

**KARYA TULIS ILMIAH
PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM PENCEGAHAN ANEMIA**

Di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo



Oleh :
DEFINTA AGUSTIN
NIM : 12612211

**PRODI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2015**

PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM PENCEGAHAN ANEMIA

Di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan kepada Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan



Oleh :
DEFINTA AGUSTIN
NIM. 12612211

PRODI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2015

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya tulis oleh : DEFINTA AGUSTIN

Judul : PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM
PENCEGAHAN ANEMIA DI MTS PESANTREN
PUTRI AL MAWADDAH PONOROGO

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah pada
tanggal 01 Agustus 2015

Oleh :

Pembimbing I



Metti Verawati S.Kep. Ns, M. Kes
NIDN. 0720058001

Pembimbing II



Ririn Nasriati S. Kep. Ns, M. Kep
NIDN. 0704077501

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Siti Munawaroh, S.Kep. Ns, M.Kep
NIDN. 0717107001

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Definta Agustin
NIM : 12612211
Tempat, tanggal lahir : Ponorogo, 09 Agustus 1993
Institusi : Prodi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul : **“Perilaku Remaja Putri Dalam Pencegahan Anemia di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo.”** ini adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain baik sebagian atau seluruhnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapat sanksi.

Ponorogo, 01 Agustus 2015

Yang Menyatakan,



Definta Agustin

Mengetahui

Pembimbing I



Metti Verawati S.Kep. Ns, M. Kes
NIDN. 0720058001

Pembimbing II



Ririn Nasriati S. Kep. Ns, M. Kep
NIDN. 0704077501

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : Definta Agustin
NIM : 12612211
Judul : Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia di MTs
Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo

Telah di uji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Tulis Ilmiah di
Program Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Tanggal : 01 Agustus 2015

Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua	: Siti Munawaroh, S.Kep. Ners, M.Kep	:	
Anggota	: 1. Hery Ernawati, S.Kep.Ners, M.Kep	:	
	2. Metti Verawati S.Kep. Ners, M. Kes	:	

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



SITI MUNAWAROH, S.Kep, Ners, M.Kep
NIDN. 0717107001

ABSTRAK

Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia Di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo

Oleh: Definta Agustin

Remaja putri lebih rentan terjadi anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena lebih banyak mengkonsumsi makanan nabati dibanding hewani, kebiasaan ingin tampil langsing, kehilangan zat besi 0,6 mg setiap harinya, dan mengalami haid setiap bulan. Anemia mempunyai komplikasi beraneka ragam yang berdampak serius untuk kehidupan yang akan datang. Sehingga diperlukan perilaku pencegahan anemia agar tidak timbul dampak buruk bagi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku remaja putri dalam pencegahan anemia di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo.

Desain penelitian ini adalah *deskriptif*. Pada penelitian ini populasinya seluruh remaja putri di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo usia 10-16 tahun sebanyak 399 orang. Besar sampel pada penelitian ini adalah 120 responden. Menggunakan *proportionale random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Setelah data terkumpul kemudian dilakukan tabulasi data dan analisa data menggunakan skor T.

Hasil penelitian menunjukkan perilaku remaja putri dalam pencegahan anemia sebanyak 55 responden (45,8%) dalam kategori perilaku positif, 65 responden (54,2 %) dalam kategori perilaku negatif.

Dari hasil penelitian ini perlu adanya penyuluhan kesehatan bagi remaja putri. Diharapkan remaja putri di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo dapat berperilaku dan melakukan pencegahan anemia sejak dini dengan baik dan Positif. Caranya bisa dengan makan makanan yang banyak mengandung zat besi dan vitamin C, minum tablet penambah darah secara rutin terutama saat haid, dan segera memeriksakan diri ke dokter bila ada gejala anemia.

Kata kunci: Perilaku, Remaja Putri, Pencegahan Anemia

ABSTRACT

Behaviour of Young Women in the Prevention of Anemia The MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo

By: Definta Agustin

Young women more vulnerable happened anemia than men because of eating more nabatis food than hewani, wished to look slim, iron loss of 0,6 mg every day, and menstruation periods every month. Anemia has a wide range of complications for future lives. So that the required behavior does not aries for the prevention of anemia negative effect in health. This study aims to determine the behavior of young women in the prevention of anemia in MTs Pesantren Putri Al Mawaddah of Ponorogo.

This is a descriptive study design. In this study population the entire of young women at MTs Pesantren Putri Al Mawaddah of Ponorogo aged 10-16 years as many as 399 people. The sample size in this study was 120 respondents. Using proportionate random sampling. Collection data was using the questionnaire. After the data collected then performed data tabulation and analysis of data using a skor T.

The results showed that the behavior of young women in the prevention of anemia by 55 respondents (45.8%) in the positive behavior category, 65 respondents (54.2%) in the negative behavior category.

From this research, can be concluded that the need for health education for young women. So with this expected young women in boarding school in MTs Pesantren Putri Al Mawaddah of Ponorogo can behave and conduct anemia prevention early on with good and positive. Could do with eating foods that contain a lot of iron and vitamin C, drink the blood booster tablets regularly especially during menstruation, and immediately went to doctor if there are symptoms of anemia.

Keywords: Behavior, Young Women, Prevention of Anemia

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat penyelesaian Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dalam Karya Tulis Ilmiah ini banyak memperoleh bimbingan, asuhan serta dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Siti Munawaroh, S.Kep. Ners. M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kemudahan dan ijin sehingga memperlancar penelitian ini.
2. Metti Verawati S.Kep. Ners, M. Kes selaku pembimbing I yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ririn Nasriati S. Kep. Ners, M. Kep selaku pembimbing II yang dengan kesabaran dan ketelitiannya dalam membimbing, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Para responden yang telah bersedia menjadi objek dalam Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ayah dan Ibu serta semua keluarga terdekat yang telah memberi dukungan baik moral maupun materi sehingga terselesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Teman-teman tingkat III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, atas kerja sama dan motivasinya.
7. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu atas bantuan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas budi baik serta ketulusan yang telah mereka berikan selama ini pada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga diharapkan adanya kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan penelitian ini.

Akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan kita semua.

Ponorogo, 01 Agustus 2015

Penulis

Definta Agustin
NIM: 12612211

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Sampul Dalam	i
Lembar Persetujuan pembimbing	ii
Pernyataan Keaslian Penulisan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Abstrak	v
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.1 Rumusan Masalah.....	5
1.2 Tujuan Penelitian.....	5
1.3 Manfaat Penelitian.....	5
1.4 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Perilaku	8
2.1.1 Definisi Perilaku.....	8
2.1.2 Klasifikasi Perilaku	8
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku	9
2.1.4 Prosedur Pembentukan Perilaku.....	12
2.1.5 Domain Perilaku.....	13
2.2 Konsep Remaja.....	14
2.2.1 Definisi.....	14
2.2.2 Tumbuh Kembang Remaja Putri	14
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja	17
2.2.4 Ciri-Ciri Remaja	18
2.2.5 Kebutuhan Gizi pada Remaja	18
2.2.6 Perilaku Makan Remaja	20

2.2.7 Kecenderungan Remaja Putri Mudah Terserang Anemia	21
2.3 Konsep Anemia	22
2.3.1 Definisi	22
2.3.2 Klasifikasi Anemia	23
2.3.3 Etiologi	25
2.3.4 Gambaran Klinis	25
2.3.5 Patofisiologi.....	27
2.3.6 Uji Diagnostik	28
2.3.7 Penatalaksanaan	28
2.3.8 Komplikasi	29
2.3.9 Faktor Resiko Untuk Anemia.....	29
2.3.10 Pencegahan dan Pengendalian Anemia karena Defisiensi Zat Besi.....	31
2.4 Kerangka Teori	34
2.5 Kerangka Konseptual	35
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	36
3.2 Kerangka Kerja	36
3.3 Variabel Penelitian	38
3.4 Definisi Operasional.....	38
3.5 Sampling Desain	39
3.5.1 Populasi	39
3.5.2 Sampel.....	40
3.5.3 Besar Sampel.....	40
3.5.4 Sampling	41
3.6 Pengumpulan Data Dan Analisa Data.....	42
3.6.1 Proses Pengumpulan Data.....	42
3.6.2 Analisa Data	45
3.7.1 Data Umum	45
3.7.2 Data Khusus	46
3.7.3 Etika Penelitian	48

BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	4.1 Gambaran Lokasi Penelitian	49
	4.2 Keterbatasan Penelitian	50
	4.3 Hasil Penelitian	51
	4.3.1 Data Umum	51
	4.3.2 Data Khusus	54
	4.4 Pembahasan	55
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN	
	4.1 Simpulan.....	61
	4.2 Saran.....	61
	DAFTAR PUSTAKA	63
	LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Titik <i>cut off</i> nilai hemoglobin bagi diagnosis anemia	23
Tabel 3.1 Definisi Operasional Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo	39
Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan usia.....	51
Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan	52
Tabel 4.3 Karakteristik responden berdasarkan riwayat anemia	52
Tabel 4.4 Karakteristik responden berdasarkan keaktifan dalam kegiatan sekolah	53
Tabel 4.5 Karakteristik responden berdasarkan mendapat informasi pencegahan anemia.....	53
Tabel 4.6 Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi pencegahan anemia.....	54
Tabel 4.7 Karakteristik responden berdasarkan perilaku remaja putri dalam pencegahan anemia.....	54

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 Kerangka Teori Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia Di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo 34
- Gambar 2.2 Kerangka Konsep Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia Di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo..... 35
- Gambar 3.1 Kerangka Kerja Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia Di MTs Pesantren Putri Al Mawaddah Ponorogo 37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden	66
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	67
Lampiran 3 Kisi-Kisi Kuisisioner Perilaku Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia.....	68
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian.....	69
Lampiran 5 Jumlah Sampel Per Kelas	72
Lampiran 6 Tabulasi Data Demografi	74
Lampiran 7 Tabulasi Silang	79
Lampiran 8 Penghitungan Kuesioner	81
Lampiran 9 Lembar jadwal Penelitian	86
Lampiran 10 Lembar Konsultasi	87
Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian	94