

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA NEGERI 154 JAKARTA**

SKRIPSI



Oleh :

DEVI RAMADHANI

194201516101

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA**

2024

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 154 JAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Jakarta



Oleh :

DEVI RAMADHANI

194201516101

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NASIONAL

JAKARTA

2024

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
NEGERI 154 JAKARTA

Oleh :

DEVI RAMADHANI

194201516101

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 12 Februari 2024

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

[Signature] *[Signature]*
Ns. Milla Evelianti S., S.Kep., M.KM. Ns. Intan Asri Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



[Signature]
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Dengan Anemia
Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154
Jakarta

Nama Mahasiswa : Devi Ramadhani

NPM : 194201516101



HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Dengan Anemia
Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri
154 Jakarta

Nama Mahasiswa : Devi Ramadhani

NPM : 194201516101

Penguji 1 : Ns. Naziyah, M.Kep.

Penguji 2 : Ns. Milla Evelianti Saputri., S. Kep., M.KM.

Penguji 3 : Ns. Intan Asri Nurani., M.Kep., Sp.Kep.Kom.



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Devi Ramadhani

NPM : 194201516101

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Dengan Anemia Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka

Jakarta, 28 Januari 2024


(Devi Ramadhani)

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Dengan Anemia Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta”

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya Ridha, dukungan, bantuan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan kerendahan hati dan rasa hormat yang besar penulis mengucapkan Alhamdulillahirobbilalamiin serta ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati., M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy J F Wowor., MM. M.Kep.
3. Ibu Ns. Milla Evellianti, S. Kep., M.KM. selaku pembimbing 1 yang telah banyak memberikan arahan dan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi sehingga penulis dapat selesai tepat waktu.
4. Ibu Ns. Intan Asri Nurani, Sp. Kep. Kom. selaku pembimbing 2 yang juga telah banyak memberikan arahan dan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi sehingga penulis dapat selesai tepat waktu.
5. Ibu Ns. Nita Sukanti, S. Kep., M. Kep. selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi penulis selama belajar di Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.
6. Kepala Puskesmas Kecamatan Pancoran yang telah memberikan kesempatan untuk penulis memperoleh data penelitian.
7. Kepala Puskesmas Kelurahan Pengadegan yang juga telah memberikan kesempatan penulis untuk memperoleh data penunjang penelitian
8. Kepala Sekolah SMPN 276 Jakarta yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan uji VR di sekolah tersebut
9. Kepala Sekolah SMPN 154 Jakarta yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut

10. Kepada Bapak alm. Ujang Sutarsa, skripsi ini penulis persembahkan kepada beliau yang belum sempat melihat penulis menempuh pendidikan sarjana. Alhamdulillah kini penulis sudah berada di tahap ini, menyelesaikan tugas akhir skripsi sederhana ini. Terima kasih untuk semua yang pernah engkau berikan. Perhatian, kasih sayang dan cinta paling besar untuk anak bungsumu ini. Engkaulah cinta pertama saya, terima kasih pak sudah pernah ikut andil dalam mengantarkan saya berada di tempat ini, walaupun pada akhirnya saya harus berjuang sendiri tanpa engkau temani lagi.
11. Kepada mamah, Ibu Nasidah, terima kasih sudah melahirkan, merawat dan membesarkan saya dengan penuh cinta, selalu berjuang untuk kehidupan saya, menjadi tulang punggung keluarga hingga penulis bisa tumbuh dewasa dan bisa berada di posisi saat ini. Semoga mamah sehat selalu karena mamah harus selalu ada di setiap perjalanan dan pencapaian hidup saya.
12. Kepada para abang penulis, Derajat Permadi, Hendri Sutrisna, S.H dan Dicky Darmawan yang telah banyak memberi nasihat dan secara tidak langsung sudah ikut andil selama proses perkuliahan ini.
13. Serta yang terakhir, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pemilik NPM 204201516080 saudara M Dani Sumarna yang telah banyak membantu dalam proses pembelajaran, proses pengembangan diri dan telah menjadi *support system* yang baik bagi penulis selama perkuliahan.

Akhir kata, penulis sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila terdapat kesalahan baik secara tehnik, format ataupun isi dari skripsi penulis. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 28 Januari 2024



(Devi Ramadhani)

ABSTRAK

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 154 JAKARTA

Devi Ramadhani, Milla Evelianti Saputri, Intan Asri Nurani

Latar Belakang : Anemia merupakan kondisi kurangnya sel darah merah dan mengakibatkan *oxigen-carrying capacity* tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh, sehingga menimbulkan dampak negatif pada pertumbuhan, perkembangan, kemampuan kognitif dan konsentrasi belajar, serta meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi. Angka kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia

Tujuan : Mengetahui hubungan pengetahuan dan pola makan remaja putri dengan anemia pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta.

Metodologi : Menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan sampel berjumlah 90 siswi kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta. Teknik pengambilan total *sampling* menggunakan uji *Chi Square* dengan instrumen penelitian kuesioner pengetahuan dan pola makan dengan anemia dan uji kadar Hb dengan menggunakan alat hemoglobin meter.

Hasil Penelitian : Sebagian besar siswi putri mengalami anemia sedang yaitu 35,6%, siswi dengan kadar Hb normal sebanyak 31,1%. Selain itu, sebagian besar siswi dengan pola makan tidak teratur sebanyak 75,6% serta pola makan teratur sebanyak 24,4%. Hasil analisis bivariat tidak ada hubungan pengetahuan dengan anemia remaja putri ($p\ value = 0,356$ dan ada hubungan pola makan dengan anemia remaja putri ($p\ value = 0,004$).

Kesimpulan : Ada hubungan antara pola makan pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 154 Jakarta

Saran : Penulis menyarankan agar pihak sekolah tetap memantau perkembangan kesehatan remaja putri dengan melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS), seperti menerapkan program GERMAS melalui gerakan membawa bekal ke sekolah, sehingga diharapkan dapat mengurangi prevalensi anemia di lingkungan sekolah.

Kata kunci : Anemia, Remaja Putri, Pengetahuan, Pola Makan

Kepustakaan : 32 Pustaka (2012-2023)

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND EATING PATTERN WITH ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SENIOR HIGH SCHOOL 154 JAKARTA

Devi Ramadhani, Milla Evelianti Saputri, Intan Asri Nurani

Background: Anemia is a condition where there is a lack of red blood cells and results in insufficient oxygen-carrying capacity to meet the body's physiological needs, thus causing a negative impact on growth, development, cognitive abilities and learning concentration, as well as increasing susceptibility to infectious diseases. The incidence of anemia in adolescent girls in Indonesia is 32%, meaning that 3-4 out of 10 adolescents suffer from anemia

Aim: To determine the relationship between knowledge and eating patterns of adolescent girls and anemia in adolescent girls at State Junior High School 154 Jakarta.

Methods: Using a cross sectional research design with a sample of 90 class VII female students at State Junior High School 154 Jakarta. The total sampling technique used the Chi Square test with the research instrument a questionnaire on knowledge and eating patterns with anemia and Hb level testing using a hemoglobin meter.

Results: Most female students experienced moderate anemia, namely 35.6%, female students with normal Hb levels were 31.1%. Apart from that, most of the female students with irregular eating patterns were 75.6% and 24.4% had regular eating patterns. The results of the bivariate analysis showed no relationship between knowledge and anemia in adolescent girls (p value = 0.356) and there was a relationship between diet and anemia in adolescent girls (p value = 0.004).

Conclusion: There is a relationship between the eating patterns of young women at State Junior High School 154 Jakarta

Recommendation: The author suggested that schools continue to monitor the development of adolescent girls' health through School Health Business (UKS), such as implementing the *GERMAS* program through the movement of bringing supplies to school, so that it is hoped that this can reduce the prevalence of anemia in the school environment.

Key words: Anemia, adolescent girl, knowledge, eating pattern

Bibliography: 32 references (2012-2023)

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penulisan.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penulisan.....	6
1.4.1 Bagi Siswi SMP Negeri 154 Jakarta	6
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian : SMP Negeri 154 Jakarta.....	7
1.4.3 Bagi Puskesmas Kecamatan Pancoran.....	7
1.4.4 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.....	7

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Anemia.....	8
2.1.1. Definisi	8
2.1.2. Jenis - jenis Anemia.....	9
2.1.3. Penyebab Anemia.....	12
2.1.4. Tanda dan Gejala Anemia	15
2.1.5. Dampak Anemia.....	16
2.1.6. Pencegahan dan Penanggulangan Anemia	17
2.2 Remaja	18
2.2.1. Pengertian Remaja.....	18
2.2.2. Klasifikasi Remaja	20
2.2.3. Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri	21
2.3 Konsep Dasar Pengetahuan	23
2.3.1 Definisi Pengetahuan.....	23
2.3.2 Faktor yang mempengaruhi pengetahuan	24
2.3.3 Pengukuran Pengetahuan	25
2.4 Kebutuhan Gizi Remaja.....	27
2.5 Pola Makan	30
2.6 Kerangka Teori.....	33
2.7 Kerangka Konsep.....	33
2.8 Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	35
3.2 Populasi.....	35
3.2.1 Populasi	35

3.2.2 Sampel.....	36
3.3 Lokasi Penelitian.....	36
3.4 Waktu Penelitian.....	36
3.5 Variabel Penelitian.....	36
3.6 Definisi Operasional Penelitian.....	37
3.7 Instrumen Penelitian.....	39
3.7.1 Pengetahuan.....	39
3.7.2 Pola makan remaja putri.....	40
3.7.3 Anemia.....	40
3.8 Uji Validitas dan Relibilitas.....	41
3.8.1 Uji Validitas.....	41
3.8.2 Uji Reliabilitas.....	41
3.9 Prosedur Pengumpulan Data.....	42
3.9.1 Data Primer.....	42
3.9.2 Data Sekunder.....	43
3.10 Analisis Data.....	44
3.10.1 Analisis <i>Univariate</i>	44
3.10.2 Analisis <i>Bivariate</i>	44
3.10.3 Tabulasi.....	45
3.11 Etika Penelitian.....	46
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Gambaran Umum.....	48
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	48
4.2 Hasil Penelitian.....	49
4.2.1 Analisis Univariat.....	49
4.2.2 Analisis Bivariat.....	51

4.3 Pembahasan	52
4.3.1 Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 154 Jakarta	53
4.3.2 Pola Makan Remaja Putri di SMP Negeri 154 Jakarta	54
4.3.3 Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 154 Jakarta	56
4.3.4 Hubungan Pengetahuan Dengan Anemia Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 154 Jakarta.....	58
4.3.5 Hubungan Pola Makan Dengan Anemia Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 154 Jakarta.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	62
5.2 Saran	62
5.2.1 Tempat Penelitian	62
5.2.2 Bagi siswi SMP Negeri 154 Jakarta.....	62
5.2.3 Bagi Puskesmas.....	63
5.2.4 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional	64
5.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	64
DAFTAR PUSTAKA	65

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
2.1 Klasifikasi Anemia Menurut Umur.....	9
3.1 Definisi Operasional.....	37
4.1 Karakteristik Usia Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 154 Jakarta Tahun 2024.....	53
4.2 Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 154 Jakarta Tahun 2024.....	53
4.3 Pola Makan Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 154 Jakarta Tahun 2024.....	54
4.4 Anemia Pada Remaja Putri kelas VII di SMP Negeri 154 Jakarta Tahun 2024.....	56
4.5 Hubungan Pengetahuan Remaja Putri kelas VII Dengan Anemia di SMP Negeri 154 Jakarta Tahun 2024.....	58
4.6 Hubungan Pola Makan Remaja Putri kelas VII Dengan Anemia di SMP Negeri 154 Jakarta Tahun 2024.....	59



DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 Kerangka Teori.....	33
2.2 Kerangka Konsep.....	33



DAFTAR SINGKATAN

WHO : *World Health Of Organization*

Kemenkes RI : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

RISKESDAS : Riset Kesehatan Dasar

Hb : Hemoglobin

PPAGB : Penanggulangan Anemia Gizi Zat Besi

KIE : Konseling Informasi dan Edukasi

AKG : Angka Kecukupan Gizi

IRMA : *Immunoradiometric Assay*

ELISA : *Enzyme Linked Immunosorbent Assay*

ASEAN : *Association of South East Asia Nations*

SMP : Sekolah Menengah Pertama

SMA : Sekolah Menengah Atas



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Konsultasi Skripsi (Pembimbing 1 dan 2)
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 : Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian
- Lampiran 4 : *Informed Consent*
- Lampiran 5 : Instrumen Penelitian
- Lampiran 6 : Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7 : Master Tabel
- Lampiran 8 : Hasil Output Analisa Data
- Lampiran 9 : Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 10 : Biodata Penulis

