

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2025

Puspita Mayang Sari

Gambaran Pengetahuan, Pola Konsumsi Makanan Sumber Zat Besi Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan Tahun 2025

xiii + 61 Halaman, 14 Tabel, 2 Gambar, 11 Lampiran

ABSTRAK

WHO (2023) mencatat prevalensi anemia global mencapai 30% wanita usia 15–49 tahun. Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia pada kelompok usia 15 hingga 24 tahun mencapai 32%. Provinsi Lampung tercatat memiliki prevalensi anemia tertinggi di wilayah Sumatera, yaitu sebesar 63%, dengan 24,6% di antaranya dialami oleh remaja putri. Di Bandar Lampung tercatat 23,37%, dan Tulang Bawang 23,1%. Data Puskesmas Menggala menunjukkan peningkatan anemia remaja dari 18,3% (2019) menjadi 24,1% (2021). Penelitian ini bertujuan menggambarkan pengetahuan, pola makan, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan, pola makan, serta kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan. Sampel penelitian terdiri dari 66 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik *Simple Random Sampling*, yaitu metode pengambilan sampel secara acak dari anggota populasi tanpa mempertimbangkan tingkatan atau strata yang ada dalam populasi tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia, namun kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) masih rendah (89,1%). Pola konsumsi makanan sumber zat besi sebagian besar cukup hingga baik, namun belum optimal. Tidak ditemukan hubungan signifikan antara usia dengan pengetahuan, pola makan, maupun kepatuhan TTD. Disarankan sekolah mengadakan program minum TTD bersama dan kegiatan edukatif seperti lomba poster atau video untuk meningkatkan kesadaran dan kepatuhan terhadap pencegahan anemia.

Kata kunci : Anemia, Pengetahuan, Pola Makan, Tablet Tambah Darah
Daftar Pustaka : 45 (2011-2024)

HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG
NUTRITION DEPARTEMEN
Final Project, Mei 2025

Puspita Mayang Sari

Overview of Knowledge, Dietary Patterns of Iron-Rich Foods and Compliance with Iron Tablet Consumption among Female Adolescents at SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan in 2025

xiii + 61 pages, 14 tabels, 2 pictures, 11 attachments

ABSTRACT

The WHO (2023) reports that the global prevalence of anemia among women aged 15-49 years is 30%. In Indonesia, based on Riskesdas data from 2018, the prevalence of anemia in the 15-24 age group reaches 32%. Lampung province has the highest anemia prevalence in Sumatra, at 63%, with 24.6% of these cases affecting adolescent girls. In Bandar Lampung, the prevalence is recorded at 23.37%, and in Tulang Bawang, it is 23.1%. Data from the Menggala Health Center shows an increase in anemia among adolescents, from 18.3% in 2019 to 24.1% in 2021. This study aims to describe the knowledge, eating habits, and compliance with iron tablet consumption among adolescent girls at SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan.

This study employed a descriptive method. The purpose of the research was to describe the level of knowledge, dietary patterns, and compliance of female adolescents in consuming iron supplementation tablets at SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan. The sample consisted of 66 female students selected using the Simple Random Sampling technique, which involves randomly selecting individuals from the population without considering their levels or strata.

The results of the study show that most female adolescents at SMA Negeri 1 Rawajitu Selatan have good knowledge about anemia. However, adherence to consuming iron tablets (TTD) remains low (89.1%). Their dietary intake of iron-rich foods is generally moderate to good but not yet optimal. No significant correlation was found between age and knowledge, dietary patterns, or TTD adherence. It is recommended that the school implement routine group TTD consumption programs and educational activities such as poster or health video competitions to improve awareness and compliance in preventing anemia.

Keywords : Anemia, Knowledge, Dietary Habit, Blood Increasing Tablets

Reading list : 45 (2011-2024)