

SKRIPSI

**HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MINUMAN KOPI
DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**

Penelitian dilaksanakan Di SMA Dwijendra Denpasar



Oleh :

GUSTI AYU PUTU DIAH CINTA KALISTA
NIM. P07124222070

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MINUMAN KOPI DAN
KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Mata Kuliah Skripsi
Jurusan Kebidanan
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan**

Oleh :

**GUSTI AYU PUTU DIAH CINTA KALISTA
NIM. P07124222070**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MINUMAN KOPI DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

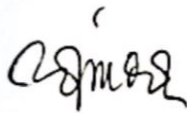
Studi Dilakukan di SMA DWIJENDRA DENPASAR

OLEH :

GUSTI AYU PUTU DIAH CINTA KALISTA
NIM.P07124222070

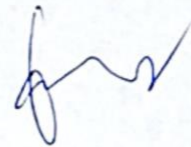
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Dr. I Komang Lindayani, S.KM., M.Keb
NIP. 198007122002122001

Pembimbing Pendamping



Bdn. Made Widhi Gunapria Darmapatni, SST, M.Keb
NIP. 198211282006042002

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Kemenkes

Bdn. Ni Ketut Somoyani, S.ST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MINUMAN KOPI DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Studi Dilakukan di SMA DWIJENDRA DENPASAR

OLEH :

GUSTI AYU PUTU DIAH CINTA KALISTA
NIM.P07124222070

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Rabu

TANGGAL : 29 April

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--|-------------------|---------|
| 1. Ni Nyoman Suindri, S.Si.T., M.Keb | (Ketua Penguji) | (.....) |
| 2. Dr. I Komang Lindayani, S.K.M., M.Keb | (Sekretaris) | (.....) |
| 3. Gusti Ayu Eka Utarini, SST, M.Kes | (Anggota Penguji) | (.....) |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST
NIP. 196904211989032001

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FREQUENCY OF COFFEE
CONSUMPTION AND THE CONSUMPTION OF BLOOD-ENHANCING
TABLETS AND THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS**

ABSTRACT

Anemia in adolescent girls remains a health problem due to increased iron requirements during growth and blood loss during menstruation. Coffee consumption, which can inhibit iron absorption, and poor adherence to iron supplementation (IBT) are suspected to contribute to anemia. This study aimed to determine the relationship between coffee consumption frequency and iron supplementation (IBT) consumption and the incidence of anemia in adolescent girls. This study used a quantitative analytical design with a cross-sectional approach. The sample size was 62 respondents. Data were collected through questionnaires and hemoglobin tests, then analyzed using the Fisher's Exact test and the Prevalence Ratio (PR) with a 95% CI. Univariate results showed that most respondents were non-anemic (82.3%) and anemic (17.7%). Bivariate results showed no association between coffee consumption and anemia ($p=0.477$), and no association between iron supplementation (IBT) consumption and anemia ($p=0.102$). The PR analysis showed that occasional coffee consumption was 2.45 times more risky, while iron supplementation was protective ($PR=0.18$), but not significantly so. The conclusion of this study is that there is no association between the frequency of coffee consumption and iron supplement consumption and the incidence of anemia in adolescent girls. Anemia is multifactorial, requiring comprehensive prevention efforts.

Keywords: *anemia, adolescent girls, coffee consumption, iron supplementation*

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MINUMAN KOPI DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi. Kebiasaan konsumsi kopi yang dapat menghambat penyerapan zat besi serta kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) diduga berperan dalam kejadian anemia. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan frekuensi konsumsi kopi dan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel sebanyak 62 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pemeriksaan hemoglobin, kemudian dianalisis menggunakan uji *Fisher's Exact* dan *Prevalence Ratio (PR)* dengan CI 95%. Hasil univariat menunjukkan sebagian besar responden tidak anemia (82,3%) dan anemia (17,7%). Hasil bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan antara konsumsi kopi dengan anemia ($p=0,477$), serta tidak terdapat hubungan antara konsumsi TTD dengan anemia ($p=0,102$). Analisis *PR* menunjukkan konsumsi kopi kadang berisiko 2,45 kali, sedangkan konsumsi TTD bersifat protektif ($PR=0,18$), namun tidak signifikan. Kesimpulan penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi kopi dan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri. Anemia bersifat multifaktorial sehingga diperlukan upaya pencegahan yang komprehensif.

Kata kunci: anemia, remaja putri, konsumsi kopi, suplementasi zat besi

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MINUMAN KOPI DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Anemia pada remaja putri merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih sering ditemukan dan memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi. Remaja putri termasuk kelompok rentan karena mengalami pertumbuhan pesat serta kehilangan darah saat menstruasi, sehingga kebutuhan zat besi meningkat. Ketidakseimbangan antara asupan dan kebutuhan zat besi dapat menyebabkan anemia. Selain faktor asupan, kebiasaan konsumsi minuman seperti kopi yang mengandung zat penghambat absorpsi zat besi serta rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) juga diduga berperan dalam kejadian anemia pada remaja putri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi minuman kopi dan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Dwijendra Denpasar. Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 62 responden yang dipilih menggunakan teknik sampling sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Data dikumpulkan melalui kuesioner untuk mengukur frekuensi konsumsi kopi dan konsumsi TTD, serta pemeriksaan kadar hemoglobin untuk menentukan status anemia.

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki frekuensi konsumsi kopi dalam kategori jarang. Selain itu, sebagian besar responden tidak mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur. Berdasarkan

status anemia, mayoritas responden tidak mengalami anemia, namun masih terdapat sebagian responden yang mengalami anemia. Analisis tambahan menunjukkan bahwa baik pada kelompok responden yang mengonsumsi TTD secara teratur maupun tidak teratur, sebagian besar tetap berada pada kategori konsumsi kopi jarang, yang menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi kopi pada responden relatif rendah.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi minuman kopi dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p > 0,05$). Demikian pula, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia ($p > 0,05$). Meskipun demikian, analisis Prevalence Ratio (PR) menunjukkan adanya kecenderungan hubungan, di mana konsumsi kopi pada kategori tertentu cenderung meningkatkan risiko anemia, sedangkan konsumsi TTD menunjukkan efek protektif terhadap anemia, meskipun tidak signifikan secara statistik.

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan dalam penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain frekuensi konsumsi kopi yang relatif rendah, rendahnya kepatuhan konsumsi TTD, serta tidak dianalisisnya faktor lain yang berperan seperti pola makan, status gizi, dan waktu konsumsi kopi. Selain itu, anemia pada remaja putri merupakan kondisi multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh satu atau dua variabel, melainkan melibatkan berbagai faktor yang saling berinteraksi.

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi minuman kopi dan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Dwijendra

Denpasar. Namun demikian, terdapat kecenderungan hubungan yang secara klinis tetap perlu diperhatikan, sehingga upaya pencegahan anemia tidak hanya berfokus pada satu faktor, tetapi perlu dilakukan secara komprehensif.

Disarankan bagi tenaga kesehatan dan pihak sekolah untuk meningkatkan edukasi mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin serta memberikan pemahaman terkait pola konsumsi yang mendukung penyerapan zat besi. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain seperti pola makan dan status gizi serta menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih kuat secara statistik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Frekuensi Konsumsi Minuman Kopi Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri” tepat pada waktunya. Skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Skripsi ini dapat diselesaikan berkat dukungan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar.
2. Bdn.Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar.
3. Bdn.Ni Wayan Armini, SST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Denpasar.
4. Dr. I Komang Lindayani, S.K.M., M.Keb, selaku Pembimbing Utama yang telah banyak memberikan ilmu, masukan, dan arahnya yang sangat berarti dalam penyusunan usulan skripsi ini.
5. Bdn. Made Widhi Gunapria Darmapatni, SST, M.keb, selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan usulan skripsi ini.
6. Kepala Sekolah SMA Dwijendra Denpasar, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Keluarga tercinta, mama, bapak, adik yang selalu memberikan doa, semangat, dan dukungan materi tanpa henti dalam setiap langkah yang peneliti tempuh.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan usulan skripsi ini, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan saran serta masukan yang membangun guna perbaikan dan penyempurnaan usulan penelitian ini. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Denpasar, April 2026

Peneliti

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Gusti Ayu Putu Diah Cinta Kalista
NIM : P07124222070
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2026
Alamat : Jalan Batuyang Gang Bangau No.88

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul: Hubungan Frekuensi Konsumsi Minuman Kopi Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri (Studi dilakukan di Sma Dwijendra Denpasar) adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil kaeya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai dengan Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Denpasar, April 2026

Yang membuat pernyataan



Gusti Ayu Putu Diah Cinta Kalista

P07124222070

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	<i>i</i>
SKRIPSI.....	<i>ii</i>
LEMBAR PERSETUJUAN	<i>iii</i>
LEMBAR PENGESAHAN	<i>iii</i>
ABSTRACT.....	<i>v</i>
ABSTRAK.....	<i>vi</i>
RINGKASAN PENELITIAN.....	<i>vii</i>
KATA PENGANTAR	<i>x</i>
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	<i>xii</i>
DAFTAR ISI.....	<i>xii</i>
DAFTAR TABEL.....	<i>xv</i>
DAFTAR GAMBAR.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR LAMPIRAN.....	<i>xvi</i>
BAB I PENDAHULUAN.....	<i>1</i>
A. Latar Belakang	<i>1</i>
B. Rumusan Masalah	<i>4</i>
C. Tujuan.....	<i>4</i>
D. Manfaat Penelitian	<i>5</i>
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	<i>2</i>
A. Remaja Putri.....	Error! Bookmark not defined.
B. Anemia	Error! Bookmark not defined.
C. Konsumsi Minuman Kopi	Error! Bookmark not defined.
D. Konsumsi Tablet Tambah Darah.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III KERANGKA KONSEP	<i>50</i>
A. Kerangka Konsep	<i>50</i>
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	<i>51</i>
C. Hipotesis Penelitian	<i>52</i>
BAB IV METODE PENELITIAN	<i>53</i>
A. Jenis Penelitian.....	<i>53</i>
B. Alur Penelitian.....	<i>54</i>
C. Tempat dan Waktu Penelitian	<i>54</i>

D. Populasi Dan Sampel	55
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	57
F. Pengelolaan dan Analisa Data	59
G. Etika Penelitian	62
BAB V HASIL PEMBAHASAN	65
A. Hasil Penelitian	65
B. Hasil Analisis Univariat	66
C. Hasil Analisis Bivariat.....	70
D. Pembahasan.....	72
E. Keterbatasan Penelitian	82
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	80
A. Simpulan	80
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel.....	52
Tabel 2. Karakteristik Remaja Putri.....	67
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Konsumsi Minuman Kopi Pada Remaja Putri	68
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Tambah Darah.....	69
Tabel 5. Distribusi Kejadian Anemia.....	70
Tabel 6. Analisis Hubungan Konsumsi Minuman Kopi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.....	71
Tabel 7. Analisis Hubungan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri	72

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2. Rencana Anggaran Biaya
- Lampiran 3. Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 4. Kuesioner
- Lampiran 5. Master Tabel Penelitian
- Lampiran 6. Hasil Penelitian
- Lampiran 7. Surat izin etik penelitian
- Lampiran 8. Surat Izin penelitian
- Lampiran 9. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 10. Dokumentasi