

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPONOROK
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2021

Iffina Lika

Gambaran Pengetahuan, Asupan dan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan

xiv + 61 halaman + 17 tabel + 2 gambar + 5 lampiran

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia. Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 26,4%% pada umur 5-14 tahun dan 18,4% pada umur 15-24 tahun. Dampak anemia pada remaja putri yaitu menurunkan konsentrasi, kemampuan belajar, dan produktivitas. Selanjutnya, dampak jangka panjang bagi remaja putri sebagai calon ibu yang anemi adalah ibu berisiko mengalami pendarahan dan memiliki bayi prematur, BBLR, gangguan tumbuh kembang, dan kematian neonatal bayi serta kematian ibu. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan, asupan dan status anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan.

Jenis penelitian adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 51 orang. Pengumpulan data status anemia diperoleh dari pengukuran kadar hemoglobin menggunakan alat *Easy Touch GCHB* dan data asupan energi, protein, zat besi dan vitamin C diperoleh dengan *food recall 2x24 jam*. Selain itu, data pengetahuan dan kebiasaan minum teh diperoleh menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri di pondok pesantren Assalafiyah yaitu sebesar 25,5%. Berdasarkan analisis recall makanan diketahui bahwa seluruh remaja putri memiliki asupan energi yang kurang (sangat kurang 86,3% dan kurang 13,7%) dan asupan protein kurang (sangat kurang 94,1% dan kurang 5,9%), serta asupan zat besi dan vitamin C yang kurang. Sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan gizi tentang anemia yang cukup (66,7%) dan seluruh remaja putri memiliki kebiasaan minum teh yang baik.

Upaya pencegahan anemia yang dapat dilakukan adalah sebaiknya pihak pesantren perlu bekerjasama dengan puskesmas setempat untuk melakukan program gizi seperti edukasi gizi tentang anemia dan pemberian tablet tambah darah. Selanjutnya, pihak sekolah dapat menyelenggarakan makanan yang bervariasi dan bergizi seimbang bagi remaja putri di pondok pesantren untuk menghasilkan generasi Indonesia yang berkualitas.

Kata kunci : anemia, asupan, pengetahuan remaja
Daftar bacaan : 27 (2008-2019)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NUTRITION
Final Project, May 2021

Iffina Lika

Overview of Knowledge, Intake and Anemia Status in Adolescent Girl in Assalafiyah Islamic Boarding School, Merbau District, Mataram, South Lampung Regency

xiv + 61 pages + 17 tables + 2 pictures + 5 attachments

ABSTRACT

Anemia is one of the nutritional problems in Indonesia. According to the 2013 Riskesdas data, the prevalence of anemia in Indonesia is 26.4% at the age of 5-14 years and 18.4% at the age of 15-24 years. The impact of anemia on adolescent girls is to reduce concentration, learning ability, and productivity. Furthermore, the long-term impact for young women as prospective mothers who are anemic is that mothers are at risk of experiencing bleeding and having premature babies, low birth weight, developmental disorders, and neonatal infant mortality and maternal mortality. The purpose of this study was to describe the knowledge, intake and status of anemia in adolescent girls at the Assalafiyah Islamic Boarding School, Merbau District, Mataram, South Lampung Regency.

This type of research is quantitative descriptive with a total sample of 51 people. Data collection on anemia status was obtained from measuring hemoglobin levels using the Easy Touch GCHB tool and data on energy, protein, iron and vitamin C intakes were obtained with food recall 2x24 hours. In addition, data on knowledge and tea drinking habits were obtained using a questionnaire.

The results showed that the prevalence of anemia in adolescent girls at the Assalafiyah Islamic boarding school was 25.5%. Based on the food recall analysis, it is known that all adolescent girls have less energy intake (86.3% very less and 13.7% less), less protein intake (94.1% very less and 5.9% less), less iron intake, and less vitamin C intake. Most of the adolescent girls have adequate nutritional knowledge about anemia (66.7%) and all adolescent girls have good tea drinking habits.

As an effort to prevent anemia, it is better if the pesantren needs to work together with the local health center to carry out nutrition programs such as nutrition education about anemia and the provision of iron tablets. Furthermore, the school can provide varied and nutritionally balanced meals for adolescent girls in Islamic boarding schools to produce a quality and competitive generation.

Keywords: anemia, intake, knowledge
Reading list : 27 (2008-2019)