

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini di SMA Negeri 1 Tempel yang bertempat di dusun Banjarharjo, Pondokrejo, Tempel, Sleman, Yogyakarta, di atas tanah seluas 10.362 m². Batas wilayah sebelah utara adalah jalan raya provinsi arah Semarang, bagian timur berbatasan jalan raya Gendol, sementara selatan berbatasan dengan SMP Negeri 3 Tempel. Peserta didik dari kelas x hingga xii berjumlah 309 murid.

SMA Negeri 1 Tempel mempunyai visi berprestasi, menguasai teknologi tepat guna serta berlandaskan iman dan taqwa. Misi sekolah ini antara lain mengembangkan dan meningkatkan mutu akademik berstandar nasional dengan menerapkan kurikulum lokal, meningkatkan kedisiplinan ketertiban melalui penertiban tata tertib, meningkatkan ketaqwaan budi pekerti luhur melalui kegiatan keagamaan, mengembangkan bakat dan minat siswa melalui berbagai kegiatan

kesiswaan dalam Organisasi Siswa Intra Sekolah maupun kegiatan ekstrakurikuler serta menanamkan nilai keteladanan dan budi pekerti melalui kegiatan sosial kemasyarakatan yang sesuai dengan norma keagamaan dan budaya masyarakat.

B. Analisis Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah siswi kelas X SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 28 orang. Karakteristik responden yang diamati dalam penelitian ini berdasarkan umur siswi kelas X SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta. Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Umur Siswi Siswi Kelas X SMANegeri 1 Tempel Sleman

No.	Umur (tahun)	Frekuensi	Prosentase
1.	16	24	85,7%
2.	17	3	10,7%
3.	18	1	3,6%
Jumlah		28	100,0%

Sumber: Data primer 2012

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa sampel yang diteliti berumur 16 sampai 18 tahun karena responden yang diteliti adalah siswi yang masih duduk di kelas X. Karakteristik responden berdasarkan umur siswi menunjukkan mayoritas siswi berumur antara 16 tahun sebanyak 24 orang (85,7%), dan paling sedikit sebanyak 1 orang (3,6%) berumur 18 tahun. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas umur siswi yang menjadi responden dalam penelitian ini berusia 16 tahun.

2. Analisis Univariat

a. Pola Konsumsi Protein

Hasil deskripsi konsumsi protein siswi kelas X SMA Negeri 1 Tempel Sleman Yogyakarta disajikan dalam tabel 4.2 berikut ini.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Protein Siswi Kelas X SMANegeri 1 Tempel Sleman

No	Kriteria	Frekuensi	Persentase(%)
1.	Baik	12	42,9%
2.	Cukup	13	46,6%
3.	Kurang	3	10,7%
Total		28	100,0%

Sumber: Data primer 2012

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas pola konsumsi protein termasuk dalam kategori cukup yaitu sebanyak 13 orang (46,4%) dan paling sedikit yang memiliki pola konsumsi kurang yaitu 3 orang (10,7%).

b. Kejadian Anemia

Hasil deskripsi kejadian anemia pada siswi kelas X SMA Negeri 1 Tempel Sleman disajikan dalam tabel 4.3 berikut ini:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas X SMANegeri 1 Tempel Sleman

No	Kejadian	Frekuensi	Persentase(%)
1	Tidak Anemia	16	57,1%
2.	Anemia Sedang	12	42,9%
3.	Anemia Berat	0	0
Total		28	100,0

Sumber: Data primer 2012

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas siswi kelas X SMA Negeri I Tempel Sleman Yogyakarta tidak mengalami anemia yaitu sebanyak

16 orang (57,1%) dan paling sedikit yang mengalami anemia sedang yaitu sebanyak 12 orang (42,9%).

3. Analisis Bivariat

Hasil pengujian hipotesis dapat disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 4.4 Hubungan Pola Konsumsi Protein dengan Kejadian Anemia Anemia Pada Siswi Kelas X SMANegeri 1 Tempel Sleman

Kejadian anemia	Pola konsumsi protein			Total	Correlation	P sig.
	Baik	Cukup	Kurang			
Tidak anemia	10 (35,7%)	6 (21,4%)	0 (0,0%)	16 (57,1%)	0,523	0,004
Anemia sedang	2 (7,1%)	7 (25,0%)	3 (10,7%)	12 (42,9%)		
Anemia berat	0	0	0	0		
Total	12 (42,9%)	13 (46,4%)	3 (10,7%)	28 (100%)		

Sumber: data primer 2012

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa siswi yang mempunyai pola konsumsi protein baik, tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 10 orang (35,7%).

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan nilai probabilitas (p) sebesar 0,004. Hal tersebut berarti nilai probabilitas lebih kecil dari taraf signifikansi ($0,004 < 0,05$) sehingga disimpulkan bahwa hipotesis diterima yang artinya ada hubungan pola konsumsi protein dengan kejadian anemia pada siswi kelas X SMA Negeri I Tempel Sleman Yogyakarta. Nilai korelasi *Spearman* sebesar 0,523 yang artinya memiliki tingkat keeratan hubungan antar variabel dalam tingkatan sedang, sehingga kejadian anemia pada siswi kelas X SMA Negeri I Tempel Sleman Yogyakarta ada hubungannya dengan pola konsumsi protein yang dilakukan sehari-hari oleh responden.

C. Pembahasan

1. Pola Konsumsi Protein

Sumber protein yang dikonsumsi dalam setiap kali makan berdasarkan hasil penelitian ada 3, yaitu: konsumsi protein nabati, hewani, dan gabungan

antara nabati dan hewani. Responden lebih banyak mengonsumsi protein gabungan sebanyak 75%. Protein hewani yang sering dikonsumsi adalah telur, sedangkan protein nabati yang sering dikonsumsi adalah sereal. Hal ini dikarenakan sumber protein tersebut mudah ditemui di kantin maupun tempat makan lainnya. Pada masa remaja cenderung mengonsumsi makanan yang pernah dicoba sehingga lebih sering mengonsumsi jenis protein yang sama (Arisman, 2004:31).

Berikut daftar skor pertanyaan yang dijawab sehingga dapat diketahui aspek apa saja yang masih dijawab dengan skor rendah:

Tabel 4.5 Skor pertanyaan jawaban responden

No	Pertanyaan	Opsi pertanyaan			Total	Nilai rerata
		a(1)	b(2)	c(3)		
1	Jenis protein yang dikonsumsi	1	6	21	28	2,7
2	Contoh protein nabati yang dikonsumsi	17	4	7	28	1,6
3	Berapa kali mengonsumsi protein nabati	6	15	7	28	2,0
4	Porsi setiap kali mengonsumsi protein nabati	13	2	13	28	2,0
5	Contoh konsumsi protein hewani	8	16	4	28	1,8
6	Berapa kali mengonsumsi protein hewani dalam sehari	9	11	8	28	1,9
7	Porsi setiap kali mengonsumsi protein hewani	6	5	17	28	2,3
8a	Mengonsumsi susu	4	18	6	28	2,0
8b	Porsi mengonsumsi susu	9	8	11	28	2,0
9	Jenis cemilan	10	5	13	28	2,1
10	Porsi cemilan yang berprotein	3	18	9	28	2,2

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa jawaban terendah pada pertanyaan nomor dua yaitu contoh protein nabati yang dikonsumsi. Mayoritas responden memilih protein nabati berupa sereal (gandum dan jagung), terlebih kedua bahan tersebut bisa diolah menjadi berbagai menu makanan cepat saji seperti kue, *humberger*, kebab yang berbahan dari gandum serta jajanan yang

banyak terbuat dari jagung. Menurut (Sediaoetomo, 2008:59) kandungan protein pada sereal hanya 9-15%, sementara kandungan tertinggi terdapat pada kacang kedelai sebesar 40%. Kacang kedelai yang di Indonesia mayoritas dijadikan bahan dasar tempe dan tahu tersebut kaya akan asam amino protein yang hampir mendekati protein hewani. Namun pada penelitian ini responden kurang berminat pada jenis makanan tahu tempe. Responden mayoritas berumur 16 tahun (85,7%), dilihat dari segi umur responden dalam penelitian ini termasuk kategori remaja. Menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional/BKKBN (Direktorat Remaja dan Perlindungan Hak Reproduksi) batasan usia remaja adalah 10 sampai 21 tahun (Okanegara, 2008, <http://www.kisara.org>, diperoleh tanggal 26 April 2012 jam 18.40 WIB). Perlu kerjasama antara guru, bidan dan ahli gizi untuk mengenalkan jenis makanan bergizi beserta kandungan gizi nya serta manfaat-manfaat lain agar timbul kesadaran pada remaja untuk lebih memvariasikan makanan yang dikonsumsi.

Pola konsumsi protein responden rata-rata adalah 2x masing-masing 1 porsi. Penelitian ini membuktikan bahwa sebagian besar responden mengkonsumsi protein cukup dari daftar porsi makanan yang dianjurkan. Responden enggan mengkonsumsi protein tiga kali sehari karena berpendapat makan berlebih dapat meningkatkan berat badan, aktifitas sekolah juga padat sehingga responden cenderung melupakan jadwal makan.

Hal tersebut sesuai dengan teori (Tan, 2006:8) banyak remaja sering merasa tidak puas dengan penampilan dirinya sendiri, apalagi kalau sudah menyangkut *body image* sehingga banyak remaja melakukan diet yang tidak sehat. Diet yang tidak sehat ini mengganggu pola konsumsi makan. Tubuh yang

seharusnya menerima cukup zat protein untuk melakukan berbagai aktivitas akan terhambat.

Responden tidak hanya mengonsumsi protein dalam bentuk lauk, akan tetapi terdapat beberapa responden yang mengonsumsi susu dan snack yang mengandung protein. Responden mengonsumsi snack dan susu dikarenakan responden kadang tidak sempat makan makanan utama dan di sela-sela kegiatan responden mengganti makanan utama dengan snack maupun susu. Hal ini sesuai dengan teori Suryono (2010) bahwa mengonsumsi susu pada masa remaja sangat dianjurkan untuk deposit untuk dimasa yang akan datang karena dalam susu banyak terkandung zat-zat gizi seperti protein, fosfor, vitamin D, vitamin C dan zat besi. Sedangkan cemilan pada dasarnya berguna untuk memberi gizi dan mengurangi rasa lapar saat menunggu waktu makan.

2. Kejadian Anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswi kelas X SMA Negeri 1 Tempel tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 16 orang (57,1%), yang mengalami anemia sedang sebanyak 12 orang (42,9%). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi masalah anemia pada remaja adalah karena pola makan yang salah, konsumsi protein yang kurang dan sebagian besar menderita cacingan dan menempel di usus sehingga nafsu makan berkurang, menstruasi yang banyak mengeluarkan darah (Sayogo, 2006:41). Tidak heran jika kasus anemia lebih banyak terjadi pada remaja perempuan umur 16-18 tahun.

Anemia adalah sindroma klinis yang ditandai oleh adanya penurunan hematokrit, hemoglobin dan jumlah eritrosit dalam darah

(Sudoyo, 2007:622). Anemia disebabkan berbagai hal antara lain dari segi makanan yang dikonsumsi, masukan nutrisinya tidak cukup mengandung protein. Menurut Varney (2006) tempat tinggal juga mempengaruhi kejadian anemia misalnya wanita yang tinggal di dataran tinggi, karena konsentrasi oksigen yang lebih rendah dalam atmosfer. Selain itu menurut Tan (2006:8), Anemia juga disebabkan lamanya menstruasi. Wanita yang mengalami menstruasi yang banyak selama lebih dari lima hari dikhawatirkan akan kehilangan besi, sehingga membutuhkan besi pengganti lebih banyak daripada wanita yang menstruasinya hanya tiga hari dan sedikit.

Anemia bisa menimbulkan gangguan kesehatan dari tingkat ringan sampai berat. Anemia yang sedang dan ringan dapat mengakibatkan gejala lesu, lemah, pusing, pucat dan penglihatan sering berkunang-kunang. Pada remaja berdampak sangat luas karena berhubungan dengan produktifitas dan konsentrasi belajar. Selain itu remaja anemia mudah terserang penyakit infeksi sehingga dapat menghambat kualitas sumber daya manusia (Sayogo,2006:108).

3. Hubungan Pola Konsumsi Protein Dengan Kejadian Anemia Siswi Kelas X SMA Negeri I Tempel Sleman

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi protein terhadap kejadian anemia pada siswi kelas X SMA Negeri I Tempel Sleman Yogyakarta. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik non parametris karena kedua data berbentuk ordinal,

jumlah sampel kurang dari 30 maka menggunakan analisa korelasi *Spearman Rank* (Riwidikdo, 2009:60).

Berdasarkan hasil penelitian yang diuji dengan statistik uji *Spearman Rank* yang digunakan untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan antara pola konsumsi protein dengan kejadian anemia pada siswi kelas X SMA Negeri I Tempel Sleman Yogyakarta, diperoleh nilai signifikansi (*probabilitas*) sebesar 0,004 yang nilainya lebih kecil dari taraf signifikansi 5% ($0,004 < 0,05$). Sehingga dari hasil statistik tersebut dapat disimpulkan hipotesisnya diterima yang artinya ada hubungan antara pola konsumsi protein dengan kejadian anemia pada kelas X SMA Negeri I Tempel Sleman Yogyakarta dengan besar korelasi sebesar 0,523 memiliki tingkat keeratan hubungan antar variabel dalam tingkatan sedang. Pola konsumsi yang rendah akan mempengaruhi kejadian anemia tetapi pengaruhnya hanya sedang saja. Hal ini bisa terjadi karena kejadian anemia selain dipengaruhi oleh pola konsumsi protein juga dipengaruhi oleh asupan makanan yang mengandung zat besi, lingkungan tempat tinggal, dan menstruasi. Intensitas berolahraga yang teratur juga mempengaruhi kejadian anemia (Varney, 2006:128).

Hasil uji hipotesis tersebut didukung oleh teori yang ditulis oleh (Almatsier, 2004:96) yang menyatakan apabila jumlah protein dalam tubuh kurang maka kemampuannya untuk mengangkut besi dalam sel darah merah menjadi berkurang sehingga terjadi gangguan pada absorpsi dan transportasi besi yang akan menyebabkan terjadinya anemia.

Anemia yang dialami seorang pelajar akan menyebabkan penurunan tingkat konsentrasi dalam belajar sehingga mempengaruhi kualitas produktivitas yang dihasilkan oleh pelajar tersebut. Semakin menurun tingkat konsentrasi

belajar semakin menurun pula kualitas sumber daya manusia yang dihasilkan. Dalam hal ini seharusnya pemerintah berusaha untuk meminimalis kejadian anemia yang dialami oleh remaja misalnya dengan penyuluhan kesehatan, pemeriksaan hemoglobin, dan bisa juga penyuluhan diet sehat.

Konsumsi protein berpengaruh penting dalam kejadian anemia karena protein merupakan zat di dalam tubuh yang mendukung terbentuknya hemoglobin dan membuat protein darah. Protein akan berikatan dengan besi atau ferum membentuk haemoglobin sebagai pembawa oksigen dalam darah. Oleh karena itu remaja putri dianjurkan untuk memperhatikan pola konsumsi protein yang biasanya mereka lakukan.

Dalam hal ini pelayanan kebidanan sebagai tenaga medis sangat diperlukan untuk menangani masalah anemia di lingkungan remaja putri. Peran bidan sebagai pendidik memberikan penyuluhan kesehatan kepada individu keluarga dan masyarakat tentang masalah kesehatan khususnya yang berhubungan dengan kesehatan perempuan. Bidan memberi penyuluhan tentang kebutuhan gizi remaja putri sebagai tindakan preventif terhadap anemia dan promotif pola konsumsi yang baik. Anemia dapat dicegah dengan cara memperbanyak konsumsi makanan yang mengandung zat besi, vitamin C, dan olahraga secara teratur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Russel (2010) yang menjadi responden dalam penelitian tersebut adalah remaja di Haiti usia 12-19 tahun. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa kekurangan protein akan mempengaruhi infeksi kekebalan tubuh.

Berdasarkan penelitian di atas disimpulkan bahwa meskipun responden mengkonsumsi protein hanya cukup, tetapi tidak mengalami anemia. Hal tersebut