

## **LAPORAN TUGAS AKHIR**

### **PENGARUH EDUKASI GIZI DAN ASUPAN ZAT BESI TERHADAP PENGETAHUAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 6 KOTA KUPANG**



**BRIGITA MAYELA FENI**  
**NIM.PO5303241210141**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG  
PROGRAM STUDI D-III GIZI  
TAHUN 2024**

HALAMAN PERSETUJUAN  
JUDUL LAPORAN TUGAS AKHIR

PENGARUH EDUKASI GIZI DAN ASUPAN ZAT BESI TERHADAP  
PENGETAHUAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 6 KOTA  
KUPANG

Disusun Oleh

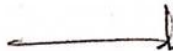


**BRIGITA MAYELA FENI**

PO5303241210141

Telah di setuju oleh Pembimbing untuk Diseminarkan

Pembimbing



**YOHANES DON BOSKO DEMU, SKM, MPH**

NIP.197110091994031008

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi



**JUNI GRESSILDE L. SINE, STP., M.Kes**

NIP.198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR  
PENGARUH EDUKASI GIZI DAN ASUPAN ZAT BESI  
TERHADAP PENGETAHUAN ANEMIA PADA REMAJA  
PUTRI DI SMA NEGERI 6 KOTA KUPANG

DISUSUN

BRIGITA MAYELA FENI

PO.530324121041

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji  
pada Tanggal 30 Mei 2024

Penguji I



Maria Goreti Pantaleon, S.KM., MPH

NIP: 198406222008122005

Penguji II



Yohanes Don Bosko Demu, S.KM., MPH

NIP: 197110091994031008

Mengetahui  
Ketua Prodi Gizi  
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda Louisa Sine, S.TP., M.Kes

NIP.1980060120091220

## BIODATA PENULIS



Nama : BRIGITA Mayela Feni

TTL : Noehaen, 9 Oktober 2000

Agama : Katolik

Riwayat Pendidikan : 1. SDK St.Yohanes Noehaen  
2. SMPN,4 Amarasi Timur  
3. SMA Kristen Atambua

## **MOTO**

**”JANGAN TAKUT AKAN MASA DEPANMU,DIA YANG BERJANJI DIA JUGA YANG  
AKAN MENEPATI TEPAT PADA WAKTUNYA”**

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi zat besi dan pendidikan gizi terhadap pemahaman remaja putri tentang anemia. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuasi-eksperimental pra-tes pasca-tes satu kelompok. Sebelum edukasi gizi menggunakan observasi pra-tes, setelah menerima perawatan edukasi gizi menggunakan pasca-tes. Pada bulan Mei 2024 penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 6 Kota Kupang. Populasi dalam penelitian ini yaitu semua siswa remaja putri kelas X sebanyak 187 siswa, sedangkan untuk sampelnya adalah 100 yang sebagian besar terdaftar di SMA Negeri 6 Kota Kupang pada tahun ajaran 2023–2024, pengambilan sampel acak proporsional. Data primer yang didapatkan diketahui dari pra-dan pasca-tes mengenai anemia, serta identifikasi responden dan data sekunder jumlah siswa kelas X SMA Negeri 6 Kota Kupang. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, dari hasil pengumpulan kuisisioner tersebut di kategori menjadi tiga kategori terbentuk: baik, sedang, dan kurang. Klasifikasi didasarkan pada tiga kriteria: baik ( $> 80\%$ ), sedang ( $60\text{--}80\%$ ), dan kurang ( $<60\%$ ). Untuk menganalisis datanya penulis menggunakan penyuntingan, coding, tabulasi, data entri, penghapusan data, uji normalitas & uji sampel berpasangan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa kelas X pada remaja putri di SMA Negeri 6 Kota Kupang, mengalami kemunduran baik itu masa lampau maupun masa kini yang didapatkan dari persentase yang memiliki pengetahuan baik sebelum memperoleh pendidikan gizi adalah  $8,2\%$ ; setelah memperoleh pendidikan gizi, persentase ini meningkat menjadi  $79,6\%$ . Zat besi yang mereka terima sebelum pendidikan hanya  $4,1\%$  yang berkembang secara penuh di dalam tubuh mereka sedangkan zat besi yang mereka terima setelah pendidikan gizi angkanya meningkat menjadi  $28,6\%$ . Sehingga pengetahuan dan tujuan siswa kelas X SMA Negeri 6 Kota Kupang berkorelasi dengan pendidikan gizi dengan nilai  $p = 0,000$ . Maka, pengetahuan anemia pada remaja putri kelas X dengan pendidikan gizi mempunyai hubungan timbal balik atau sebab akibat.

Kata Kunci: Remaja; Anemia; Edukasi Gizi; Zat Besi

## KATA PENGANTAR

Penulisan tuhan Maha Esa's adalah ganda dan simetris yang telah memberikan kenyamanan, nutrisi, dan rambut yang tidak menipis. Penulisan Negrii 6 SMP 6 mendalam pengetahuan sebuah remaja, sertahap dengan laporan tugas akhir yang berjudul Pengaruh Edukasi Gizi Dan Asupan Zat Besi. Selanjutnya penulis membuat cerita unik yang menyatakan, Ahli Madya Gizi Di Prodi Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Beberapa lembaga telah memberikan masukan dan ide kepada penulis setelah mempelajari laporan tugas akhir ini. Oleh karena itu, penulis ingin menggunakan kesempatan ini untuk menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Irfan, SKM M. Kes. Selaku, Direktur Poltekes Kemenkes Kupang, sebelumnya telah memberikan arahan kepada penulis tentang cara meningkatkan edukasi produk Gizi.
2. Gizi politechnik kemenkes kupang kesehatan STP.M. Ke. Juni Gressilde L.Sine, Selaku ketua prodi.
3. Ibu Maria Goreti Pantaleon,SKM,MPH,Selaku penguji 1 yang telah meluangkan waktunya untuk menguji penulis
4. Seorang individu yang sabar, Yohanes Don Bosko Demu, SKM, MPH, telah mengorbankan waktu untuk membantu tugas terakhir.
5. Kedua orang tuaku tersayang(bapak Laurensius Feni dan Mama Maria Agnes Feni dan adik saya sisilia Marica Feni dan Marianus Luisa Tus Feni)
6. Teman-teman XVI milik Gizi menyediakan permukaan penulisan yang tenang untuk meringankan beban tugas laporan terakhir .

Menurut penulis, bagian akhir proposal tersebut lebih pendek daripada bagian aslinya. Oleh karena itu, penulis memberikan rekomendasi yang sangat kuat untuk penyelidikan yang cermat dan nasihat yang bijaksanai.

## DAFTAR ISI

### Halaman

|                                                 |                              |
|-------------------------------------------------|------------------------------|
| HALAMAN COVER.....                              | 1                            |
| <a href="#">LEMBAR PERSETUJUAN</a> .....        | Error! Bookmark not defined. |
| <a href="#">LEMBAR PENGESAHAN</a> .....         | Error! Bookmark not defined. |
| SURAT PERNYATAAN .....                          | Error! Bookmark not defined. |
| BIODATA PENULIS .....                           | Error! Bookmark not defined. |
| MOTO .....                                      | Error! Bookmark not defined. |
| ABSTRAK .....                                   | 6                            |
| KATA PENGANTAR.....                             | 7                            |
| DAFTAR ISI.....                                 | 8                            |
| DAFTAR.TABEL.....                               | 10                           |
| DAFTARGAMBAR.....                               | 11                           |
| <a href="#">BAB 1</a> PENDAHULUAN .....         | Error! Bookmark not defined. |
| A. Latar Belakang.....                          | Error! Bookmark not defined. |
| B. Rumusan.Masalah .....                        | Error! Bookmark not defined. |
| C. Tujuan.....                                  | Error! Bookmark not defined. |
| D. Manfaat. ....                                | Error! Bookmark not defined. |
| E. Keaslian Penelitian.....                     | Error! Bookmark not defined. |
| <a href="#">BAB II</a> TINJAUAN.PUSTAKA.....    | Error! Bookmark not defined. |
| A. Konsep.Remaja .....                          | Error! Bookmark not defined. |
| B. Anemia. ....                                 | Error! Bookmark not defined. |
| C. Edukasi Gizi.....                            | Error! Bookmark not defined. |
| D. Konsep Pengetahuan .....                     | Error! Bookmark not defined. |
| E. PengukurannPengetahuan .....                 | Error! Bookmark not defined. |
| F. Asupan Zat Besi.....                         | Error! Bookmark not defined. |
| G. Sumber Zat Besi.....                         | Error! Bookmark not defined. |
| H. Kerangka Teori.....                          | Error! Bookmark not defined. |
| I. Kerangka Konsep .....                        | Error! Bookmark not defined. |
| J. Hipotesis.....                               | Error! Bookmark not defined. |
| <a href="#">BAB III</a> METODE.PENELITIAN ..... | Error! Bookmark not defined. |



|                                             |                                     |
|---------------------------------------------|-------------------------------------|
| A. Jenis.Penelitian.....                    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Waktu.dan.Lokasi.Penelitian.....         | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| C. PopulasiydanySampel .....                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| D. VariabelyPenelitian .....                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| E. DefinisiOperasional .....                | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| F. Jenis dan PengumpulanhData .....         | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| G. Metode pengolahan dan analisis data..... | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| H. EtikaaPenelitian.....                    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>BAB IV</b> HASIL.DAN.PEMBAHASAN .....    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Gambaran.Umum.Lokasi.Penelitian .....    | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Pembahasan.....                          | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>BAB V</b> PENUTUP.....                   | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| A. Kesimpulan .....                         | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| B. Saran.....                               | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| DAFTAR PUSTAKA.....                         | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| LAMPIRAN.....                               | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                    | Halaman |
|------------------------------------|---------|
| Tabel.1 Keaslian.Penelitian.....   | 5       |
| Tabel 2 angka kebutuhan gizi ..... | 21      |
| Tabel.3 Definisi Oprasional .....  | 23      |

## DAFTAR GAMBAR

### Halaman

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| Gambar 1 Kerangka Teori.....  | 22 |
| Gambar 2 Kerangka Konsep..... | 23 |