

**HUBUNGAN KONSUMSI Fe VITAMIN C DAN KEPATUHAN  
KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN STATUS  
ANEMIA PADA SISWI SMAN 2 ABIANSEMAL**



**Oleh**

**NI PUTU RANI DILAYANTHI**

**NIM. P07131218059**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2022**

**HUBUNGAN KONSUMSI Fe VITAMIN C DAN KEPATUHAN  
KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN STATUS  
ANEMIA PADA SISWI SMAN 2 ABIANSEMAL**

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

**Oleh**

**NI PUTU RANI DILAYANTHI  
NIM. P07131218059**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
DENPASAR  
2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN KONSUMSI Fe VITAMIN C DAN KEPATUHAN  
KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN STATUS  
ANEMIA PADA SISWI SMAN 2 ABIANSEMAL**

Oleh

**NI PUTU RANI DILAYANTHI**  
NIM. P07131218059

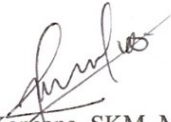
**TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN**

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



I Gusti Agung Ari Widarti, DCN.,M.Kes  
NIP. 196309211986032002



I Ketut Kencana, SKM.,M.Pd  
NIP. 195806141985021001

MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



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

# SKRIPSI DENGAN JUDUL

## HUBUNGAN KONSUMSI Fe VITAMIN C DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN STATUS ANEMIA PADA SISWI SMAN 2 ABIANSEMAL

Oleh

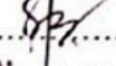
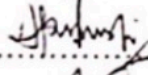
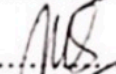
NI PUTU RANI DILAYANTHI  
NIM. P07131218059

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 12 APRIL 2022

### TIM PENGUJI

- |                                    |           |   |
|------------------------------------|-----------|---|
| 1. I Made Suarjana, SKM.,M.Kes.    | (Ketua)   | (.....  .....) |
| 2. Ir Desak Putu Sukraniti, M.Kes. | (Anggota) | (.....  .....) |
| 3. I G.A. Ari Widarti, DCN.,M.Kes. | (Anggota) | (.....  .....) |

MENGETAHUI  
KETUA JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR

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

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Rani Dilayanthi

NIM : P07131218059

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Tahun Akademik : 2021/2022

Alamat : Br Purwakerta, Gerih, Kec Abiansemal, Kab Badung, Bali

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas Akhir dengan judul Hubungan Konsumsi Fe Vitamin C Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Status Anemia Pada Siswi SMAN 2 Abiansemal adalah **benar karya saya 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 Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 12 April 2022

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Rani Dilayanthi  
NIM. P07131218059

# HUBUNGAN KONSUMSI Fe VITAMIN C DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN STATUS ANEMIA PADA SISWI SMAN 2 ABIANSEMAL

## ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu dari empat masalah gizi utama yang ada di Indonesia dan sebagian besar anemia diakibatkan kekurangan zat besi. Remaja putri merupakan aset bangsa Indonesia untuk tercapainya generasi yang baik di masa mendatang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi Fe, vitamin C dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia siswi SMAN 2 Abiansemal. Jenis penelitian ini adalah penelitian *observasional* dengan desain rancangan *cross sectional*. Besar sampel dari penelitian ini adalah 68 siswi. Variabel dikumpulkan dengan metode *recall* 1x24 jam, pengisian kuesioner dan pengukuran kadar hemoglobin darah.

Data disajikan dengan tabel frekuensi dan tabel silang kemudian dianalisis menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 40 sampel (58,8%) dengan tingkat konsumsi Fe kurang, 51 sampel (75%) dengan tingkat konsumsi vitamin C kurang dan 20 sampel (29,4%) tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah. Sebesar 24 sampel (35,3%) mengalami anemia. Dari hasil analisis *Chi Square* menunjukkan ada hubungan antara konsumsi Fe dengan status anemia ( $p \text{ value} = 0.045$ ) dan tidak ada hubungan antara konsumsi Vitamin C dengan status anemia ( $p \text{ value} = 0.558$ ). Serta ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia ( $p \text{ value} = 0.000$ ).

Kata kunci : anemia, Fe, vitamin C, kepatuhan, remaja putri.



**RELATIONSHIP BETWEEN FE VITAMIN C CONSUMPTION AND  
COMPLIANCE WITH TABLET CONSUMPTION WITH BLOOD  
ADDITION WITH ANEMIA STATUS IN SENIOR HIGH  
SCHOOL STUDENTS 2 ABIANSEMAL**

**ABSTRACT**

Anemia is one of the four main nutritional problems in Indonesia and most anemia is caused by iron deficiency. Young women are the assets of the Indonesian nation to achieve a good generation in the future. The purpose of this study was to determine the relationship between consumption of Fe, vitamin C and compliance with blood-supplemental tablet consumption with the anemia status of students at Senior High School 2 Abiansemal. This type of research is observational with a cross sectional design. The sample size of this study was 68 students. Variables were collected using a recall, filling out questionnaires and measuring blood hemoglobin level.

Data is presented with frequency table and cross table and then analyzed using chi square. The results showed that there were 40 samples (58,8%) with a low level of Fe consumption, 51 samples (75%) with a low level of vitamin C consumption and 20 samples (29.4%) who did not comply with taking blood-added tablets. A total of 24 samples (35.3%) had anemia. Results of Chi Square showed that there was a relationship between Fe consumption and anemia status ( $p$  value = 0.045) and there was no relationship between Vitamin C consumption and anemia status ( $p$  value = 0.558). And there is a relationship between adherence to the consumption of blood-added tablets with anemia status ( $p$  value = 0.000).

Keywords: anemia, iron, vitamin C, compliance, adolescent girls.

## **RINGKASAN PENELITIAN**

### **HUBUNGAN KONSUMSI Fe VITAMIN C DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN STATUS ANEMIA PADA SISWI SMAN 2 ABIANSEMAL**

Oleh :

Ni Putu Rani Dilayanthi  
NIM. P07131218059

Remaja putri merupakan aset bangsa Indonesia untuk tercapainya generasi yang baik di masa mendatang. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5% (Dieniyah, Sari, and Avianti 2019). Hasil laporan Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja di Indonesia mencapai 32% pada kelompok umur 15-24 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa masalah anemia pada remaja masih cukup tinggi (Simanungkalit and Simarmata 2019). Penelitian yang dilakukan Putra (2019) menunjukkan sebanyak 13,2% remaja putri di SMA kabupaten Badung mengalami anemia dan jika mengacu pada standar WHO termasuk dalam kategori anemia ringan (K. A. D. Putra 2019).

Anemia merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami kelelahan, letih dan lesu sehingga akan berdampak pada kreativitas dan produktivitasnya, serta dapat melahirkan generasi yang bermasalah gizi bila tidak segera ditangani (Kemenkes RI, 2021). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi Fe, vitamin C dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia siswi SMAN 2 Abiansemal. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain rancangan cross sectional.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2022. Penentuan besar sampel ditentukan dengan teknik proportional simple random sampling. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh besar sampel sebanyak 68 sampel dari 213 siswi di SMAN 2 Abiansemal.



Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel yang anemia sebanyak 24 orang atau 35,3% dan sampel yang tidak anemia sebanyak 44 orang atau 67,7%. Sedangkan konsumsi Fe sampel dalam kategori kurang sebanyak 40 orang atau 58,8% dan sampel yang konsumsi Fe dalam kategori cukup sebanyak 28 orang atau 41,2%. Untuk konsumsi vitamin C kategori kurang sebanyak 51 orang atau 75% dan sampel yang konsumsi vitamin C dalam kategori cukup sebanyak 17 orang atau 25%. Dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sampel yang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 37 orang atau 54,4% , sampel yang kurang patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 11 orang atau 16,2% dan sampel yang tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah sebanyak 20 orang atau 29,4%.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* terdapat hubungan antara konsumsi Fe dengan status anemia  $p = 0.045$  ( $\alpha < 0.05$ ) dan tidak ada hubungan antara konsumsi Vitamin C dengan status anemia  $p = 0.558$  ( $\alpha < 0.05$ ). Serta ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia  $p 0.000$  ( $\alpha < 0.05$ ).

Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan agar siswi di SMAN 2 Abiansemal dapat meningkatkan asupan Fe dan vitamin C serta rajin mengkonsumsi tablet tambah darah sehingga dapat mengurangi resiko anemia pada remaja. Diharapkan adanya pemberian edukasi berupa penyuluhan terkait gizi seimbang untuk cegah anemia.

Daftar bacaan : 40 (2005 – 2021)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Konsumsi Fe Vitamin C Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Status Anemia Pada Siswi SMAN 2 Abiansemal” ini telah dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak dukungan, saran dan bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu I Gusti Agung Ari Widarti, DCN.,M.Kes selaku pembimbing utama dan Bapak I Ketut Kencana, SKM.,M.Pd selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar dan Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika yang telah memberikan kesempatan sehingga Penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Seluruh Dosen dan Staf Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberi arahan dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Keluarga serta rekan-rekan yang telah memberi masukan, saran dan motivasi dalam menyelesaikan tugas ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan bimbingan, saran, serta kritik yang sifatnya membangun guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Sehingga, penulis sangat mengharapkan apresiasi baik kritik maupun saran yang sifatnya membangun untuk membenahi kekurangan dan ketidaksempurnaan skripsi ini agar peneliti dapat bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Denpasar, 12 April 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT .....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT .....	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan .....	4
D. Manfaat.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
A. Profile Remaja .....	6
B. Status Anemia dan Cara Pengukurannya .....	9
C. Tingkat Konsumsi dan Cara Pengukurannya .....	15
D. Program Tablet Tambah Darah .....	23
BAB III KERANGKA KONSEP .....	26
A. Kerangka Konsep.....	26
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	27
C. Hipotesis.....	29
BAB IV METODE PENELITIAN .....	30
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	33
E. Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	35
F. Prosedur Pelaksanaan Penelitian .....	39
G. Etika Penelitian.....	40
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Hasil .....	42
B. Pembahasan.....	50
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA .....	59
LAMPIRAN .....	64

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Batasan Anemia Menurut WHO .....	10
2. Rata-rata Kecukupan Zat Besi.....	20
3. Kandungan Zat Besi Dalam Bahan Makanan .....	20
4. Kandungan Vitamin C Dalam Bahan Makanan .....	22
5. Rata-rata Kecukupan Vitamin C .....	23
6. Definisi Operasional Variabel.....	28
7. Jumlah Siswa Berdasarkan Kelas dan Jenis Kelamin.....	43
8. Sebaran Sampel Berdasarkan Umur .....	44
9. Sebaran Sampel Berdasarkan Lama Menstruasi .....	44
10. Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Fe .....	45
11. Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Vitamin C.....	45
12. Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Konsumsi TTD.....	46
13. Sebaran Sampel Berdasarkan Status Anemia.....	47
14. Distribusi Status Anemia Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Fe.....	47
15. Distribusi Status Anemia Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Vitamin C ...	48
16. Distribusi Status Anemia Sampel Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Konsumsi TTD.....	49

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Informed Consent .....	64
2. Surat Izin Penelitian.....	68
3. Kuesioner Pengumpulan Data .....	72
4. Form Recall 1x24 Jam .....	74
5. Perhitungan Besar Sampel .....	76
6. Dokumentasi Penelitian .....	78
7. Hasil Uji Analisis.....	79
8. Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository .....	81