

**STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI MENURUT
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN
TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI (Fe)**



Oleh :

NI KOMANG MARIATI
NIM. P07131018040

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2021**

**STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI MENURUT
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN
TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI (Fe)**

**Disajikan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Pada Program Studi
Diploma Tiga Gizi**

Oleh :

**NI KOMANG MARIATI
NIM. P07131018040**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2021**


LEMBAR PERSETUJUAN


STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI MENURUT TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI (Fe)

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama

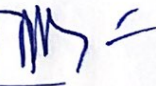
Pembimbing Pendamping


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


Ir. I Made Purnadhibrata, M.Kes.
NIP. 195609271981021002

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR




Yuda Wiardani, SST., M.Kes.
NIP. 196703161990032002

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :

**STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI MENURUT
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN
TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI (Fe)**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : Selasa
TANGGAL : 04 Mei 2021**

TIM PENGUJI

- | | | |
|------------------------------------|-----------|-------|
| 1. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes. | (Ketua) | |
| 2. Dr. I Putu Suiraka, SST, M.Kes. | (Anggota) | |
| 3. I Made Suarjana, SKM, M.Kes. | (Anggota) | |

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



**Dr. Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP. 196703161990032002**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Komang Mariati

NIM : P07131018040

Program Studi : Diploma Tiga Gizi

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2020/2021

Alamat : Br. Dinas Tumbu Kaler, Desa Tumbu, Karangasem.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Status Anemia Remaja Putri Menurut Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dan Tingkat Konsumsi Zat Besi (Fe) adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat dari 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, 04 Mei 2021

Yang membuat pernyataan



(Ni Komang Mariati)

NIM. P071310180040

STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI MENURUT TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI (Fe)

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk menderita anemia. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia mencapai 23,7%. Beberapa faktor yang diduga dapat mempengaruhi anemia pada remaja putri antara lain pengetahuan tentang anemia pada dan pola konsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status anemia remaja putri menurut tingkat pengetahuan tentang anemia dan tingkat konsumsi zat besi (Fe).

Rancangan penelitian yang digunakan adalah kajian sistematik (*systematic review*). Jurnal yang digunakan dalam literature review didapatkan melalui database *Google Scholar* yang diambil mulai tahun 2015 sampai 2020. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu metode naratif dengan mengelompokkan data-data yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan penelitian dan hasil penelitian diperoleh dari 6 jurnal. Hasil kajian pustaka menunjukkan status anemia di Indonesia masih lebih tinggi dari data riskesdas tahun 2018 yaitu berkisar antara 37% hingga 63%, Pengetahuan remaja putri yang tergolong kurang masih berkisar antara 3,2% hingga 64,9%, asupan zat besi (Fe) kategori kurang berkisar antara 7% sampai 74,1%. Keterkaitan antara pengetahuan dengan status anemia bersifat heterogen. Keterkaitan antara konsumsi zat besi (Fe) dengan anemia juga bersifat heterogen.

Kata kunci: Anemia, pengetahuan tentang anemia, konsumsi zat besi, remaja putri

**ANEMIA STATUS OF PRINCESS ADOLESCENT
ACCORDING TO KNOWLEDGE OF ANEMIA AND THE
CONSUMPTION OF IRON (Fe)**

ABSTRACT

Anemia is a health problem throughout the world, especially developing countries where an estimated 30% of the population suffers from anemia. Based on Riskesdas data in 2018, the prevalence of anemia in Indonesia reached 23.7%. Several factors that are thought to affect anemia in adolescent girls include knowledge about anemia in and consumption patterns. This study aims to describe the anemia status of adolescent girls according to the level of knowledge about anemia and the level of consumption of iron (Fe).

The research design used is a systematic review. The journals used in the literature review were obtained through the Google Scholar database which was taken from 2015 to 2020. The method used in data collection was the narrative method by grouping similar data according to the results measured to answer the research objectives and the research results were obtained from 6 journal. The results of a literature review show that the status of anemia in Indonesia is still higher than the data from Riskesdas in 2018 which ranges from 37% to 63%, Knowledge of adolescent girls who are classified as less still ranges from 3.2% to 64.9%, intake of iron (Fe) the less category ranged from 7% to 74.1%. The relationship between knowledge and anemia status is heterogeneous. The relationship between iron (Fe) consumption and anemia is also heterogeneous.

Key words: anemia, knowledge, iron consumption, adolescent girls

RINGKASAN PENELITIAN
STATUS ANEMIA REMAJA PUTRI MENURUT
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN
TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI (Fe)

Oleh : Ni Komang Mariati (NIM. P07131018040)

Remaja yaitu seseorang dengan usia antara 10 –19 tahun yang sedang dalam proses pematangan baik itu kematangan mental, emosional, sosial, maupun kematangan secara fisik. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Prevalensi kejadian anemia remaja putri di Asia mencapai 191 juta orang dan Indonesia berada pada urutan ke-8 dari 11 negara di Asia dengan prevalensi anemia remaja putri sebanyak 7,5 juta orang pada usia 10-19 tahun (WHO, 2011). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia mencapai 23,7%.

Beberapa faktor yang diduga dapat mempengaruhi status anemia pada remaja putri antara lain pengetahuan tentang anemia pada remaja dan pola konsumsi remaja. Faktor pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi individu yang bersangkutan termasuk status anemia. Minimnya pengetahuan remaja tentang anemia pada remaja membuat remaja rentan terhadap perilaku makan yang buruk, oleh karena itu remaja putri merupakan salah satu kelompok rawan anemia. Faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi anemia pada remaja adalah tidak mengonsumsi TTD (suplemen darah) (Subratha, 2020).

Kekurangan zat besi atau anemia yang berlanjut sampai dewasa dan hingga perempuan tersebut hamil, dapat menimbulkan risiko terhadap bayinya. Remaja perempuan yang sudah hamil dan menderita anemia dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur dan melahirkan bayi dengan berat badan rendah. Remaja

perempuan disarankan untuk mengonsumsi suplemen zat besi sebelum hamil. Suplemen zat besi ini membantu memenuhi kebutuhan zat besi yang makin tinggi saat kehamilan (Putri et al., 2013). Mengonsumsi besi dari non pangan juga dianjurkan yang berasal dari sumber hewani seperti daging, ikan, unggas, makanan laut disertai minum sari buah yang mengandung vitamin C (asam askorbat) untuk meningkatkan absorpsi besi dan menghindari atau mengurangi minum kopi, teh, teh es, minuman ringan yang mengandung karbonat dan minum susu pada saat makan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status anemia remaja putri menurut tingkat pengetahuan tentang anemia dan tingkat konsumsi zat besi (Fe). Rancangan penelitian yang digunakan adalah kajian sistematik (*systematic review*). Waktu penelitian ini dilaksanakan pada Februari sampai April 2021. Sumber data penelusuran pustaka dilakukan melalui Google Scholar yang dicari mulai tahun 2015-2020 berupa laporan hasil penelitian. Artikel dianalisa berdasarkan judul dan informasi abstrak

Hasil kajian pustaka menunjukkan status anemia di Indonesia masih lebih tinggi dari data risekdas tahun 2018 yaitu berkisar antara 32,9% hingga 63%. Pengetahuan remaja putri yang tergolong kurang masih berkisar antara 23,5% hingga 62,0%, asupan zat besi (Fe) kategori kurang berkisar antara 7% sampai 74,1%. Keterkaitan antara pengetahuan dengan status anemia belum konsisten (bersifat heterogen). Keterkaitan antara konsumsi zat besi (Fe) dengan anemia juga belum konsisten (bersifat heterogen).

Remaja putri agar lebih meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan konsumsi zat besi, dan diperlukan lebih tegas upaya pemerintah dalam hal memberikan informasi mengenai pengetahuan anemia dan pentingnya konsumsi zat besi (Fe) bagi remaja putri,

Daftar Bacaan: 27 (2001 – 2019)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir berjudul “Status Anemia Remaja Putri Menurut Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dan Tingkat Konsumsi Zat Besi (Fe)“.

Dalam penyusunan tugas akhir ini, tentunya penulis tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada :

1. I Made Suarjana, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama yang banyak memberi saran dan petunjuk dalam memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan tugas akhir ini.
2. Ir. I Made Purnadhibrata, M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan masukan dan arahan bagi penulis.
3. Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dan membantu kelancaran penyelesaian tugas akhir ini.
4. Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian tugas akhir ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan tenaga kependidikan Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna dan bermanfaat bagi penulis.
6. Keluarga dan teman-teman di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah banyak membantu dan memberikan dorongan dalam penyelesaian tugas akhir ini.

Semoga tugas akhir ini dapat memberikan manfaat untuk mendorong penelitian penelitian selanjutnya dan dapat bermanfaat bagi pembaca.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN OLEH PENGUJI	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACK	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Anemia	5
B. Remaja	12
C. Pengetahuan	15

BAB III	KERANGKA KONSEP DAN VARIABEL PENELITIAN..	19
	A. Kerangka Konsep	19
	B. Variabel Penelitian	20
BAB IV	METODE PENELITIAN	21
	A. Jenis dan Rancangan Penelitian	21
	B. Waktu Penelitian	21
	C. Topik dan Lingkup Pembahasan	21
	D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	22
	E. Pengolahan dan Analisis Data	22
	F. Etika Penelitian	23
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN	24
	A. Hasil	24
	B. Pembahasan	30
BAB VI	SIMPULAN DAN SARAN	33
	A. Simpulan	33
	B. Saran	33
	DAFTAR PUSTAKA	34
	LAMPIRAN	36

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Batasan anemia menurut WHO	5
Tabel 2. Gambaran Status Anemia Pada Remaja Putri	24
Tabel 3. Gambaran Tingkat Pengetahuan Anemia	25
Tabel 4. Gambaran Tingkat Konsumsi Zat Besi (Fe)	27
Tabel 5. Keterkaitan Antara Pengetahuan Dan Status Anemia	28
Tabel 6. Keterkaitan Antara Tingkat Konsumsi Zat Besi (Fe)	29