



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN POLA MENSTRUASI, KONSUMSI MAKANAN SUMBER ZAT
BESI, DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 SIJUNJUNG**

TAHUN 2023

Oleh:

FAWZIAH AULIA USRA

1911223002

PEMBIMBING 1: Dr. Denas Symond, MCN

PEMBIMBING 2: Risti Kurnia Dewi, S.Gz, M.Si

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi**

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2023

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Desember 2023

FAWZIAH AULIA USRA, No. BP. 1911223002

HUBUNGAN POLA MENSTRUASI, KONSUMSI MAKANAN SUMBER ZAT BESI, DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 SIJUNJUNG TAHUN 2023

xiv + 81 halaman, 20 tabel, 4 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Anemia gizi besi merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia. Anemia merupakan suatu kondisi kekurangan sel darah merah yang sehat untuk membawa oksigen yang cukup ke seluruh jaringan tubuh. Anemia pada remaja disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya kehilangan darah pada saat menstruasi, pola makan, dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola menstruasi, konsumsi makanan sumber zat besi, dan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Sijunjung Tahun 2023.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri SMP Negeri 1 Sijunjung kelas VII dan VIII dengan total sampel sebanyak 65 orang siswi, yang dipilih dengan teknik *proporsional random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan pengambilan sampel darah dengan alat Hemoglobinometer HemoSmart GOLD oleh analis kesehatan Puskesmas Sijunjung dan kuesioner melalui wawancara. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan responden yang mengalami anemia yaitu sebesar 55,4%, pola menstruasi tidak normal 63,1%, konsumsi makanan sumber zat besi cukup 64,6%, tidak mengonsumsi tablet tambah darah 53,8%. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia ($p\text{-value} = 0,682$), terdapat hubungan antara konsumsi makanan sumber zat besi dengan kejadian anemia ($p\text{-value} = 0,003$), terdapat hubungan antara konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia ($p\text{-value} = 0,039$).

Kesimpulan

Adanya hubungan konsumsi makanan sumber zat besi dengan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 1 Sijunjung. Diharapkan kepada remaja putri untuk meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah dan mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi.

Daftar Pustaka : 83 (2005-2023)

Kata kunci : anemia, menstruasi, remaja putri, tablet Fe, zat besi

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, December 2023
FAWZIAH AULIA USRA, No. BP. 1911223002**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN MENSTRUAL PATTERNS,
CONSUMPTION OF IRON-SOURCE FOODS, AND CONSUMPTION OF
BLOOD SUPPLEMENT TABLETS WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA
IN ADOLESCENT GIRLS AT SMP NEGERI 1, SIJUNJUNG IN 2023**
xiv + 81 pages, 20 tables, 4 pictures, 8 appendices

ABSTRACT

Objective

Anemia caused by iron deficiency is one of the biggest health problems in the world. Anemia is a condition that lacks healthy red blood cells to carry enough oxygen to all body tissues. Anemia in adolescents is caused by various factors including blood loss during menstruation, diet, and compliance with taking blood supplement tablets. This study aims to determine the relationship between menstrual patterns, consumption of iron-source foods, and consumption of blood supplement tablets with the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 1, Sijunjung in 2023.

Methods

This study used a cross sectional design. The population in this study were adolescent girls of SMP Negeri 1 Sijunjung class VII and VIII with a total sample of 65 female students, selected by proportional random sampling technique. Data collection was carried out by taking blood samples with a HemoSmart GOLD Hemoglobinometer by the health analyst of the Sijunjung Health Center and questionnaires through interviews. Data analysis was performed using the Chi-Square test.

Result

The results showed that respondents who experienced anemia were 55.4%, abnormal menstrual patterns 63.1%, sufficient consumption of iron-source foods 64.6%, and did not take blood supplement tablets 53.8%. The results of statistical tests showed that there was no relationship between menstrual patterns and the incidence of anemia (p -value = 0.682), there was a relationship between consumption of iron-source foods and the incidence of anemia (p -value = 0.003), there was a relationship between consumption of blood supplement tablets and the incidence of anemia (p -value = 0.039).

Conclusion

There is a relationship between the consumption of iron-source foods and the consumption of blood supplement tablets with the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 1 Sijunjung. It is expected for adolescent girls to increase compliance in taking blood supplement tablets and eating foods rich in iron.

References : 83 (2005-2023)

Keywords : adolescent girls, anemia, Fe tablets, iron, menstruation