



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM

KONSUMSI PIL VITAMIN ZAT BESI

DI SMPN 4 PLAYEN

PANDU ALDINOFA WD

NIM 2002057

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA 2026

**GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM
KONSUMSI PIL VITAMIN ZAT BESI
DI SMPN 4 PLAYEN**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan**

PANDU ALDINOFA WIRA DHARMA

2002057

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA 2026**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa laporan skripsi yang berjudul "Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Konsumsi Pil Vitamin Zat Besi" yang saya susun merupakan hasil karya asli peneliti sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah dicantumkan peneliti dengan benar. Skripsi ini tidak menyalin atau menduplikasi skripsi keserjanaan dari institusi, perguruan tinggi, atau instansi mana pun, kecuali pada bagian yang sumber informasinya telah dicantumkan sesuai dengan kaidah yang berlaku.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran dalam laporan skripsi saya atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian laporan skripsi ini.

Yogyakarta, 3 Maret 2026



Pandu Aldinofa Wira Dharma

HALAMAN PERSETUJUAN

**GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM
KONSUMSI PIL VITAMIN ZAT BESI
DI SMPN 4 PLAYEN**

Skripsi ini telah diperiksa oleh Pembimbing dan disetujui untuk
dilaksanakan ujian Skripsi

Yogyakarta, Rabu, 14 Januari 2026

Pembimbing

(Indrayanti, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep. Kom)

HALAMAN PENGESAHAN



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Sidang pada

14 Januari 2026

Ketua Penguji:

Priyani Haryanti, S.Kep., Ns., M.Kep., PhD

()

Penguji I:

Resta Betaliani Wirata, S.Kep., Ns., MSN

()

Penguji II:

Indrayanti., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep. Kom

()

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda
Yakkum Yogyakarta



()
(Nurlla Ikanningtyas, S.Kep., Ns.,
M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS)

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Sarjana Keperawatan

()

(Indah Prawesti, S.Kep., Ns.,
M.Kep)

MOTTO

"Semua orang adalah jenius. Tetapi jika Anda menilai seekor ikan dari kemampuannya memanjat pohon, ikan itu akan menghabiskan seluruh hidupnya dengan meyakini bahwa ia bodoh."

Albert Einstein

Ketika kita berdamai dengan kondisi diri sendiri, semakin mudah untuk kita memperbaiki kekurangan. Dengan ini saya Pandu Aldinofa Wira Dharma telah memperbaiki kekurangan dan menyelesaikan skripsi dengan sungguh-sungguh.

Skripsi ini diselesaikan sebagai bentuk pengabdian terhadap dharma dan perjalanan pencarian makna.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan dengan penuh rasa bangga, cinta yang tulus kepada diri saya sendiri dan orang terkasih yang telah mendukung saya selama menempuh pendidikan Sarjana Keperawatan dan menyelesaikan skripsi ini.

1. Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena Peneliti telah diberi kesehatan, anugerah, kasih serta penyertaannya sehingga saya mampu menyelesaikan tugas dan tanggung jawab sampai titik ini.
2. Orang tua Peneliti yang selalu menyertakan saya di setiap doanya atas kasih sayang serta dukungan yang diberikan sehingga dapat melangkah sampai sejauh ini.
3. Saudara Peneliti yang telah memberikan saya doa dan dukungan dalam masa pendidikan.

Jika bukan karena semua semangat, dukungan, serta dorongan dari Tuhan, anggota keluarga, dan teman-teman Saya, Pandu Aldinofa Wira Dharma bisa saja tidak akan dapat mencapai di titik saat ini, dengan demikian semuanya saya ucapkan terimakasih.

ABSTRAK

Pandu Aldinofa Wira Dharma: Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Mengonsumsi Pil Vitamin Zat Besi di SMP N 4 Playen

Latar Belakang: Pada tahun 2021, prevalensi anemia akibat defisiensi zat besi pada remaja putri di DIY mencapai 36%. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, sebanyak 29 dari 53 (54,7%) remaja putri kelas 8 di SMP N 4 Playen menunjukkan gejala anemia, serta hanya 26 siswi yang tertib mengonsumsi pil zat besi meskipun cakupan distribusi mencapai 100%.

Tujuan: Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku remaja putri dalam upaya konsumsi pil vitamin zat besi di SMP N 4 Playen.

Metode: Desain Penelitian Kuantitatif Deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dan sampel berjumlah 53 orang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data diambil dengan alat ukur kuesioner yang terdiri dari 17 item pernyataan.

Hasil: Frekuensi konsumsi pil vitamin zat besi responden sebanyak 71,7% mengonsumsi pil vitamin zat besi secara rutin ≥ 4 kali dalam seminggu. Sebanyak 64.2% responden (34 orang) memiliki konsumsi vitamin zat besi sedang, kategori terbesar. Konsumsi rendah hanya 9.4% (5 orang), sementara tinggi mencapai 26.4% (14 orang). Kumulatif menunjukkan 73.6% konsumsi rendah hingga sedang.

Kesimpulan: Mayoritas perilaku remaja putri dalam upaya konsumsi pil vitamin zat besi di SMP N 4 Playen adalah baik.

Saran: Penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan desain penelitian yang bersifat analitik kuantitatif, kuesioner dengan data numerik, dan dapat lebih luas meneliti variabel eksternal lain yang relevan.

Kata Kunci: Vitamin Zat Besi, Kepatuhan, Kesadaran, Dukungan
120 hal.- xvii hal. romawi-14 tabel-2 skema-10 lampiran

Kepustakaan: halaman 36. 2017-2024.

ABSTRACT

Pandu Aldinofa Wira Dharma: *A Description of Adolescent Girls' Behavior in Consuming Iron Vitamin Pills at SMP N 4 Playen*

Background: In 2021, the prevalence of anemia due to iron deficiency among adolescent girls in Special Region of Yogyakarta reached 36%. Based on a preliminary study, 29 out of 53 (54,7%) eight-grade female students at SMP N 4 Playen showed symptoms of anemia, and only 26 students regularly consumed iron pills even though the distribution coverage reached 100%.

Objective: This study aims to describe the behavior of female adolescents in consuming iron vitamin pills at SMP N 4 Playen.

Method: This study employed descriptive quantitative design with a cross sectional approach. Ppopulation and sample consisted of 53 respondents selected using total sampling technique. Data were collected using a questionnaire consisting of 17 statement items.

Results: The frequency of iron vitamin pill consumption among respondents was 71.7% consumed it regularly ≥ 4 times a week. A total of 64.2% of respondents (34 people) had moderate iron vitamin consumption. Low consumption was only 9.4% (5 people), while high consumption reached 26.4% (14 people). Cumulatively, 73.6% had low to moderate consumption.

Conclusion: The majority of the behavior of female adolescents in consuming iron vitamin pills at SMP N 4 Playen is good.

Suggestion: Further research is expected to use a quantitative analytical research design, utilize questionnaires with numerical data, and broadly examine other relevant external variables.

Keywords: Iron Vitamins, Compliance, Awariness, Support
120 pages-xvii-14 tables-2 Schemas-10 appendices

References: 36, 2017-2024.

PRAKATA

Dengan penuh rasa syukur, Peneliti memanjatkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan kasih dan rahmat-Nya. Berkat anugerah-Nya, Peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Mengonsumsi Pil Vitamin Zat Besi di SMPN 4 Playen". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Dalam proses penyusunan skripsi ini, Peneliti menerima begitu banyak dukungan, baik secara moral maupun material, dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan tulus Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.MB., Ph.D.NS selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Ignasia Yunita, S. Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Koordinator Penelitian Sarjana Keperawatan.
4. Ibu Priyani Haryanti, S.Kep., Ns., M.Kep., Ph.D selaku Dosen Ketua Penguji Penelitian Sarjana Keperawatan.
5. Ibu Resta Betaliani Wirata, S.Kep., Ns., MSN selaku Dosen Penguji 1 Penelitian Sarjana Keperawatan.
6. Ibu Indrayanti., S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.,Kep. Kom selaku Dosen Pembimbing dan Penguji 2 Prodi Sarjana Keperawatan yang telah bersedia

meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan ilmu motivasi.

7. Segenap dosen, seluruh staf administrasi, pihak perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah bersedia berpartisipasi dalam menyusun skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga laporan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak pembaca.

Yogyakarta, 3 Maret 2026



Pandu Aldinofa Wira Dharma

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
PRAKATA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR SKEMA	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II KAJIAN TEORI.....	19
A. Landasan Teori	19
1. Remaja.....	19

2. Tahap Tumbuh Kembang Remaja	20
3. Karakteristik Remaja.....	22
4. Perilaku Remaja.....	25
5. Anemia	28
B. Kerangka Teori.....	40
C. Kerangka Konsep.....	42
C. Pertanyaan Penelitian.....	42
D. Variabel Penelitian.....	43
1. Definisi Konseptual.....	43
2. Defenisi Operasional.....	44
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	46
A. Desain Penelitian	46
B. Waktu dan Tempat Penelitian	46
1. Populasi Penelitian.....	46
2. Sampel Penelitian.....	47
D. Alat Ukur Penelitian	49
1. Instrument Penelitian.....	49
2. Kisi – kisi umum dan khusus.....	50
E. Uji Validitas dan Reabilitas.....	51
1. Validitas.....	52
2. Reabilitas	55
F. Etika Penelitian.....	56
G. Prosedur Pengumpulan Data	59

H. Analisi Data	61
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	64
A. Hasil Penelitian	64
1. Karakteristik Responden	64
2. Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Mengonsumsi Pil Vitamin Zat Besi	65
B. Pembahasan	68
1. Karakteristik Remaja Putri	68
2. Frekuensi Konsumsi Pil Vitamin Zat Besi Remaja Putri	69
3. Kepatuhan, Kesadaran, dan Faktor Pendukung serta Penghambat Konsumsi Pil Vitamin Zat Besi Remaja Putri	71
C. Keterbatasan Penelitian	75
BAB V PENUTUP	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	85

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 2 Klasifikasi Anemia menurut kelompok umur.....	37
Tabel 3 Definisi Operasional Variabel.....	45
Tabel 4 Kisi – kisi umum.....	52
Tabel 5 Kisi – kisi khusus	52
Tabel 8 Uji Validitas Variabel Kontrol Perilaku (X1).....	53
Tabel 9 Uji Validitas Variabel Perasaan Sikap (X2)	54
Tabel 10 Uji Validitas Variabel Tindakan Perilaku (X3)	55
Tabel 6 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	65
Tabel 7 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas.....	66
Tabel 14 Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Mengonsumsi Pil Vitamin Zat Besi (n=53)	67

DAFTAR SKEMA

	Halaman
Skema 1 Kerangka Teori.....	40
Skema 2 Kerangka Konsep	41

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Pengajuan Topik	86
Lampiran 2 Studi Pendahuluan	87
Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian	88
Lampiran 4 Lembar Persetujuan (Informed Consent)	89
Lampiran 5 Kuesioner.....	90
Lampiran 6 Tabel Pengumpulan Data	93
Lampiran 7 Surat Layak Etik Penelitian	97
Lampiran 8 Tabel Pengumpulan Data	98
Lampiran 9 Output Analisa Distribusi Frekuensi Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Mengonsumsi Pil Vitamin Zat Besi	100
Lampiran 10 Jadwal Kegiatan.....	102