

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
(TTD) DAN ASUPAN PROTEIN HEWANI TERHADAP KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 3 AMBAWANG
KABUPATEN KUBU RAYA**



**DESI MAWATI
NIM 221041014**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PONTIANAK
JURUSAN GIZI
PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
(TTD) DAN ASUPAN PROTEIN HEWANI TERHADAP KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 3 AMBAWANG
KABUPATEN KUBU RAYA**



Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes
Pontianak

**DESI MAWATI
NIM 221041014**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PONTIANAK
JURUSAN GIZI
PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
TAHUN 2026**

VISI DAN MISI

PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN JURUSAN GIZI POLTEKKES KEMENKES PONTIANAK

VISI

Menjadi Program Studi menghasilkan lulusan sebagai Enterpreneur di bidang Gizi sebagai rujukan nasional Berkualitas Global.

MISI

1. Menyelenggarakan kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika berkualitas global
2. Menyelenggarakan Pendidikan Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, berintelektualitas tinggi, berbudi luhur dan mampu bersaing di tingkat global
3. Mengembangkan tata kelola Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika yang transparan, akuntabel dan kolaboratif
4. Berperan aktif dalam kerjasama pengembangan dan peningkatan sistem pendidikan Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di tingkat global
5. Menghasilkan lulusan Sarjana Terapan Gizi sebagai Enterpreneur di bidang gizi

HALAMAN PERSETUJUAN

NASKAH

**HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DAN
ASUPAN PROTEIN HEWANI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI DI SMPN 3 AMBAWANG KABUPATEN KUBU RAYA**

DESI MAWATI
NIM 221041014

Telah diperbaiki dan disetujui
Pontianak, 27 Agustus 2026

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Yanuarti Petrika, S.Gz, M.PH
NIDN: 4021018701



Ayu Rafiony, S.Gz, M.PH
NIDN: 4010047901

Ketua Prodi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan



Desi, SKM, M.Gizi
NIP: 197708252000031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
(TTD) DAN ASUPAN PROTEIN HEWANI TERHADAP KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 3 AMBAWANG
KABUPATEN KUBU RAYA**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

DESI MAWATI
NIM 221041014

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada 11 Mei 2026

Tim Penguji

Tanda Tangan

- | | | |
|------------|--------------------------------------|--|
| 1. Ketua | : Widyana Lakshmi Puspita, SKM, M.PH |
 |
| 2. Anggota | : Desi, SKM, M.Gizi |
 |
| 3. Anggota | : Yanuarti Petrika, S.Gz, M.PH |
 |
| 4. Anggota | : Ayu Rafiony, S.Gz, M.PH |
 |

Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi


JURIANTO GAMBIR, S.SiT, M.Kes
NIP.197001061992031003

Ketua Prodi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan


DESI, SKM, M.Gizi
NIP.197708252000031002

HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Desi Mawati
NIM : 221041014
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Pontianak

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DAN ASUPAN PROTEIN HEWANI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 3 AMBAWANG KABUPATEN KUBU RAYA

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

Pontianak, 11 Mei 2026
Penulis,



DESI MAWATI
NIM 221041014



BIODATA PENULIS

Nama : Desi Mawati
Tempat, tanggal lahir : Ketapang, 18 Desember 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat rumah : Jl. Pasir Mayang, Kab. Ketapang
Nomor HP : 089694457340

RIWAYAT PENDIDIKAN

SD : SD Negeri 17 Benua Kayong
SLTP : MTs Negeri 01 Ketapang
SLTA : SMA Negeri 02 Ketapang
PT : Poltekkes Kemenkes Pontianak

KESAN DAN PESAN SELAMA MENGIKUTI PENDIDIKAN DI PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA

(KESAN: Kesan saya selama menempuh pendidikan di Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Pontianak sangat berkesan karena memberikan banyak pengalaman dan pembelajaran yang bermanfaat, baik dalam teori maupun praktik, serta praktik lapangan yang menambah wawasan dan keterampilan di bidang gizi.)

(PESAN: Semoga Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Pontianak semakin maju dengan kualitas pembelajaran serta sarana dan prasarana yang lebih baik, sehingga dapat mendukung pengembangan kompetensi mahasiswa agar siap bersaing di dunia kerja.

ABSTRAK

HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) DAN ASUPAN PROTEIN HEWANI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 3 AMBAWANG KABUPATEN KUBU RAYA

Desi Mawati¹⁾, Yanuarti Petrika, S.Gz, M.PH²⁾, Ayu Rafiony, S.Gz, M.PH³⁾

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Email:desimawatiktp.@gmail.com

Latar belakang penelitian ini adalah anemia pada remaja putri yang masih menjadi masalah kesehatan cukup tinggi, terutama disebabkan oleh rendahnya asupan zat gizi dan kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). **Tujuan penelitian** ini untuk mengetahui

ui hubungan antara kepatuhan konsumsi TTD dan asupan protein hewani dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya. **Metode penelitian** yang digunakan yaitu desain cross-sectional dengan jumlah responden sebanyak 52 orang siswi kelas VII. Data dikumpulkan melalui pengukuran kadar hemoglobin (Hb), wawancara terkait konsumsi TTD, serta penilaian asupan protein hewani. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05. **Hasil penelitian** menunjukkan bahwa sebanyak 15 responden (28,8%) mengalami anemia dan 37 responden (71,2%) tidak anemia. Sebagian besar responden memiliki asupan protein hewani cukup yaitu 41 orang (78,8%), serta tingkat kepatuhan konsumsi TTD menunjukkan 30 responden (57,7%) patuh dan 22 responden (42,3%) tidak patuh. Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein hewani dengan kejadian anemia ($p = 0,000$) dan terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia ($p = 0,010$). **Kesimpulan** penelitian ini adalah asupan protein hewani yang cukup dan kepatuhan dalam mengonsumsi TTD berperan penting dalam mencegah kejadian anemia pada remaja putri. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan edukasi gizi serta pemantauan konsumsi TTD secara berkelanjutan.

Kata Kunci : Anemia, Remaja Putri, Protein Hewani, Tablet Tambah Darah, Kepatuhan

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN ADHERENCE TO IRON SUPPLEMENT CONSUMPTION AND ANIMAL PROTEIN INTAKE WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMPN 3 AMBAWANG, KUBU RAYA REGENCY

Desi Mawati¹⁾, Yanuarti Petrika, S.Gz, M.PH ²⁾, Ayu Rafiony, S.Gz, M.PH ³⁾
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia
Email:desimawatiktp@gmail.com

The background of this study is that anemia among adolescent girls remains a significant health problem, especially caused by low nutritional intake and lack of compliance in consuming Iron Supplement Tablets. **The purpose** of this study was to determine the relationship between compliance with Iron Supplement Tablets consumption and animal protein intake with the incidence of anemia among adolescent girls at SMP Negeri 3 Ambawang, Kubu Raya Regency. **The research method** used was a cross-sectional design with a total of 52 seventh-grade female students as respondents. Data were collected through hemoglobin (Hb) level measurements, interviews regarding Iron Supplement Tablets consumption, and assessment of animal protein intake. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test at a significance level of 0.05. **The results** showed that 15 respondents (28.8%) experienced anemia and 37 respondents (71.2%) were not anemic. Most respondents had sufficient animal protein intake, namely 41 respondents (78.8%), while the level of compliance with Iron Supplement Tablets consumption showed that 30 respondents (57.7%) were compliant and 22 respondents (42.3%) were non-compliant. The bivariate analysis showed a significant relationship between animal protein intake and the incidence of anemia ($p = 0.000$), and there was also a significant relationship between compliance with Iron Supplement Tablets consumption and the incidence of anemia ($p = 0.010$). **The conclusion** of this study is that sufficient animal protein intake and compliance in consuming Iron Supplement Tablets play an important role in preventing anemia among adolescent girls. Therefore, efforts are needed to improve nutrition education and continuous monitoring of Iron Supplement Tablets consumption.

Keywords : Anemia, Adolescent Girls, Protein Intake, Iron Supplementation, Adherence

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayahNya pembuatan skripsi dengan judul “Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan Asupan Protein Hewani Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 3 Ambawang Kabupaten Kubu Raya” dapat terselesaikan.

Selanjutnya terima kasih saya sampaikan kepada Ibu Yanuarti Petrika, S.Gz, M.PH selaku Pembimbing Utama dan Ayu Rafiony, S.Gz, M.PH selaku Pembimbing Pendamping atas bimbingan dan arahan serta masukan yang telah diberikan. Selanjutnya ucapan terima kasih saya sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Kelana K.Dharma, S.Kp., M. Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Pontianak.
2. Bapak Jurianto Gambir, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Pontianak.
3. Bapak Desi, SKM, M.Gizi selaku Ketua Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan.
4. Kedua orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan doa restu serta kepercayaan dan dorongan moral maupun materi.
5. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Pontianak serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

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

Pontianak, 11 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

VISI DAN MISI	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN	v
BIODATA PENULIS	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
F. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Anemia pada Remaja Putri.....	9
B. Tablet Tambah Darah (TTD)	12
C. Asupan Protein Hewani	14
D. Kerangka Teori.....	17
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL.....	18
A. Kerangka Konsep	18
B. Hipotesis Penelitian	18
C. Definisi Operasional.....	18
BAB IV METODE PENELITIAN	20
A. Desain Penelitian	20
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	20
C. Populasi dan Sampel	20

D.	Jenis Data	23
E.	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	23
F.	Pengolahan dan Analisis Data	24
G.	Penyajian Data.....	26
H.	Etika Penelitian.....	26
I.	Alur Penelitian	27
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN		28
A.	Hasil.....	28
B.	Pembahasan	33
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		37
A.	Kesimpulan	37
B.	Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA		38
LAMPIRAN		41

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Bahan Makanan Sumber Protein Hewani	16
Tabel 2 Hasil Perhitungan Sampel	22
Tabel 3 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Umur di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026	29
Tabel 4 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Kelas di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026	29
Tabel 5 Distribusi Remaja putri Berdasarkan Status Anemia di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026	30
Tabel 6 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Kecukupan Protein Hewani di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026.....	30
Tabel 7 Distribusi Remaja Putri Berdasarkan Kepatuhan TTD di SMPN 3 Ambawang Tahun 2026	31
Tabel 8 Distribusi Remaja Putri di SMPN 3 Ambawang Berdasarkan Alasan Ketidakpatuhan TTD Tahun 2026	31
Tabel 9 Hubungan Kecukupan Protein Hewani dengan Kejadian Anemia	32
Tabel 10 Hubungan Kepatuhan TTD dengan Kejadian Anemia.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Tablet Tambah Darah (TTD).....	12
Gambar 2 Kerangka Teori Penelitian.....	17
Gambar 3 Kerangka Konsep.....	18
Gambar 4 Diagram Alur Penelitian.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Persetujuan Menjadi Responden	41
Lampiran 2 Lembar SQ FFQ	42
Lampiran 3 Lembar Kuesioner Kepatuhan Konsumsi TTD	44
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian Skripsi	45
Lampiran 5 Dokumentasi Surat Keterangan Izin Penelitian di SMP Negeri 3 Sungai Ambawang	46
Lampiran 6 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	47
Lampiran 7 Dokumentasi Lembar Persetujuan yang Sudah di Isi	49
Lampiran 8 Dokumentasi SQ-FFQ Yang Sudah di Isi	50
Lampiran 9 Dokumentasi Kuesioner yang Sudah di Isi	51
Lampiran 10 Master Data	52
Lampiran 11 Analisis	54
Lampiran 12 Etik Penelitian	58