

SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI
TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DAN
KONSUMSI MAKANAN INHIBITOR FE
DI SMAN 5 DENPASAR**



Oleh :

NI LUH PUTU WIJAYANTI
P07131217065

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI
TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DAN
KONSUMSI MAKANAN INHIBITOR FE
DI SMAN 5 DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan
Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh :
NI LUH PUTU WIJAYANTI
P07131217065

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI
TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DAN
KONSUMSI MAKANAN INHIBITOR FE
DI SMAN 5 DENPASAR

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



Dr. Ni Nengah Ariati, SST., M.Erg
NIP. 197311182001122001

Pembimbing Pendamping,



A.A. Ngurah Kusumajaya, SP., MPH
NIP. 196911121992031003

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR



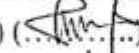


Dr. Ni Komang Wiardani SST., M.Kes
NIP. 19670316 1990032002


PENELITIAN DENGAN JUDUL
GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI
TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DAN
KONSUMSI MAKANAN INHIBITOR FE
DI SMAN 5 DENPASAR

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : KAMIS
TANGGAL : 25 MARET 2021

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. I Gusti Agung Ari Widarti, DCN.,M.Kes | (Ketua) | () |
| 2. Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram,M.Kes | (Anggota I) | () |
| 3. Dr. Ni Nengah Ariati, SST., M.Erg | (Anggota II) | () |

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR


Dr. Ni Komang Wiardani SST., M.Kes
NIP. 19670316 1990032002



SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Luh Putu Wijayanti

NIM : P07131217065

Program Studi : Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2020/2021

Alamat : Jl. Sudimara, No 3, Lingk Sema Bitera, Gianyar

Dengan ini Menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul **Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah dan Konsumsi Makanan Inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar 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, 9 Maret 2021

Yang membuat pernyataan



Ni Luh Putu Wijayanti

P07131217065

**GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI
TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DAN
KONSUMSI MAKANAN INHIBITOR FE
DI SMAN 5 DENPASAR**

ABSTRAK

Di Indonesia prevalensi anemia Tahun 2018 pada perempuan usia >15 Tahun sebesar 22,7%. Penyebab terjadinya anemia pada remaja putri salah satunya yaitu pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah selain itu konsumsi makanan inhibitor Fe pada remaja putri dapat menyebabkan terjadinya anemia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah dan konsumsi makanan inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan *Cross Sectional*. Data dikumpulkan menggunakan *google form* sampel yaitu remaja putri berumur 16 tahun berjumlah 95 orang. Penelitian ini menggunakan analisis Univariat menggunakan hasil analisis secara deskriptif. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil bahwa siswi di SMAN 5 Denpasar memiliki pengetahuan tentang tablet tambah darah dengan kategori kurang yaitu 62,11% dan sebagian besar sampel memiliki sikap positif sebanyak 98,95%. Frekuensi konsumsi inhibitor Fe remaja putri yaitu dengan kategori jarang 82,11% dan konsumsi jenis inhibitor paling sering dikonsumsi seperti teh, bayam, susu sapi, coklat, kacang tanah, kacang kedelai, dan kacang hijau.

Kata kunci : Pengetahuan, Sikap, Konsumsi Inhibitor Fe

**DESCRIPTION OF KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF TEENAGER
ABOUT THE IRON TABLET WITH IRON INHIBITOR
FOOD INTAKE IN SMAN 5 DENPASAR**

ABSTRACT

In Indonesia, the prevalence of anemia in 2018 in women aged > 15 years is 22.7%. One of the causes of anemia in teenager is the knowledge and attitudes of teenager about iron supplemented. Besides that, consumption of iron inhibitor foods in teenager can cause anemia. The purpose of this study was to describe the knowledge and attitudes of teenager about iron supplemented and consumption of iron inhibitor food at SMAN 5 Denpasar. This type of research is an observational study with a cross sectional design. Data were collected using the google form sample, namely young girls aged 16 years totaling 95 people. This study uses Univariate analysis using descriptive analysis results. Based on the results of data analysis, it was found that students at SMAN 5 Denpasar had knowledge of iron supplemented in the poor category, namely 62.11% and most of the samples had a positive attitude of 98.95%. The frequency of consumption of Fe inhibitor in teenager is in the rare category 82.11% and the most frequently consumed types of inhibitors are tea, spinach, cow's milk, chocolate, peanuts, soybeans, and green beans.

Key words: Knowledge, Attitude, Consumption of Fe inhibitor

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI
TENTANG TABLET TAMBAH DARAH DAN
KONSUMSI MAKANAN INHIBITOR FE
DI SMAN 5 DENPASAR

Oleh : Ni Luh Putu Wijayanti (NIM. P07131217065)

Anemia adalah suatu kondisi tubuh di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari kadar normal. Ada beberapa penyebab terjadinya anemia pada remaja putri salah satunya yaitu pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah selain itu konsumsi remaja putri juga berpengaruh terhadap terjadinya anemia. Untuk melindungi wanita usia subur (remaja putri) dari kekurangan gizi dan mencegah terjadinya anemia gizi besi, maka wanita usia subur (remaja putri) perlu mengonsumsi tablet tambah darah. SMAN 5 Denpasar merupakan salah satu sekolah negeri di Denpasar yang anak didiknya adalah remaja. Wawancara terbatas yang dilakukan terhadap beberapa siswa mengatakan bahwa mereka mendapatkan tablet Fe secara rutin di sekolah, tetapi mereka enggan mengkonsumsinya karena berbagai alasan diantaranya: tidak suka minum tablet, merasa tidak enak/mual setelah minum tablet Fe, dan mereka tidak merasakan dampak apa-apa bila minum ataupun tidak minum tablet Fe. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti memilih SMAN 5 Denpasar sebagai tempat penelitian, karena untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Tablet Tambah Darah dan Konsumsi Makanan Inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang tablet tambah darah dan konsumsi makanan inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan *Cross Sectional*. Metode pengambilan sampel menggunakan cara *simple random sampling*. Jumlah sampel yaitu 95 orang remaja putri berumur 16 tahun dari kelas XI MIPA ataupun IPS di SMAN 5 Denpasar. Kriteria inklusi yaitu terdaftar

sebagai siswa aktif di SMAN 5 Denpasar, sehat secara fisik dan mental, bersedia menjadi subjek penelitian yang dibuktikan dengan pengisian *informed consent*. Kriteria eksklusi sampel yaitu tidak mengisi *google form*, karena alasan tertentu mengundurkan diri sebagai sampel. Setelah sampel mengisi *google form* selanjutnya dilakukan pengolahan data dan dianalisis dengan tabel univariat.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil sebagian besar sampel mengonsumsi jenis makanan inhibitor Fe seperti teh, kacang hijau, kacang tanah, kacang kedelai, bayam, kacang panjang, susu sapi, dan keju. Sedangkan frekuensi mengonsumsi makanan inhibitor Fe sebagian besar dengan kategori jarang 82,11% dan beberapa sampel dengan kategori kadang-kadang 13,68% dan kategori biasa dikonsumsi 4,21%. Pengetahuan tentang tablet tambah darah kategori kurang 62,11%, dengan kategori cukup 29,47%, dan beberapa sampel dengan pengetahuan baik sebanyak 8,42%. Kategori sikap positif sebanyak 98,95% dan dengan kategori sikap negatif yaitu 1,05%.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa beberapa sampel siswi masih memiliki pengetahuan yang kurang dan dengan sikap negatif tentang tablet tambah darah, selain itu dengan jenis dan frekuensi konsumsi makanan inhibitor Fe dengan kategori biasa dikonsumsi. Untuk itu perlu diberikan edukasi atau penyuluhan terkait dengan jenis makanan penghambat penyerapan Fe (inhibitor Fe), jenis makanan untuk meningkatkan penyerapan Fe di dalam tubuh, efek samping dari konsumsi tablet tambah darah, dan berapa jumlah konsumsi tablet tambah darah untuk remaja putri.

Daftar bacaan : 40 (2004-2019)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah dan Konsumsi Makanan Inhibitor Fe di SMAN 5 Denpasar”

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Ni Nengah Ariati, SST., M.Erg sebagai pembimbing utama yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam skripsi ini.
2. Bapak A.A Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam skripsi ini.
3. Ibu I Gusti Agung Ari Widarti, DCN., M.Kes. dan Bapak Dr. Ir. I Komang Agusjaya Mataram, M.Kes sebagai penguji yang telah memberikan banyak koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam skripsi ini.
4. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
5. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
6. Ketua Prodi Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak/Ibu dosen dan staf pegawai Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis.
8. Keluarga dan teman-teman yang telah banyak memberi dorongan dan membantu penyelesaian skripsi ini.

Besar harapan penulis semoga skripsi penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam penulisan skripsi ini. Penulis sangat mengharapkan saran dan

kritik yang bersifat membantu untuk kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis mengharapkan skripsi ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Denpasar, Februari 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Anemia	7
B. Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Tambah Darah ...	11
C. Sikap Remaja Putri tentang Tablet Tambah Darah	16
D. Konsumsi Makanan Tinggi Inhibitor Fe	21
BAB III KERANGKA KONSEP	31
A. Kerangka Konsep	31
B. Jenis Variabel dan Definisi Operasional	32
BAB IV METODE PENELITIAN	33
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian	33

C. Populasi dan Sampel Penelitian	34
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	36
E. Cara Pengolahan dan Analisis Data	38
F. Kelemahan Penelitian	41
G. Etika Penelitian	41
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	50
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	55
A. Simpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.	Klasifikasi Nilai Tingkat Pengetahuan	16
2.	Kandungan Asam Fitat per 100 Gram Bahan Kering	25
3.	Kadar Asam Fitat Per 100 Gram Kacang Bubuk	25
4.	Definisi Operasional Variabel	32
5.	Distribusi Sampel Berdasarkan Umur	44
6.	Distribusi Sampel Berdasarkan Kelas	45
7.	Distribusi Sampel Berdasarkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah.....	45
8.	Distribusi Sampel Berdasarkan Sikap Remaja Putri Tentang Tablet Tambah Darah	46
9.	Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Makanan Inhibitor Fe dari Jenis Kacang-kacangan	47
10.	Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Makanan Inhibitor Fe dari Jenis Buah dan Sayur	48
11.	Distribusi Sampel Berdasarkan Konsumsi Makanan Inhibitor Fe dari Jenis Bahan penyegar dan olahannya	48
12.	Distribusi Sampel Berdasarkan Frekuensi Konsumsi Makanan Inhibitor Fe	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Persetujuan Setelah Penjelasan	61
2. Izin Penelitian	62
3. Kuesioner Pengetahuan tentang Tablet Tambah Darah	66
4. Kuesioner Sikap tentang Tablet Tambah Darah	78
5. Form SQ-FFQ	70
6. Dokumentasi	71