KARYA TUGAS ILMIAH

HUBUNGAN ASUPAN TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 17 MEDAN

JOY MEILIANA MARPAUNG

P01031123066

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI DIPLOMA III

2026

HUBUNGAN ASUPAN TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 17 MEDAN

Tugas Akhir

Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai syarat untuk melakukan penelitian pada Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan

JOY MEILIANA MARPAUNG

P01031123066

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI DIPLOMA III

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH
HUBUNGAN ASUPAN TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 17 MEDAN

Disusun Oleh:

Joy Meiliana Marpaung
NIM. P01031123066

Telah disetujui di Lubuk Pakam
Pada tanggal 19 Oktober 2026

Pembimbing Utama

Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes
NIP 196101101989102000 1

Ketua Prodi Diploma III Gizi

Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes
NIP 197704262001122002

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

HUBUNGAN ASUPAN TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 17 MEDAN TAHUN 2026

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

JOY MEILIANA MARPAUNG

NIM. P0103123066

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 09 Juni 2026

Tim Penguji :

		Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes	:
2. Anggota 1	: Dini Lestrina, DCN, M.Kes	:
3. Anggota 2	: dr. Ratna Zahara, M.Kes	:

Lubuk Pakam, 19 Oktober 2026
Mengetahui
Ketua Prodi

Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes
NIP 197704262001122002

Pernyataan Keaslian Penelitian

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama	: Joy Meiliana Marpaung
NIM	: P01031123066
Program Studi	: Diploma III
Jurusan	: Gizi
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiataan plagiat dalam penulisan karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN ASUPAN TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 17 MEDAN TAHUN 2026

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

Lubuk Pakam, 19 Oktober 2026

Penulis,



Joy Meiliana Marpaung

NIM : P01031123066

BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama	: Joy Meiliana Marpaung
Tempat/Tanggal Lahir	: Medan, 5 Mei 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Jl. Kapten Jamil Lubis No 5 Blok B Asrama Polisi
Nomor HP	082379470649

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 064976
2. SMP : SMPN 17 MEDAN
3. SMA : SMAS TELADAN MEDAN

ABSTRAK

HUBUNGAN ASUPAN TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 17 MEDAN

Joy Meiliana Marpaung, Zuraidah Nasution
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Email : joymeiliana5@gmail.com

Anemia masih menjadi masalah kesehatan pada remaja putri. Kelompok ini rentan mengalami anemia karena peningkatan kebutuhan zat besi selama pertumbuhan serta kehilangan darah saat menstruasi. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu upaya pencegahan anemia. Survei pendahuluan di SMP Negeri 17 Medan terhadap 20 siswi menunjukkan 10 siswi (50%) mengalami anemia. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan asupan TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 17 Medan.

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi terdiri dari 138 siswi SMP Negeri 17 Medan dengan sampel yang dipilih melalui purposive sampling. Data asupan TTD dikumpulkan menggunakan ceklis konsumsi selama satu bulan, sedangkan kadar hemoglobin diukur menggunakan digital test. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat dengan uji Chi-square pada tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil dari 138 responden, sebanyak 89 orang (64,5%) memiliki asupan TTD baik dan 49 orang (35,5%) memiliki asupan TTD tidak baik. Hasil pemeriksaan menunjukkan 50 orang (36,2%) mengalami anemia dan 88 orang (63,8%) tidak anemia. Pada responden dengan asupan TTD baik, 2 orang (2,2%) mengalami anemia dan 87 orang (97,8%) tidak anemia. Pada asupan TTD tidak baik, 48 orang (98,0%) mengalami anemia dan 1 orang (2,0%) tidak anemia. Uji Chi-square memperoleh p-value = 0,000 ($p<0,05$), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan TTD dengan kadar hemoglobin.

Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 17 Medan. Remaja putri disarankan mengonsumsi TTD secara teratur untuk membantu memenuhi kebutuhan zat besi dan mencegah anemia. Penelitian selanjutnya diharapkan mempertimbangkan variabel lain yang berkaitan dengan asupan TTD. Institusi pendidikan diharapkan memanfaatkan hasil penelitian sebagai bahan informasi dan dasar penyusunan edukasi atau intervensi gizi.

Kata kunci : tablet tambah darah, anemia, remaja pitri, kadar hemoglobin.

ABSTRACT

THE ASSOCIATION BETWEEN IRON SUPPLEMENT TABLET INTAKE AND ANEMIA AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMP NEGERI 17 MEDAN

Joy Meiliana Marpaung, Zuraidah Nasution
Medan Health Polytechnic of the Ministry of Health
Email : joymeiliana5@gmail.com

Anemia remains a significant health problem among adolescent girls. This population is particularly vulnerable to anemia due to increased iron requirements during growth and blood loss during menstruation. Iron Supplementation Tablets (ISTs) are one of the strategies used to prevent anemia. A preliminary survey involving 20 female students at SMP Negeri 17 Medan found that 10 (50%) had anemia. This study aimed to determine the association between iron supplementation tablet intake and anemia among adolescent girls at SMP Negeri 17 Medan.

This analytical observational study employed a cross-sectional design. The study population consisted of 138 female students at SMP Negeri 17 Medan, selected using purposive sampling. Iron supplementation tablet intake data were collected using a one-month consumption checklist, while hemoglobin levels were measured using a digital testing device. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses, with the Chi-square test applied at a significance level of $\alpha = 0.05$.

Of the 138 respondents, 89 (64.5%) had adequate iron supplementation tablet intake, while 49 (35.5%) had inadequate intake. Hemoglobin assessments showed that 50 respondents (36.2%) had anemia, whereas 88 (63.8%) did not. Among respondents with adequate intake, 2 (2.2%) had anemia and 87 (97.8%) did not. Among those with inadequate intake, 48 (98.0%) had anemia and 1 (2.0%) did not. The Chi-square test yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant association between iron supplementation tablet intake and hemoglobin levels.

A statistically significant association was found between iron supplementation tablet intake and anemia among adolescent girls at SMP Negeri 17 Medan. Adolescent girls are encouraged to consume iron supplementation tablets regularly to help meet their iron requirements and prevent anemia. Future research should consider other variables associated with iron supplementation tablet intake. Educational institutions are encouraged to use these findings as a source of information and a basis for developing nutrition education programs or interventions.

Keywords: iron supplementation tablets, anemia, adolescent girls, hemoglobin levels

PROOF READING OF TRANSLATION
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED
14 OCT 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan yang maha esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Tugas Akhir yang berjudul "Hubungan Asupan Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 17 Medan"

Dalam penulisan Tugas Akhir ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Herta Masthalina, S.KM, M.PH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
4. Ibu Prof. Dr. Ir Zuraidah Nasution, M.Kes selaku dosen pembimbing KTI yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan bimbingan kepada penulis.
5. Ibu Dini Lestrina DCN, M.Kes selaku dosen penguji I saya
6. Ibu dr. Ratna Zahara, M.Kes selaku penguji II saya yang telah banyak memberikan saran dan masukan dalam penulisan proposal karya tulis ilmiah ini.
7. Kepada kedua orangtua penulis yaitu Bapak Edward Marpaung dan Ibu Artaulina Situmorang serta adik saya Gracylia Marpaung dan Evan Marpaung dan yang telah memberikan banyak perhatian serta dukungan kepada penulis hingga akhir nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Kepada teman saya yohana, altha, des, imma, sherin, sena, zahra dan jeta yang sudah memberikan banyak perhatian kepada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Tugas Akhir. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan Tugas Akhir. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan

Penulis

Joy Meiliana Marpaung

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **viii**
DAFTAR TABEL ..... **x**
DAFTAR GAMBAR ..... **xi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan 5
1. Tujuan Umum 5
2. Tujuan Khusus 5
D. Manfaat Penelitian 6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **7**
A. Remaja 7
1. Pengertian Remaja 7
2. Peranan Tablet Tambah Darah dalam Mengatasi Anemia\ 9
3. Hubungan Asupan Pemberian Tablet Tambah Darah 10
4. Tujuan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) 11
5. Ketepatan Konsumsi Tablet Tambah Darah 12
6. Efek Samping Tablet Tambah Darah 12
B. Anemia 13
1. Pengertian Anemia 13
2. Patofisiologi Anemia 13
3. Jenis-Jenis Anemia 15
4. Penyebab Anemia 16

5. Gejala Anemia 16
6. Dampak Anemia 18
7. Macam-Macam Pengecekan Kadar Hemoglobin 18
C. Kerangka Konsep 19
D. Definisi Operasional 21
E. Hipotesis 22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 23
A. Lokasi dan Waktu Penelitian 23
B. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian 23
C. Populasi dan Sampel Penelitian 23
1. Populasi 23
2. Sampel 23
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data 23
1. Data primer 24
2. Data Sekunder 25
E. Pengolahan dan Analisis Data 25
1. Pengolahan Data 25
2. Analisis Data 26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 27
A. Hasil Penelitian 27
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 27
2. Gambaran Umum Responden 28
3. Hasil Analisis Univariat 29
4. Hasil Analisis Bivariat 31
B. Pembahasan 32
1. Tablet Tambah Darah 32
2. Kejadian Anemia 34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 37
A. Kesimpulan 37
B. Saran 37
DAFTAR PUSTAKA 38
LAMPIRAN 42

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional 21
Tabel 2 Contoh Pengisian TabelTablet Tambah Darah..... 24
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Remaja berdasarkan Umur 28
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Remaja berdasarkan Asupan..... 29
Tabel 5. Pengelompokan Asupan Tablet Tambah Darah..... 30
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Remaja berdasarkan Kadar Hemoglobin..... 30
Tabel 7 Hubungan Asupan TTD Dengan Kadar Hemoglobin..... 31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep.....20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Penelitian 42
Lampiran 2. Lampiran Surat Balasan Penelitian 43
Lampiran 3. Etical Clearance.....44
Lampiran 4. Bukti Bimbingan Proposal Tugas Akhir 45
Lampiran 5. Persetujuan menjadi Sampel 47
Lampiran 6. Form Cek List SMPN 17 Medan.....48
Lampiran 7. Rekapitulasi Data Identitas Responden.....49
Lampiran 8. Anggaran Biaya Penelitian.....55
Lampiran 9. Output Penelitian.....56
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....58