KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN STATUS ANEMIA PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM

ERA VALENTINA BR TAMBUN

P01031123015

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN GIZI

PRODI DIPLOMA III

2026

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN STATUS ANEMIA PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Ahli Madya Gizi (A.Md.Gz) pada Program Studi D-III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

ERA VALENTINA BR TAMBUN

P01031123015

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN GIZI

PRODI DIPLOMA III

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

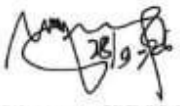
GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN STATUS ANEMIA PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM

Diusulkan Oleh :

Era Valentina Br Tambun
P01031123015

Telah di setujui di Lubuk Pakam
Pada tanggal 30 Juli 2026

Pembimbing Utama



Urbanus Sihotang ,SKM,M.Kes
196611141992031003

Ketua Prodi Diploma III Gizi



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

ii

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN STATUS ANEMIA PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

ERA VALENTINA BR TAMBUN

NIM. P01031123015

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji

pada tanggal 30 Juni 2026

Tim Penguji:

			Tanda Tangan
1. Ketua	: Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes	:	.....
2. Anggota 1	: Ginta Siahaan, DCN, M.Kes	:	.....
3. Anggota 2	: Riris Oppusunggu, S.Pd.M.Kes	:	.....

Lubuk Pakam, 30 Juli 2026

Mengetahui

Ketua Prodi

Dr. Yenni Zuraidah, SP, M.Kes

NIP 197704262001122002

iii

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Era Valentina Br Tambun
NIM	: P01031123015
Program Studi	: Diploma III
Jurusan	: Gizi
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN STATUS ANEMIA PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM

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.

Lubuk Pakam, 30 Juli 2026

Penulis,



ERA VALENTINA BR TAMB UN

P01031123015

iv



BIODATA PENULIS

Nama	: Era Valentina Br Tambun
Tempat/Tgl lahir	: Paluh Kemiri, 18 Februari 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen
Alamat Rumah	: Lingk I Gg Pendidikan
Nomor HP	: 087711321816

RIWAYAT PENDIDKAN

1. SD : SD Negeri 105349 Paluh Kemiri
2. SLTP : SMP Negeri 1 Lubuk Pakam
3. SLTA : SMA Negeri 2 Lubuk Pakam

ABSTRAK

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN STATUS ANEMIA PADA SISWI DI SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM

Era Valentina Br Tambun, Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes

(Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan)

Email : eratambun09@gmail.com

Anemia merupakan masalah gizi utama yang banyak ditemukan pada remaja putri. Masa pertumbuhan dan menstruasi meningkatkan kebutuhan zat besi sehingga remaja putri berisiko mengalami anemia. Salah satu penyebab terjadinya anemia karena kurangnya pengetahuan terutama perilaku dan kebiasaan makan. Penelitian bertujuan mengetahui gambaran pengetahuan tentang anemia dan status anemia pada siswi di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

Survei penelitian ini menggunakan desain deskriptif observasional. Data yang dikumpulkan yaitu pengetahuan tentang anemia dan status anemia. Populasi berjumlah 165 siswi dan sampel berjumlah 62 siswi ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10% dan pengambilan sampel secara acak sederhana. Data pengetahuan diperoleh melalui kuesioner sebanyak 25 pertanyaan, sedangkan status anemia ditentukan berdasarkan pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan Easy Touch GCHb. Analisis data adalah analisis univariat dengan penyajian distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswi mempunyai pengetahuan kurang tentang anemia, yaitu 40 siswi (64,5%), pengetahuan cukup sebanyak 20 siswi (32,3%) dan baik sebanyak 2 siswi (3,2%). Berdasarkan pemeriksaan kadar hemoglobin, sebanyak 37 siswi (59,7%) tidak anemia dan 25 siswi (40,3%) mengalami anemia, dengan rata-rata kadar hemoglobin 12,22 g/dL.

Kesimpulan menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mempunyai pengetahuan kurang dan masih ditemukan kejadian anemia yang cukup tinggi. Disarankan untuk memberikan edukasi kepada siswi mengenai anemia, terutama tentang pentingnya konsumsi makanan sumber zat besi, pola hidup sehat, dan pencegahan anemia.

Kata kunci: Anemia, Pengetahuan, Remaja Putri, Hemoglobin, Status Anemia

ABSTRACT

THE DESCRIPTION OF KNOWLEDGE ABOUT ANEMIA AND ANEMIA STATUS AMONG FEMALE STUDENTS AT SMP NEGERI 1 LUBUK PAKAM

Era Valentina Br Tambun, Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes
(Medan Health Polytechnic of Ministry of Health)
Email: eratambun09@gmail.com

Anemia is a major nutritional problem commonly found among adolescent girls. The growth period and menstruation increase the demand for iron, putting adolescent girls at risk of developing anemia. One of the causes of anemia is a lack of knowledge, particularly regarding dietary behavior and eating habits. This study aims to describe the knowledge about anemia and the anemia status among female students at SMP Negeri 1 Lubuk Pakam.

This research survey utilized a descriptive observational design. The data collected included knowledge about anemia and anemia status. The population consisted of 165 female students, and a sample of 62 female students was determined using Slovin's formula with a 10% margin of error and simple random sampling. Knowledge data were obtained through a questionnaire containing 25 questions, while anemia status was determined based on hemoglobin level testing using an Easy Touch GCHb device. Data analysis was univariate, presented using frequency distribution and percentage.

The results showed that the majority of female students had poor knowledge about anemia, accounting for 40 students (64.5%), moderate knowledge consisted of 20 students (32.3%), and good knowledge consisted of 2 students (3.2%). Based on hemoglobin level testing, 37 students (59.7%) were non-anemic and 25 students (40.3%) had anemia, with an average hemoglobin level of 12.22 g/dL.

The conclusion showed that that most female students have poor knowledge, and a fairly high incidence of anemia is still found. It is recommended to provide education to female students regarding anemia, particularly on the importance of consuming iron-rich foods, healthy lifestyles, and anemia prevention.

Keywords: Anemia, Knowledge, Adolescent Girls, Hemoglobin, Anemia Status



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul **"Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia Dan Status Anemia Pada Siswi Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam".**

Dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Herta Masthalina, S.KM, M.PH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dini Lestrina, DCN, M.Kes Selaku Ketua Program Studi Diploma III Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes.selaku Pembimbing Utama yang telah banyak meluangkan waktu dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasehat serta motivasi kepada penulis.
4. Ginta Siahaan, DCN, M.Kes selaku penguji I yang telah banyak membantu memberikan masukan dan saran kepada penulis.
5. Riris Oppusunggu, S.Pd.M.Kes selaku penguji II yang telah banyak membantu memberi masukan kepada penulis.
6. Bapak Maetek Tambun dan Ibu Betty Br Manurung, yang senantiasa mencurahkan doa, kasih sayang, serta dukungan moral, dan Yesika Frestiani Br Tambun selaku kakak yang selalu memberikan dukungan, bantuan sumber kekuatan utama bagi penulis selama menempuh pendidikan hingga dalam proses penyusunan tugas akhir.

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

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN iv
BIODATA PENULIS v
ABSTRAK vi
ABSTRACT vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR GAMBAR xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan Penelitian 3
1. Tujuan Umum 3
2. Tujuan Khusus 3
D. Manfaat Penelitian 3
1. Bagi responden 3
2. Bagi Sekolah 3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 4
A. Remaja 4
B. Masalah Kesehatan Remaja 4
C. Anemia 5
1.Pengertian Anemia 5
2.Penyebab Anemia 6
3.Pencegahan Anemia 6

4.Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia 7
5.Dampak Anemia 7
6.Kategori Pembagian Anemia 8
D. Metode Pengukuran Hemoglobin (Hb) 9
1.Metode Sahli (Asam Hematin) 9
2.Metode Cyanmethemoglobin 9
3.Metode Hematology Analyzer 10
4.Metode Digital (Hemoglobinometer) 10
E. Pengetahuan 10
1.Tingkat Pendidikan 10
2.Sumber Informasi 11
F. Defenisi Operasional 12
BAB III METODE PENELITIAN 13
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian 13
B. Jenis Dan Desain Penelitian 13
C. Populasi Dan Sampel 13
1.Populasi 13
2.Sampel 13
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data 16
1. Jenis Data 16
2. Cara Pengumpulan Data 16
E. Langkah-langkah Pengumpulan Data 17
1. Data Primer 17
2. Data Sekunder 19
F. Pengolahan Data 19
1. Pengetahuan tentang Anemia 19
2. Status Anemia 19
G. Analisi Data 19

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 20
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 20
B. Berdasarkan Umur..... 20
1. Umur..... 22
2. Pengetahuan 23
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 27
A. Kesimpulan 27
B. Saran 27
DAFTAR PUSTAKA 28
LAMPIRAN..... 55

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Batas Kadar Hemoglobin 6
Tabel 2. Defenisi Operasional 12
Tabel 3. Cara Pengambilan Jumlah Sampel 14
Tabel 4. Sampel 15
Tabel 5. Distribusi Sampel Berdasarkan Umur 20
Tabel 6. Distribusi Sampel Berdasarkan Pengetahuan Siswi 21
Tabel 7. Distribusi Sampel Berdasarkan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin (Hb) . 22

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb 5

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Surat Penelitian 32
Lampiran 2. Surat Balasan 33
Lampiran 3. Ethical Clearance 34
Lampiran 4. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah 35
Lampiran 5. Informed Consent 38
Lampiran 6. Master Data Penelitian 39
Lampiran 7. Master Tabel Status Anemia 44
Lampiran 8. Output Hasil Analisis Statistic Dengan SPSS 46
Lampiran 9. Kuesioner Penelitian 48
Lampiran 10. Hasil Jawaban Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia Dan Status Anemia Pada Siswi Di SMP Negeri 1 Lubuk Pakam 53
Lampiran 11. Dokumentasi Survey Penelitian 58
Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup 60