

**TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 SELAT
KABUPATEN KARANGASEM**



Oleh:
NI PUTU EVI NILAWATI
NIM. P07131121004

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2024**

**TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 SELAT
KABUPATEN KARANGASEM**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan
Pendidikan Program Studi Gizi Program Diploma Tiga
Poltekkes Kemenkes Denpasar**

**Oleh :
NI PUTU EVI NILAWATI
NIM. P07131121004**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 SELAT KABUPATEN KARANGASEM

Oleh:

NI PUTU EVI NILAWATI
NIM. P07131121004

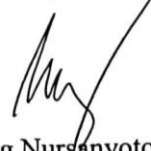
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Made Suarjana, SKM.M.Kes
NIP. 197209251998031002

Pembimbing Pendamping :



Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes
NIP. 196308191986031004

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Poltekkes Kemenkes Denpasar 



Dr. I Putu Suiraoaka, SST.M.Kes
NIP. 197301241995031001

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :

**TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 SELAT
KABUPATEN KARANGASEM**

Oleh :

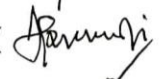
NI PUTU EVI NILAWATI
NIM. P07131121004

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU

TANGGAL : 22 MEI 2024

TIM PENGUJI :

- | | |
|----------------------------------|--|
| 1 Ida Ayu Eka Padmiari,SKM.M.Kes | Ketua Penguji () |
| 2 Ir. Desak Putu Sukraniti,M.Kes | Anggota 1 () |
| 3 I Made Suarjana,SKM.M.Kes | Anggota 2 () |

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Poltekkes Kemenkes Denpasar 



Dr. I-Putu-Suiraoka, SST.M.Kes
NIP. 197301241995031001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Evi Nilawati
NIM : P07131121004
Program Studi : Diploma Tiga Gizi
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2023/2024
Alamat : Br. Siladumi, Pering sari, Kec. Selat, Kab. Karangasem

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir ini dengan judul Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Status Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Selat Kabupaten Karangasem adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 22 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Evi Nilawati
P07131121004

**LEVEL OF COMPLIANCE WITH IRON SUPPLEMENT,
LEVEL OF IRON CONSUMPTION, AND ANEMIA STATUS
IN ADOLESCENT GIRLS AT SMP NEGERI 2 SELAT
KARANGASEM REGENCY**

ABSTRACT

The incidence of anemia in adolescent girls in Indonesia based on 2018 Riskesdas data is 48.9%. The anemia rate for adolescent girls in Bali Province in 2020 was 5.78%, this figure is quite high compared to data in 2019, namely 5.07%. The aim of the research was to determine the level of compliance with TTD consumption and the level of iron consumption with anemia status in young women at SMP Negeri 2 Selat, Karangasem Regency. Compliance in consuming TTD is the obedience of young women to carry out the recommendations for consuming TTD according to the program. Unbalanced and suboptimal iron consumption is associated with poor health. This type of research is observational with a cross sectional design with a sample of 80 people. This sample was taken using a proportional random sampling technique. The research results showed that 38.75% of students experienced anemia. The level of student compliance with consuming TTD is still low, namely 18.75%. Students' iron consumption is still low, namely 71.25%. Based on the research results, it is recommended that students always consume a balanced diet, eat less instant food, continue to regularly consume TTD once a week, and always maintain cleanliness.

Keywords: Anemia, Compliance, Iron Consumption, Young Women

TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 SELAT KABUPATEN KARANGASEM

ABSTRAK

Angka kejadian anemia remaja putri di Indonesia berdasarkan data riskesdas 2018 yaitu sebesar 48,9%. Angka anemia remaja putri di Provinsi Bali pada tahun 2020 yaitu 5,78%, angka ini cukup tinggi dibandingkan dengan data pada tahun 2019 yaitu sebesar 5,07%. Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat kepatuhan konsumsi TTD dan tingkat konsumsi zat besi dengan status anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Selat Kabupaten Karangasem. Kepatuhan dalam mengkonsumsi TTD adalah ketaatan remaja putri melaksanakan anjuran mengkonsumsi TTD sesuai dengan program. Konsumsi zat besi yang tidak seimbang serta tidak optimal berkaitan dengan kesehatan yang buruk. Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan rancangan cross sectional dengan sampel sebanyak 80 orang. Pengambilan sampel ini dengan teknik proportional random sampling. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 38,75% siswa mengalami anemia. Tingkat kepatuhan siswa dengan mengkonsumsi TTD masih kurang yaitu 18,75%. Konsumsi zat besi siswa masih kurang yaitu 71,25%. Berdasarkan hasil penelitian disarankan agar siswa selalu mengkonsumsi makanan yang seimbang, kurangi makan makanan yang instan, tetap rutin konsumsi TTD seminggu sekali, selalu jaga kebersihan.

Kata kunci: Anemia, Kepatuhan, Konsumsi Zat Besi, Remaja Putri

RINGKASAN PENELITIAN

TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2 SELAT KABUPATEN KARANGASEM

Oleh: Ni Putu Evi Nilawati

NIM: P07131121004

Salah satu masalah gizi yang memerlukan perhatian khusus adalah anemia. Remaja putri adalah salah satu dari beberapa kelompok rawan mengalami anemia. Remaja putri yang menderita anemia apabila kadar hemoglobin darah nilai kurang dari 12 gr/dl. Gejala awal anemia ditandai dengan lemas, letih, lesu, lunglai, dan lemah. Penyebab anemia secara umum dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor diantaranya asupan zat besi, pendarahan, pengetahuan gizi, dan perilaku makan. Anemia yang diderita oleh remaja putri dapat menyebabkan menurunnya prestasi belajar, menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit infeksi. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin yaitu meningkatkan asupan makanan sumber zat besi, *fortifikasi* bahan makanan dengan zat besi dan suplementasi zat besi.

Prevalensi anemia di Indonesia sebanyak 48,9% sedangkan tingkat kejadian anemia di provinsi bali tahun 2019 yaitu 5,07% meningkat menjadi 5,78% pada tahun 2020. Anemia dapat dicegah dengan pemenuhan kebutuhan zat besi tubuh melalui konsumsi makanan harian dan melalui suplementasi dalam bentuk suplemen TTD. Cakupan pemberian suplementasi TTD pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2021 adalah 31,3% sedangkan di Provinsi Bali yaitu 85,9%.

Kepatuhan mengkonsumsi TTD diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi. Asupan zat besi yang tidak optimal berkaitan kondisi kesehatan yang buruk. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan konsumsi zat besi dengan status anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Selat Kabupaten Karangasem.

Jenis penelitian ini observasional menggunakan rancangan *cross sectional*. Tempat penelitian dilakukan di SMP Negeri 2 Selat Kabupaten Karangasem. Penelitian dilakukan

selama tiga bulan yaitu bulan Februari – April 2024. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 80 orang dengan menggunakan teknik *proportional random sampling*.

Subyek penelitian adalah siswa dengan rentang umur 14 – 16 tahun. Umur 14 tahun 21,25%, umur 15 tahun 73,75%, dan umur 16 tahun 5%. Pemeriksaan kadar Hb siswa tertinggi 16,0 g/dL, kadar Hb terendah 7,8 g/dL. Siswa yang mengalami anemia sebanyak 31 orang (38,75%) yang meliputi anemia ringan, sedang, dan berat. Siswa yang tidak anemia sebanyak 49 orang (61,25%). Siswa yang tidak patuh konsumsi TTD sebanyak 15 orang (19%), sedangkan yang patuh sebanyak 65 orang (81%). Siswa yang cukup konsumsi zat besi sebanyak 23 orang (28,75%), sedangkan yang kurang sebanyak 57 orang (71,25%). Siswa yang mengalami anemia dengan patuh konsumsi TTD sebanyak 24 orang (77,4%). Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti penyakit infeksi yang dialami siswa dan konsumsi makanan yang mengandung zat besi kurang. Siswa yang mengalami anemia dengan konsumsi zat besi yang cukup sebanyak 7 orang (22,6%). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti faktor lingkungan, dan penyakit infeksi yang dialami siswa.

Ada kecenderungan status anemia dengan kepatuhan konsumsi TTD, dikarenakan siswa tersebut rutin mengkonsumsi TTD dan siswa mengkonsumsi buah yang mengandung vitamin C untuk meningkatkan penyerapan zat besi setelah minum TTD. Hal ini ditunjukkan dari 83,7% yang tidak anemia dengan kepatuhan konsumsi TTD yang baik. Adanya kecenderungan status anemia dengan konsumsi zat besi, dikarenakan konsumsi makan siswa yang tidak seimbang dan kebanyakan siswa mengkonsumsi makanan cepat saji, yang ditunjukkan dari 67,3% yang tidak anemia dengan konsumsi zat besi kurang. Saran yang dapat disampaikan kepada siswa, adalah untuk selalu mengonsumsi makanan yang seimbang, kurangi makan makanan yang instan, tetap rutin konsumsi tablet tambah darah seminggu sekali, selalu jaga kebersihan.

Daftar Bacaan : 24 (2017-2024)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Status Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Selat Kabupaten Karangasem” tepat pada waktunya.

Penyusunan tugas akhir ini telah banyak mendapat masukan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak I Made Suarjana, SKM.M.Kes selaku pembimbing utama dan Bapak Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan saran dan petunjuk dalam pembuatan tugas akhir.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan tugas akhir ini.
3. Ketua Jurusan Gizi, Ketua Program Studi Gizi Program Diploma Tiga beserta dosen dan *staff* yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan tugas akhir ini.
4. Keluarga, dan teman-teman yang telah membantu dan memberikan *support* dalam menyelesaikan tugas akhir.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Denpasar, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Anemia.....	5
B. Kepatuhan	9
C. Konsumsi Zat Besi.....	11
BAB III KERANGKA KONSEP	13
A. Kerangka Konsep.....	13
B. Variabel dan Definisi Operasional	14
BAB IV METODE PENELITIAN	16
A. Jenis Penelitian.....	16
B. Alur Penelitian	16
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	16
D. Populasi dan Sampel	17
E. Teknik Pengambilan Sampel	18
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	19
G. Instrumen dan Alat Pengumpulan Data	20
H. Pengolahan dan Analisis Data.....	21
I. Etika Penelitian	22
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	23
A. Hasil.....	23
B. Pembahas	29
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	33
A. Kesimpulan	33

B. Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN.....	38

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	Klasifikasi Anemia menurut Kelompok Umur	7
2	Definisi Operasional	15
3	Karakteristik Sampel Berdasarkan Umur	24
4	Sebaran Status Anemia Berdasarkan Umur	24
5	Sebaran Tingkat Mengonsumsi TTD Berdasarkan Umur	25
6	Sebaran Tingkat Konsumsi Zat Besi Berdasarkan Umur	26
7	Sebaran Sampel Berdasarkan Status Anemia	26
8	Tingkat Kepatuhan sampel dalam mengonsumsi TTD	27
9	Tingkat konsumsi zat besi berdasarkan recall 2 kali 24 jam	27
10	Sebaran Status Anemia Berdasarkan Kepatuhan Mengonsumsi TTD	28
11	Sebaran Status Anemia Berdasarkan Konsumsi Zat Besi	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Dan Status Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Selat Kabupaten Karangasem	13
2	Diagram Alur Penelitian	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Surat Izin Penelitian	39
2	Ijin Rekomendasi Penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Kabupaten Karangasem	41
3	Persetujuan Etik	42
4	Persetujuan Setelah Pembahasan	43
5	Kuesioner	47
6	Dokumentasi	52
7	Turnitin	53
8	Surat Pernyataan Publikasi Repository	54