

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Juni 2025

Eka Rakhma Nurwanti

Gambaran Status Anemia, Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Besi, Asupan Vitamin C dan Kebiasaan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 1 Pesawaran

xiv + 52 halaman + 13 tabel, 6 gambar, 14 lampiran

ABSTRAK

Remaja putri merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap anemia, terutama selama masa pertumbuhan dan perkembangan. Anemia gizi besi merupakan kondisi di mana ada penurunan cadangan besi dalam hati, yang mengakibatkan penurunan hemoglobin darah di bawah normal. Berdasarkan data Survey Kesehatan Indonesia (SKI, 2023) Prevalensi anemia di Indonesia pada umur 10-14 tahun sebesar 22,6% dan anemia remaja putri di Provinsi Lampung umur 10-19 tahun sebanyak 24,4% lebih tinggi dari anemia remaja putri di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi, pengetahuan anemia, asupan zat besi, asupan vitamin C dan kebiasaan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Pesawaran.

Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*, populasi dalam penelitian adalah remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Pesawaran dengan jumlah populasi sebanyak 201 remaja putri, dan jumlah sampel yang diambil sebanyak 67 siswi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 28,4% siswa mengalami anemia dan 71,6% tidak mengalami anemia. Tingkat pengetahuan sebanyak 29,9% siswa memiliki pengetahuan cukup, 38,8% siswa memiliki pengetahuan kurang dan 31,1% siswa memiliki pengetahuan baik. Sebanyak 100% siswa memiliki asupan Fe kategori kurang dan 98% siswa memiliki asupan vitamin C dengan kategori kurang juga. Serta 88,1% siswa tidak membiasakan mengonsumsi TTD. Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar pihak sekolah bersama Puskesmas meningkatkan edukasi tentang anemia dan gizi, serta rutin melaksanakan program konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Remaja putri diharapkan lebih sadar akan pentingnya konsumsi zat besi dan vitamin C melalui pola makan seimbang untuk menciptakan generasi masa depan yang lebih baik.

Kata kunci : anemia, remaja, pengetahuan, asupan zat besi, konsumsi TTD
Daftar pustaka : 35 (2005-2025)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR
NUTRITION DEPARTMENT
Tugas Akhir, June 2025**

Eka Rakhma Nurwanti

**Description of Nutritional Status, Knowledge of Anemia, Iron Intake,
Vitamin C Intake and Habit of Taking Blood Supplement Tablets in Class
VIII Adolescent Girls at SMPN 1 Pesawaran**

xiv + 52 pages + 13 tables, 6 pictures, 14 attachments

ABSTRACT

Adolescent girls are a group that is very vulnerable to anemia, especially during growth and development. Iron nutritional anemia is a condition in which there is a decrease in iron reserves in the liver, which results in a decrease in blood hemoglobin below normal. Based on data from the Indonesian Health Survey (SKI, 2023), the prevalence of anemia in Indonesia at the age of 10-14 years is 22,6% and anemia among adolescent girl in Lampung Province aged 10-19 years is 24,4% higher than anemia in adolescent girls in Indonesian. This study aims to determine the nutritional status, knowledge of anemia, iron intake, vitamin C intake and habits of consuming blood supplement tablets in class VIII teenage girls at SMPN 1 Pesawaran.

This type of research uses descriptive methods. The sampling technique used stratified random sampling, the population in the study was class VIII teenage girls at SMPN 1 Pesawaran with a population of 201 teenage girls, and the number of samples taken was 67 female students.

The results showed that 28.4% of students were anemic and 71.6% were not anemic. The level of knowledge was 29.9% students had sufficient knowledge, 38.8% students had less knowledge and 31.1% students had good knowledge. A total of 100% of students have a deficient category of Fe intake and 98% of students have a deficient category of vitamin C intake as well. And 88.1% of students do not make a habit of consuming TTD. Based on the results of the study, it is recommended that the school and Puskesmas increase education about anemia and nutrition, and routinely implement the Blood Additive Tablet (TTD) consumption program. Adolescent girls are expected to be more aware of the importance of iron and vitamin C consumption through a balanced diet to create a better future generation.

Keywords : anemia, adolescents, knowledge, iron intake, TTD consumption
Bibliography : 35 (2005-2025)