

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2023

Rizky Rhamantika

Gambaran Faktor Resiko Anemia Pada Remaja Putri Kelas X di SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2023

xiv + 65 Halaman, 14 tabel, 3 gambar, dan 7 Lampiran

ABSTRAK

Anemia defisiensi zat besi menjadi salah satu penyebab utama anemia, diantaranya karena asupan makanan sumber zat besi yang kurang. Zat besi merupakan zat gizi mikro yang diperlu dalam tubuh untuk pembentukan darah, yakni dalam hemoglobin (Hb). Menurut World Health Organization tahun 2017, prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui status anemia, pola menstruasi, lama menstruasi, kebiasaan mengonsumsi tablet tambah darah, kebiasaan mengonsumsi makanan mengandung zat besi dan untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang anemia pada siswi SMA Gajah Mada Bandar Lampung.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas X di SMA Gajah Mada Bandar Lampung sebanyak 57 responden. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Pengumpulan data penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2023.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri di SMA Gajah Mada Bandar Lampung sebanyak 54,4%, pengetahuan baik sebanyak 50,9%, kebiasaan konsumsi TTD yang tidak teratur sebanyak 77,2%, pola menstruasi teratur sebanyak 91,2%, dan lama menstruasi normal sebanyak 91,2% dan jarang konsumsi makanan zat besi sebanyak 61,4%.

Program pemberian tablet tambah darah memang sudah ada dari pihak sekolah, namun perlu ditingkatkan kembali sistem pemberiannya agar siswi rutin mengonsumsi tablet tambah darah, dengan cara memantau setiap pembagian tablet tambah darah agar langsung diminum setelah dibagikan. Dalam pencegahan anemia pihak sekolah bisa mengadakan kegiatan webinar atau penyuluhan untuk meningkatkan efektivitas konsumsi tablet tambah darah dan sadar akan bahaya serta pentingnya tidak anemia.

Kata Kunci : Anemia, Pengetahuan, Remaja
Daftar Bacaan : 39 (2013-2021)

**TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTEMENT OF NUTRITION**

Final Project, June 2023

Rizky Rhamantika

Overview of Risk Factors for Anemia in Class X Teenage Girl at Gajah Mada Bandar Lampung High School in 2023

xiv + 65 pages, 14 tables, 3 pictures, dan 7 Attachment

ABSTRACT

Iron deficiency anemia is one of the main causes of anemia, including due to insufficient intake of food sources of iron. Iron is a micronutrient that is needed in the body for blood formation, namely in hemoglobin (Hb). According to the World Health Organization in 2017, the world prevalence of anemia ranges from 40-88%. According to WHO, the incidence of anemia in teenage girl in developing countries is around 53.7% of all young women, anemia often attacks teenage girl due to stress, menstruation, or eating too late. The purpose of this study was to determine anemia status, menstrual patterns, menstrual duration, the habit of consuming iron supplement tablets, the habit of consuming iron-containing foods and to determine the level of knowledge about anemia in SMA Gajah Mada students in Bandar Lampung.

This study used a descriptive method, the sample in this study were tenth grade girls at Gajah Mada High School in Bandar Lampung as many as 57 respondents. The research location was carried out at Gajah Mada High School in Bandar Lampung. Research data collection was carried out in May 2023.

The results showed that the factor of anemia in young women was 54.4%, good knowledge was 50.9%, the habit of consuming iron tablets was 77.2%, regular menstrual pattern was 91.2%, and menstrual duration was normal was 91.2% and rarely consumed iron food as much as 61.4%.

There is already a program for giving blood-adding tablets from the school, but the distribution system needs to be improved so that female students regularly consume blood-adding tablets, by monitoring each distribution of blood-added tablets so that they can be taken immediately after being distributed. In preventing anemia, the school can hold webinars or outreach activities to increase the effectiveness of taking iron supplement tablets and be aware of the dangers and the importance of not anemia.

Keywords : Anemia, Knowledge, Adolescence
Reading List : 39 (2013-2021)