



**HUBUNGAN POLA MAKAN, POLA ISTIRAHAT, DAN
STATUS SOSIAL EKONOMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI SMP NEGERI 2 TANGERANG
SELATAN**

SKRIPSI

PUTRI SHAKINA SAFIRA

2010714091

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2024**



**HUBUNGAN POLA MAKAN, POLA ISTIRAHAT, DAN
STATUS SOSIAL EKONOMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI SMP NEGERI 2 TANGERANG
SELATAN**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

PUTRI SHAKINA SAFIRA

2010714091

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Putri Shakina Safira

NRP : 2010714091

Tanggal : 25 Juni 2024

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 25 Juni 2024

Yang Menyatakan,



Putri Shakina Safira

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Shakina Safira
NRP : 2010714091
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Hubungan Pola Makan, Pola Istirahat, dan Status Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMP Negeri 2 Tangerang Selatan”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 25 Juni 2024

Yang menyatakan,



(Putri Shakina Safira)

PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :


Nama : Putri Shakina Safira


NIM : 2010714091

Program Studi : Gizi Program Sarjana

Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan, Pola Istirahat, dan Status Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMP Negeri 2 Tangerang Selatan

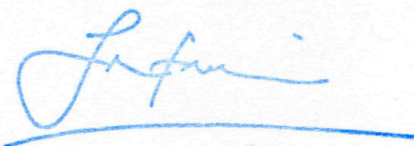
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.


Dr. Firlia Ayu, SKM, MKM
Ketua Penguji


Dr. dr. Yessi Crosita Octaria, MIH.
Penguji I (Pembimbing)



Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Seminar : 25 Juni 2024


Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom, MKM
Koordinator Prodi Gizi Program Sarjana

HUBUNGAN POLA MAKAN, POLA ISTIRAHAT, DAN STATUS SOSIAL EKONOMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMP NEGERI 2 TANGERANG SELATAN

Putri Shakina Safira

Abstrak

Salah satu masalah kesehatan yang sering ditemui pada remaja putri di Indonesia, adalah anemia defisiensi zat besi. Menurut Riskesdas 2018, sebanyak 35% remaja putri di Provinsi Banten mengalami anemia. Seiring pertumbuhannya, remaja putri mengalami perubahan gaya hidup, seperti pola makan dan pola istirahat yang dapat menyebabkan anemia. Di samping itu, faktor resiko lain penyebab anemia adalah status sosial ekonomi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan, pola istirahat, dan status sosial ekonomi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 2 Tangerang Selatan. Metode penelitian ini adalah *cross sectional* dengan jumlah sampel 106 siswi yang diperoleh menggunakan *stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk mengetahui status sosial ekonomi, FFQ untuk mengukur pola makan, dan PSQI untuk mengukur pola istirahat. Analisis data dilakukan dengan uji *spearman rank* untuk data kontinyu dan *chi-square* untuk data kategorikal. Hasil penelitian ini menemukan bahwa semakin tinggi konsumsi sumber Fe ($p\text{-value}= 0,001$) dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah ($p\text{-value}=0,000$) berhubungan signifikan dengan semakin tingginya kadar hemoglobin remaja putri di SMPN 2 Tangerang Selatan. Ditemukan pula hubungan signifikan antara pendidikan ibu ($p\text{-value}= 0,035$) dengan kejadian anemia remaja putri di SMPN 2 Tangerang Selatan. Diharapkan pihak sekolah mengadakan program dengan tujuan mencukupi kebutuhan sumber Fe dan meningkatkan kepatuhan tablet tambah darah pada remaja putri.

Kata kunci: Anemia, pola makan, pola istirahat, remaja putri, status sosial ekonomi

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERNS, REST PATTERNS, AND SOCIO-ECONOMIC STATUS WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN FEMALE ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 2 SOUTH TANGERANG

Putri Shakina Safira

Abstract

One of the health problems that is often encountered in young women in Indonesia is iron deficiency anemia. According to Riskesdas 2018, as many as 35% of young women in Banten experience anemia. As they grow, young women experience changes in lifestyle, such as diet and rest patterns, which can cause anemia. Apart from that, another risk factor that causes anemia is socio-economic status. This study aims to determine the relationship between eating patterns, rest patterns, and socio-economic status with the incidence of anemia in adolescent girls at SMPN 2 South Tangerang. This research method is cross sectional with a sample size of 106 female students obtained using stratified random sampling. Data collection was carried out using a questionnaire to determine socio-economic status, FFQ to measure eating patterns, and PSQI to measure rest patterns. Data analysis was carried out using the Spearman rank test for continuous data and chi-square for categorical data. The results of this study found that the higher consumption of Fe sources (p-value = 0.001) and compliance with the consumption of blood supplement tablets (p-value = 0.000) were significantly related to the higher hemoglobin levels of adolescent girls at SMPN 2 South Tangerang. A significant relationship was also found between maternal education (p-value= 0.035) and the incidence of anemia in adolescent girls at SMPN 2 South Tangerang. It is hoped that the school will hold a program with the aim of meeting the need for Fe sources and increasing compliance with blood supplement tablets among adolescents.

Keywords: Anemia, eating patterns, resting patterns, socio-economic status, female adolescents

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT. atas berkah dan karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah Hubungan Pola Makan, Pola Istirahat, dan Status Sosial Ekonomi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMP Negeri 2 Tangerang Selatan. Terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Dr. dr. Yessi Crosita Octaria, MIH. selaku dosen pembimbing dan Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom, MKM selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat.

Selain itu, kami mengucapkan terima kasih kepada orang tua, keluarga, teman-teman, kakak dan adik tingkat yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini. Penulis memohon maaf atas semua kesalahan dan kekurangan dalam proses pembuatan skripsi ini. Setiap kritik dan rekomendasi yang diberikan akan diterima dan bermanfaat untuk memperbaiki skripsi ini.

Jakarta, 25 Juni 2024
Penulis

Putri Shakina Safira

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	4
I.4 Manfaat.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Remaja Putri	7
II.2 Anemia.....	8
II.3 Pola Makan.....	11
II.4 Pola Istirahat	16
II.5 Status Sosial Ekonomi	19
II.6 Matriks Penelitian Dahulu	22
II.7 Kerangka Teori	26
II.8 Kerangka Konsep.....	26
II.9 Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	28
III.2 Desain Penelitian	28
III.3 Populasi dan Sampel	28
III.4 Pengumpulan Data	31
III.5 Etik Penelitian	33
III.6 Definisi Operasional	34
III.7 Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	38
IV.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	38
IV.2 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	39
IV.3 Analisis Univariat	40
IV.4 Analisis Bivariat.....	47
IV.5 Keterbatasan Penelitian.....	56

BAB V PENUTUP	59
V.1 Kesimpulan.....	59
V.2 Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Kadar Hemoglobin	11
Tabel 2	Matriks Penelitian Dahulu	22
Tabel 3	Jumlah Sampel	29
Tabel 4	Definisi Operasional	34
Tabel 5	Hasil Uji Validitas <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	39
Tabel 6	Hasil Uji Reliabilitas <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	40
Tabel 7	Gambaran Usia Responden.....	41
Tabel 8	Gambaran IMT Responden.....	41
Tabel 9	Gambaran Status Sosial Ekonomi.....	42
Tabel 10	Gambaran Kejadian Anemia.....	43
Tabel 11	Rata-Rata Kadar Hemoglobin.....	43
Tabel 12	Gambaran Pola Makan.....	44
Tabel 13	Rata-Rata Total FFQ.....	45
Tabel 14	Gambaran Pola Istirahat Responden.....	46
Tabel 15	Rata-Rata Total PSQI	46
Tabel 16	Hasil Uji Normalitas Data.....	48
Tabel 17	Analisis Hubungan Pola Makan dengan Kadar Hemoglobin	48
Tabel 18	Analisis Hubungan Pola Istirahat dengan Kadar Hemoglobin	52
Tabel 19	Tabulasi Silang Status Sosial Ekonomi dengan Kejadian Anemia.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	26
Gambar 2	Kerangka Konsep	26
Gambar 3	Prosedur Pengambilan Data	33
Gambar 4	Lokasi Penelitian	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Persetujuan Etik
Lampiran 2	Kartu Monitor Bimbingan Skripsi
Lampiran 3	Surat Izin Uji Validitas
Lampiran 4	Surat Izin Penelitian
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Sebelum Penelitian
Lampiran 6	Formulir Persetujuan Responden
Lampiran 7	Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 9	Output Uji SPSS
Lampiran 10	Surat Bebas Plagiarisme
Lampiran 11	Hasil Turnitin