



Hubungan Tingkat Pengetahuan Siswi tentang Pentingnya Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia saat Menstruasi

The Relationship between the Level of Knowledge of Female Students about the Importance of Consuming Fe Tablets and the Incidence of Anemia During Menstruation

Dyah Ayu Fitriani^{1*)}, Ina Sugiharti², Tika Lubis³, Sholikhah Eli Setiyani⁴

Published online: 29 Januari 2025

ABSTRAK

Prevalensi anemia di Indonesia masih cukup tinggi sehingga anemia masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia selain masalah kurang energi protein, kurang vitamin A, dan gangguan akibat kurang iodium (GAKI). Faktor utama yang menyebabkan sulitnya penurunan prevalensi anemia ini antara lain karena rendahnya cakupan dan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet besi. Kurangnya pengetahuan akan pentingnya mengonsumsi zat besi berupa tablet penambah darah tersebut yang akan menyebabkan meningkatnya kejadian anemia pada remaja. Tujuan dari penelitian ini Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia saat menstruasi di SMP N 1 PAKEM, Kec. Hargobinangun, Kab. Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah responden 32 siswi. Pengambilan data menggunakan kuesioner dan cek kadar *hemoglobin*. Analisis data dengan *uji chi square*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia 14 tahun sebanyak 22 siswi (68,75%) dengan sumber informasi terbanyak berasal dari media elektronik. Siswi yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 23 siswi, pengetahuan cukup 8 siswi, dan pengetahuan kurang sebanyak 1 siswi. Angka kejadian anemia menunjukkan bahwa sebagian siswi tidak mengalami anemia saat menstruasi yaitu sebanyak 26 siswi dari total 32 siswi. Simpulan: Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswi tentang pentingnya mengonsumsi tablet fe dengan kejadian anemia saat menstruasi di SMP Negeri 1 Pakem Sleman.

Kata Kunci: Anemia, Menstruasi, Pengetahuan, Tablet Fe

Abstract. The prevalence of anemia in Indonesia remains considerably high, making it a major public health issue, alongside problems such as protein-energy malnutrition, vitamin A deficiency, and iodine deficiency disorders (IDD). One of the primary factors contributing to the persistent high prevalence of anemia is the low coverage and compliance among adolescents in consuming iron tablets. A lack of knowledge regarding the importance of consuming iron in the form of blood-boosting tablets contributes to the increased incidence of anemia among adolescents. This study aims to determine the relationship between students' knowledge about the importance of consuming iron tablets and the incidence of anemia during menstruation at SMP N 1 PAKEM, Hargobinangun District, Sleman Regency. This research is an observational analytic study with a cross-sectional approach. The sampling technique used was total sampling, with 32 female students as respondents. Data were collected through questionnaires and hemoglobin level checks. Data analysis was performed using the chi-square test. The results showed that most respondents were 14 years old, with 22 students (68.75%) primarily obtaining information from electronic media. A total of 23 students had good knowledge, 8 had adequate knowledge, and 1 had poor knowledge. The incidence of anemia revealed that most students did not experience anemia during menstruation, with 26 students out of 32 not being anemic. Conclusion: There is a significant relationship between students' knowledge about the importance of consuming iron tablets and the incidence of anemia during menstruation at SMP Negeri 1 Pakem, Sleman.

¹⁻³ Program Studi Kebidanan, Program Diploma Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana

⁴ Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Prima Indonesia

*) *corresponding author*

Dyah Ayu Fitriani
Universitas Bhakti Kencana, Indonesia

Email: dyah.ayu@bku.ac.id

had adequate knowledge, and 1 had poor knowledge. The incidence of anemia revealed that most students did not experience anemia during menstruation, with 26 students out of 32 not being anemic. Conclusion: There is a significant relationship between students' knowledge about the importance of consuming iron tablets and the incidence of anemia during menstruation at SMP Negeri 1 Pakem, Sleman.

Keywords: Anemia, Menstruation, Knowledge, Iron Tablets

PENDAHULUAN

Anemia di definisikan sebagai keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal, dan saat ini terus menjadi masalah kesehatan yang penting di seluruh dunia dengan prevalensi 43% di negara-negara berkembang dan 9% di negara maju. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa lebih dari 2 miliar orang di seluruh dunia menderita anemia dengan 50% dari semua anemia disebabkan karena kekurangan zat besi.

Remaja putri dan anak-anak adalah kelompok yang paling banyak terkena dampak dari kekurangan zat besi selain ibu hamil yaitu masing-masing untuk anak usia 6-59 bulan 40%, ibu hamil 37%, dan remaja putri 30% di seluruh dunia yang mengalami anemia (WHO, 2023.). Prevalensi anemia di Indonesia juga masih cukup tinggi, yaitu berdasarkan prevalensi data Kemenkes RI tahun 2021, Prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri di Indonesia sebesar 22,7%. (Kemenkes RI, 2021). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kemenkes RI, prevalensi anemia pada remaja putri di Yogyakarta mengalami tren peningkatan, yakni dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018. Persentase itu dengan proporsi anemia terbesar ada pada kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun (Dinas Kesehatan Provinsi Yogyakarta, 2023).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada dasarnya adalah mengatasi penyebab kekurangan zat besi yaitu meningkatkan konsumsi zat besi dari sumber alami dan fortifikasi bahan makanan dan suplementasi besifolat secara rutin selama jangka waktu tertentu untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara cepat. Faktor utama yang menyebabkan sulitnya penurunan prevalensi anemia ini antara lain karena rendahnya cakupan dan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet besi (Soetjiningsih, 2010).

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan terhadap defisiensi zat besi, dapat mengenai semua kelompok status sosial ekonomi terutama yang berstatus sosial ekonomi rendah (Soetjiningsih, 2010). Kebutuhan zat besi untuk remaja putri ditentukan oleh kehilangan basal zat besi di dalam dan di luar tubuh, kehilangan saat menstruasi, dan untuk pertumbuhan. Kebanyakan remaja yang sering menderita anemia dikarenakan mempunyai status gizi besi rendah disebabkan oleh kebiasaan kualitas konsumsi pangannya rendah (Hallberg, 2005).

Penyebab anemia lainnya adalah terjadinya kehilangan zat besi karena penyakit infeksi seperti malaria dan cacing (WHO, 2008). Dampak anemia gizi besi pada remaja adalah menurunkan produktivitas kerja dan juga akan menurunkan kemampuan akademis di sekolah. sehingga dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian, terhambatnya pertumbuhan fisik dan otak, terhambatnya perkembangan motorik, mental dan kecerdasan. Anak-anak yang menderita anemia terlihat lebih penakut, dan menarik diri dari pergaulan sosial, tidak bereaksi terhadap stimulus, lebih pendiam. Program perbaikan gizi besi pada remaja sangat diperlukan karena tidak hanya mengatasi masalah kesehatan masyarakat tetapi sekaligus peningkatan kualitas pendidikan (Vijayaraghavan, 2009).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 19 Januari 2015 di SMP N 1 Pakem, diketahui bahwa SMP Negeri 1 Pakem berlokasi di daerah perdesaan yang dekat dengan Gunung Merapi dan saat melakukan wawancara dengan beberapa siswi dari SMP N 1 Pakem diketahui bahwa 5 responden dari 70 siswi yang diwawancarai, mengetahui tentang tablet Fe atau penambah darah tapi tidak mengetahui secara jelas tentang manfaat mengkonsumsi tablet Fe. Siswi yang diwawancarai mengatakan bahwa selama menstruasi kelima siswi merasakan tanda gejala anemia seperti lemah, letih, lesu, lelah, lunglai, denyut jantung yang cepat, pening, anggota badan seperti tangan dan kaki terasa kesemutan. Melihat dari hasil wawancara yang didapat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk melihat hubungan antara pengetahuan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia saat menstruasi pada remaja putri di SMP N I Pakem.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *observasional analitik* pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total *sampling* dan diperoleh sampel sebanyak 32 siswi Kelas VIII di SMP Negeri 1 Pakem yang sesuai dengan kriteria inklusi, yaitu berusia 12-14 tahun yang bersedia menjadi responden dan bersedia diambil darahnya, yang sedang menstruasi pada hari ketiga pada bulan Februari – April, yang mengalami siklus haid teratur setiap bulan, dan sedang tidak mengalami *disminore*.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe di SMP N 1 Pakem Kecamatan Hargobinangun, Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kejadian anemia saat menstruasi di SMP N 1 Pakem Kecamatan Hargobinangun, Kabupaten Sleman, Yogyakarta.

Metode pengambilan data pada penelitian ini menggunakan data primer dengan memakai kuesioner tentang tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia saat menstruasi dan melakukan pengecekan Hb pada responden. Dilakukan uji validitas di SMP Negeri 1 Cangkringan pada 30 responden dan didapatkan 21 butir soal pernyataan yang valid dari 30 soal pernyataan. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 1 Pakem Sleman

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
13 tahun	10	31,25
14 tahun	22	68,75
Jumlah	32	100,0
Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Kelas		
VIII A	6	18,75
VIII B	8	25
VIII C	10	31,25
VIII D	8	25
Jumlah	32	100,0
Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Sumber Informasi		
Tenaga kesehatan	2	6,25
Sekolah	7	21,87
Media masa	2	6,25
Media elektronik	13	40,62
Keluarga, teman/saudara	8	25
Jumlah	32	100,0

Sumber: Data primer

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa responden dengan frekuensi tertinggi memiliki umur 14 tahun yaitu sebanyak 22 responden (68,75%) dan frekuensi terendah umur 13 tahun yaitu sebanyak 10 responden (31,25%) dari 32 total responden. Sedangkan untuk frekuensi responden menurut kelas yang tertinggi ialah kelas VIII C sebanyak 10 responden (31,25%) dan yang paling sedikit yaitu kelas VIII A sebanyak 6 responden (18,75%). Frekuensi tertinggi menurut sumber

informasi yang diperoleh ialah berasal dari media elektronik sebanyak 13 responden (40,62%) dan terendah sumber informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan sebanyak 2 responden (6,25%) dari 32 total responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pengetahuan Di SMP Negeri 1 Pakem Sleman

No.	Pengetahuan siswi Tentang Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe	Frekuensi (n)	Jumlah (%)
1	Baik	23	71,9
2	Cukup	8	25,0
3	Kurang	1	3,1
	Jumlah	32	100,0

Sumber: Data Primer

Hasil dari tabel dapat diketahui bahwa pengetahuan responden tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe pada siswi kelas VIII menunjukkan responden berpengetahuan kurang 1 responden (3,1%), cukup 8 responden (25,0%), baik 23 responden (71,9%).

Tabel 3. distribusi Frekuensi Responden berdasarkan kejadian anemia Di SMP Negeri 1 Pakem Sleman

No	Kejadian Anemia	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
1.	Anemia	6	18,8
2.	Tidak Anemia	26	81,3
	Jumlah	32	100,0

Sumber: Data primer

Berdasarkan tabel 3 diketahui sebagian besar responden yang mengalami anemia sebanyak 6 responden (18,8%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 26 responden (81,3%).

Tabel 4. Tabulasi Silang Antar Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Di SMP Negeri 1 Pakem Sleman

Pengetahuan	Kejadian Anemia				Total	
	Anemia		Tidak Anemia			
	F	%	F	%	f	%
Baik	2	6,2	21	65,6	23	71,9
Cukup	4	12,5	4	12,5	8	25,0
Kurang	0	0	1	3,1	1	3,1
Total	6	18,8	26	81,2	32	100,0
x ²					6,885	
P (value)					0,032	

Sumber: Data primer

Pada tabel 4 diketahui bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe baik sebanyak 2 responden (6,2%) dengan anemia, dan siswi yang memiliki pengetahuan baik namun tidak anemia sebanyak 21 responden (65,5%). Siswi yang memiliki pengetahuan tentang Pentingnya mengonsumsi tablet Fe cukup mengalami anemia dan tidak anemia sama yaitu sebanyak 4 responden (12,5%). Siswi yang memiliki pengetahuan kurang tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe dengan anemia tidak ada, dan siswi yang tidak mengalami anemia sebanyak 1 responden (3,1%).

Untuk menguji hubungan tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di SMP Negeri 1 Pakem dilakukan uji statistik menggunakan *Chi square* diperoleh χ^2 hitung = 6,885 dengan $df=2$ dan taraf signifikansi adalah 5% (0,05) maka diperoleh χ^2 tabel = 5,591 dan (*p value*) sebesar 0,032. Oleh karena itu, χ^2 hitung > χ^2 tabel dan nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, H_a diterima yang berarti ada hubungan secara statistik antara tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia saat menstruasi di SMP Negeri 1 Pakem Sleman.

PEMBAHASAN

4.1 Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang Pentingnya Mengkonsumsi Tablet Fe di SMP Negeri 1 Pakem

Hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Pakem dengan 32 responden siswi kelas VIII dapat diketahui bahwa siswi yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (3,1%), responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (25,0%), responden yang berpengetahuan baik sebanyak 23 orang (71,9%) dari 32 total responden.

Menurut Notoadmojo (2010) pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengalaman ini akan memberikan pengetahuan yang luas dengan umur yang semakin bertambah serta akan memberi sikap positif terhadap masalah anemia (Wawan, 2010).

Hasil penelitian ini menunjukkan lebih banyak siswi yang tidak mengalami anemia serta memiliki tingkat pengetahuan baik dibandingkan dengan siswi yang tidak mengalami anemia namun tingkat pengetahuannya kurang. Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe tetap berperan dalam kejadian anemia.

Tingkat pengetahuan dalam domain kognitif menurut Notoatmojo (2010), bahwa pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Secara garis besar dibagi dalam 6 tingkat pengetahuan, yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Sedangkan menurut Arikunto (2006), kategori pengetahuan dibagi dalam 3 kategori yaitu baik, cukup, dan kurang. Hal ini, diukur dengan kemampuan subyek dalam menjawab kuesioner dengan benar. Dalam penelitian ini, tingkat pengetahuan seseorang bisa dikaji dari banyaknya kuesioner yang dijawab dengan benar yang dalam setiap kuesioner tersebut memiliki unsur tingkat pengetahuan tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi.

Tingkat pengetahuan dihubungkan dengan kategori pengetahuan maka pengetahuan baik bila memiliki tingkatan pengetahuan meliputi tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Untuk kategori pengetahuan cukup bila tingkatan pengetahuan seseorang dalam tahap tahu, memahami, aplikasi dan analisis. Dan kategori pengetahuan kurang bila seseorang masih dalam tingkatan tahu, memahami dan aplikasi.

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian anemia selain pengetahuan. Salah satunya ialah perilaku tenaga kesehatan di masyarakat yang bisa ditiru oleh masyarakat dalam hal berperilaku sehat mengkonsumsi tablet Fe atau penambah darah serta makanan yang mengandung zat besi. Selain itu, saat penelitian berlangsung kemungkinan yang terjadi responden menjawab tidak jujur karena tahu bahwa data yang diambil untuk kepentingan penelitian. Presepsi responden dalam menjawab kuesioner pengetahuan yang tidak cukup jelas karena sebagian besar responden tidak mengetahui secara khusus tentang tablet Fe. Waktu pelaksanaan yang tidak tepat yaitu saat jam istirahat mengisi kuesioner terganggu karena itu merupakan waktu untuk istirahat setelah mendapatkan pelajaran sehingga siswi kurang berkonsentrasi dalam menjawab kuesioner.

Informasi merupakan faktor yang bisa mempengaruhi kejadian anemia selain pengetahuan. Seseorang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan memberikan pengetahuan yang jelas, sehingga pengetahuan akan memotivasi seseorang untuk berperilaku sehat (Notoatmodjo, 2010). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar sumber informasi responden berasal dari media elektronik, karena informasi mengenai pentingnya mengkonsumsi tablet Fe bisa diperoleh dari iklan yang ada. Seiring berjalannya waktu juga akan banyak pengetahuan yang didapatkan dari sumber-sumber yang lain. Hal ini juga dibuktikan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Sri Warsiti, 2013 yang menyatakan ada hubungan antara pendidikan dan pengetahuan siswi tentang Pentingnya Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia.

Umur yang merupakan salah satu karakteristik responden juga mampu memberikan pengaruh terhadap terjadinya anemia. Dengan bertambahnya umur seseorang maka akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan pematangan mental atau psikologis. Pada aspek psikologis taraf pikir semakin matang dan dewasa (Mubarak, 2007). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 14 tahun. Maka wajar bila pengetahuan responden sudah cukup baik karena rata-rata umur responden masih dalam reproduksi sehat yang masih mampu dengan mudah menerima informasi dari berbagai sumber.

4.2 Kejadian anemia di SMP Negeri 1 Pakem

Hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Pakem dengan 32 responden siswi kelas VIII dapat diketahui bahwa siswi yang mengalami anemia sebanyak 6 responden (18,8%), dan siswi yang tidak mengalami anemia sebanyak 26 responden (81,3%).

Anemia merupakan suatu keadaan tubuh kekurangan zat besi dan merupakan jenis anemia yang pengobatannya relatif mudah bahkan murah dengan menetapkan Hb > 11 gr%. Pemeriksaan dan pengawasan Hb dapat dilakukan dengan menggunakan alat Sahli (Manuaba, 2010).

Hasil penelitian tentang kejadian anemia menunjukkan bahwa responden yang tidak mengalami anemia saat menstruasi lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami anemia. Hal ini terjadi karena pengetahuan siswi mengenai pentingnya mengkonsumsi zat besi sudah cukup baik dan banyak faktor lain yang mendukung semakin berkurangnya resiko mengalami anemia yaitu faktor internal dan eksternal yang mampu menyadarkan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi zat besi. Faktor-faktor tersebut ialah kesadaran untuk sarapan pagi, olah raga, pengetahuan, kondisi kesehatan siswi, petugas kesehatan dan informasi dari berbagai sumber.

Sedangkan untuk responden yang mengalami anemia bisa dikarenakan oleh beberapa faktor seperti konsumsi zat besi yang kurang, kehilangan darah yang banyak saat menstruasi, banyak pikiran, tugas yang menumpuk, dan faktor lain sebagainya. Dengan melihat angka kejadian anemia yang sedikit, menandakan bahwa siswi SMP Negeri 1 Pakem sudah mulai sadar akan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe atau zat penambah darah dan perlu diberikan informasi kepada siswi bahwa semakin bertambahnya usia, kebutuhan dan energi untuk memenuhi nutrisi tubuh semakin meningkat sehingga siswi diharapkan banyak mengkonsumsi zat besi dan penambah darah untuk mencegah terjadinya anemia.

4.3 Hubungan Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang Pentingnya Mengkonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Pakem

Keterkaitan hubungan antara tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe dengan Kejadian anemia saat menstruasi di SMP Negeri 1 Pakem dibuktikan dengan uji statistik menggunakan *Chi square* diperoleh χ^2 hitung = 6,885. Dengan $df=2$ dan taraf signifikansi adalah 5% (0,05) maka diperoleh χ^2 tabel = 5,991 dan (*p value*) sebesar 0,032. Kedua variabel dinyatakan berhubungan karena χ^2 hitung > χ^2 tabel dan nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak. Hipotesis alternatif dalam penelitian ini terdapat hubungan secara statistik antara tingkat pengetahuan siswi

tentang Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia di SMP Negeri 1 Pakem Sleman.

Penelitian yang telah penulis lakukan disimpulkan bahwa terdapat hubungan secara statistik antara tingkat pengetahuan siswi tentang Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian anemia saat menstruasi. Hasil penelitian yang telah penulis lakukan memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Warsiti yang meneliti tentang Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi. Dalam penelitiannya menunjukkan bahwa hasil uji statistik didapatkan p value sebesar 0,031 ($\alpha = 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan siswi dapat mempengaruhi berkurangnya resiko mengalami anemia (Warsiti, 2013).

Keterkaitan hubungan antara tingkat pengetahuan siswi tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe dengan Kejadian anemia saat menstruasi dapat disesuaikan dengan teori yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan memberikan pengetahuan yang jelas sehingga pengetahuan akan memotivasi seseorang untuk berperilaku sehat (Notoatmojo, 2010).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan baik tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe dan mayoritas responden tidak mengalami anemia saat menstruasi, serta terdapat hubungan antara pengetahuan siswi tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia saat menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 1 Pakem Sleman. Diharapkan setiap remaja putri mampu mempertahankan dan lebih meningkatkan pengetahuan, dengan lebih banyak mencari informasi tentang pencegahan anemia, sehingga remaja putri mampu mengambil sikap yang lebih baik dalam melakukan penanganan pencegahan anemia lebih dini.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan rasa terima kasih yang mendalam kepada Kepala SMP Negeri 1 Pakem, Kecamatan Hargobinangun, Kabupaten Sleman, atas izin dan dukungan yang diberikan dalam pelaksanaan penelitian ini. Penghargaan juga ditujukan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dan meluangkan waktu dalam penelitian ini, serta kepada semua pihak yang turut membantu, mendukung, dan berkontribusi dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineke Cipta
- Arisman, 2008. *Buku Ajar Ilmu Gizi Keracunan Makanan*. Jakarta: EGC
- BKKBN, 2005. *Remaja dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: BKKBN
- Kemendes RI, 2023. *Rencana Pembangunan Kesehatan Menuju Kesehatan Indonesia Sehat*
- Dinas Kesehatan Provinsi DIY, 2023. *Profil Kesehatan Provinsi DIY*

- Husaini, et all, 2005. *Evaluation of Nutritional Anemia Intervention Among Anemia Female Workers on a Tea Plantation*. In: *Iron Deficiency and Work Performance* (Hallberg L. And Scrimshaw NS eds). Washington DC: The Nutrition Foundation
- Handoko, 2013. *Statistik Kesehatan Dengan Aplikasi SPSS dalam Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rohima Press
- Krummel, 2005. *Nutrition in Women's Health*. Maryland: Gaithers Bung
- Manuaba, et all, 2010. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: EGC
- Murtiningsih Tri, 2012. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VIII tentang Anemia Di SMP Nurul Islam Ngemplak Boyolali Tahun 2012*. Surakarta: Stikes Kusuma Husada.
- Musbikin, 2008. *Panduan Kontrasepsi*. Yogyakarta: Mitra Pustaka
- Notoatmodjo, 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineke Cipta
- Notoatmodjo, 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineke Cipta
- Nursalam, 2010. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika
- RISKESDAS, 2021. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
- Soetjningsih, 2014. *Tumbuh Kembang dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung
- Subagyo, 2007. *Studi Kelayakan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: PT Elex Media Komputido
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Vijayaraghan, 2009. *Anemia karena Defisiensi Zat Besi*. In: *M. J. Gibney, et all. Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC
- Warsiti Sri, 2013. *Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas XI Tentang Pentingnya Mengkonsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Di SMA Muhammadiyah 1 Sragen Tahun 2013*. Surakarta: Stikes Kusuma Husada.
- Waryana, 2008. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihara
- Wawan Dewi, 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Wiratna, 2014. *SPSS untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press