIAGRAM.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA KONSEP	
A. Tinjauan Teori	
1. Konsumsi	5
2. Menstruasi	8
3. Tablet Fe	9
4. Pengetahuan	12
B. Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe saat Menstruasi.....	16
C. Kerangka Konsep	18
D. Hipotesis.....	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19

C. Populasi Penelitian	20
D. Sampel dan Teknik Sampling	20
E. Kriteria Restriksi	20
F. Definisi Operasional.....	21
G. Instrument Penelitian	21
H. Posedur Penelitian.....	25
I. Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum	29
B. Deskripsi Hasil Penelitian	29
C. Analisis Bivariat.....	32
BAB V PEMBAHASAN	
A. Univariat	34
B. Bivariat	38
C. Keterbatasan Penelitian.....	40
BAB VI PENUTUP	
A. Simpulan	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN-LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	21
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuisisioner Pengetahuan Tablet Fe	22
Tabel 3.3 Kriteria Score Jawaban Kuisisioner.....	22
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Cheklist Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi.....	23
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Umur Responden	29
Tabel 4.2 Tabel Silang Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi	31



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Konsep Penelitian.....	18
--	----



DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1 Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Tablet Fe.....	30
Diagram 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tablet Fe.....	30
Diagram 4.2 Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Fe.....	31



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : *Time Schedule* Penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Kesediaan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Lembar Kuisioner Tentang Pengetahuan Tablet Fe
- Lampiran 4 : Kunci Jawaban Kuisioner
- Lampiran 5 : *Checklist* Konsumsi Tablet Fe
- Lampiran 6 : Tabulasi Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7 : Hasil Uji Validitas Instrumen
- Lampiran 8 : Reliabilitas Instrumen
- Lampiran 9 : Data Hasil Penelitian
- Lampiran 10 : Hasil Uji Analisis *Chi-Square* dengan Tabel Kontingensi 3x2
- Lampiran 11 : Hasil uji analisis *Chi-Square* dan *Fisher Exact* dengan tabel kontingensi 2x2
- Lampiran 12 : Surat Ijin Uji Coba Instrumen
- Lampiran 13 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 14 : Surat Bukti Sudah Penelitian
- Lampiran 15 : Lembar Bimbingan Konsultasi Karya Tulis Ilmiah

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak – anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan baik fisiologi maupun psikologi. Perubahan fisiologi diantaranya ditandai dengan berfungsinya organ reproduksi seperti menstruasi (Depkes RI. 2005)

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. (BPS Bantul. 2010, DEPKES RI. 2010)

Jumlah remaja yang begitu banyak, tentu akan menimbulkan berbagai permasalahan diantaranya permasalahan gizi remaja. Masalah gizi pada remaja masih terabaikan, hal ini disebabkan karena masih banyaknya faktor-faktor yang belum diketahui, padahal remaja merupakan sumber daya manusia Indonesia yang harus dilindungi karena potensinya yang sangat besar dalam upaya pembangunan kualitas bangsa serta sebagai titik penentu reproduksi generasi baru. (WHO. 2003)

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. Data dari Depkes (2009) di mana didapatkan penderita anemia pada remaja putri berjumlah 33,7%. Laporan berbagai studi di Indonesia memperlihatkan masih tingginya prevalensi anemia gizi pada remaja putri yang berkisar antara 20-50%. Survei yang dilakukan di Jakarta dan Yogyakarta melaporkan prevalensi anemia pada remaja sebesar 21,1%. (Fikawati. 2005)

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 (Mahfoedz. 2009). Rata – rata darah yang keluar saat menstruasi 16 cc - 33,2 cc. Pada wanita yang lebih tua maupun wanita dengan anemia defisiensi zat besi jumlah darah haid yang dikeluarkan lebih banyak. (Wiknjosastro. 2010)

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 (Mahfoedz. 2009, Departemen Gizi. 2011)

Faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan dan kesadaran dalam mencukupi kebutuhan zat gizi individu. Pengetahuan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan, penggunaan suplementasi tablet Fe saat menstruasi dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi individu yang bersangkutan termasuk status anemia. (Khumaidi, 2009, Departemen Gizi FKM UI, 2011)

Upaya penanggulangan masalah anemia pada remaja berkaitan dengan faktor-faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya anemia, antara lain yaitu saat menstruasi mengonsumsi tablet Fe untuk menggantikan zat besi yang hilang bersama darah haid. (Khumaidi, 2009)

Efektifitas penggunaan tablet Fe sebagai pencegahan anemia sudah banyak dilakukan penelitian diantaranya, penelitian Devi (2010) tentang efektifitas pemberian suplemen besi saat menstruasi terhadap kadar hemoglobin remaja, yang membuktikan bahwa pemberian suplemen besi dengan dosis 1 tablet sebanyak satu kali sehari selama 3 bulan selama siklus menstruasi dapat meningkatkan kadar hemoglobin darah pada remaja putri anemia.

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 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. (Suharto, 2008)

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dibuat suatu rumusan masalah “adakah hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan dan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul.

2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengetahuan tentang tablet Fe pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul.
2. Mengetahui konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul.

D. Manfaat penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat dalam pentingnya konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri, sebagai upaya mencegah terjadinya anemia pada remaja. Sehingga tercipta generasi muda yang sehat guna mempersiapkan kelahiran generasi baru yang sehat pula.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia atau KBBI (1991), kata konsumsi memiliki dua arti, yaitu arti pertama adalah pemakaian barang-barang hasil produksi, dan arti kedua adalah barang-barang yang langsung memenuhi keperluan hidup manusia. Mengonsumsi suatu barang berarti bertujuan mengurangi atau menghabiskan daya guna barang tersebut, baik berupa benda maupun jasa, untuk memenuhi kebutuhan dan kepuasan secara langsung. Dapat disimpulkan bahwa konsumsi tablet Fe merupakan usaha pemakaian produk tablet Fe untuk memenuhi kebutuhan dan kepuasan hidup individu.

Zat besi (Fe) merupakan bagian penting dari hemoglobin, mioglobin, dan enzim, namun zat gizi ini tergolong esensial sehingga harus di suplai dari makanan. Simpanan Fe di dalam tubuh sangat diperlukan terutama pada wanita untuk menjaga keseimbangan pada saat konsumsi Fe. Simpanan rata – rata Fe pada wanita sebesar 300mg, sedangkan pada laki – laki sebesar 1000 mg. Kehilangan Fe per hari 1 mg, namun pada wanita kehilangan bisa mencapai dua kali lipat disebabkan oleh menstruasi (Gizi FKM UI, 2011)

Kebutuhan zat besi pada remaja putri menurut FAO/WHO (2001) meliputi pertumbuhan remaja pada keadaan fisiologis untuk tumbuh adalah 0,55 mg/hari dengan asumsi kehilangan basal 0,65 mg, dan menstruasi 0,48 mg, sehingga kebutuhan zat besi sekitar 1,68 mg/hari. Jika diperkirakan bioavailabilitas sebesar 5-10% maka diperlukan 17-34 mg/hari. Untuk kebutuhan remaja putri di Indonesia usia 10-12 tahun direkomendasikan sebesar 20 mg/hari dan usia 13-19 tahun sebesar 26 mg/hari berdasarkan pada tingkat bioavailabilitas sekitar 10% (Kartono & Soekarti 2004).

Konsumsi zat gizi seperti zat besi (Fe) seseorang menurut Departemen Gizi FKM UI (2011) dipengaruhi oleh beberapa faktor. Adapun faktor tersebut antara lain:

- a. Faktor eksternal, merupakan faktor yang berasal dari luar manusia seperti halnya ketersediaan pangan di alam, peran orang tua, pengetahuan, pengalaman individu.
- b. Faktor internal, merupakan faktor yang berasal dari dalam diri manusia itu sendiri, seperti emosi/kejiwaan yang memiliki sifat kebiasaan, body image, pemilihan dan arti makanan.
- c. Sosial ekonomi dan politik meliputi kemampuan membeli bahan makanan, ketersediaan pangan, produksi dan sistem distribusi makanan.

Metode pengukuran konsumsi zat besi dalam makanan pada Arisman (2010) terbagi menjadi beberapa metode berdasarkan sasaran pengamatan atau pengguna di tingkat individu atau perorangan antara lain:

commit to user

a. Metode *Recall* 24 Jam

Prinsip dari metode *recall* 24 jam, dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu.

b. Metode *Estimated Food Records*

Metode ini disebut juga *food records* atau *diary records*, yang digunakan untuk mencatat jumlah yang dikonsumsi.

c. Metode Penimbangan Makanan (*Food Weighing*)

Pada metode penimbangan makanan responden atau petugas menimbang dan mencatat seluruh makanan yang dikonsumsi responden selama satu hari.

d. Metode *Dietary History*

Metode ini bersifat kualitatif karena memberikan gambaran pola konsumsi berdasarkan pengamatan dalam waktu yang cukup lama (bisa 1 minggu, 1 bulan, 1 tahun).

e. Metode Frekuensi Makanan (*Food Frequency*)

Metode frekuensi makanan adalah metode untuk memperoleh data tentang frekuensi konsumsi sejumlah bahan makanan atau makanan jadi selama periode tertentu seperti hari, minggu, bulan atau tahun.

Dengan menggunakan metode frekuensi makanan, maka dapat diperoleh gambaran konsumsi bahan makanan secara kualitatif, tetapi karena periode pengamatannya lebih lama dan dapat membedakan individu berdasarkan ranking tingkat konsumsi zat gizi, maka cara ini

paling sering digunakan dalam epidemiologi gizi. Kuesioner frekuensi makanan memuat tentang daftar bahan makanan atau makanan dan frekuensi penggunaan makanan tersebut pada periode tertentu. Bahan makanan yang ada dalam daftar kuesioner tersebut adalah yang di konsumsi dalam frekuensi yang cukup sering oleh responden Supriasa (2010).

2. Menstruasi

Menstruasi merupakan perdarahan periodik dan siklik berasal dari uterus yang bersifat fisiologi disertai pelepasan endometrium yang terjadi pada wanita usia reproduktif. Menstruasi juga didefinisikan sebagai perdarahan periodik dari uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus (Wiknjosastro, 2010, Bobak, 2004).

Jumlah darah yang dikeluarkan saat menstruasi rata – rata 50-80 cc dan kehilangan zat besi sebesar 0-40 mg. Dalam pedoman penanggulangan anemia gizi untuk remaja putri, pengeluaran darah saat menstruasi menyebabkan wanita membutuhkan zat besi tiga kali lebih banyak dari pria sehingga kejadian anemia pada remaja putri lebih tinggi di bandingkan dengan laki-laki. (Feriani, 2004).

Remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makan dan melakukan pantangan terhadap banyak makanan (Arisman, 2010). Remaja putri membutuhkan zat besi sebanyak 26 mg/hari, sedangkan laki-laki hanya 13

mg/hari. Remaja putri cenderung lebih sedikit mengonsumsi sumber zat besi dan mengalami menstruasi sehingga membutuhkan lebih banyak zat besi, karena zat besi yang hilang dari tubuh saat menstruasi juga banyak. Oleh karena itu, apabila kebutuhan zat besi tidak dapat dipenuhi maka kemungkinan terjadinya anemia gizi besi cukup besar (Tarwoto, 2007).

Menstruasi membutuhkan asupan zat gizi yang lebih terutama asupan zat besi, untuk menggantikan zat besi yang hilang bersama darah haid. Asupan zat besi dapat ditingkatkan melalui konsumsi makanan yang memfasilitasi penyerapan besi (hewani). Hal ini zat besi non heme (nabati) lebih sulit diabsorpsi, hanya 1-7 persen sedangkan zat besi hewani 20 – 30 persen. Namun apabila konsumsi zat besi hewani tidak tercukupi remaja putri sangat rentan terhadap anemia, sehingga diperlukan suplemen tablet Fe sebagai tindakan pencegahan anemia. Tablet Fe saat menstruasi sangat bermanfaat dalam meningkatkan hemoglobin darah yang berperan penting dalam pengikatan oksigen (Gizi FKM UI. 2011).

3. Tablet besi (Fe)

Merupakan tablet untuk suplementasi penanggulangan anemia gizi yang mengandung Fero sulfat 200 mg atau setara 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat (Jordan. 2004). Preparat tablet zat besi terdiri dari tiga komponen yaitu :

- a. Sulfas ferosus/fero sulfat (kering), kandungan zat besi 30 %
- b. Fero fumarat, kandungan zat besi 33% dan memberikan efek samping yang lebih sedikit.

- c. Fero glukonas, kandungn zat besi hanya sedikit yaitu 11,5% dan akibatnya lebih sedikit menimbulkan efek gastrointestinal.

Absorbsi zat besi di dalam tubuh akan mengalami peningkatan jika terdapat asam di dalam lambung. Keberadaan asam ini dapat ditingkatkan dengan minum tablet zat besi dengan makan daging, ikan, vitamin C 200 mg atau jus jeruk, yang akan menstimulasi produksi asam lambung. Zat besi disimpan dalam hepar, lien dan sumsum tulang. Sekitar 70% zat besi yang ada di dalam tubuh berada dalam hemoglobin dan tiga persennya dalam mioglobin (simpanan oksigen intramuskuler) (Jordan. 2004).

Tablet Fe akan efektif sebagai salah satu perbaikan gizi, apabila diminum sesuai dengan aturan pakai. Adapun Aturan pemakaian tablet Fe sebagai berikut (Gizi Depkes RI. 2005):

- a. Minum satu Tablet Tambah Darah (TTD) seminggu sekali dan dianjurkan minum 1 tablet setiap hari selama haid.
- b. Untuk ibu hamil, minum satu Tablet Tambah Darah setiap hari paling sedikit selama 90 hari masa kehamilan dan 40 hari setelah melahirkan.
- c. Minum Tablet Tambah Darah dengan air putih, jangan minum dengan teh, susu atau kopi karena dapat menurunkan penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga manfaatnya menjadi berkurang.
- d. Efek samping yang ditimbulkan gejala ringan yang tidak membahayakan seperti perut terasa tidak enak, mual-mual, susah buang air besar dan tinja berwarna hitam.

- e. Untuk mengurangi gejala sampingan, minum TTD setelah makan malam, menjelang tidur. Akan lebih baik bila setelah minum TTD disertai makan buah-buahan seperti : pisang, pepaya, jeruk, dll.
- f. Penyimpanan TTD yaitu tempat yang kering, terhindar dari sinar matahari langsung, jauh dari jangkauan anak, dan setelah dibuka harus ditutup kembali dengan rapat. TTD yang telah berubah warna sebaiknya tidak diminum (warna asli : merah darah).
- g. Tablet Tambah Darah tidak menyebabkan tekanan darah tinggi atau kebanyakan darah.

Manfaat tablet Fe sebagai berikut ini :

- a. Pengganti zat besi yang hilang bersama darah pada wanita haid.
- b. Wanita mengalami hamil, menyusui, sehingga kebutuhan zat besinya sangat tinggi yang perlu dipersiapkan sedini mungkin semenjak remaja.
- c. Mengobati wanita dan remaja putri yang menderita anemia.
- d. Meningkatkan kemampuan belajar, kemampuan kerja dan kualitas sumber daya manusia serta generasi penerus.
- e. Meningkatkan status gizi dan kesehatan Remaja Putri dan Wanita.

(Depkes RI. 2005)

Peningkatan absorpsi zat besi dapat menambah intensitas efek samping, menurut Hardjosaputro (2008) efek samping tablet Fe antara lain :

- a. Mual muntah, derajat mual yang ditimbulkan oleh setiap preparat bergantung pada jumlah elemen zat besi yang diserap.
- b. Nyeri ulu hati

- c. Kram lambung
- d. Konstipasi ataupun diare
- e. Warna hitam pada feses

4. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan panca inderanya. Pengetahuan juga diartikan sebagai hasil mengingat suatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak disengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu (Mubarok, 2007).

Menurut Taufik (2007), pengetahuan merupakan penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan lain sebagainya).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2007).

Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan kesan dalam pikiran manusia yang merupakan hasil penginderaan terhadap obyek tertentu. Dalam penelitian ini yang dimaksudkan dengan pengetahuan merupakan kesan dalam pikiran manusia sebagai hasil penginderaan terhadap tablet Fe.

Proses seseorang dalam mengetahui dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Sukmadinata (2003) faktor yang mempengaruhi pengetahuan dikelompokkan menjadi dua yaitu :

A. Faktor Internal

1) Jasmani

Faktor jasmani diantaranya adalah kesehatan indera seseorang.

2) Rohani

Faktor rohani meliputi kesehatan psikis, intelektual, psikomotor, afektif, dan kognitif seseorang.

B. Faktor Eksternal

1) Pendidikan

Tingkat pendidikan akan berpengaruh dalam memberi respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Orang yang berpendidikan tinggi akan memberi respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang, akan berfikir sejauh mana keuntungan yang mungkin akan mereka peroleh dari gagasan tersebut.

2) Paparan media masa

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. Hal ini berarti paparan media mempengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang.

3) Ekonomi

Dalam memenuhi kebutuhan pokok maupun kebutuhan sekunder, keluarga dengan status ekonomi baik akan mudah tercukupi dibanding keluarga dengan status ekonomi yang lebih rendah. Hal ini akan mempengaruhi pemenuhan kebutuhan akan informasi pengetahuan yang termasuk kebutuhan sekunder.

4) Hubungan Sosial

Manusia adalah makhluk sosial, sehingga dalam kehidupan saling berinteraksi antara satu dengan yang lain. Individu yang dapat berinteraksi secara kontinyu akan lebih besar terpapar informasi, sementara faktor hubungan sosial juga mempengaruhi kemampuan individu sebagai komunikan untuk menerima pesan menurut model komunikasi media.

5) Pengalaman

Pengalaman seseorang tentang berbagai hal dapat diperoleh dari lingkungan kehidupan dalam proses perkembangannya, dengan pengalaman inilah informasi tentang suatu hal dapat diperoleh dengan mudah.

Berdasarkan pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Menurut Rogers dalam Notoatmodjo (2007) sebelum orang mengadopsi perilaku baru di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan yaitu

commit to user

5. Awareness (kesadaran) dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (obyek)
6. Interest (merasa tertarik), dimana orang mulai tertarik terhadap stimulus.
7. Evaluation yaitu mempertimbangkan stimulus yang diterima.
8. Trial (mencoba), dimana orang telah mencoba perilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, sikap terhadap stimulus.

Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu:

a. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkatan ini adalah mengingat kembali (recall) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

b. Memahami (comprehension)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

c. Aplikasi (application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya).

d. Analisis (analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian – bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

f. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek.

Pengukuran pengetahuan seseorang melalui alat bantu berupa kuesioner, cara menilainya dengan rumus :

$$\frac{\text{jumlah jawaban benar}}{\text{jumlah total soal}} \times 100\%$$

Interpretasi hasil skor pengetahuan menurut Wawan & Dewi (2010) dikategorikan sebagai berikut :

Pengetahuan Baik : 76-100% pertanyaan dijawab benar

Pengetahuan Cukup : 56-75% pertanyaan dijawab benar

Pengetahuan Kurang : < 56% pertanyaan dijawab benar.

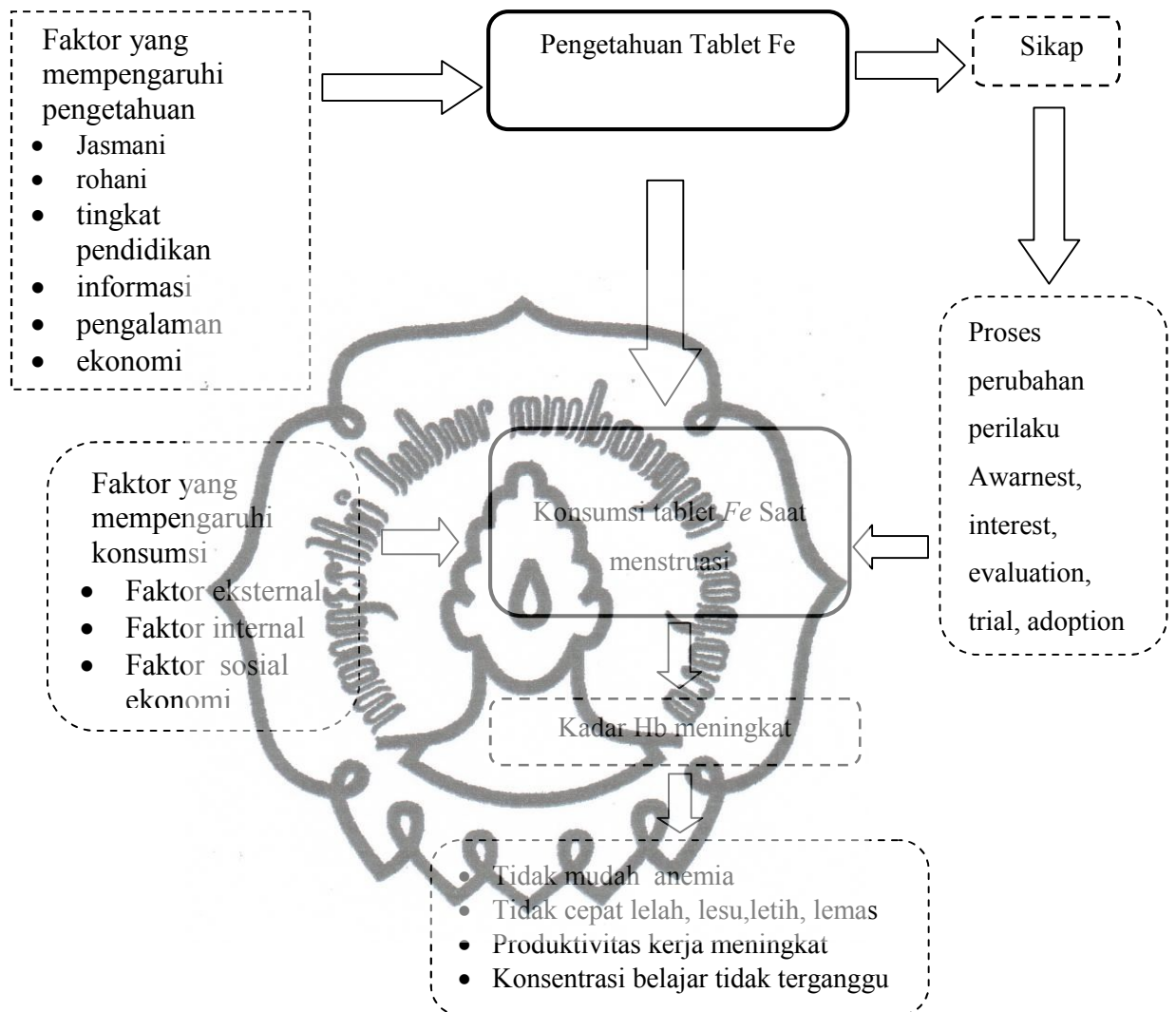
B. Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi

Pendidikan kurang akan berpengaruh terhadap pengetahuan yang merupakan salah satu faktor yang mendasari penyebab gizi kurang.

Pendidikan rendah akan menyebabkan seseorang kesulitan dalam mendapatkan pekerjaan yang layak. Hal ini akan menyebabkan rendahnya penghasilan seseorang yang akan berakibat pula terhadap rendahnya seseorang menyiapkan makanan (konsumsi tablet Fe) baik secara kualitas maupun kuantitasnya yang dikonsumsi sehari – hari (Supriasa. 2010).

Peningkatan pengetahuan bisa melalui pemberian informasi – informasi kesehatan. Dengan pengetahuan – pengetahuan itu akan menimbulkan kesadaran dan akhirnya menyebabkan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng karena di dasari oleh kesadaran mereka sendiri. Perilaku yang dimaksud dalam penelitian adalah konsumsi tablet fe saat menstruasi. Pengetahuan mengenai pentingnya tablet Fe sebagai suplementasi saat menstruasi akan menumbuhkan kesadaran seseorang untuk berperilaku dalam konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Seperti halnya penelitian Nadimin bahwa terdapat perbedaan antara pengetahuan anemia dengan upaya pencegahan melalui konsumsi suplemen dan multivitamin pada mahasiswa putri. Mahasiswa pendidikan gizi melakukan upaya pencegahan anemia lebih baik daripada mahasiswa non pendidikan gizi. (Notoadmodjo. 2007, Departemen Gizi Dan Kesehatan Masyarakat. 2011, Nadimin. 2011).

C. Kerangka Konseptual



Keterangan :

- : variabel dalam penelitian
 : variabel luar penelitian

Gambar 1. Kerangka Konsep Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul

D. Hipotesis

Ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet *Fe* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Jenis penelitian ini analitik dengan metode survei melalui pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek dengan cara pendekatan, observasi, dan pengumpulan data pada suatu saat itu. Pengumpulan data antara variabel terikat dan bebas dalam satu waktu. Responden diberi lembar kuesioner yang berisi pengetahuan dan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada satu waktu.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilakukan di SMAN 2 Banguntapan Bantul. Pengambilan lokasi penelitian dengan berdasarkan alasan bahwa SMA N 2 Banguntapan merupakan SMA perbatasan antara wilayah kota madya dengan kabupaten, dengan demikian siswa berasal dari berbagai wilayah dengan berbagai karakteristik dan sosial demografi yang berbeda. Adanya keberagaman latar belakang siswa akan berpengaruh terhadap pendidikan, pengetahuan dan informasi. Selain hal tersebut SMA N 2 Banguntapan termasuk SMA perbatasan dengan karakteristik siswa dengan nilai prestasi akademik di atas rata – rata. Saat studi pendahuluan di 1 kelas terdapat 4 siswi yang mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi.

2. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari-Agustus 2012. Dari mulai pengajuan judul, penyusunan proposal, pelaksanaan penelitian sampai dengan penyusunan karya tulis ilmiah. Untuk pengambilan data dilakukan pada bulan Juni. Pada bulan tersebut siswa masih ada kegiatan belajar mengajar di sekolah, sehingga dengan harapan bisa bertemu langsung dengan responden.

C. Populasi Penelitian

1. Populasi Target

Populasi target seluruh remaja putri kelas XI-SMA di Kabupaten Bantul.

2. Populasi Aktual

Populasi aktual siswi kelas XI di SMAN 2 Banguntapan Bantul yang berjumlah 64 siswa.

D. Sampel dan Teknik Sampling

Metode pengambilan sampel secara *total sampling* hal ini dikarenakan jumlah populasi siswi kelas XI di SMA N 2 Banguntapan hanya berjumlah 64 orang.

Pada saat penelitian seluruh siswi hadir dan bersedia menjadi responden.

E. Kriteria Restriksi

Kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Siswi usia 16-18 tahun
- b. Sudah mengalami menstruasi
- c. Bersedia menjadi responden
- d. Hadir pada saat penelitian

Kriteria eksklusi:

- a. Responden sakit pada saat penelitian
- b. Siswa menolak menjadi responden penelitian

F. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Skala data	Kategori
1	Variabel bebas : pengetahuan tentang tablet Fe	Hasil dari tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu mengenai tablet besi (Fe) tentang pengertian, manfaat, aturan pakai, efek samping, dan cara kerja obat di dalam tubuh.	Kuesioner	Ordinal	Pengetahuan baik jika jawaban benar 76-100%, Pengetahuan cukup jika jawaban benar 56-75%. Pengetahuan kurang jika jawaban benar kurang dari 56%
2	Variabel terikat : Konsumsi tablet Fe saat menstruasi	Usaha pemakaian produk tablet Fe untuk memenuhi kebutuhan remaja putri pada saat menstruasi.	Ceklist <i>food frequency</i>	Nominal	Ya : konsumsi tablet Fe saat menstruasi Tidak : jika tidak mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi

G. Instrument Penelitian

Bentuk kuisioner menggunakan metode *closed ended* dan variasi *dichotomous choice* untuk mengukur tingkat pengetahuan tablet Fe yaitu

pertanyaan hanya disediakan dua alternatif jawaban yaitu "benar" dan "salah".

Food frequency dengan *variasi checklist* digunakan untuk mengukur konsumsi tablet *Fe* yaitu responden diberi kebebasan untuk memilih jawaban sesuai dengan yang dia lakukan dengan alternatif jawaban "ya" dan "tidak".

Kuisisioner ada pada *lampiran 3*.

Berikut ini adalah tabel kisi-kisi kuisisioner yang akan digunakan untuk mengumpulkan data tentang pengetahuan dan konsumsi tablet *fe* saat menstruasi pada remaja putri di SMA.

Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuisisioner Pengetahuan Tablet Fe

Variabel	Indikator	No. Item		Jumlah
		pertanyaan <i>favorabel</i>	pertanyaan <i>unfavorable</i>	
Pengetahuan Tablet Fe	a. Definisi	1, 4	21, 29	4
	b. Manfaat	7, 18, 26	5, 14	5
	c. Jenis	9, 19	23, 31	4
	d. Cara kerja	3, 8, 15	28, 30*, 32	6
	e. Aturan Pakai	10, 27, 34	2*, 6*, 11	6
	f. Efek samping	16, 24	12*, 22	4
	g. Dampak kekurangan zat besi	13*, 20*, 25	33, 17	5
Jumlah		16	16	34

Catatan *Item yang tidak valid

Tabel 3.3 Kriteria Score Jawaban Kuisisioner

Kriteria	Score	
	Score <i>Pertanyaan Favorable</i>	Score <i>Pertanyaan Unfavorable</i>
Benar	1	0
Salah	0	1

Tabel 3.4 Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri Saat Menstruasi

	Konsumsi	
	Ya	Tidak
Tablet Fe		

Sebelum kuisioner digunakan dalam penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan uji coba kuesioner untuk diketahui validitas dan reliabilitasnya yaitu dengan cara mengujicobakan instrumen kepada responden di luar sampel penelitian dengan karakteristik responden yang sama.

Uji validitas dan reliabilitas penelitian dilakukan di SMA N 3 Bantul dengan jumlah responden 20 orang siswi kelas XI. Hal ini sesuai dengan teori dalam Notoatmodjo (2010), agar diperoleh distribusi nilai hasil pengukuran mendekati normal, maka sebaiknya jumlah responden untuk uji coba paling sedikit 20 orang.

a. Uji Validitas

Pengujian keselarasan fungsi item dengan fungsi kuisioner menghendaki dilakukannya komputasi koefisien korelasi antara distribusi skor pada setiap item dengan suatu kriteria yang relevan yaitu distribusi skor kuisioner itu sendiri (Azwar, 2000). Rumus korelasi yang digunakan adalah korelasi *product moment* dengan rumus sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi x dan y

$\sum x$: Jumlah skor penilaian (butir)

Σy : Skor total

N : Jumlah responden

Pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan secara komputerisasi. Suatu butir dikatakan valid apabila didapatkan r hitung lebih besar dari r tabel, dengan derajat kepercayaan 0,05. Atau dengan melihat nilai signifikansi (p) yang dibandingkan dengan nilai α 5 %, apabila nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa item tersebut valid (Riwidikdo, 2008).

Hasil uji validitas instrumen pada penelitian ini, dari 34 soal didapatkan 6 butir soal yang tidak valid yaitu pertanyaan nomor 2, 6, 12, 13, 20, 30. Soal yang tidak valid dilakukan pembuangan supaya tidak menimbulkan kerancuan dalam penelitian dan analisis data. Item soal yang tidak valid telah terwakili oleh item soal yang lain dalam tiap indikator pada kuisioner. Hasil uji validitas instrumen tertera pada *lampiran 7*.

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan analisis *Spearman Brown (split half)*, karena kuisioner yang digunakan menggunakan skor dikotomi yaitu 1 dan 0

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ \frac{st^2 - \sum p_i q_i}{st^2} \right\}$$

Keterangan:

r_i : Reliabilitas instrumen

k : Jumlah item dalam instrumen

p_i : proporsi banyaknya subyek yang mendapat skor 1

q_i : 1 - p_i

st^2 : varians total

Rumus varians total adalah sebagai berikut.

$St^2 = \frac{x^2}{n}$ dengan x^2 adalah sebagai berikut

$$x^2 = \sum Xt^2 - \frac{(\sum xt^2)^2}{n}$$

Keterangan:

n : jumlah responden

Interpretasi hasil perhitungan suatu instrumen dikatakan reliabel apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel. Jika menggunakan program *SPSS* instrumen dikatakan reliabel bila nilai alpha minimal 0,7 (Riwidikdo. 2008, Suharsimi. 2006).

Instrumen pada penelitian ini, setelah dilakukan uji reliabilitas dengan program *SPSS* didapatkan hasil nilai alpha 0.817 artinya bahwa instrumen penelitian tersebut reliabel.

H. Prosedur penelitian

Pelaksanaan penelitian sebagai berikut :

1. Mengelompokkan siswi kelas XI menjadi 2 kelas, hanya untuk memudahkan penelitian saja.
2. Kontrak waktu dengan siswi untuk mengisi kuesioner dalam waktu 60 menit.
3. Memberikan kuesioner kepada dua kelompok responden secara langsung dalam waktu yang bersamaan.

I. Analisis Data

1. Pengolahan Data

Setelah data didapat kemudian dilakukan pengolahan data secara manual dan komputerisasi dengan langkah-langkah sebagai berikut.

a. *Editing*

Tahap ini dilakukan pemeriksaan data yang telah terkumpul dari responden meliputi kesesuaian jawaban dan kelengkapan pengisian. Jawaban yang kurang lengkap atau ada kekeliruan maka dinyatakan gugur atau tidak digunakan.

b. *Coding*

Pemberian kode terhadap jawaban responden. Koding dilakukan dengan pemberian kode 3 untuk pengetahuan baik, pengetahuan cukup diberi kode 2 dan pengetahuan kurang diberi kode 1. Pada variabel terikat kode 1 jika mengkonsumsi tablet fe saat menstruasi dan kode 0 jika tidak mengkonsumsi tablet fe saat menstruasi. Kode tersebut disusun kembali dalam lembaran-lembaran tersendiri sebagai pedoman dalam analisis data dan penulisan laporan.

c. *Scoring*, pemberian skor terhadap jawaban responden dengan cara jawaban benar diberi skor 1 dan skor 0 untuk jawaban salah.

d. *Tabulating*

Dari data mentah dilakukan penataan data, disusun dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.

e. *Entry data*

Memasukkan data dalam komputer untuk diolah dengan program *SPSS versi 17.0 for windows*.

2. Analisis Data

a. Analisis *Univariat*

Analisis *univariat* dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya, dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2005).

b. Analisis *Bivariat*

Pengujian hipotesis untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua variabel yaitu variabel bebas dengan skala data ordinal dan skala data nominal untuk variabel terikat maka menggunakan uji statistik *chi square* (X^2) (Chandra, 2009) dengan bantuan program *statistical program social science (SPSS)*.

Prosedur penelitian chi square menurut Riyanto, A (2009) sebagai berikut:

- 1) Memformulasikan hipotesisnya (H_0 dan H_a)
- 2) Memasukkan frekuensi observasi (f_o) dalam tabel silang
- 3) Menghitung frekuensi ekspektasi (f_e) dalam masing-masing sel
- 4) Menghitung X^2 sesuai aturan yang berlaku:
 - a) Bila tabel lebih dari 2x2 menggunakan person *Chi Square* tanpa koreksi (*uncorrected*).

- b) Bila tabelnya 2x3 dan tidak ada nilai frekuensi ekspektasi < 5 , menggunakan *Countinty Correction*.
- c) Bila tabelnya 3x2 dan ada nilai frekuensi ekspektasi < 5 , maka menggunakan *Fisher Exact*.

5) Menghitung p value dengan membandingkan alpha

6) Membuat keputusan :

- a) Bila p value = α , H_0 diterima, berarti data sampel mendukung adanya hubungan yang signifikan.
- b) Bila p value $> \alpha$, H_0 di tolak, berarti data sampel tidak mendukung adanya hubungan yang signifikan. Berarti tidak ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara pengetahuan dan konsumsi tablet Fe pada remaja putri saat menstruasi.
- c) Melihat nilai asymp.sig pada perhitungan dengan *SPSS* jika $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan, sedangkan jika $p < 0,05$ berarti ada hubungan antar variabel (Riwidikdo. 2008).

Pada penelitian ini uji analisis yang digunakan adalah uji alternative dari *Chi – Square* yaitu *Fisher Excact*. Hal ini dikarenakan terdapat nilai frekuensi ekspektasi kurang dari 5 yang artinya tidak memenuhi kaidah uji analisis *Chi-Square*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 5 Juni 2012 di SMA N 2 Banguntapan Bantul, dengan jumlah responden 64 siswi kelas XI yang diambil secara keseluruhan. SMA N 2 Banguntapan merupakan SMA Negeri di wilayah Kabupaten Bantul yang terletak di perbatasan wilayah Kabupaten Bantul dengan wilayah kota madya DIY. Pada tahun ajaran 2011/2012 siswa kelas XI berjumlah 129 siswa yang terdiri dari 64 siswa putri dan 65 siswa putra. Kelas XI terbagi dalam 5 kelas yaitu tiga kelas jurusan IPA dan dua kelas jurusan IPS.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Distribusi frekuensi umur responden

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Umur Responden

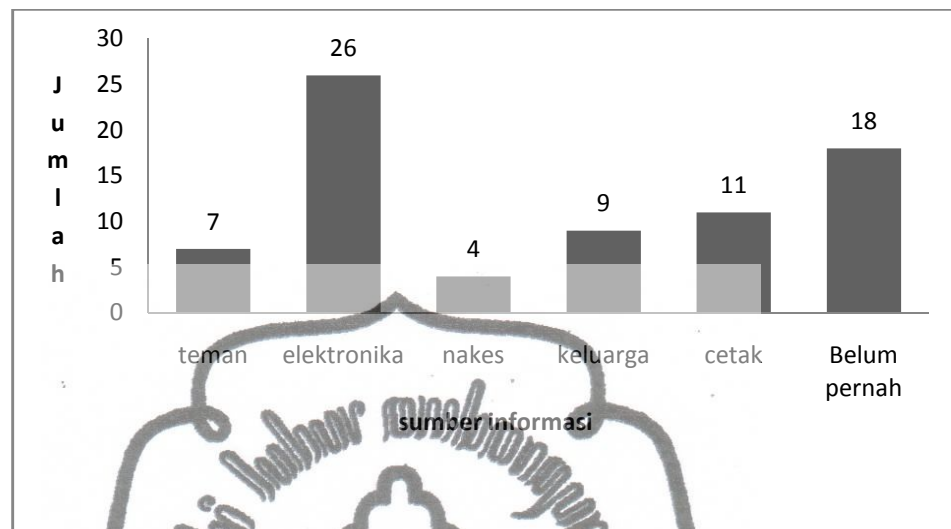
Umur	Frequency	Percent
16	15	23.4
17	47	73.4
18	2	3.1
Total	64	100.0

Sumber : data primer tahun 2012

Pada penelitian ini 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 %

commit to user

2. Distribusi sumber informasi tablet Fe



Sumber : data primer tahun 2012

Diagram 4.1 Sumber Informasi Tablet Fe

Berdasarkan diagram 4.1 di atas bahwa sebagian besar dari responden pernah mendapatkan informasi tablet Fe dari media elektronika (26 responden) 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.

3. Distribusi frekuensi pengetahuan tentang tablet Fe.

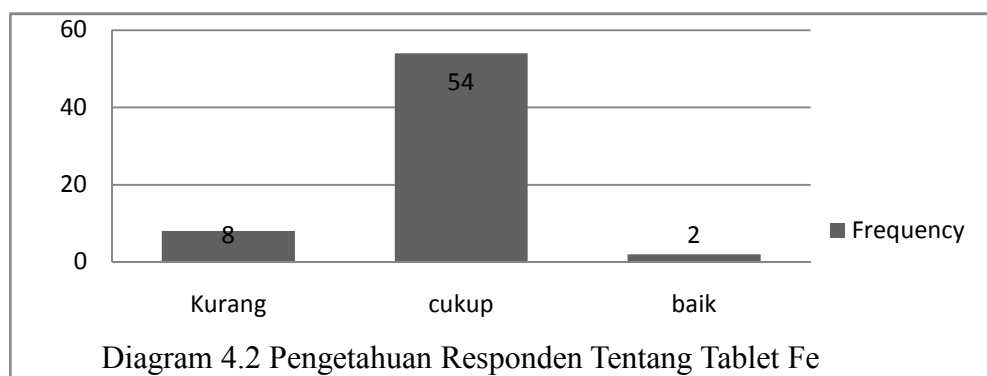
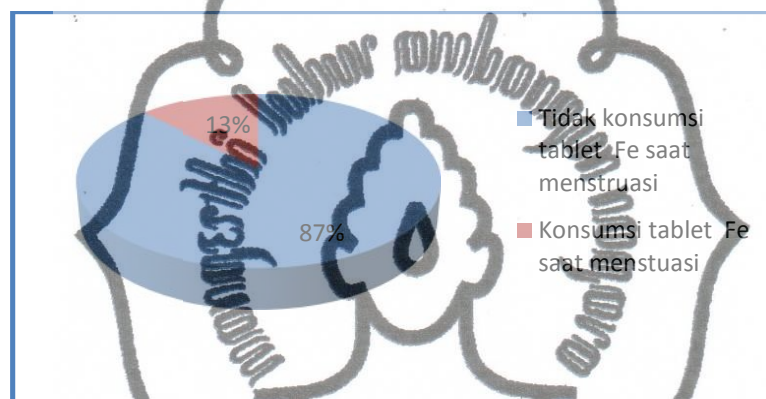


Diagram 4.2 Pengetahuan Responden Tentang Tablet Fe

Sumber : data primer tahun 2012

Berdasarkan paparan data dalam bentuk diagram batang seperti di atas 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 3,1 % (2 responden) dan 12,5 % (8 responden).

4. Distribusi frekuensi konsumsi tablet Fe pada responden



Sumber : data primer tahun 2012

Diagram 4.3 Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Besi Saat Menstruasi

Responden yang melakukan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada penelitian ini hanya berjumlah 8 siswi (12.5%) dari total responden 64 siswi kelas XI.

5. Hubungan Antara Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi

Tabel 4.2 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

Pada tabel di atas menggambarkan hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Berdasarkan tabel di atas bahwa pada kategori pengetahuan baik dan kurang tidak ada responden yang mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi, sedangkan untuk kategori pengetahuan cukup hanya ada 8 responden yang mengkonsumsi tablet Fe.

C. Analisis Bivariat

Analisis bivariat menggambarkan hubungan antara variabel bebas dan terikat. Pada penelitian ini dilakukan analisis hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan table kontingensi 3x2 yang menunjukkan hasil bahwa terdapat tiga sel yang mempunyai nilai ekspektasi kurang dari 5, sehingga dilakukan penggabungan pada baris menjadi tabel 2x2. Hasil analisis menunjukkan masih terdapat 1 sel yang mempunyai nilai ekspektasi kurang dari 5. Dengan demikian pada penelitian ini tidak bisa dilakukan uji analisis dengan *Chi-Square*, maka menggunakan uji alternative dari chi-square yaitu *Fisher Exact*. Hasil *Fisher Exact* menunjukkan $p = 0,321$, artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri. Hasil uji analisis tertera dalam lampiran 10 dan 11

BAB V

PEMBAHASAN

Siswi SMAN 2 Banguntapan Bantul merupakan remaja yang sedang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. Hal ini dapat dilihat dari tahap perkembangan fisik ketika tanda-tanda seksual sekundernya mencapai kematangan seksual dan terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Wikjosastro, 2010).

Pada penelitian ini jumlah responden adalah 64 remaja putri. Dilihat dari umur sebagian besar responden berumur 17 tahun. Ciri khas remaja pertengahan yaitu para remaja sudah mengalami pematangan fisik secara penuh, anak perempuan sudah mengalami haid (Soetjiningsih, 2007).

Remaja merupakan salah satu generasi penerus dan penentu kualitas reproduksi yang berkelanjutan. Banyaknya jumlah remaja akan berpengaruh terhadap permasalahan remaja. Permasalahan remaja akan berkaitan langsung dengan kualitas hidup remaja dimasa mendatang. Permasalahan tersebut diantaranya masalah gizi. Anemia defisiensi besi merupakan salah satu masalah gizi yang masih tinggi prevalensi pada remaja.

Masih tingginya prevalensi anemia besi pada remaja perlu adanya upaya pencegahan terutama pada kalangan remaja. Upaya pencegahan anemia pada remaja dilakukan dengan penggunaan suplemen tablet Fe saat menstruasi. Upaya ini tentu membutuhkan peran serta dan kesadaran pada remaja tersebut. Pada

commit to user

penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMAN N 2 Banguntapan Bantul.

A. Univariat

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 elektronik 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 di atas sesuai dengan teori dalam Sukmadinata (2003) 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. Hal ini berarti paparan media mempengaruhi tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang.

Menurut Taufik (2007), pengetahuan merupakan penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan lain sebagainya). Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Pengetahuan merupakan faktor yang penting untuk terbentuknya perilaku, perilaku dalam penelitian ini adalah konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Dengan bertambahnya informasi akan mempengaruhi pengetahuan dan diharapkan terjadi perubahan perilaku ke arah yang positif.

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 (Notoadmojo, 2007). 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 responden, kemungkinan 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 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. Rendahnya konsumsi tablet Fe saat menstruasi juga terlihat dalam survey anemia yang dilakukan oleh Suharto (2008) terhadap siswi SLTP dan SLTA di kabupaten Sleman DIY, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hanya 2,67 % siswi mengkonsumsi tablet besi ketika sedang haid.

Jika dibandingkan dengan penelitian Suharto, pada penelitian ini terdapat peningkatan jumlah responden konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Namun dalam sumber yang peneliti dapatkan dari hasil penelitian Suharto tidak membahas jumlah responden dalam bentuk angka (frekuensi), hanya berupa persentase saja. Sehingga tidak bisa menganalisis mengenai kenaikan persentase responden konsumsi tablet Fe saat menstruasi.

Produk suplemen penambah darah pada penelitian Briawan dkk (2011) sebagian besar sampel penelitian tidak mengkonsumsi suplemen setiap hari (75,5%), hanya 7,7% sampel yang mengkonsumsi suplemen setiap hari dan presentase terbesar suplemen pada sampel yang menderita anemia (8,5%). Ini memperlihatkan bahwa sampel dengan anemia lebih sering mengkonsumsi suplemen dibandingkan dengan sampel yang tidak anemia, diduga terkait dengan masalah anemia yang dialami. Secara keseluruhan hasil korelasi

spearman menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara frekuensi konsumsi suplemen dengan status anemia ($p > 0,1$).

Konsumsi zat gizi seperti zat besi seseorang menurut Departemen Gizi FKM UI (2011) dipengaruhi oleh beberapa faktor. Adapun faktor tersebut antara lain :

- a) Faktor eksternal, merupakan faktor yang berasal dari luar manusia seperti halnya ketersediaan pangan di alam, peran orang tua, pengetahuan, pengalaman individu.
- b) Faktor internal, merupakan faktor yang berasal dari dalam diri manusia itu sendiri, seperti halnya emosi/kejiwaan yang memiliki sifat kebiasaan, body image, pemilihan dan arti makanan.
- c) Sosial ekonomi dan politik meliputi kemampuan membeli bahan makanan, ketersediaan pangan, produksi dan sistem distribusi makanan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru penanggungjawab kesiswaan bahwa sebagian besar orangtua murid termasuk dalam kategori ekonomi cukup dan mampu hanya sebagian kecil saja yang ekonomi menengah ke bawah. Dengan demikian secara ekonomi sebenarnya mereka mampu untuk membeli tablet tambah darah, namun pada kenyataannya hanya sebagian kecil saja yang konsumsi tablet Fe. Sehingga bisa disimpulkan bahwa faktor sosial ekonomi tidak berpengaruh terhadap konsumsi tablet Fe pada siswi SMA N 2 Banguntapan.

Faktor internal yang berasal dari dalam individu siswi SMA N 2 Banguntapan yang meliputi emosi, kejiwaan yang menjadi kebiasaan,
commit to user

body image serta kemampuan dalam memilih makanan kemungkinan sebagai faktor yang berpengaruh terhadap konsumsi tablet Fe pada responden. Hasil ini sesuai dengan teori dalam Gizi FKM UI (2011) bahwa remaja dapat membeli dan mempersiapkan makanan untuk mereka sendiri yang berasal dari luar rumah, biasanya mengandung zat gizi yang terbatas. Hasil survey konsumsi memperlihatkan bahwa intake mineral terutama Fe dan kalsium pada remaja masih kurang. Hal ini disebabkan oleh perilaku makan mereka yang lebih memilih makanan populer seperti makanan konvensional, *fast food*, dan *snack* yang banyak mengandung gula dan lemak jenuh.

B. Bivariat

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 (2007) terhadap 70 siswi di SMA Negeri 1 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes yang menunjukkan hasil tidak ada hubungan secara signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia ($p=0,416$) dan tingkat konsumsi zat besi ($p=0,592$).

Penelitian lain terkait pengetahuan dan konsumsi juga dilakukan Fikawati (2005) terhadap siswa – siswi SMUN di kota Bandung, dengan hasil

penelitian tidak memperlihatkan adanya perbedaan asupan kalsium yang bermakna berdasarkan tingkat pengetahuan tentang kalsium pada remaja. Penelitian Wulandari terhadap 30 responden remaja, dengan uji Pearson Product Moment diperoleh nilai $p > 0,05$ yaitu 0,218 sehingga tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan konsumsi serat pada remaja SMA Muhammadiyah I Klaten.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadimin (2011) 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 (Fikawati, 2005)

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.

Dalam Notoatmodjo (2007) 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.

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 (Arisman, 2010).

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini antara lain adanya variabel – varibel 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.



BAB VI

PENUTUP

A. SIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan peneliti dengan judul “Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul” dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Siswi kelas XI di SMA N 2 Banguntapan Bantul mempunyai pengetahuan cukup mengenai tablet Fe yaitu 84,4% responden.
2. Konsumsi Tablet Fe saat menstruasi pada siswi kelas XI SMA N 2 Banguntapan hanya berjumlah 8 responden (12,5%). Delapan responden tersebut berkategori pengetahuan cukup.
3. Tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Banguntapan Bantul.

B. SARAN

1. Untuk institusi sekolah 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.
2. Kerjasama pihak sekolah dan dinas kesehatan terdekat melaui program UKS untuk mensosialisasikan dan merealisasikan pemberian suplementasi tablet Fe pada remaja putri saat menstruasi.

3. 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.

