

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG TABLET FE DENGAN MOTIVASI MAHASISWI DALAM MENGKONSUMSI TABLET FE SAAT MENSTRUASI DI STIKES MUHAMMADIYAH PEKAJANGAN PEKALONGAN

Asri Wikan Lestari, Aida Rusmariansa

STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Jln. Raya Ambokembang No. 8 Kedungwuni Pekalongan Indonesia

Email : lestariasri687@gmail.com

Abstrak : Zat besi merupakan zat yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin, mioglobin, dan dibutuhkan dalam metabolisme tubuh. Peningkatan jaringan tubuh dan jumlah sel darah merah berhubungan dengan pertumbuhan yang pesat pada remaja. Pada saat mulai menstruasi terjadi peningkatan kebutuhan zat besi yang signifikan pada remaja. Tambahan zat besi (Fe) untuk remaja wanita diperlukan untuk menggantikan kehilangan zat besi selama menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswa dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Desain penelitian *survei analitik*, menggunakan metode *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan responden mahasiswa semester 2 yang telah mendapatkan penyuluhan tentang tablet Fe. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah 41 responden. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dan motivasi. Hasil analisa data menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan nilai p value sebesar $0,031 < \alpha (0,05)$, sehingga didapatkan kesimpulan ada hubungan pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswa dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Penelitian ini merekomendasikan agar petugas keperawatan bekerja sama dengan guru SMA/SMK untuk lebih meningkatkan program penyuluhan tentang tablet Fe dan meningkatkan motivasi remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi.

Kata kunci : Menstruasi, Motivasi, Pengetahuan, Tablet Fe

Daftar Pustaka : 46 (2007-2017)

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-	merupakan zat yang diperlukan
hari, manusia membutuhkan	untuk pembentukan hemoglobin,
mikronutrien yang baik bagi	mioglobin, dan dibutuhkan
metabolisme tubuh, salah	dalam metabolisme tubuh. Zat
satunya adalah zat besi. Zat besi	besi berfungsi untuk

mengangkut dan menyimpan oksigen, mengangkut elektron mitokondria, dan sintesis DNA (*deoxyribonucleic acid*) (Fatmah, 2010, h. 132). Zat besi dalam tubuh manusia secara berurutan sebagian besar terdapat dalam sel darah merah (eritrosit), pada jaringan hati, limpa, dan sumsum tulang, dan paling sedikit terdapat dalam inti sel, plasma dan dalam otot sebagai mioglobin (Widuri dan Pamungkas, 2013, h. 102).

Peningkatan jaringan tubuh dan jumlah sel darah merah berhubungan dengan pertumbuhan yang pesat pada remaja. Pada saat mulai menstruasi terjadi peningkatan kebutuhan zat besi yang signifikan pada remaja (Krummel dan Kris-Etherton, 1996) dalam (Briawan, 2013, h.

16). Pada masa remaja terjadi proses kehidupan menuju kematangan fisik dan perkembangan emosional antara anak-anak dan sebelum dewasa. Kategori periode usia remaja yang mengalami peningkatan kebutuhan zat besi menurut WHO (*World Health Organization*) menetapkan remaja yang berusia antara 10-19 tahun. Selama masa remaja, seseorang akan mengalami pertumbuhan fisik yang sangat pesat, salah satu tandanya adalah terjadi menstruasi pada remaja putri (Briawan, 2013, h. 9).

Menstruasi adalah perdarahan periodik pada uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Indriyani, 2013, h. 27). Pada saat remaja mengalami menstruasi, hal yang sering dirasakan antara lain

perasaan malas bergerak, badan terasa lemas, mudah merasa lelah, nafsu makan meningkat, emosi menjadi labil, kram perut, kepala nyeri, pingsan, berat badan bertambah, dan pinggang terasa pegal (Indriyani, 2013, h. 32). Hal ini disebabkan karena tubuh sedang mengalami proses perdarahan yang berakibat pada peningkatan sensitifitas tubuh. Menstruasi menyebabkan dismenorea, nyeri dismenorea berasal dari kontraksi rahim yang dirangsang oleh prostaglandin (kelenjar kelamin). Nyeri yang dirasakan semakin hebat ketika bekuan atau potongan jaringan dari lapisan rahim melewati serviks (leher rahim), terutama jika saluran serviknya sempit. Dismenorea juga bisa disertai sakit kepala, mual,

sembelit/diare, dan muntah karena hormon prostaglandin dilepaskan dalam jumlah berlebihan ke dalam peredaran darah.

Pada saat terjadi menstruasi, remaja mengalami perdarahan pada uterus. Terjadinya perdarahan menyebabkan keluarnya darah dalam jumlah yang tidak sedikit. Padahal darah memiliki beberapa fungsi yang sangat penting di dalam tubuh. Kebanyakan sel darah merah diproduksi secara teratur di dalam sumsum tulang. Untuk memproduksi hemoglobin dan sel darah, diperlukan zat besi dan vitamin yang diperoleh dari makanan sehari-hari (Briawan, 2013, h. 15). Zat besi yang terkandung dalam makanan belum tentu dapat mencukupi

kebutuhan zat besi saat menstruasi.

Tambahan zat besi untuk remaja wanita diperlukan untuk menggantikan kehilangan zat besi selama menstruasi. Hallberg (1996) menyebutkan bahwa menstruasi selama remaja tidak berbeda dengan usia reproduktif lainnya, rata-rata kehilangan darah menstruasi 84 ml, dengan asumsi kehilangan Hb 133 g/dl, membutuhkan tambahan zat besi 0,56 mg/hari. Tambahan zat besi untuk persentil ke 10 sebesar 0,17 mg/hari dan persentil ke 90 sebesar 1,08 mg/hari. Tambahan zat besi untuk mempertahankan keseimbangan akibat kehilangan darah menstruasi di butuhkan sebanyak 2,1 mg/hari (Briawan, 2013, h. 19). *FAO (Food and Agriculture Organization)* /WHO menyebutkan bahwa

kebutuhan zat besi pada remaja putri sangat penting sehingga tidak menyebabkan tingginya prevalensi anemia pada remaja putri (Briawan, 2013, h. 22). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Indartanti tahun 2014, yaitu dilihat dari asupan diketahui bahwa sebanyak 63,3% siswi yang asupan zat besinya kurang dari kebutuhan, sedangkan asupan protein, vitamin C, vitamin B12 dan folat sebagian besar sudah dalam kategori cukup. Hasil analisis bivariat ada hubungan asupan zat besi ($p=0,000$) dan asupan folat ($p=0,006$) dengan kejadian anemia. Hasil analisis multivariat menggunakan uji regresi logistik menunjukkan variabel asupan zat besi yang

berpengaruh terhadap anemia ($p < 0,05$).

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat diseluruh dunia, yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju, penderita anemia diperkirakan dua milyar, dengan prevalensi terbanyak di wilayah Asia dan Afrika (UN-SCN, 2014). Bahkan WHO menyebutkan bahwa anemia merupakan 10 masalah kesehatan terbesar di abad modern ini. Kelompok yang beresiko tinggi menderita anemia adalah wanita usia subur, ibu hamil, anak usia sekolah, dan remaja (INACG, 2001) dalam (Briawan, 2013). Prevalensi anemia di Indonesia termasuk berada pada kategori sedang, di tahun 2000 pada

kelompok usia remaja 10-19 tahun mengalami anemia sekitar 1,2 milyar (1/5 populasi) dari total populasi di dunia. Sedangkan di Indonesia dari total penduduk tahun 2005, sebanyak 218 juta, proporsi kelompok usia remaja usia 10-19 tahun sebesar 41 juta, dan 20,5 juta di antaranya perempuan (World Bank, 2003) dalam (Briawan, 2013). Berdasarkan laporan Dinkes (2016) prevalensi anemia pada remaja putri di Kabupaten Pekalongan dari total remaja putri 2.341 yang mengalami anemia sebesar 21,48%. Masih banyaknya remaja putri yang mengalami anemia, membuat pemerintah membentuk strategi dengan membuat program pemberantasan anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Yuniarti, Rusmilawaty, dan Tri Tunggal pada tahun 2013 yaitu ada hubungan antara kepatuhan minum tablet besi dengan kejadian anemia di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar.

Strategi penanganan masalah anemia yang disebabkan oleh menstruasi atau kehamilan dapat dilakukan melalui peningkatan status zat besi sejak masa remaja. Kebutuhan zat besi remaja sangat sulit untuk dipenuhi. Oleh sebab itu, salah satu program penanggulangan yang dilakukan oleh pemerintah adalah suplementasi. Pemberian suplementasi mingguan kepada wanita dengan 60 mg zat besi. Target program suplementasi zat besi pada umumnya adalah ibu

hamil, anak-anak, remaja wanita, dan wanita usia subur (WUS). Pada remaja pemberian suplementasi zat besi dapat dilakukan melalui sekolah, klinik (puskesmas), dan organisasi remaja (MOST, 2004). Di Indonesia, strategi operasional penanggulangan anemia dijabarkan dalam tiga kegiatan pokok, yaitu KIE, suplementasi tablet tambah darah (TTD), dan pemantapan jaringan distribusi (Depkes, 2003) dalam (Briawan, 2013, hh. 83-84). Program tersebut diberikan kepada seluruh Puskesmas di wilayah Kabupaten Pekalongan. Program yang dibentuk sejak tahun 2015 dan masih berlangsung sampai tahun 2018. Pelaksanaan program tersebut dilakukan oleh Puskesmas dengan bekerja sama

dengan sekolah menengah atas dalam pemberian suplementasi tablet tambah darah/ tablet Fe dan pemeriksaan Hb. Pemberian tablet Fe diberikan sebanyak 1 (satu) kali seminggu selama 2 (dua) tahun kepada siswi remaja putri di Sekolah Menengah Atas (SMA).

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, pada delapan mahasiswi ditemukan bahwa mereka meminum tablet Fe saat masih menerima program pemberian suplementasi dari pemerintah melalui puskesmas ke sekolah. Tetapi, sekarang dari delapan mahasiswi tersebut hanya satu yang terkadang meminum tablet Fe sedangkan tujuh diantaranya tidak meminum tablet Fe khususnya

pada saat menstruasi. Alasan mereka tidak meminum tablet Fe saat menstruasi diantaranya adalah tidak ada perbedaan yang dirasakan oleh tubuh antara meminum tablet Fe dan tidak saat menstruasi, menganggap tablet tambah darah tidak penting untuk diminum apabila tubuh tidak terlalu lemas dan pusing saat menstruasi, dan malas meminumnya karena rasanya aneh, baunya amis, menimbulkan rasa mual. Padahal berdasarkan dari hasil studi pendahuluan dengan melakukan pemeriksaan Hb pada delapan mahasiswi dengan hasil mahasiswi dengan Hb di bawah 12 g/dl terdapat lima mahasiswi dan mahasiswi dengan Hb di atas 12 g/dl terdapat tiga mahasiswi.

Kesadaran mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi tidak lepas dari informasi dan pengetahuan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fraditiya yaitu tingkat pengetahuan ibu hamil tentang tablet zat besi (Fe) yang tinggi dapat membentuk sikap positif terhadap kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe. Tanpa adanya pengetahuan tentang zat besi (Fe), maka ibu sulit menanamkan kebiasaan dalam menggunakan bahan makanan sumber zat besi yang penting bagi kesehatan ibu hamil. Kurangnya motivasi sering dijumpai sebagai faktor yang penting dalam masalah defisiensi zat besi. Hal ini dapat terjadi karena masyarakat kurang mampu dalam

menerapkan informasi tentang tablet Fe dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk dapat melakukan suatu tingkah laku membutuhkan dorongan yang disebut motif. Motivasi merupakan faktor yang mendorong seseorang untuk bertindak laku untuk mencapai tujuan tertentu. Penggerak motivasi itu ada dua yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik (Saam dan Wahyuni, 2013, h.51). Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang dan motivasi ekstrinsik berasal dari luar diri seseorang. Menurut Sabri (2005, h.85) dalam Hartanti dan Ningrum (2015) menguraikan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat

memunculkan motivasi intrinsik. Individu yang memiliki pengetahuan dalam bidang tertentu akan memiliki ketertarikan tersendiri terhadap hal-hal yang berkaitan dengan ketertarikan tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hartanti dan Ningrum dengan menggunakan *metode one group pretest-posttest* dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa pemberian edukasi nutrisi zat besi efektif terhadap motivasi remaja putri mengkonsumsi nutrisi zat besi saat menstruasi pada siswi kelas XI SMKN 01 Sragi Kabupaten Pekalongan.

Berdasarkan latar belakang di atas dan mengingat pentingnya kesehatan remaja putri terutama mengenai sistem reproduksi, yang berkaitan pada

kondisi kesehatan fisik yang berakibat pada masa yang akan datang dalam menciptakan wanita usia subur (WUS) yang sehat maka masalah yang muncul dalam penelitian ini adalah “ Apakah Ada Hubungan Pengetahuan Tentang Tablet Fe Dengan Motivasi Mahasiswi Dalam Mengkonsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan”

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *survey analitik* dan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *simple random sampling* sebanyak 41 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian ini dilakukan di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan pada tanggal 5 Juli-11 Juli 2018.

HASIL DAN PEMBAHASAN**HASIL**

1. Analisa Univariat

- a. Gambaran pengetahuan tentang tablet Fe pada mahasiswi STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Tabel 5.1

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
baik	17	41,5
cukup	13	31,7
kurang	11	26,8
Total	41	100,0

Berdasarkan tabel 5.1 distribusi frekuensi pengetahuan diketahui bahwa hampir separuh yaitu 17 (41,5%) responden mempunyai pengetahuan baik, 13 (31,7%) responden mempunyai pengetahuan cukup, dan sebanyak 11 (26,8%) responden mempunyai pengetahuan kurang.

- b. Gambaran motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Tabel 5.2

Motivasi	Frekuensi	Persentase (%)
positif	22	53,7
negatif	19	46,3
Total	41	100,0

Berdasarkan tabel 5.2 distribusi frekuensi motivasi diketahui bahwa lebih dari separuh (53,7%) atau sebanyak 22 responden memiliki motivasi positif dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi dan sebanyak 19 (46,3%) responden memiliki motivasi negatif dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi.

2. Analisa Bivariat

Hubungan pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswi

dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Tabel 5.3

Pengetahuan	Motivasi		Total	P value
	positif	Negatif		
Baik	13 76,5%	4 23,5%	17 100,0%	0,031
Cukup	6 46,2%	7 53,8%	13 100,0%	
Kurang	3 27,3%	8 72,7%	11 100,0%	
Total	22 53,7%	19 46,3%	41 100,0%	

Berdasarkan tabel 5.4 analisis hubungan pengetahuan dengan motivasi menunjukkan bahwa dari 17 responden yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 13 responden (76,5%) memiliki motivasi positif untuk mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi dan 4 responden (23,5%) memiliki motivasi negatif untuk mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Responden yang mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 13 responden, responden yang mempunyai pengetahuan cukup

sebanyak 6 responden (46,2%) memiliki motivasi positif untuk mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi dan 7 responden (53,8%) memiliki motivasi negatif untuk mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Sedangkan diantara responden yang mempunyai pengetahuan kurang, ada 3 dari 11 responden atau (27,3%) memiliki motivasi positif untuk mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi dan sisanya 8 (72,7%) responden memiliki motivasi negatif untuk mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi.

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* didapatkan hasil p value sebesar 0,031 berarti p value $< \alpha$ (0,05) sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswa dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

PEMBAHASAN

1. Gambaran pengetahuan tentang tablet Fe pada mahasiswi STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Hasil analisis univariat terhadap pengetahuan tentang tablet Fe pada mahasiswi STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan diketahui bahwa sebanyak 17 (41,5%) responden mempunyai pengetahuan baik, sebanyak 13 (31,7%) responden mempunyai pengetahuan cukup, dan sebanyak 11 (26,8%) responden mempunyai pengetahuan kurang. Dapat disimpulkan bahwa hampir separuh mahasiswi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan mempunyai pengetahuan yang baik.

Pengetahuan mahasiswi tentang tablet Fe ini dapat diperoleh melalui pemberian informasi dan penyuluhan tablet Fe sebagai suplementasi gizi

remaja di SMA/SMK, hal ini bisa sebagai faktor yang mempengaruhi pengetahuan mengenai tablet Fe. Sehingga menyebabkan pengetahuan dan kesadaran mahasiswi mengenai tablet Fe menjadi lebih baik. Tiap-tiap individu untuk menangkap dan mengolah informasi yang diterima dipengaruhi oleh ketajaman panca indera, sehingga akan menghasilkan pemahaman yang positif. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo tahun 2003 (dikutip dalam Wawan dan Dewi, 2010, h. 11), pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Aisah (2010) bahwa pendidikan formal berfungsi sebagai sarana pemberdayaan individu untuk meningkatkan pengetahuan dalam rangka pengem-

bangun potensi diri. Selain itu, penelitian lain yang mendukung yaitu hasil penelitian yang dilakukan oleh Prasetya Lestari, dkk (2012), menyatakan bahwa responden yang mengkonsumsi tablet Fe sebagai suplemen saat menstruasi tidak terlepas dari informasi, pengetahuan dan kesadaran dari remaja putri itu sendiri.

2. Gambaran motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Hasil analisa univariat terhadap motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan diketahui bahwa lebih dari separuh (53,7%) atau sebanyak 22 responden memiliki motivasi positif dalam mengkonsumsi tablet Fe saat

menstruasi dan sebanyak 19 responden memiliki motivasi negatif dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan dalam kategori motivasi positif.

Motivasi adalah sesuatu yang mendorong, atau pendorong seseorang bertingkah laku untuk mencapai tujuan tertentu. Tingkah laku termotivasi dilatarbelakangi oleh adanya kebutuhan. Kebutuhan tersebut diarahkan pada pencapaian tujuan tertentu (Saam dan Wahyuni, 2013, h. 51).

Motivasi seseorang berbeda antara satu orang dengan orang lain, selain terletak pada kemampuannya untuk bekerja, juga tergantung kepada keinginan mereka untuk

meraih tujuan yang telah ditetapkan di dalam pikiran mereka. Motivasi seseorang bergantung seberapa besar kekuatan dari motivasi yang berada di dalam dirinya untuk mewujudkan keinginan itu sendiri. Unsur-unsur motivasi yang berada dalam diri seseorang terdiri dari tiga unsur yang saling berkaitan yaitu kebutuhan, minat, dan harapan (Taufik tahun 2007 dikutip dalam Ma'rufah, 2015, hh. 12-13).

Responden yang memiliki motivasi positif dapat dipengaruhi oleh faktor internal yaitu kebutuhan, minat, harapan yang timbul dari diri sendiri. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Alifah (2016) yaitu seseorang bermotivasi baik akan mendorong untuk melakukan sesuatu yang baik, misalnya mempunyai motivasi mengkonsumsi tablet Fe karena ingin menjaga kesehatan dirinya. Motivasi positif dalam

mengonsumsi tablet Fe timbul karena keinginan untuk mencegah anemia dan menjaga kesehatan diri.

Responden yang memiliki motivasi negatif dapat dipengaruhi oleh faktor internal, selain faktor internal juga dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti dukungan keluarga dan lingkungan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya Lestari, dkk. (2012), 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 siswa yang tidak mengonsumsi tablet Fe saat

menstruasi bisa saja dikarenakan karena motivasi dan kesadaran yang rendah sehingga kemampuannya dalam mengolah rangsangan dari luar juga rendah.

Selain itu, anggapan tablet tambah darah tidak penting untuk diminum apabila tubuh tidak terlalu lemas dan pusing saat menstruasi, malas meminumnya karena rasanya aneh dan baunya amis, serta menimbulkan rasa mual, hal tersebut dapat menunculkan motivasi yang negatif. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prasetya Lestari, dkk., (2012), menyebutkan bahwa konsumsi tablet Fe pada remaja 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.

3. Hubungan pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Hasil penelitian ini didapatkan nilai $P \text{ value} = 0,031 < \alpha (0,05)$ yang artinya adalah adanya hubungan antara pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, terdapat hubungan antara pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi. Pengetahuan mahasiswi tentang tablet Fe yang baik akan mengakibatkan dampak yang baik dalam pemeliharaan kesehatannya. Pengetahuan mahasiswi tentang tablet Fe yang kurang mengakibatkan dampak yang tidak baik dalam pemeliharaan kesehatannya.

Pengetahuan mahasiswi tentang tablet fe ini dapat diperoleh dari penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. Dengan adanya program yang dilakukan oleh tenaga kesehatan/puskesmas menjadikan pengetahuan mahasiswi meningkat, sehingga dapat mendorong minat atau motivasi mereka untuk menerapkan manfaat tablet Fe dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Sabri, A (2005, h.85) dikutip dalam Hartanti dan Ningrum (2015) menguraikan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat memunculkan motivasi intrinsik. Individu yang memiliki pengetahuan dalam bidang tertentu akan memiliki ketertarikan tersendiri terhadap hal-hal yang berkaitan tersebut. Artinya mahasiswi yang memiliki pengetahuan yang sudah didapat mengenai tablet Fe dapat memunculkan motivasi intrinsik. Sehingga pengetahuan yang didapatkan oleh mahasiswi tentang tablet Fe diharapkan dapat memunculkan motivasi intrinsik pada mahasiswi untuk mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi.

Hartanti dan Ningrum (2015) menyatakan bahwa manusia yang hakiki dalam pandangan Islam adalah manusia yang menyadari dirinya/statusnya sebagai ciptaan

Allah dan menyadari serta mengaplikasikan tugasnya dihadapan Allah dalam bentuk ibadah. Sehingga manusia dengan segala potensinya tidak perlu ragu sedikitpun untuk mempelajari dan meneliti alam semesta. Sang Pencipta telah menyediakan segala sesuatu di alam ini untuk digali agar manusia sejahtera dan bahagia. Allah memberikan fitrah potensi kepada manusia untuk mampu membangun peradabannya. Dalam rangka mewujudkan suatu peradaban haruslah memiliki ilmu pengetahuan dan teknologi agar mampu meningkatkan kualitas hidup manusia.

Sebagaimana Allah telah berfirman dalam Al-Qur'an yaitu :

"Allah tidak akan merubah nasib suatu bangsa, hingga mereka berusaha keras untuk merubahnya" (QS, Ar-Ra'd:11)

Ayat tersebut memiliki sifat dinamis, karena mengajarkan untuk selalu berusaha dengan sungguh-sungguh dalam meningkatkan kualitas diri. Islam bukan hanya terbuka terhadap pembaharuan yang dilakukan ilmu pengetahuan, melainkan juga mendorong dicapainya kemajuan bidang tersebut.

Arti ayat tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yaitu apabila mahasiswi sudah mendapatkan pengetahuan mengenai tablet Fe, maka mahasiswi tersebut berpotensi untuk mengubah diri sendiri menjadi lebih baik atau tidak, apabila mahasiswi ingin menerapkan manfaat tablet Fe untuk kesehatannya atau tidak menerapkan manfaat tablet Fe untuk kesehatannya. Karena segala sesuatu baik kebutuhan, minat dan harapan yang tahu hanyalah diri sendiri, apabila diri sendiri tidak berkeinginan untuk merubah hidup

menjadi lebih baik maka tidak akan ada orang lain yang merubah untuk dirinya.

SIMPULAN

Hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, menunjukkan bahwa berdasarkan uji statistik menggunakan uji *chi square* didapatkan nilai p value $0,031 < 0,05$, berarti ada hubungan pengetahuan tentang tablet Fe dengan motivasi mahasiswi dalam mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi di STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

REFERENSI

- Aisah, dkk. (2010). *Pengaruh Edukasi Kelompok Sebaya Terhadap Perubahan Perilaku Pencegahan Anemia Gizi Pada Wanita Usia Subur Di Kota Semarang*, Prosiding Seminar Nasional Unimus 2010.
- Alifah. (2018). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu*

Hamil Mengonsumsi Tablet Fe Di Puskesmas Gamping 2, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

- Asri, Y & Handayani, D. (2015). *Kesehatan Reproduksi Bidang Keahlian Kesehatan*, Jakarta: EGC.
- Briawan, D. (2013). *Anemia Masalah Gizi Pada Remaja*, Jakarta : EGC.
- Cakrawati, D. & Mustika NH. (2012). *Bahan Pangan, Gizi, Dan Kesehatan*, Bandung : Alfabeta.
- Damartanti. (2012). *Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas XI SMAN 5 Surakarta Tentang Pentingnya Meminum Tablet Fe Saat Menstruasi Tahun 2012*, KTI, Terpublikasi, diakses tanggal 14 Februari 2018 pukul 22:27.
- Dewi, M. U. K. (2013). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana untuk Mahasiswa Bidan*, Jakarta : Trans Info Media.
- Dieny, F. F. (2014). *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*, Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Dinkes .(2016). *Hasil Pemeriksaan Anemia Remaja Putri Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan Tahun 2016*.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*, Jakarta : Erlangga.
- Hartanti dan Ningrum. (2015). *Efektifitas Edukasi Nutrisi Zat Besi Terhadap Motivasi Remaja Putri Mengonsumsi Nutrisi Zat Besi Saat*

- Menstruasi Pada Siswi Kelas XI SMKN 01 Sragi Kabupaten Pekalongan*, Skripsi, STIKES Muhammadiyah Pekajangan, Pekalongan.
- Hastono, Priyo, Susanto. (2007). *Basic Data Analysis fot Health Reasearch Training Analisis Data Kesehatan*, Depok : SPH.
- Herlambang, S. (2014). *Perilaku Organisasi Cara Mudah Mempelajari Perilaku Manusia dalam Sebuah Organisasi*, Yogyakarta : Gosyen Publishing.
- Indriyani, D. (2013). *Keperawatan Maternitas Pada Area Perawatan Antenatal*, Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Isgiyanto, A. (2009). *Teknik Pengambilan Sampel Pada Penelitian Non-Eksperimental*, Jogjakarta : Mitra Cendikia.
- Khamzah, S. N. (2015). *Tanya Jawab Seputar Menstruasi*, Yogyakarta : FlashBooks.
- Kurniasari dan Suktiarti (2013). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan, Tingkat Pendidikan Dan Status Pekerjaan Dengan Motivasi Lansia Berkunjung Ke Posyandu Lansia Di Desa Dadirejo Kecamatan Tirto Kabupaten Pekalongan*, Skripsi, STIKES Muhammadiyah Pekajangan, Pekalongan.
- Laila, N.N. (2011). *Buku Pintar Menstruasi + Solusi atas segala Keluhannya*, Jogjakarta : BukuBiru.
- Lestari, dkk., (2015). *Pengetahuan Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMAN 2 Banguntapan Bantul*, Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia.
- Ma'rufah .(2015). *Hubungan Motivasi Ibu Hamil Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe) Di Kelurahan Gebang Kecamatan Patrang Kabupaten Jember*. Skripsi, Terpublikasi, diakses tanggal 02 Januari 2018 pukul 16:05.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*, Jakarta : Salemba Medika.
- Praditiya. (2014). *Motivasi Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe di BPM Nur Aini Anwar, Amd.Keb Desa Mlandingan Kecamatan Mlandingan Kabupaten Situbondo*, KTI, Terpublikasi, diakses tanggal 02 Januari 2018 pukul 16:19 WIB.
- Rahayu, dkk. (2015). *Hubungan Pengetahuan Dan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Mahasiswa Tingkat III Akbid Ngudi Waluyo Ungaran*,

- KTI, Terpublikasi, diakses tanggal 02 Januari 2018 pukul 16:53.
- Riyanto, A. (2009). *Pengolahan Dan Analisis Data Kesehatan (Dilengkapi Uji Validitas dan Reliabilitas Serta Aplikasi Program SPSS)*, Yogyakarta : Nuha Medika.
- Riyanto, A. (2010). *Pengolahan Dan Analisis Data Kesehatan (Dilengkapi Uji Validitas dan Reliabilitas Serta Aplikasi Program SPSS)*, Yogyakarta : Nuha Medika.
- Romlah. (2015). *Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Trimester II Tentang Tablet Fe Di BPM Yustina Sudarwati Kauman Dukuh Tangen Sragi*, KTI, Terpublikasi, diakses tanggal 14 Februari 2018 pukul 22:21.
- Saam, Z & Wahyuni, S. (2013). *Psikologi Keperawatan*, Jakarta : Rajawali.
- Sardiman. (2014). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta : Rajawali.
- Sastroasmoro, S. (2014). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi ke-5*, Jakarta : Sagung Seto.
- Sediaoetama, A, D. (2010). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid II*, Jakarta : Dian Rakyat.
- Sediaoetama, A, D. (2012). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia Jilid I*, Jakarta : Dian Rakyat.
- Sirait. (2008). *ISO Informasi Spesialite Obat Indonesia*, Vol. 43, Jakarta : ISFI.
- Sukandar, E. Y, Andrajati, R, Sigit, J. I, Adnyana, I. K, Setiadi, A. P, Kusnandar. (2008). *Iso Farmakoterapi*, Jakarta : ISFI.
- Susanti dan Ulfa. (2012). *Hubungan Perilaku Minum Tablet Zat Besi Pada Remaja Putri Dengan Kadar Hemoglobin*, *Jurnal Ners dan Kebidanan Volume 1, No. 1, Maret 2014*.
- Taiyeb, dkk. (2012). *Pengaruh Suplementasi Zat Besi (Fe) Terhadap Kadar Ferritin Darah Atlet Wanita Saat Menstruasi*, *Jurnal Bionature, Volume 13, Nomor 1, April 2012, hlm. 48-51*.
- Wawan, A. & Dewi, M. (2010). *Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Manusia*, Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wiarto, G. (2013). *Ilmu Dalam Olahraga*, Yogyakarta : Gosyen Publishing.
- Wiarto, G. (2014). *Mengenal Fungsi Tubuh Manusia*, Yogyakarta : Gosyen Publishing.
- Widuri, H. & Pamungkas D. M. (2013). *Komponen Gizi & Bahan Makanan Untuk Kesehatan*, Yogyakarta : Gosyen Publishing.
- Wigati, E. F. S. (2008). *MIMS Indonesia Petunjuk Konsultasi*, Jakarta : cmpmedika.
- Wijayaningsih, K. S. (2014). *Psikologi Keperawatan*, Jakarta : Trans Info Media.

Wiludjeng, S. (2007). *Pengantar Manajemen*, Yogyakarta : Graha Ilmu.

Yuniarti, dkk. (2015). *Hubungan Antara Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar*, *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, Vol. 2 No 1, April 2015.

