

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA  
PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN  
2021**

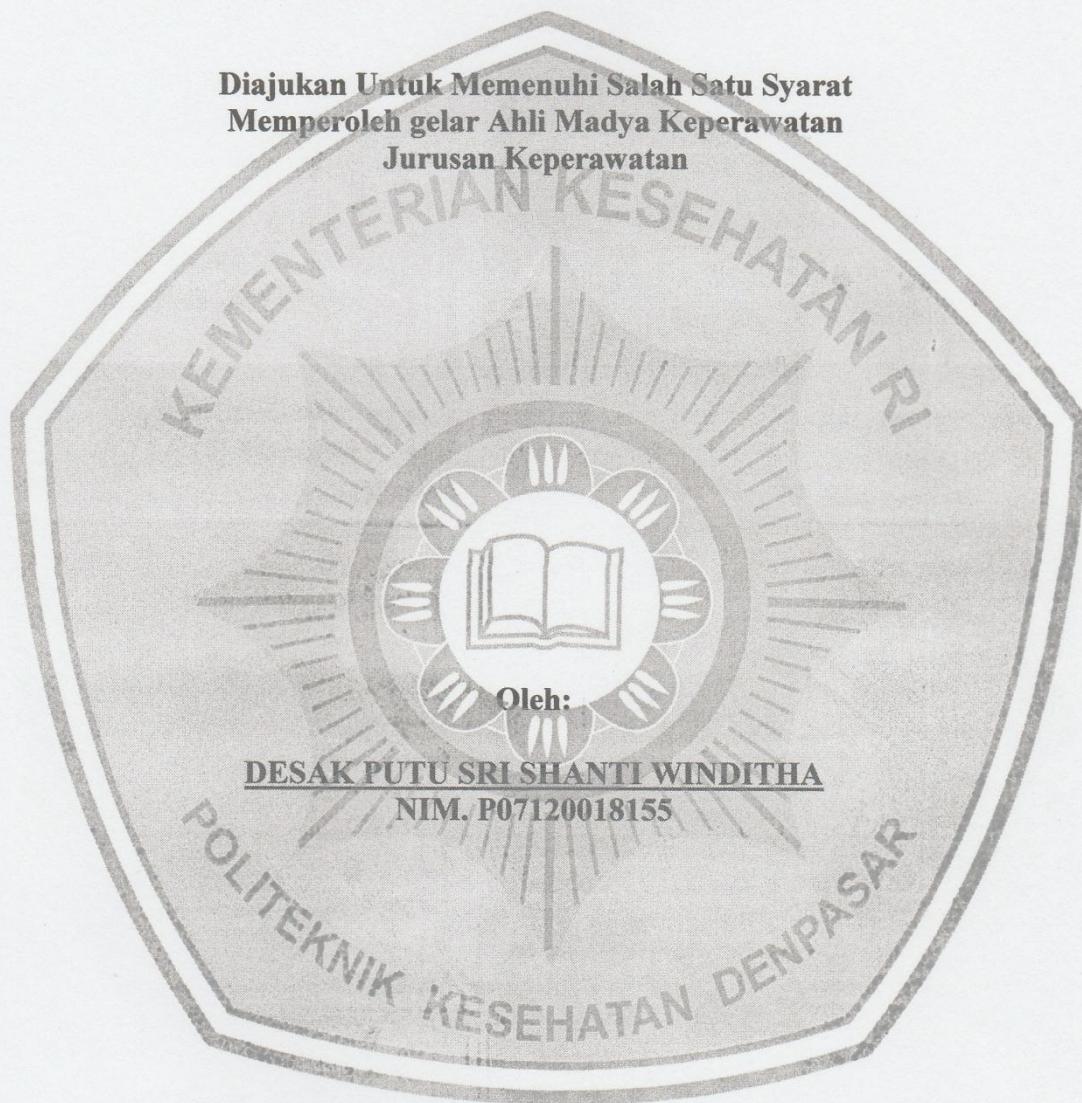


**Oleh :**  
**DESAK PUTU SRI SHANTI WINDITHA**  
**NIM. P07120018155**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
DENPASAR  
2021**

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA  
PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN  
2021

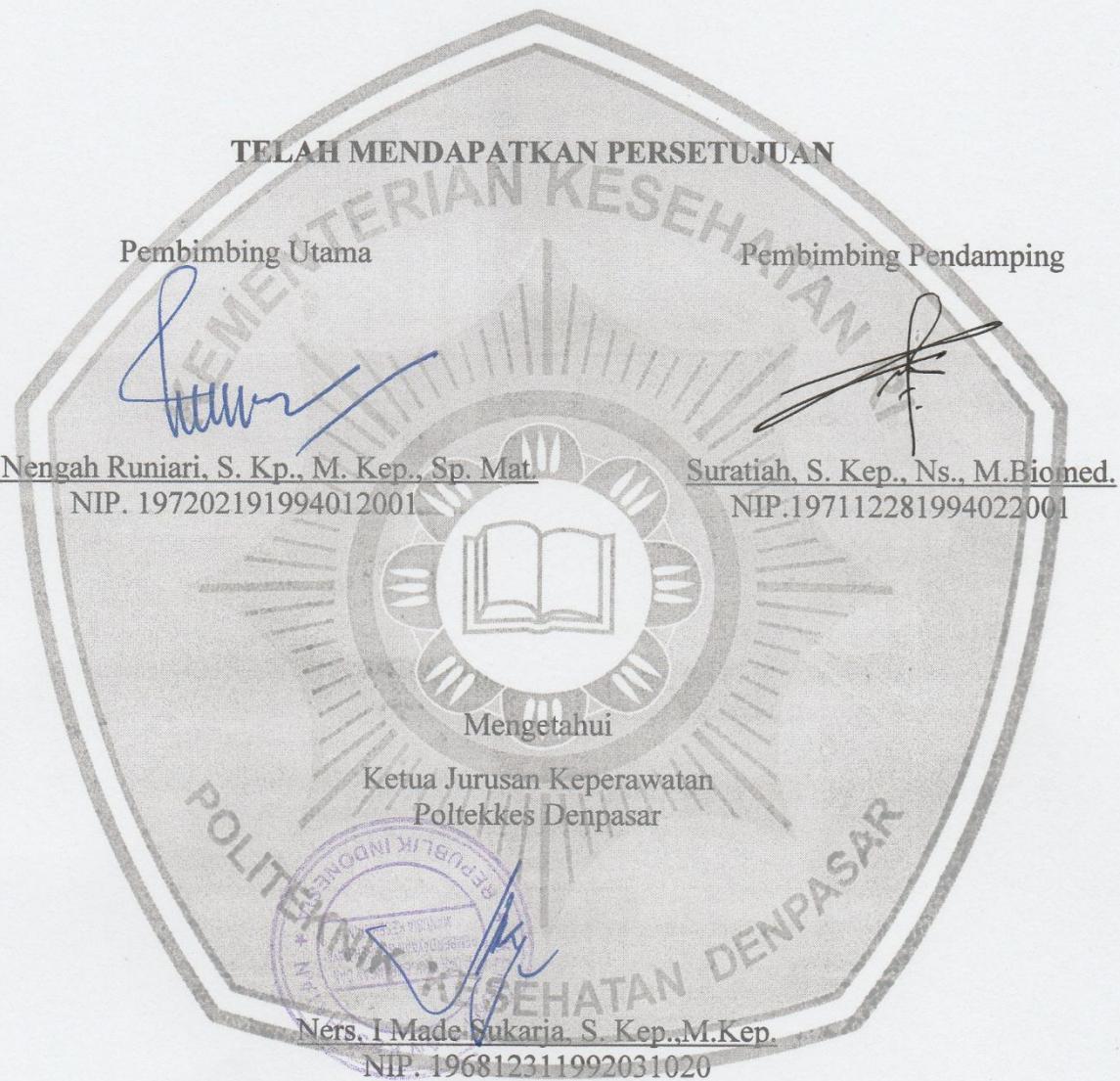


KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR  
JURUSAN KEPERAWATAN  
DENPASAR  
2021

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA  
PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN  
2021**



**HALAMAN PENGESAHAN**

**KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL:**

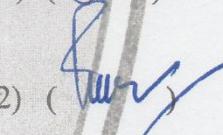
**GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA  
PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN  
2021**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : RABU**

**TANGGAL : 2 JUNI 2021**

**TIM PENGUJI :**

1. Dra. I D.A. Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M.Kes. (Ketua Penguji)   
NIP. 196412311985032010
2. Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed (Anggota Penguji 1)   
NIP. 196211081982122001
3. Ns. Nengah Runiari, S. Kp., M. Kep., Sp. Mat. (Anggota Penguji 2)   
NIP. 197202191994012001

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan

Poltekkes Denpasar

Ners. I Made Sukaria, S. Kep.,M.Kep.

NIP. 196812311992031020

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Desak Putu Sri Shanti Winditha  
NIM : P07120018155  
Program Studi : Diploma III  
Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2020/2021  
Alamat : Perumahan Garuda Kencana, Br. Kung, Dalung

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri SMAN 5 Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021 adalah **benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **buhan** 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, Mei 2021

Yang membuat pernyataan



Desak Putu Sri Shanti Winditha

NIM. P07120018155

**DESCRIPTION OF ANEMIA PREVENTION MEASURES IN  
ADOLESCENT GIRLS AT SMAN 5 DENPASAR DURING THE COVID-19  
PANDEMIC IN 2021**

**ABSTRACT**

*Adolescence is period of physical and psychological changes in individuals become mature, which one physical changes is menstruation for girls. Adolescent girls are often less concerned with needs for iron which is important to balance menstrual bleeding caused anemia. Program for giving blood supplement tablets is routinely carried out in schools can reduce prevalence of anemia in adolescent girls, but it has not been implemented since the Covid-19 pandemic which made students study online at home. General objective of study is to describe prevention measures of anemia in adolescent girls at SMAN 5 Denpasar during the Covid-19 pandemic in 2021. This research was conducted quantitatively with descriptive design and cross sectional approach. The total population is 711 people and sample of 85 respondents. Sampling technique used proportional stratified random sampling. Measuring instrument used questionnaires made by the researcher. There were 13 students (15.3%) in good category of anemia prevention measures, 63 students (74.1%) in moderate category, and 9 students (10.8%) in poor category. Adolescent girls need to be educated about measures that prevent anemia.*

*Key words:* Anemia, prevention, measures.

**GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA  
PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN  
2021**

**ABSTRAK**

Remaja adalah periode perubahan fisik dan psikologis individu menjadi lebih matang, salah satu perubahan fisik tersebut adalah menstruasi bagi remaja putri. Remaja putri seringkali kurang peduli dengan kebutuhan zat besi dalam tubuh yang sangat penting untuk mengimbangi pengeluaran darah menstruasi yang dapat menyebabkan anemia. Program pemberian tablet tambah darah rutin dilakukan di sekolah yang dapat mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri, namun tidak diterapkan lagi dikarenakan sejak pandemi Covid-19 yang mengharuskan siswa belajar online di rumah. Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui gambaran tindakan pencegahan anemia pada remaja putri SMAN 5 Denpasar di masa pandemi Covid-19 tahun 2021. Penelitian ini dilakukan kuantitatif dengan desain deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi 711 orang dan sampel sebanyak 85 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *proportional stratified random sampling*. Alat ukur yang digunakan berupa kuisioner yang dibuat oleh peneliti. Terdapat siswi yang melakukan tindakan pencegahan anemia dengan kategori baik dengan jumlah 13 orang (15,3%), kategori cukup sebanyak 63 orang (74,1%), dan kategori kurang sebanyak 9 orang (10,8%). Remaja putri perlu diberikan edukasi tentang tindakan yang dapat mencegah terjadinya anemia.

**Kata kunci:** Anemia, pencegahan, tindakan.

## RINGKASAN PENELITIAN

### GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN 2021

Oleh : Desak Putu Sri Shanti Winditha (NIM.P07120018155)

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai oleh fisik, emosional dan perubahan psikologis, yaitu terjadi pematangan alat reproduksi manusia (pubertas) (Khoirunisa et al., 2015). Di negara-negara Asia Tenggara terdapat sekitar 20% populasi remaja yang berusia antara 10-19 tahun (World Health Organization, 2011). Pada remaja putri biasanya ditandai dengan menstruasi. Menstruasi pertama pada remaja putri disebut *menarche*. Setelah *menarche*, remaja putri seringkali tidak mengonsumsi zat besi yang cukup untuk mengimbangi kehilangan darah menstruasinya. Akibatnya, terdapat peningkatan prevalensi kekurangan zat besi (anemia) yang terjadi pada remaja putri (Potter, 2013).

Anemia adalah suatu kondisi yang ditandai dengan penurunan jumlah haemoglobin (Zaddana et al., 2019). Data prevalensi anemia di kalangan remaja putri di Asia berkisar antara 17%-90% di setiap wilayahnya. Dalam pencegahan anemia ini dapat ditanggulangi dengan pemberian tablet tambah darah, konsumsi makanan tinggi zat besi, asam folat, vitamin A, dan vitamin C dan zink pada remaja (Julaecha, 2020). Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) dilaksanakan di berbagai kota di Indonesia, termasuk Kota Denpasar. Pemberian TTD di Denpasar ini disebut Program Gerakan Jumat dengan Pil Pintar, Sehat dan Cantik yang dilakukan secara serempak setiap hari Jumat (T. Handayani, 2020).

Pada tahun 2020 wabah Covid-19 menyerang masyarakat Indonesia. Penyebaran Covid-19 yang begitu cepat dan mematikan Covid-19 berdampak pada kehidupan social dan melemahnya ekonomi masyarakat (Syafrida, 2020). Satuan Pendidikan melakukan proses pembelajaran dengan kegiatan Belajar Dari Rumah (BDR). Dalam hal ini, program Gemar Cantik tidak bisa dilaksanakan ke sekolah-sekolah. Dengan keadaan saat ini yaitu masa pandemic Covid-19, penyebaran tablet tambah darah tidak dilakukan lagi.

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui gambaran tindakan pencegahan anemia pada remaja putri SMAN 5 Denpasar di masa pandemi Covid-19 tahun 2021. Dilaksanakan di SMAN 5 Denpasar dari bulan Januari-Mei 2021. Jumlah populasi 711 orang dan sampel sebanyak 85 responden. Penelitian ini dilakukan kuantitatif dengan desain deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *proportional stratified random sampling*. Alat ukur yang digunakan berupa kuisioner yang dibuat oleh peneliti.

Hasil dari penelitian ini terdapat siswi yang melakukan tindakan pencegahan anemia dengan kategori baik dengan jumlah 13 orang (15,3%), kategori cukup sebanyak 63 orang (74,1%), dan kategori kurang sebanyak 9 orang (10,8%).

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nya lah penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul **“Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri SMAN 5 Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021”** tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha penulis sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan izin penyusunan karya tulis ilmiah ini sebagai syarat menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan izin penyusunan karya tulis ilmiah ini sebagai syarat menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan Jusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
3. Kepala SMAN 5 Denpasar beserta pegawai sekolah yang membantu dalam penelitian.

4. Ns. Nengah Runiari, S. Kp., M. Kep., Sp. Mat.\_selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Suratiah, S. Kep., Ns., M.Biomed, selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen pembimbing mata Kuliah Metodologi Keperawatan dan mata kuliah Keperawatan Maternitas yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
7. Staff Poltekkes Denpasar khususnya di Jurusan Keperawatan.
8. Orang tua, keluarga, dan sahabat peneliti yang telah memberikan dorongan dan inspirasi.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Kemajuan selalu menyertai segala sisi kehidupan menuju kearah yang lebih baik, karenanya sumbang saran untuk perbaikan sangat penulis harapkan dan semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, Mei 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT .....	iii
<i>ABSTRACT</i> .....	iv
RINGKASAN PENELITIAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II .....	7
TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Konsep Dasar Perilaku .....	7
B. Definisi Remaja dan Anemia .....	9
1. Remaja .....	9
2. Anemia .....	12
C. Penyebab Anemia pada Remaja Putri .....	13
D. Pencegahan Anemia pada Remaja Putri .....	15
E. Factor-Faktor yang Mempengaruhi Anemia pada Remaja Putri .....	17
F. Tindakan Pencegahan Anemia yang Dapat Dilakukan pada Remaja Putri di Masa Pandemi Covid-19 .....	20
BAB III .....	22
KERANGKA KONSEP .....	22

A.	Kerangka Konsep Penelitian.....	22
B.	Variable Penelitian dan Definisi Operasional .....	23
1.	Variable Penelitian.....	23
2.	Definisi Operasional .....	23
	BAB IV .....	25
	METODE PENELITIAN.....	25
A.	Jenis Penelitian.....	25
B.	Tempat dan Waktu.....	25
C.	Populasi dan Sampel .....	25
1.	Populasi.....	25
2.	Sampel.....	26
3.	Teknik Sampling .....	27
D.	Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	29
1.	Jenis Data.....	29
2.	Teknik Pengumpulan Data.....	29
4.	Instrument Pengumpulan Data.....	30
E.	Metode Pengolahan dan Analisis Data .....	32
1.	Pengolahan Data .....	32
2.	Teknik Analisis Data.....	33
F.	Etika Penelitian .....	33
	BAB V.....	35
	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
A.	Hasil Penelitian .....	35
1.	Kondisi Lokasi Penelitian .....	35
2.	Karakteristik Subjek Responden.....	36
3.	Hasil Pengamatan Terhadap Objek Penelitian.....	38
B.	Pembahasan Penelitian.....	40
1.	Karakteristik Responden .....	40
2.	Tindakan Pencegahan Anemia Remaja Putri di Masa Pandemi Covid-19 .....	42
3.	Tindakan Pencegahan Anemia Berdasarkan Status Gizi dan Pendapatan Orang Tua	44
C.	Keterbatasan Penelitian.....	46
	BAB VI .....	47
	SIMPULAN DAN SARAN .....	47

A. Simpulan .....	47
B. Saran .....	47
DAFTAR PUSTAKA .....	49

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Definisi Operasional dan Variabel Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri SMAN 5 Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021 .....	24
Tabel 2. Kategori Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri SMAN 5 Denpasar.....	38
Tabel 3.Distribusi Data Tindakan Pencegahan Anemia Berdasarkan Status Gizi	39
Tabel 4. Distribusi Data Tindakan Pencegahan Anemia Berdasarkan Pendapatan Orang Tua.....	40

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1 Kerangka Konsep Gambaran Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri SMAN 5 Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021 .....	22
Gambar 2. Distribusi Data Status Gizi Remaja Putri SMAN 5 Denpasar .....	37
Gambar 3. Distribusi Data Pendapatan Orang Tua Remaja Putri SMAN 5 Denpasar .....	38

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. JADWAL PENELITIAN GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN 2021 .....	53
Lampiran 2. ANGGARAN BIAYA PENELITIAN GAMBARAN TINDAKAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMAN 5 DENPASAR DI MASA PANDEMI COVID-19 TAHUN 2021 .....	54
Lampiran 3. LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN .....	55
Lampiran 4. LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN .....	56
Lampiran 5. PERSETUJUAN PENJELASAN (INFORMED CONSENT).....	57
Lampiran 6. SURAT REKOMENDASI PERMOHONAN IJIN PENELITIAN .	58
Lampiran 7. SURAT IJIN PENELITIAN DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU PROVINSI BALI.....	59
Lampiran 8. SURAT IJIN PENELITIAN PEMERINTAH KOTA DENPASAR BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK .....	60
Lampiran 9. SURAT PERSETUJUAN ETIK PENELITIAN .....	62
Lampiran 10. SURAT IJIN PENELITIAN DINAS PENDIDIKAN, KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 5 DENPASAR.....	64
Lampiran 11. HASIL ANALISIS DAN PENGOLAHAN DATA .....	65
Lampiran 12. TABEL MASTER HASIL PENGOLAHAN DATA RESPONDEN REMAJA PUTRI SMAN 5 DENPASAR .....	68
Lampiran 13. HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS.....	73
Lampiran 14. KUISIONER.....	76

Lampiran 15. KISI-KISI KUISIONER.....	80
---------------------------------------	----