SKRIPSI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TABLET FE TERHADAP PENINGKATAN HB PADA REMAJA PUTRI DI SMA SWASTA NASIONAL NAMU TERASI KABUPATEN LANGKAT TAHUN 2026

FEBRINA YOLANDA TARIGAN
P07524422057

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2026

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TABLET FE TERHADAP PENINGKATAN HB PADA REMAJA PUTRI DI SMA SWASTA NASIONAL NAMU TERASI KABUPATEN LANGKAT TAHUN 2026

Diajukan Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Terapan (S.Tr) pada Program D-IV Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan

FEBRINA YOLANDA TARIGAN
P07524422057

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TABLET FE TERHADAP PENINGKATAN HB PADA REMAJA PUTRI DI SMA SWASTA NASIONAL NAMU TERASI KABUPATEN LANGKAT TAHUN 2026

Diusulkan Oleh:

FEBRINA YOLANDA TARIGAN
P07524422057

Telah disetujui di Medan
Pada tanggal 05 Juni 2026

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping,
Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes	**Melva Simatupang, SST, M.Kes**
NIP. 197002131998032001	**NIP. 196104231986032003**

Ketua Jurusan Kebidanan Medan

Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TABLET FE TERHADAP PENINGKATAN HB PADA REMAJA PUTRI DI SMA SWASTA NASIONAL NAMU TERASI KABUPATEN LANGKAT TAHUN 2026

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

FEBRINA YOLANDA TARIGAN

P07524422057

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada tanggal 09 Juni 2026

TIM PENGUJI

Ketua Penguji

Arihta Br. Sembiring, SST, M.Kes ( )

NIP. 197002131998032001

Penguji I

H. Irwan Batubara, A.Kp, S.Pd, MPH ( )

NIP. 196202011983031004

Penguji II

Melva Simatupang, SST, M.Kes ( )

NIP. 196104231986032003

Medan Juni 2026

Mengetahui:

Ketua Jurusan Kebidanan,

Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes

NIP.197002131998032001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Febrina Yolanda Tarigan
NIM	: P07524422057
Program Studi	: Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan	: Kebidanan
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul:

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TABLET FE TERHADAP PENINGKATAN HB PADA REMAJA PUTRI DI SMA SWASTA NASIONAL NAMU TERASI KABUPATEN LANGKAT

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 09 Juni 2026

Penulis,



Febrina Yolanda Tarigan

P07524422057

BIODATA PENULIS



Nama	: Febrina Yolanda Tarigan
Tempat/Tgl lahir	: Psr. VIII Namu Trasi, 31 Juli 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat Rumah	: Dusun Malim Langkat
Nomor HP	: 081450146486

RIWAYAT PENDIDKAN

1. SD	: SDN 050622 Singgah Mata
2. SMP	: SMP Negeri 7 Binjai
3. SMA	: SMKS Galang Insan Mandiri

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TABLET FE TERHADAP PENINGKATAN HB PADA REMAJA PUTRI DI SMA SWASTA NASIONAL NAMU TERASI KABUPATEN LANGKAT TAHUN 2026

FEBRINA YOLANDA TARIGAN

Kemenkes Poltekkes Medan

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan

Email: febrinayolanda76@gmail.com

ABSTRAK

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan pada remaja putri. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah akibat menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin (Hb) pada remaja putri di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Kabupaten Langkat Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi eksperimen.* Pengukuran kadar Hb dilakukan sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe tanpa kelompok kontrol. Populasi penelitian adalah remaja putri kelas X, dan XI di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Kabupaten Langkat. Sampel berjumlah 32 responden dan dipilih dengan teknik total sampling. Analisis perbedaan kadar Hb dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat kemaknaan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pemberian tablet Fe terdapat 23 responden (71,9%) yang mengalami anemia ringan dan 9 responden (28,1%) mengalami anemia sedang. Rata-rata kadar Hb sebelum intervensi sebesar 11,016 g/dL. Setelah pemberian tablet Fe selama empat minggu, seluruh responden (100%) berada pada kategori Hb normal dengan rata-rata kadar Hb sebesar 12,416 g/dL. Terjadi peningkatan rata-rata kadar Hb sebesar 1,4 g/dL. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p<0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang bermakna antara kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe. Kesimpulan penelitian ini adalah pemberian tablet Fe efektif terhadap peningkatan kadar Hb pada remaja putri di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Kabupaten Langkat Tahun 2026. Disarankan kepada remaja putri untuk mengonsumsi tablet Fe secara teratur sesuai anjuran serta menerapkan pola makan bergizi seimbang.

Kata kunci: Tablet Fe, Hemoglobin, Anemia, Remaja Putri.

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF IRON (FE) TABLET ADMINISTRATION ON HEMOGLOBIN (Hb) LEVELS IMPROVEMENT AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMA SWASTA NASIONAL NAMU TERASI, LANGKAT REGENCY, 2026

FEBRINA YOLANDA TARIGAN
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health

Email: febrinayolanda76@gmail.com

Anemia remains one of the health issues among adolescent girls. This condition can be influenced by increased iron requirements during the growth period and blood loss due to menstruation. This study aims to determine the effectiveness of iron tablet administration on the improvement of hemoglobin (Hb) levels among adolescent girls at SMA Swasta Nasional Namu Terasi, Langkat Regency, in 2026. This study used a quantitative approach with a quasi-experimental method. Measurement of Hb levels was conducted before and after the administration of iron tablets without a control group. The study population consisted of female students in grades X and XI at SMA Swasta Nasional Namu Terasi, Langkat Regency. The sample comprised 32 respondents selected using a total sampling technique. Iron tablets were given once a week for four weeks. Analysis of the differences in Hb levels was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of 0.05. The results showed that prior to the iron tablet administration, 23 respondents (71.9%) experienced mild anemia and 9 respondents (28.1%) experienced moderate anemia. The average Hb level before the intervention was 11.016 g/dL. After four weeks of iron tablet administration, all respondents (100%) were in the normal Hb category with an average Hb level of 12.416 g/dL. There was an average Hb level increase of 1.4 g/dL. The Wilcoxon test results showed a value of $p < 0.05$, indicating a significant difference between Hb levels before and after the administration of iron tablets. The conclusion of this study is that the administration of iron tablets is effective in increasing Hb levels among adolescent girls at SMA Swasta Nasional Namu Terasi, Langkat Regency, in 2026. It is recommended that adolescent girls consume iron tablets regularly as instructed and adopt a balanced nutritious diet.

Keywords: *Iron (Fe) tablets, hemoglobin, anemia, adolescent girl*

PROOF READING & TRANSLATION
Komunitas Politeknas Medan
TRANSLATION VERIFIED
03 OCT 2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Efektivitas Pemberian Tablet Fe Terhadap Peningkatan Hb Pada Remaja Putri di SMA Swasta Nasional Namu Terasi Kabupaten Langkat". Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan. Skripsi ini dapat diselesaikan atas bimbingan Bapak/Ibu dan untuk itu rasa terimakasih saya ucapkan kepada Bapak/Ibu pembimbing, atas jeri payah beliau dalam membimbing skripsi ini hingga selesai.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb, selaku PLT Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Arihta Br. Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan dan selaku Ketua Penguji yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Prodi Jurusan Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
4. H. Irwan Batubara, A.Kp, S.Pd, MPH selaku Penguji Utama yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Melva Simatupang, SST, M.Kes selaku Penguji Pendamping yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
6. Bapak/ ibu Dosen Staff pengajar Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan RI Medan Jurusan Sarjana Terapan Kebidanan Medan yang telah banyak memberi ilmu kepada penulis selama masa perkuliahan di Politeknik

Kesehatan Kementrian Kesehatan Jurusan Sarjana Terapan Kebidanan Medan.

7. Kepada Kepala Sekolah Ibu Aulia Ramadhanta, S.Pd, MS yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di SMA Swasta Nasional Namu Terasi
8. Teristimewa dengan penuh cinta kepada kedua orang tua saya, Bapak Amin Tarigan dan Mamak Sarinem Br Sembiring, dua orang yang selalu mengusahakan sekuat tenaga untuk anak pertamanya ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya. Kepada cinta pertama saya yaitu bapak, terima kasih atas setiap cucuran keringat dan kerja keras yang engkau tukarkan sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai di tahapp ini, dan terima kasih telah menjadi contoh untuk selalu menjadi seorang anak perempuan yang kuat. Untuk pintu surga saya yaitu mamak, terima kasih atas segala sumber kekuatan, motivasi, pesan, doa yang senantiasa dilangitkan untuk anaknya, serta kasih sayang tanpa batas yang tidak pernah *lekang oleh waktu*, atas kesabaran dan pengorbanan yang selalu mengiringi perjalanan hidup anakmu. Sehat selau dan panjang umur karena bapak dan mamak harus ada diseriap perjuangan dan pencapaian penulis.
9. Kepada adik perempuan saya, Titania Dwi Putri Tarigan yang selalu membuat penulis termotivasi untuk bisa terus belajar menjadi sosok kakak yang dapat memberikan pengaruh positif, serta berusaha menjadi panutannya di masa yang akan datang.
10. Kepada teman seperjuangan penulis, Aisyah, Anggi, Mila, dan Zakiah. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan panjang ini. Segala canda, tawa, suka, sedih, dan diskusi larut malam menjadi bagian dari perjuangan yang tidak terasa sendiri. Penulis merasa sangat bersyukur oleh orang yang tulus, setia, dan ceria seperti kalian. Terima kasih telah bertahan di sisi penulis di kala banyak masalah yang dihadapi bersama. Kalian bukan sekedar teman, tapi bagian dari perjalanan yang akan selalu hidup dalam ingatan penulis.
11. Terakhir penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada seseorang yang mungkin sering terlupakan, ya penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri karena tetap bertahan sampai tahap ini. Terima kasih

karena tidak menyerah dan berani melawan rasa takut, serta keraguan terbesar dalam diri, terima kasih untuk tidak menyerah tetapi memilih melangkah dan terus berjuang walau kadang tak tau arah dan sering merasa terlambat dari yang lain. Sampai di tahap ini bukanlah hal yang mudah bagi anak perempuan pertama yang perjuangannya dipenuhi dengan benturan besar, perjalananmu sangat tidak mudah tapi kamu sanggup melewati badai itu. Saya bangga padamu, saya tau perjalanan ini belum selesai, masih banyak ketidakpastian dan luka yang mungkin datang tetapi semoga kamu mampu melewatinya dan ingat kamu pantas untuk bahagia., kamu berhak bermimpi, dan kamu layak untuk sampai di tujuan itu. Teruslah hidup dengan hati yang jujur, dan berjalan dengan niat yang baik. Terima kasih Febrina Yolanda Tarigan kamu hebat sudah sejauh ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Medan, 9 Juni 2026

Febrina Yolanda Tarigan

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENULIS ..... **iv**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**

BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan 4
D. Ruang Lingkup Penelitian 5
E. Manfaat 5
F. Keaslian Penelitian 6

BAB II **8**
TINJAUAN PUSTAKA **8**
A. Konsep Remaja 8
   1. Definisi Remaja 8
   2. Tahap Perkembangan Remaja 8
   3. Ciri-Ciri Masa Remaja 10
B. Anemia 12
   1. Kriteria Anemia 13
   2. Klasifikasi Anemia 14
   3. Anemia karena Penurunan Produksi Sel 14
   4. Anemia karena Meningkatkan Kerusakan Eritrosit 16
C. Tablet Tambah Darah 17
   1. Pengertian 17
   2. Pemberian Tablet Tambah Darah 17
   3. Manfaat Tablet Tambah Darah 18
   4. Tujuan Tablet Tambah Darah 18
   5. Efek Samping Tablet Tambah Darah 18
D. Kerangka Teori 19
E. Kerangka Konsep 20
F. Hipotesis Penelitian 20
G. Variabel Penelitian 20

BAB III **21**
METODOLOGI PENELITIAN **21**
A. Desain Penelitian 21
B. Waktu Penelitian 21
C. Populasi dan Sampel 21

D. Variabel Penelitian 22
E. Definisi Operasional 22
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data 23
G. Instrumen Penelitian 23
H. Analisis Data 23
I. Etika Penelitian 23

BAB IV 25
HASIL DAN PEMBAHASAN 25
A. Hasil 25
B. Pembahasan 27

BAB V 30
KESIMPULAN DAN SARAN 30
A. Kesimpulan 30
B. Saran 30

DAFTAR PUSTAKA 32
LAMPIRAN 34

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian..... 5
Table 2.1 Kriteria Anemia..... 14
Tabel 3.1 Definisi Operasional 23
Tabel 4.1 Kejadian Anemia Pada Remaja Putri..... 26
Tabel 4.2 Peningkatan Hb Pada Remaja Putri 27
Tabel 4.3 Uji normalitas Data Dengan *Shipiro Wilk*..... 28
Tabel 4.4 Hasil Uji Hipotesis Kadar Hemoglobin Remaja Putri 28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori 20
Gambar 2.2 Kerangka Konsep 21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat *Ethical Clearence* 35
Lampiran 2 Surat Izin Survey 36
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian 37
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian 38
Lampiran 5 *Informed Consent* 39
Lampiran 6 Lembar *Check List* 42
Lampiran 7 Master Tabel 43
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas 45
Lampiran 9 Dokumentasi 52
Lampiran 10 Draf Jurnal 53
Lampiran 11 Kartu Bimbingan 61
Lampiran 12 Turnitin 71