

LAPORAN TUGAS AKHIR
FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA
NEGERI 2 KOTA KUPANG



DISUSUN OLEH :

OKTAVIANA JELITA
PO5303241221093

KEMENTRIAN KESEHATAN REPBULIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI GIZI
ANGKATAN XVII
2025

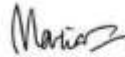
HALAMAN PERSETUJUAN

**LAPORAN TUGAS AKHIR
FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PURTI DI SMA
NEGERI 2 KOTA KUPANG**

Disusun

OKTAVIANA JELITA
PO5303241221093

Telah Mendapatkan Persetujuan Pembimbing



Maria Goreti Pantaleon, SKM., MPH
NIP.198406222008122005

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, S.TP., M.Kes
NIP.198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 KOTA KUPANG

Disusun

OKTAVIANA JELITA
PO5303241221093

Telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji

pada tanggal

Penguji I : Agustina Setia, SST, M.Kes (.....)
NIP.196408011989032002

Penguji II : Maria Goreti Pantaleon, SKM, MPH (.....)
NIP.198462220081220005

Mengetahui
Ketua Prodi Gizi
Kemenkes Poltekkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, STP, M.Kes
NIP.198006012009122011

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Oktaviana Jelita

Nim : PO5303241221093

Program Studi : D-III Gizi

Angkatan : XVII

Jenjang : Diploma III

Dengan ini, penulis menyampaikan pernyataan terkait penyusunan Laporan Tugas Akhir yang berjudul:

**“FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 KOTA KUPANG”**

Saya menyatakan tidak melakukan tindakan plagiarisme. Apabila di masa mendatang terbukti melakukan plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku. Pernyataan ini saya buat secara jujur dan penuh tanggung jawab.

Kupang, 19 Agustus 2025

Penulis



Oktaviana Jelita

Nim : PO5303241221093

BIODATA PENULIS



DATA PRIBADI

Nama	:Oktaviana Jelita
Tempat/Tanggal Lahir	:Dalo,28 Juli 2003
Alamat	:Manggarai
Jenis Kelamin	:Perempuan
Kewarganegaraan	:Indonesia
Agama	:Khatolik
Email	: oktaviajelita509@gmail.com
Telpon	082145749052

RIWAYAT PENDIDIKAN :

1. Pernah Mejalani Pendidikan Di TK Paud SKB Randong
2. Pernah Menjalani Pendidikan Di SD Inpres Randong
3. Pernah Mejalani Pendidikan Di SMP Negeri 9 Ruteng
4. Pernah Mejalani Pendidikan Di SMA ST Fransiskus Saverius Ruteng
5. Mahasiswa Program Studi Gizi, Diploma III, Poltekkes Kemenkes Kupang, Angkatan XVII Tahun 2022.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Tidak ada impian yang terlalu tinggi dan tidak ada impian yang pantas diremehkan. Kejar setinggi mungkin dan capailah sesuai harapanmu.”

(Maudy Ayunda)

“Kunci keberhasilan adalah terus belajar tanpa menyerah”

(Bapa Yosep Peo)

PERSEMBAHAN

1. Kepada Tuhan Yang Maha Esa
2. Kepada Bapa Yosep Peo Dan Mama Felisitas Sanung
3. Kaka Sulung Brayen, Adik Flor, Dan Adik Bungsu Econ

ABSTRAK

OKTAVIANA JELITA” Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Kota Kupang”dibimbing oleh Maria Goreti Pantaleon,SKM.,MPH.

Latar Belakang: Periode remaja termasuk tahap perkembangan yang sensitif terhadap beragam permasalahan kesehatan, mengingat tubuh sedang mengalami pertumbuhan pesat dan memerlukan kecukupan asupan nutrisi yang optimal. Pada periode ini, pembentukan identitas diri menjadi sangat penting, bersamaan dengan perkembangan kemampuan berpikir logis dan kritis. Fase ini juga dikenal sebagai masa pubertas, ketika terjadi perubahan signifikan pada ukuran tubuh, berat badan, tinggi badan, serta pematangan fungsi seksual, khususnya pada awal masa remaja. Anemia pada remaja perempuan berpotensi menimbulkan berbagai konsekuensi, antara lain gangguan pada kesehatan reproduksi, keterlambatan dalam perkembangan motorik dan kognitif, penurunan kemampuan intelektual, serta berkurangnya konsentrasi dan efektivitas proses belajar. Selain itu, kondisi anemia berpotensi mengganggu pertumbuhan tinggi badan, menurunkan kapasitas fisik saat beraktivitas olahraga, mengurangi tingkat kebugaran, serta menyebabkan perubahan warna kulit wajah menjadi lebih pucat.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji berbagai faktor yang memiliki keterkaitan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 2 Kota Kupang.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif. Pengambilan sampel dilakukan melalui teknik total sampling sebanyak 40 peserta. Penelitian diadakan di SMA Negeri 2 Kota Kupang, Mei 2025.

Hasil Penelitian: Berlandaskan hasil analisis bivariat membuktikan bahwasanya adanya korelasi Hubungan antara siklus menstruasi dan kejadian anemia pada siswi. Dari 40 responden, 26 orang (73,3%) memiliki menstruasi teratur dan 5 orang (100%) memiliki menstruasi tidak teratur, yang menunjukkan korelasi dengan insiden anemia.

Kata kunci: Anemia, faktor sosial ekonomi, faktor stres, faktor kebiasaan makan, faktor menstruasi, faktor aktivitas fisik.

KATA PENGANTAR

Penulis menyampaikan penghargaan dan rasa syukur yang sebesar-besarnya kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul, **“Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Kota Kupang”**. Tujuan penelitian ini ialah untuk memenuhi persyaratan penyelesaian laporan akhir guna lulus dari program Diploma III Gizi Kementerian Kesehatan di Politeknik Kesehatan Kupang. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan proposal ini, antara lain:

1. Irfan,SKM.,M.Kes. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang
2. Juni Gresilda L.Sine,STP.,M Selaku Ketua Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
3. Agustina Setia,SST,M.Kes Sebagai Dosen Penguji
4. Maria Goreti Pantaleon,SKM.,MPH selaku pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama penulisan proposal ini.
5. Ucapan terima kasih khusus penulis sampaikan kepada keluarga, terutama Bapak dan Ibu tercinta, atas doa, dukungan moral, dan pengorbanan material yang tak ternilai.

"Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini belum sepenuhnya sempurna, sehingga setiap masukan maupun saran yang bersifat konstruktif sangat dihargai sebagai upaya perbaikan. Diharapkan, proposal ini dapat memberikan kontribusi bermanfaat, baik bagi pengembangan pengetahuan penulis maupun bagi pembaca secara luas. Tuhan Yesus memberkati.

Kupang, Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
BIODATA PENULIS	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Anemia	7
B. Kerangka Teori.....	19
C. Kerangka Kosep	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	21
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	21
B. Lokasi Penelitian Dan Waktu Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	21
D. Variabel Penelitian	22
E. Definisi Operasional	23
F. Instrument Penelitian.....	25
G. Cara Pengumpulan Data	25
H. Teknik Pengolahan Data.....	26
I. Analisis Data.....	27
J. Etika Penelitian.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	28
A. Hasil Penelitian.....	28
B. Pembahasan	33
BAB V PENUTUP	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian	5
Tabel 2. Klasifikasi Kadar HB	10
Tabel 3. Kategori tingkat Aktivitas Fisik	17
Tabel 4. Definsi Operasional	22
Tabel 5. Karakteristik Responden Berlandaskan Usia	27
Tabel 6. Distribusi Anemia	28
Tabel 7. Distribusi Faktor sosial Ekonomi	28
Tabel 8. Distribusi Faktor Stres	28
Tabel 9. Distribusi Faktor kebiasaan Makan	29
Tabel 10. Distribusi Faktor Menstruasi	29
Tabel 11. Distribusi Faktor Aktivitas Fisik	29
Tabel 12. Korelasi Faktor Sosial Ekonomi dengan insiden Anemia pada Remaja Putri	30
Tabel 13. Korelasi Faktor Stres dengan insiden Anemia pada Remaja Putri	30
Tabel 14. Korelasi Faktor Kebiasaan Makan dengan insiden Anemia pada Remaja Putri	31
Tabel 15. Korelasi Faktor Menstruasi dengan insiden Anemia Pada Remaja Putri	31
Tabel 16. Korelasi Faktor Aktivitas Fisik dengan insiden Anemia Pada Remaja Putri	32

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	18
Gambar 2. Kerangka Konsep	19