

SKRIPSI

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP IT AL ASROR SEKAMPUNG LAMPUNG TIMUR



OLEH

NAMA : GRACELA NATALISA SUNARTO
NIM : 10021281924038

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

SKRIPSI

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP IT AL ASROR SEKAMPUNG LAMPUNG TIMUR

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : GRACELA NATALISA SUNARTO
NIM : 10021281924038

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2023

GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, 17 April 2023

Gracela Natalisa Sunarto; Dibimbing oleh Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.

Hubungan Asupan Zat Gizi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur

XVI + 66 halaman, 26 tabel, 2 gambar, 8 Lampiran

ABSTRAK

Anemia dapat dialami oleh remaja putri berusia 10-19 tahun karena termasuk kelompok rawan permasalahan gizi. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia pada perempuan dengan umur 15 tahun keatas (22,7%). Kabupaten Lampung Timur mengalami peningkatan prevalensi anemia (35,45%). Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan antara asupan zat gizi dan kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik Pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel penelitian ini adalah remaja putri (10-19 tahun) yang bersekolah di SMP IT Al Asror Sekampung dan berjumlah 64 orang. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat siswi yang berisiko anemia (9,4%) serta membuktikan bahwa tidak terdapat hubungan asupan protein (p-value = 0,441 dan PR = 0,568), asupan zat besi (p-value = 0,245 dan PR = 0,636), asupan vitamin C (p-value = 1,309 dan PR = 0,381), asupan vitamin B12 (p-value = 0,721 dan PR = 0,370) dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (p-value = 0,089 dan PR = 0,762) dengan kejadian anemia. Serta terdapat hubungan asupan asam folat (p-value 0,037 = dan PR = 0,800) dengan kejadian anemia. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan remaja putri dapat meningkatkan asupan protein, zat besi, asam folat, vitamin C, vitamin B12 dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yaitu dengan adanya penyuluhan terkait gizi di sekolah.

Kata Kunci : Asupan Zat Gizi, Kepatuhan Konsumsi TTD, dan Kejadian Anemia

Kepustakaan : 58 (1972-2022)

NUTRITION
FACULTY OF PUBLIC HEALTH SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, April 17, 2023

Gracela Natalisa Sunarto; Mentored by Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.

Relationship between Nutrient Intake and Adherence to Blood Additive Tablet Consumption with the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMP IT Al Asror Sekampung East Lampung

XVI + 66 pages, 26 tables, 2 figures, 8 appendices

ABSTRACT

Anemia can be experienced by adolescent girls aged 10-19 years because they are vulnerable to nutritional problems. The 2018 Riskesdas results show that the prevalence of anemia in Indonesian women up to aged 15 years old (22.7%). East Lampung Regency there was an increase in the prevalence of anemia (35.45%). The purpose of this study was to analyze the relationship between nutrient intake and compliance with blood supplement tablet consumption with the incidence of anemia in adolescent girls at SMP IT Al Asror Sekampung East Lampung. This study is a quantitative study with a cross sectional approach. The sampling technique was purposive sampling with inclusion and exclusion criteria. The sample of this study were adolescent girls (10-19 years) who attended IT Al Asror Sekampung Junior High School and totaled 64 people. Bivariate analysis this study used the Chi-Square test. The results of this study indicate that there are female students at risk of anemia (9.4%) and prove that there is no relationship between protein intake (p -value = 0.441 and PR = 0.568), iron intake (p -value = 0.245 and PR = 0.636), vitamin C intake (p -value = 1.309 and PR = 0.381), vitamin B12 intake (p -value = 0.721 and PR = 0.370) and compliance with blood supplement tablets consumption (p -value = 0.089 and PR = 0.762) with the incidence of anemia. There is a relationship between folic acid intake (p -value 0.037 = and PR = 0.800) with the incidence of anemia. Based on the results of the study, it is expected that adolescent girls can increase their intake of parotein, iron, folic acid, vitamin C, vitamin B12 and compliance with the consumption of blood supplement tablets, namely by counseling related to nutrition at school.

Keywords: Nutrient Intake, Adherence to Blood Additive Tablet Consumption, and Incidence of Anemia

Literature: 58 (1972-2022)

Koordinator Program Studi Gizi



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM.
NIP. 198604252014042001

Pembimbing



Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.
NIP. 198804102019032018

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas Plagiarisme. Bila kemudian hari saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 11 Mei 2023

Yang Bersangkutan,



Gracela Natalisa Sunarto

10021281924038

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DAN KEPATUHAN KONSUMSI
TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DENGAN KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SMP IT AL ASROR SEKAMPUNG
LAMPUNG TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi

Oleh:
GRACELA NATALISA SUNARTO
10021281924038

Indralaya, 29 Mei 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya,



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Indah Yuliana'.

Indah Yuliana, S.Gz., M.Si
NIP. 198804102019032018

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul "Hubungan Asupan Zat Gizi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur" telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 26 Mei 2023.

Indralaya, 29 Mei 2023

Tim Penguji Skripsi

Ketua :

1. Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes., AIFO
NIP. 197109271994032004



Anggota :

2. Yuliarti, S.KM., M.Gizi.
NIP. 198807102019032018
3. Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.
NIP. 198804102019032018



Indralaya, 29 Mei 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya,

Koordinator Program Studi Gizi



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP. 198804102019032018

RIWAYAT HIDUP

Nama : Gracela Natalisa Sunarto
Tempat, Tanggal Lahir : Bandar Lampung, 21 Desember 2000
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Jl. Randu, No. 10 Kemiling Bandar Lampung
Nomor HP : 082280684482
Email : gracelanatalisa21@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

2007-2013 SD Kristen Penabur Bandar Lampung
2013-2016 SMP Immanuel Bandar Lampung
2016-2019 SMA Negeri 10 Bandar Lampung
2019-Sekarang Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

RIWAYAT ORGANISASI

2016-2018 OSIS SMA N 10 Bandar Lampung
2020-2021 Kepala Divisi Typografi Kominfo Kemala UNSRI
Staff Muda Dinas Adkesma BEM KM FKM UNSRI
2021-2022 Kepala Divisi Medsos Management & Publication
Kominfo Kemala UNSRI
Sekretaris Divisi Advokasi HIKAGI UNSRI
Staff Ahli Dinas Adkesma BEM KM FKM UNSRI
Staff External-Internal Departement SRE UNSRI

PRESTASI

2021 Juara 3 Photography Srifoton (Himpunan Teknik
Informatika Universitas Sriwijaya)
PJ Advokasi PKKMB FKM UNSRI
PJ Publikasi & Dokumentasi Sriwijaya In Action
Kemala UNSRI
Wakil Ketua Pelaksana PHSA FKM UNSRI

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur hanya bagi Tuhan Yesus Kristus, oleh karena anugrah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Zat Gizi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Sarjana Gizi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Selama penulisan skripsi ini banyak sekali hambatan yang dialami penulis, namun berkat bantuan, dorongan, serta bimbingan dari berbagai pihak, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus yang selalu menyertai, memberikan kesehatan, kelancaran, pertolongan, dan memberikan hikmat serta menjadi inspirasi terbesar dalam hidup penulis.
2. Ibu Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
3. Ibu Indah Purnama Sari, S.K.M M.K.M selaku kepala program studi S1 Gizi di Fakultas Kesehatan Masyarakat
4. Ibu Indah Yuliana, S.Gz., M.Si, Selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar memberikan arahan, motivasi, serta dukungan selama penulisan skripsi.
5. Ibu Dr. Rostika Flora S.Kep., M.Kes., AIFO Selaku Penguji I yang telah memberikan arahan dan masukan.
6. Ibu Yuliarti, S.KM., M.Gizi Selaku Penguji II yang telah memberikan arahan dan masukan.
7. Seluruh Dosen dan staf di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah memberikan kemudahan selama berkuliah dan mengurus administrasi lainnya.
8. Pdt. Sunarto S.Th (Almarhum) selaku papa penulis yang karena kasih sayang dan didikannya, penulis dapat kuat hingga di titik sekarang, semoga

papa di Surga bisa bangga melihat penulis yang bisa berdiri tegak hingga saat ini.

9. Maria Dwi Rusmiyati selaku mama penulis yang walaupun seorang *single parent* namun selalu berusaha agar penulis tidak kekurangan dari segi kasih sayang, perhatian, dan sumber dana. Serta selalu semangat dalam memberikan dukungan dari aspek spiritual, moral, dan finansial yang menunjang sedari penulis memasuki perkuliahan hingga selesai.
10. Stefanis Anggelia Alfa Sunarto, M.Pd beserta suami dan Natanael Martian Dwi Sunarto, S.T beserta istri selaku kakak kandung penulis yang selalu membantu dan memberi dukungan dalam setiap penulisan skripsi serta Othniel Kenneth Martian selaku keponakan yang selalu menghibur penulis.
11. Sahabat seperjuangan dari awal memasuki kuliah Melina Teresa, Vira Triasya, dan Nyayu Hanun yang selalu setia serta selalu menolong ketika penulis memerlukan bantuan.
12. Daniel Tampubolon, M.Th selaku pasangan yang memberi semangat serta mendukung dalam doa, menemani dari awal penulisan skripsi hingga pada akhir, hingga selalu ada saat penulis membutuhkan teman berbincang.
13. Hamba Tuhan dan Jemaat Gereja Methodis Indonesia (GMI) Pos Pelayanan Moria Payakabung serta teman-teman Persekutuan Pemuda Pemudi Methodis Indonesia (P3MI) yang sudah menerima penulis dengan sangat baik untuk dapat beribadah disana dan diberikan kesempatan untuk melayani Tuhan.
14. Teman-teman Organisasi BEM KM FKM Unsri, Kemala Unsri, Hikagi Unsri, dan SRE Unsri, yang sudah memberikan banyak pembelajaran dan pengalaman di dunia perkuliahan non akademik terkhusus melatih *softskill* yang berguna dan dapat dikembangkan, serta menghibur dan mengisi kekosongan waktu penulis sewaktu perkuliahan dengan hal yang bermanfaat.
15. Teman-teman seperjuangan Gizi 2019 (Liza, Ulya, Danti, Annisa, Wanda, Dhila, Ika, Desta, dan lainnya) yang telah kebersamai dari awal perkuliahan hingga selesai.

16. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan yang turut membantu dalam menyelesaikan penulisan skripsi.

Tuhan Yesus Kristus memberkati segala kebaikan yang telah memberikan kesempatan serta dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna tetapi saya berharap skripsi ini dapat berguna bagi para pembaca.

Indralaya, April 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read "G. Natalisa Sunarto", with a horizontal line extending to the right.

Gracela Natalisa Sunarto

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Landasan Teori	7
2.1.1 Remaja.....	7
2.1.2 Anemia	7
2.1.3 Asupan Zat Gizi	12
2.1.4 Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD).....	17
2.2 Penelitian Terdahulu.....	21
2.3 Kerangka Teori.....	26
2.4 Kerangka Konsep	26
2.5 Definisi Operasional.....	27
2.6 Hipotesis	30
BAB III.....	31
METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Desain Penelitian	31

3.2	Populasi dan Sampel	31
3.3	Jenis, Cara, dan Alat Pengumpulan Data	33
3.4	Pengolahan Data	36
3.5	Validasi Data	38
3.6	Analisis dan Penyajian Data	39
BAB IV	41
HASIL PENELITIAN	41
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
4.2	Hasil Penelitian.....	42
4.2.1	Analisis Univariat.....	42
4.2.2	Analisis Bivariat.....	47
BAB V	53
PEMBAHASAN	53
5.1	Keterbatasan Penelitian	53
5.2	Pembahasan	53
5.2.1	Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung.....	53
5.2.2	Hubungan Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung	54
5.2.3	Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung.....	55
5.2.4	Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung.....	56
5.2.5	Hubungan Asupan Asam Folat dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung.....	58
5.2.6	Hubungan Asupan Vitamin C dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung.....	59
5.2.7	Hubungan Asupan Vitamin B12 dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung.....	60
5.2.8	Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP IT Al Asror Sekampung	61
BAB VI	64
KESIMPULAN DAN SARAN	64
6.1	Kesimpulan.....	64
6.2	Saran	64
6.2.1	Bagi Remaja Putri	64

6.2.2	Bagi Sekolah	65
6.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya	65
DAFTAR PUSTAKA		66

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Nilai Normal Hemoglobin	8
Tabel 2.2 Klasifikasi Derajat Anemia.....	8
Tabel 2.3 Nilai Protein dalam Daftar Makanan	12
Tabel 2.4 Nilai Zat Besi dalam Daftar Makanan	13
Tabel 2.5 Nilai Vitamin B9 dalam Daftar Makanan	14
Tabel 2.6 Nilai Vitamin C dalam Daftar Makanan	15
Tabel 2.7 Nilai Vitamin B12 dalam Daftar Makanan	16
Tabel 2.8 Penelitian Terdahulu	21
Tabel 2.9 Definisi Operasional	27
Tabel 3.1 Perhitungan Sampel	32
Tabel 4.1 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 4.2 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Menstruasi.....	42
Tabel 4.3 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Asupan Protein.....	43
Tabel 4.4 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Asupan Zat Besi.....	43
Tabel 4.5 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Asupan Asam Folat.....	44
Tabel 4.6 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Asupan Vitamin C	44
Tabel 4.7 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Asupan Vitamin B12	45
Tabel 4.8 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Kepatuhan Konsumsi TTD	45
Tabel 4.9 Analisis Kadar Hemoglobin.....	46
Tabel 4.10 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Kejadian Anemia	46
Tabel 4.11 Hubungan Menstruasi dengan Kejadian Anemia.....	46
Tabel 4.12 Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Anemia.....	46
Tabel 4.13 Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia.....	47
Tabel 4.14 Hubungan Asupan Asam Folat dengan Kejadian Anemia.....	48
Tabel 4.15 Hubungan Asupan Vitamin C dengan Kejadian Anemia	48
Tabel 4.16 Hubungan Asupan Vitamin B12 dengan Kejadian Anemia	49
Tabel 4.17 Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Alat Pengukur Kadar Hemoglobin.....	11
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	26
Gambar 4.1 Gedung Sekolah SMP IT Al Asror Sekampung	41

DAFTAR SINGKATAN

TTD	: Tablet Tambah Darah
HB	: Hemoglobin
SQ-FFQ	: <i>Semi Quantitative Food Frequency Question</i>
PR	: <i>Prevalence Ratio</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 2. Output Validitas dan Reabilitas
- Lampiran 3. Output Hasil Penelitian
- Lampiran 4. Master Tabel
- Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 6. Kaji Etik
- Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Sekolah
- Lampiran 8. Surat Selesai Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anemia merupakan keadaan turunnya kadar *hemoglobin* (Hb), hematokrit, dan jumlah sel darah merah yang nilainya berada dalam bawah nilai normal. Beberapa penyebab yang dialami oleh penderita anemia yaitu ada dari faktor gizi dan non gizi. Faktor gizi dapat terjadi karena defisiensi protein, vitamin dan mineral, serta faktor non gizi dapat terjadi dikarenakan penyakit infeksi (Masthalina, 2015).

Pada remaja, anemia memiliki dampak yang buruk di masa tumbuh kembangnya yaitu memiliki gangguan pertumbuhan yang menyebabkan tinggi badan dan berat badan tidak mencapai nilai normal, penurunan konsentrasi belajar, nafsu makan menurun, serta penurunan kesegaran jasmani. Lemas, letih, lesu, lunglai, dan lemah (5L) juga merupakan ciri-ciri dan dampak seorang terkena anemia. Seorang remaja putri yang mengalami anemia juga memiliki efek yang panjang yaitu pada saat ia menjadi seorang ibu yang berisiko mempunyai dampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin serta dapat menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan bahkan sampai terjadi kematian ibu dan anak.

Di negara berkembang 40% anemia disebabkan karena defisiensi zat besi menurut The World Bank Pada tahun 2006, anemia merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia dan tengah menjadi masalah kesehatan masyarakat (*Public Health Problem*). Di Indonesia prevalensi anemia pada perempuan dengan umur 15 tahun keatas sebesar 22,7%. Jika remaja yang mengalami anemia dan tidak segera ditangani maka akan mengalami gangguan kehamilan (RISKESDAS 2018). Provinsi Lampung merupakan peringkat pertama di wilayah Sumatera dengan prevalensi anemia tertinggi sebesar 63% dan 24,3% yang dialami remaja putri dengan umur 10-19. Kabupaten Lampung Timur mengalami peningkatan prevalensi anemia remaja putri sebesar 35,4% yang mengalami peningkatan sebesar 22,3% dari tahun 2013 (Meitasari, 2022).

Sekolah Menengah Pertama (SMP) Islam Terpadu (IT) Al Asror Sekampung merupakan salah satu sekolah di Kabupaten Lampung Timur yang

bekerja sama dengan puskesmas setempat yaitu Puskesmas Trimulyo Lampung Timur dengan adanya program pemberian tablet tambah darah (TTD) ke remaja putri. Puskesmas tersebut akan secara rutin datang ke sekolah disetiap awal tahun ajaran baru untuk memberikan tablet tambah darah kepada sekolah untuk dapat memberikan TTD tersebut kepada setiap remaja putri. Karakteristik pola makan pada remaja di Lampung Timur menurut penelitian sebelumnya (Marthalena et al., 2021) yaitu mengalami kebiasaan makan tidak teratur sebesar 76,9% dan mengonsumsi makanan siap saji sebesar 84,6%. Hal tersebut yang mempengaruhi dengan kondisi remaja untuk terkena anemia.

Asupan zat gizi berperan dalam setiap pembentukan sel darah merah. Asupan zat gizi yang tidak mencukupi dapat mengganggu pembentukan sel darah merah. Harusnya umur sel darah merah di dalam darah harus selalu dipertahankan cukup banyak. Pembentukan sel darah merah yang terganggu bisa disebabkan oleh makanan yang dikonsumsi kurang mengandung zat gizi yang penting dalam pembentukan sel darah merah seperti protein, besi, asam folat, vitamin C, vitamin B12, serta zat gizi penting lainnya. Keanekaragaman dalam makanan yang dikonsumsi berperan penting dalam membantu meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh untuk pembentukan sel darah merah (Saptyasih, 2016).

Hal yang dapat mempengaruhi asupan yaitu dari jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang dikonsumsinya. Menurut teori dari (Almatsier, 2011) menu seimbang adalah menu yang terdiri dari beraneka ragam makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai, sehingga memenuhi kebutuhan gizi seseorang guna pemeliharaan dan perbaikan sel-sel tubuh dan proses kehidupan serta pertumbuhan dan perkembangannya. Kehadiran atau ketidakhadiran suatu zat gizi esensi dapat mempengaruhi ketersediaan, absorpsi, metabolisme, atau kebutuhan zat lain.

Anemia dapat terjadi karena asupan zat gizi yang dikonsumsi tidak memenuhi kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh. Zat gizi yang perlu diperhatikan antara lain protein, zat besi, vitamin C, asam folat, vitamin B12, dan lain sebagainya. Zat gizi tersebut didapatkan dari makanan yang kita konsumsi sehari-hari. Maka dari itu agar dapat terhindar dari anemia, kita perlu

memenuhi zat gizi yang kita perlukan dengan memperhatikan asupan makanan. Pendapatan keluarga sangat mempengaruhi pola dan jenis makan yang dikonsumsi oleh keluarga tersebut, apabila memiliki pendapatan yang rendah maka bisa dipastikan keluarga tersebut lebih mementingkan asupan karbohidrat dibandingkan protein, vitamin, dan mineral yang dikonsumsi oleh keluarga tersebut (Basith. A, 2017).

Pada penelitian terdahulu, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara asupan zat besi ($p = 0,047$) dan protein ($p = 0,000$) dengan kejadian anemia (Soedijanto, et. al. 2015). Penelitian lain juga membuktikan terdapat hubungan asupan asam folat dengan kadar Hb dengan nilai $p = 0,001$ ($<0,05$), serta terdapat hubungan asupan vitamin B12 dengan kadar Hb dengan nilai $p = 0,000$ ($<0,05$) (Nugrahani, 2020).

Untuk memenuhi zat gizi yang tidak terpenuhi dari apa yang dikonsumsi oleh remaja tersebut, untuk mencegah anemia maka dapat ditanggulangi dengan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Hal ini didukung dengan program pemerintah yang sesuai dengan PERMENKES RI No. 8 tahun 2014 tentang standar tablet tambah darah (TTD) bagi wanita usia subur dan ibu hamil. Surat Edaran (SE) Kementerian Kesehatan RI No. HK.03.03/V/0595/2016 tentang pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri dan wanita usia subur. Pemberian TTD dilakukan pada anak Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA)/ sederajat.

Tablet tambah darah (TTD) merupakan suplemen zat gizi yang mengandung 60 mg besi elemental dan 0,4 mg asam folat yang sesuai dengan rekomendasi WHO. Jika TTD dikonsumsi secara teratur mencegah serta menanggulangi kejadian anemia. Untuk remaja putri dianjurkan untuk meminum TTD 4 tablet selama sebulan, satu tablet disetiap satu minggu dan 1 tablet setiap hari pada saat menstruasi (Kemenkes, 2020). Menurut RISKESDAS tahun 2018, diketahui bahwa cakupan TTD yang diterima remaja putri sebesar 76,2% dari data tersebut sebanyak 80,9% mendapatkan TTD di sekolah. Dari data 80,9% tersebut konsumsi TTD remaja putri ≥ 52 butir hanya 1,4% sedangkan < 52 butir sebesar 98,6%. Hal tersebut dapat diartikan bahwa kesadaran remaja putri

akan pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai bentuk pencegahan terjadinya anemia masih tergolong rendah (Basith A, 2017).

Peneliti melakukan penelitian untuk menganalisis hubungan antara asupan zat gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur.

1.2 Rumusan Masalah

Masa remaja yang merupakan masa transisi sangat mudah mengalami masalah kesehatan khususnya permasalahan gizi. Permasalahan gizi yang biasa dialami oleh remaja khususnya remaja putri yaitu anemia. Anemia adalah rendahnya kadar *hemoglobin* (HB), hematokrit, dan jumlah sel darah merah yang disebabkan oleh defisiensi zat besi. Hal itu bisa terjadi dikarenakan tidak memerhatikan asupan zat gizi dan menyepelekan konsumsi tablet tambah darah (TTD) oleh remaja putri. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin mengetahui adakah hubungan asupan zat gizi dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara asupan zat gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi karakteristik remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung.
- 2) Mengidentifikasi gambaran kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung.
- 3) Mengidentifikasi gambaran asupan zat gizi pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung.
- 4) Mengidentifikasi gambaran kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung.

- 5) Menganalisis hubungan antara asupan zat gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung.
- 6) Menganalisis hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan wawasan serta informasi di bidang gizi kesehatan masyarakat, khusus hubungan asupan zat gizi dan kepatuhan konsumsi TTD terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung.

1.4.2 Praktis

A. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti untuk meningkatkan kesadaran remaja terhadap kejadian anemia.

B. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk hal yang berkaitan dengan hubungan asupan zat gizi dan kepatuhan konsumsi TTD terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung serta dapat dijadikan sebagai informasi bagi mahasiswa yang berada di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

C. Bagi SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur

Untuk mengetahui asupan zat gizi dan kepatuhan konsumsi TTD serta melakukan monitoring dan evaluasi dengan program yang telah berjalan yaitu pembagian TTD setiap tahunnya untuk tindakan pencegahan kejadian anemia yang dialami oleh remaja putri di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Keilmuan

Ruang lingkup penelitian ini yaitu ilmu gizi kesehatan masyarakat.

1.5.2 Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian ini membahas tentang hubungan asupan zat gizi dan kepatuhan konsumsi TTD.

1.5.4 Lingkup Metode

Desain studi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasional dengan jenis penelitian kuantitatif dan menggunakan pendekatan *cross sectional*.

1.5.5 Lingkup Sasaran

Sasaran pada penelitian ini yaitu remaja putri usia 13-19 tahun di SMP IT Al Asror Sekampung Lampung Timur.

1.5.6 Lingkup Waktu

Waktu pada penelitian ini yaitu dilakukan pada bulan Maret 2023

DAFTAR PUSTAKA

- Angka Kecukupan Gizi (AKG). (2019). *Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Peraturan Menteri Kesehatan.
- Ani, LS. (2010). *Anemia Defisiensi Besi: Masa Prahamil dan Hamil*. Jakarta: EGC
- Almatsier. (2016). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman. (2004). *Buku Ajar Ilmu Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Arisman. (2010). *Gizi Daur Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- antara Pengetahuan, H., Seimbang, G., Dengan, D. A., & Persyaratan, D. S. (2016). *Naskah Publikasi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Kabupaten Bantul*. 1–19.
- Asmin, E., Salulinggi, A., Titaley, C. R., & Bension, J. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Di Kecamatan Leitimur Selatan Dan Teluk Ambon. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), 229–236. <https://doi.org/10.14710/jekk.v6i1.10180>
- Astuti, S. D. E. trisna. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Wilayah Lampung Timur. *Jurnal Keperawatan*, XII(2), 277–251. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/Index.Php/JKEP/Article/View/611>
- Banjar, K. (2013). *Hubungan Antara Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Ma Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar Yuniarti, Rusmilawaty, Tri Tunggal*. 2(1), 2011–2016.
- Barasi. (2007). *Ilmu Gizi*. Jakarta: Erlangga.
- Basith, A., Agustina, R., Diani, N., & Bhasiedzgmailcom, E. (2017). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri*. 5(3), 1–10.
- Beck. E Mary. (2000). *Nutrition and dietics For Nurse*. New York : Aspen Publisher
- Choiriyah, EW. 2015. *Hubungan Tingkat Asupan Protein, Zat Besi dan Vitamin C dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo*. Naskah Publikasi Program Studi Kesehatan

Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta

- Dinkes Provinsi Lampung. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Lampung. Dinas Kesehatan Provinsi Lampung.
- Endar Wahyu C. (2015). *Hubungan Tingkat Asupan Protein, Zat Besi Dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X Dan Xi Sma Negeri 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo*. 5, 118–138.
- FAO. 1972. Food Composition Table for Use in East Asia, FAO. Roma
- Feriani, P. (2020). Ketepatan Pemberian Obat Oleh Perawat Dipengaruhi Lingkungan Kerja Di Ruang Rawat Inap Rsud Kanujoso Balikpapan. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 4(1), 34–40. <https://doi.org/10.46749/jiko.v4i1.38>
- Ghiffari, E. M., Harna, H., Angkasa, D., Wahyuni, Y., & Purwara, L. (2021). Kecukupan Gizi, Pengetahuan, dan Anemia Ibu Hamil. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(1), 10-23.
- Hardinsyah, Riyadi H, Napitulu V. (2012). *Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat*. Departemen Gizi Masyarakat FEMA IPB. Departemen Gizi. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Hasanah U. *Hubungan asupan tablet besi dan asupan makanan dengan kejadian anemia pada kehamilan di Puskesmas Mojotengah Kabupaten Wonosobo tahun 2012*. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.hlm.8-10.
- Herlinadiyaningsih, & Susilo, R. P. (2019). Association Between Menstrual Pattern and Level of Iron Consumption with Incidence of Anemia Among Adolescent Girls. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 1–11.
- Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015. Jakarta. 2016
- Kemenkes. (2020). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kirana, D. P. (2011). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA N 2 Semarang. *Universitas Diponegoro*, 21.
- Kuntarti, K. (2014). Tingkat Penerapan Prinsip ‘Enam Tepat’ Dalam Pemberian Obat Oleh Perawat Di Ruang Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 9(1), 19–25. <https://doi.org/10.7454/jki.v9i1.155>

- Laila, N. N., & Shofwati, I. (2013). Kadar Timbal Darah Dan Keluhan Kesehatan Pada Operator Wanita Spbu. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 4(1), 1–10.
- Lestari, IP., Lipoeto, NI., Amurdi. (2017). Hubungan Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Murid SMP Negeri 27 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3): pp. 507-511.
- Lewa, A. F. (2016). Hubungan Asupan Protein, Zat Besi dan Vitamin C dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 2 Model Palu. *Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 3(1), 26–31.
- Marthalena, Y., Yunitasari, E., Nurzanah, E., & Komalasari, K. (2021). Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit gastritis di desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari Kabupaten Lampung Timur. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 1(1), 49–58. <https://doi.org/10.56922/phc.v1i1.55>
- Masthalina, H. (2015). Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor Dan Enhancer Fe) Terhadap Status Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 80. <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3516>
- Meitasari, A. A. Y. U., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2022). *Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah*.
- Molloy, A. M. (2018). Should Vitamin B12 Status Be Considered in Assessing Risk of Neural Tube Defects? *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1414(1), 109–125. <https://nyaspubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/nyas.13574>
- Nugrahani, D. D. (2020). Hubungan Asupan Asam Folat dan Vitamin B12 dengan Kadar Hb pada Remaja Putri di SMAN 1 Mojolaban. *[Skripsi], Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Permaesih D, Herman S. *Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja*. Jakarta: Buletin Penelitian Kesehatan. 2005;33(4):162-71.
- Piliang WG, Djojosoebagio Al Haj S. 2006. *Fisiologi Nutrisi Volume 2*. Bogor: IPB Press.
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen

- Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 49–61.
<https://doi.org/10.33650/jkp.v8i1.1021>
- Putri, R. D., & Simanjuntak, B. Y. (2015). *Pengetahuan Gizi , Pola Makan , dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Remaja Putri*. 404–409.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf – Diakses Agustus 2018
- Roziqo, Ikhfina. 2016. Hubungan Asupan Protein, Zat Besi, Vitamin C, dan Seng dengan pada Balita Stunting. *Artikel Penelitian*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Saptyasih. (2016). Vit C. *Hubungan Asupan Zat Besi, Asam Folat, Vitamin B12 Dan Vitamin C Dengan Kadar Hemoglobin Siswa Di Smp Negeri 2 Tawangharjo Kabupaten Grobogan*, 4, 21–25.
<http://www.elsevier.com/locate/scp>
- Sartika S, N. S. 2019. Pengaruh Zat Besi dan Vitamin C Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil.
- Savitri, M. K., Tupitu, N. D., Iswah, S. A., & Safitri, A. (2021). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: a Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 43–49.
<https://doi.org/10.31004/jkt.v2i2.1784>
- Setyawati, Baul. dan Ahmad Syauqy. 2014. Perbedaan Asupan Protein, Zat Besi, Asam Folat, dan Vitamin B12 Antara Ibu Hamil Trimester III Anemia dan Tidak Anemia di Puskesmas Tanggunharjo Kabupaten Grobogan. *Journal of Nutrition College*. Volume 3, Nomor 1, Tahun 2014, Halaman 228-234.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/4601/4424>
- Singarimbun, M dan Efendi,. 1995, *Metode Penelitian Survey*, Jakarta : PT. Pustaka LP3ES.
- Sirajuddin, Surmita, & Trina Astuti. (2018). *Buku Ajar Gizi Survey Konsumsi Pangan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Soedijanto, Sharon G. A. Kapantow, Nova H. Basuki, Anita (2015). Hubungan

- Antara Asupan Zat Besi dan Protein dengan Kejadian Anemia pada Siswi Smp Negeri 10 Manado. *Jurnal Ilmiah Farmasi*. 4,327-332.
- Soetjningsih. 2010. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: SagungSeto.
- Sri Utami Arifin, Nelly Mayulu, J. R. (2013). Mongondow Utara Sri Utami Arifin Nelly Mayulu Julia Rottie Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Ejournal Keperawatan (E-Kp)*, 1.
- Sundari, D., Almasyhuri & Lamid, A. 2015. *Pengaruh Proses Pemasakan Terhadap Komposisi Zat Gizi Bahan Pangan Sumber Protein*. Media Litbangkes, 25, 235-242.
- Supranto, J., Statistik Teori dan Aplikasi, Erlangga, Jakarta, 2001.
- Tejasari.(2015). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Titis Mahardika. (2016). *Naskah Publikasi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Kabupaten Bantul*. 1–19.
- TKPI, 2017. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*.
- UNICEF. 1998. *The State of the World's Children 1998*. Oxford University Press, Oxford
- Wahyuningsih, A., & Qoyyimah, A. U. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganom. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 1–12.
- WHO (2018). *Klasifikasi Umur Remaja Putri*. World Health Organization.
- Widiastuti, A. dan Rusmini, R. (2019) “Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri,” *Jurnal Sains Kebidanan*, 1(1), hal. 12–18. doi: 10.31983/jsk.v1i1.5438.
- World Bank. 2006. *Repositioning Nutrition as Central to Development A Strategy for Large-scale Action*.
- Winarno, F. G. 1997. *Kimia Pangan dan Gizi*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Yulaeka, Y. (2020). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 8(2), 112–118. <https://doi.org/10.36998/jkmm.v8i2.108>

Yunita, F. A., Parwatiningsih, S. A., Hardiningsih, M., Nurma Yuneta, A. E., Kartikasari, M. N. D., & Ropitasari, M. (2020). The Relationship between Young Women 's Knowledge About Iron Consumption and The Incidence of Anemia in Junior High School 18 Surakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 36.
<https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/view/38632/26838>