

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PRILAKU REMAJA PUTRI DALAM  
MENGKONSUMSI TABLET BESI (FE) SELAMA MENSTRUASI**

**Devy Lestari Nurul Aulia<sup>(1)</sup>**

**ABSTRAK**

Defisiensi besi merupakan penyebab utama anemia. Diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Di Kepulauan Riau Anemia besi merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi padaremaja putri 13-18 tahun dan wanita usia subur 15-49 tahun masing-masing sebesar 22,7 %. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan dengan prilaku remaja putri dalam mengkonsumsi tablet besi (FE) selama menstruasi. Desain penelitian menggunakan survey analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas X dan XI di SMA N 5 Kota Batam berjumlah 86 responden. Hasil dari penelitian didapatkan dari 38 responden yang berpengetahuan baik, 21 (55,3%) yang mengkonsumsi dan 17 (44,7%) tidak mengkonsumsi tablet Fe sedangkan 48 responden yang berpengetahuan Kurang, 15 (31,2%) yang mengkonsumsi dan 33 (68,8%) tidak mengkonsumsi tablet Fe. Analisa data *chi-square* diperoleh nilai *p-value* = 0,030 < 0,05. Kesimpulan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan prilaku remaja dalam mengkonsumsi tablet besi selama menstruasi. Remaja putri diharapkan sedini mungkin mengkonsumsi tablet besi untuk persiapan menghadapi kehamilan dan persalinan dimasa akan datang.

Kata Kunci : Pengetahuan, Prilaku, Tablet Besi

**PENDAHULUAN**

Defisiensi besi merupakan penyebab utama anemia di seluruh dunia. Diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia dan lebih kurang 500-600 juta menderita anemia defisiensi besi. Anemia defisiensi besi terjadi bila asupan besi ke dalam eritroid di sumsum tulang sangat terganggu menyebabkan konsentrasi hemoglobin menurun. Keadaan ini menyebabkan sel eritrosit mikrositosis dan hipokromia secara progresif<sup>(1)</sup>.

Anemia defisiensi zat besi lebih cenderung berlangsung dinegara sedang berkembang ketimbang negara yang sudah maju. Tiga puluh enam persen (atau kira-kira 1400 juta orang) dari perkiraan populasi 3800 juta orang dinegara sedang berkembang menderita anemia, sedangkan prevalensi di negara maju hanya sekitar 8% (atau kira-kira 100 juta orang) dari perkiraan popiulasi 1200 juta orang<sup>(2)</sup>.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Besi (Fe) Selama Menstruasi Di SMA N 5 Kota Batam Tahun 2015.

**BAHAN DAN METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan survei analitik dengan desain rancangan *survey cross sectional*. Tempat penelitian dilakukan di Di SMA N 5 Kota Batam, penelitian dimulai dari bulan Februari-Agustus Tahun 2015. Populasi pada penelitian adalah Siswa remaja putri kelas X dan XI di SMA N 5 Kota Batam. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Simple random sampling*. Hasil penelitian dianalisa secara Univariat dan Bivariat menggunakan *Chi-Square*.

**HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini berjudul “Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Besi (Fe) Selama Menstruasi Di SMA N 5 Kota Batam Tahun 2015”.

Berdasarkan tabel 1 di bawah didapatkan bahwa Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Mengkonsumsi Tablet Besi (Fe) Selama Menstruasi di SMA N 5 Kota Batam dari 86 responden yaitu sebanyak 48 responden (55,8%) adalah Tidak Baik.

---

1.) Program Studi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Batam

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Besi (FE) Selama Menstruasi Di SMA N 5 Kota

Pengetahuan	Frekuensi (n)	(%)
Baik	38	44,2
Tidak Baik	48	55,8
Jumlah	86	100

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi Prilaku Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Besi (FE) Selama Menstruasi Di SMA N 5

Prilaku	Frekuensi (n)	(%)
Mengonsumsi	36	41,9
Tidak mengonsumsi	50	58,1
Jumlah	86	100

Berdasarkan tabel 2 di atas didapatkan bahwa Frekuensi Prilaku Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Besi (Fe) Selama Menstruasi di SMA N 5 Kota Batam dari 86 responden adalah Tidak Mengonsumsi sebanyak 50 responden (58,1%).

Tabel 3  
Hubungan Pengetahu Dengan Prilaku Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Besi (FE) Selama Menstruasi Di SMA N 5 Kota Batam

Pengetahuan	Prilaku				Jumlah		PV
	Mengonsumsi		Tidak mengonsumsi		N	%	
	N	%	N	%	N	%	
Baik	21	55,3	17	44,7	38	100	0,030
Tidak Baik	15	31,2	33	68,8	48	100	
Jumlah	36	41,9	50	58,1	86	100	

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan bahwa dari 38 responden yang berpengetahuan baik 21 responden (55,3%) yang mengonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi, 17 responden (44,7%) yang tidak mengonsumsi tablet besi (Fe), sedangkan dari 48 responden yang berpengetahuan tidak baik 15 responden (31,2%) yang mengonsumsi 33 responden (68,8%) yang tidak mengonsumsi tablet besi (Fe).

## PEMBAHASAN

Dari hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,030. Hal ini menunjukkan *p-value* < 0,05 yang berarti bahwa ada hubungan antara pengetahuan prilaku remaja putri dalam mengonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi.

Dari 38 responden yang berpengetahuan baik 21 responden (55,3%) yang mengonsumsi 17 responden (44,7%) yang tidak mengonsumsi tablet besi (Fe), sedangkan dari 48 responden yang berpengetahuan Tidak Baik 15 responden (31,2%) yang mengonsumsi 33 responden (68,8%) yang tidak mengonsumsi tablet besi (Fe).

Tingkat pengetahuan seseorang juga mempengaruhi persepsi atau prilaku individu, yang mana makin tinggi pengetahuan seseorang maka makin baik menafsirkan sesuatu. Pentingnya pengetahuan tentang kesehatan bagi remaja dan mendapatkan informasi yang cukup hingga mengetahui hal-hal yang seharusnya dilakukan dan yang seharusnya dihindari. Dengan mengetahui tentang kesehatan pada remaja kita dapat menghindari hal-hal yang mungkin akan dialami oleh remaja yang mempunyai pengetahuan yang cukup tentang kesehatan, salah satunya seperti anemia pada remaja putri<sup>(3)</sup>.

Dan pengetahuan yang tidak baik ditambah lingkungan yang tidak mendukung baik itu dari orang tua maupun teman sebaya akan membuat remaja putri berperilaku tidak sehat, maka dari itu pengetahuan yang baik dan adanya dukungan dari lingkungan seharusnya akan membuat siswi lebih cenderung untuk berperilaku sehat dengan membiasakan diri mengonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi<sup>(4)</sup>

Remaja sangat rentan untuk mengalami anemia, dan hal ini dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya. Oleh karena itu, pengetahuan tentang zat besi (Fe) sangat penting terutama bagi remaja putri yang mempunyai resiko lebih tinggi untuk mengalami anemia. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi yaitu perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan endometrium<sup>(5)</sup>. Remaja yang menstruasi kehilangan besi rata-rata sebanyak 0,5 mg sehari. Hal ini akan berakibat kurangnya asupan zat besi, sehingga

beresiko besar terkena anemia defisiensi besi<sup>(6)</sup>

Dari hasil data diatas dapat diketahui bahwa siswi yang berpengetahuan tidak baik cenderung tidak mengkonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi. Pentingnya pengetahuan kesehatan remaja agar mendapatkan informasi yang cukup, mengetahui hal-hal yang seharusnya dihindari. Maka dari itu dengan pengetahuan yang kurang siswi diharapkan lebih peka terhadap informasi-informasi yang ada.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap hubungan pengetahuan dengan perilaku remaja putri dalam mengkonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi di SMA N 5 Kota Batam tahun 2015, diperoleh kesimpulan Ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja putri dalam mengkonsumsi tablet besi (Fe) selama menstruasi di SMA N 5 Kota Batam tahun 2015 dengan nilai  $p < 0,030$   $p < 0,05$ .

### **SARAN**

Bagi tenaga kesehatan agar memperkenalkan tablet besi Fe dan

memberikan informasi seputar manfaat dan dampak bila remaja putri tidak mengkonsumsi tablet besi Fe selama menstruasi dan juga tenaga kesehatan diharapkan mendukung remaja untuk meminum tablet besi Fe selama menstruasi

### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Riskesdas, 2013. Riset Kesehatan Dasar
2. Sakinah, 2014. Faktor – faktor yang mempengaruhi perilaku remaja dalam mengkonsumsi tablet fe selama menstruasi.
3. Ariani, Ayu Putri. 2014. Aplikasi Metode Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta : Nuha Medika.
4. Juslina, 2013. Asupan Zat Besi (Fe) Dan Hubungannya Dengan Jenis-Jenis Anemia Pada Wanita Prakonsepsi
5. Devinta, 2012. Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Defisiensi Besi.
6. Inayati, Dyah, Waspada Anelia <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/39794/7/Cover.pdf> diakses pada tanggal 2 april 2015.