



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 KOTA BOGOR**

SKRIPSI

ANANDA PUTRI PRATIWI

2110714020

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2025



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 KOTA BOGOR**

SKRIPSI

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

ANANDA PUTRI PRATIWI

2110714020

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA

2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ananda Putri Pratiwi

NRP : 2110714020

Tanggal : 4 Juli 2025

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

Jakarta, 4 Juli 2025

Yang menyatakan,



(Ananda Putri Pratiwi)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ananda Putri Pratiwi
NRP : 2110714020
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: “Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMAN 2 Kota Bogor”

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 Tugas Akhir 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 : 4 Juli 2025

Yang menyatakan,



(Ananda Putri Pratiwi)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Ananda Putri Pratiwi
NRP : 2110714020
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian
Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 2 Kota
Bogor

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



Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si.

Ketua Penguji



Desmawati, SKp., M.Kep., SP.Mat., PhD

DEKAN
Fakultas UPN “Veteran” Jakarta



Dr. Avliya Quratul Marjan, S.Gz, M.Si.

Penguji I (Pembimbing)



Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si.

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Uji : 4 Juli 2025

FAKTOR–FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 KOTA BOGOR

Ananda Putri Pratiwi

Abstrak

Anemia adalah salah satu masalah gizi yang paling umum terjadi pada remaja putri, yang disebabkan oleh peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Kondisi ini dapat terkena dampak dari berbagai faktor, seperti pola menstruasi, kualitas tidur, status gizi, serta asupan zat gizi mikro. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kualitas tidur, asupan zat besi dan vitamin B12, lingkaran lengan atas (LILA), status gizi (IMT/U), serta pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 2 Kota Bogor. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan jumlah sampel sebanyak 102 responden yang dipilih melalui purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 66,7% responden mengalami anemia. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (68,6%), LILA baik (57,3%), siklus menstruasi normal (77,5%), lama menstruasi normal (81,4%), kualitas tidur buruk (61,8%), serta asupan zat besi (66,7%) dan vitamin B12 (100%) yang kurang. Hasil analisis bivariat dengan uji chi-square menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi, LILA, kualitas tidur, pola menstruasi, serta asupan zat besi dan vitamin B12 dengan kejadian anemia ($p > 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada faktor yang diteliti dalam penelitian ini yang berhubungan signifikan dengan kejadian anemia.

Kata Kunci : anemia, kualitas tidur, pola menstruasi, remaja putri, status gizi

FACTORS INFLUENCING THE INCIDENCE OF ANEMIA IN FEMALE ADOLESCENTS AT SMAN 2 KOTA BOGOR

Ananda Putri Pratiwi

Abstract

Anemia is one of the most common nutritional problems in adolescent girls, caused by increased iron requirements during growth and menstruation. This condition can be affected by various factors, such as menstrual patterns, sleep quality, nutritional status, and micronutrient intake. This study aims to analyze the relationship between sleep quality, iron and vitamin B12 intake, upper arm circumference (LILA), nutritional status (IMT/U), and menstrual patterns with the incidence of anemia in adolescent girls at SMAN 2 Bogor City. This study used a cross-sectional design with a sample size of 102 respondents selected through purposive sampling. The results showed that 66.7% of respondents experienced anemia. Most of the respondents had normal nutritional status (68.6%), good LILA (57.3%), normal menstrual cycle (77.5%), normal menstrual duration (81.4%), poor sleep quality (61.8%), and deficient iron (66.7%) and vitamin B12 (100%) intake. The results of bivariate analysis with the chi-square test showed no significant relationship between nutritional status, LILA, sleep quality, menstrual patterns, and iron and vitamin B12 intake with the incidence of anemia ($p > 0.05$). Thus, it can be concluded that none of the factors studied in this study were significantly associated with the incidence of anemia.

Keywords : anemia, sleep quality, menstrual patterns, adolescent girls, nutritional status

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karuniaNya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Penelitian ini berjudul “Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Di SMAN 2 Kota Bogor” penelitian ini dilaksanakan dari Januari 2025. Penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada Ibu Dr. Avliya Quratul Marjan, S.Gz., M.Si., dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, bimbingan, saran, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ibu Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si., selaku Kepala Program Studi Gizi dan yang telah memberikan kritik dan saran yang sangat berguna serta dukungan selama penulisan skripsi ini.

Penulis juga berterima kasih kepada Bapak Eko Kusmantoro, Ibu Tarwanti, Muhammad Wahyu Rizqi Ramadhan serta seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan moral, material dan selalu memberikan semangat serta doa. Selain itu, tentunya penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada pihak SMAN 2 Kota Bogor yang telah bersedia memberi kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian, Terakhir, penulis mengucapkan terima kasih kepada Putri Qurrata Aini serta teman-teman seperjuangan lainnya yang telah menemani dan mendukung dalam penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan sangat mengharapkan kritik serta saran konstruktif untuk perbaikan di masa mendatang, baik bagi penulis maupun pembaca.

Jakarta, 4 Juli 2025

Penulis

Ananda Putri Pratiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Anemia.....	7
II.2 Remaja	14
II.3 Kualitas Tidur	16
II.4 Asupan Vitamin B12 dan Fe.....	20
II.5 Lingkar Lengan Atas (LILA).....	24
II.6 Status Gizi (IMT/U).....	25
II.7 Pola Menstruasi	26
II.8 Kerangka Teori	30
II.9 Kerangka Konsep.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	38
III.2 Desain Penelitian	38
III.3 Populasi dan Sampel.....	38
III.4 Pengumpulan Data.....	41
III.5 Etik Penelitian.....	43
III.6 Definisi Operasional	44
III.7 Analisis Data.....	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	50
IV.2 Analisis Univariat	51
IV.3 Analisis Bivariat.....	59
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	72

BAB V PENUTUP.....	73
V.1 Kesimpulan	73
V.2 Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	74
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Ambang Batas Kadar Hemoglobin Menurut WHO	8
Tabel 2	Klasifikasi Status Gizi Menurut Permenkes No 2 Tahun 2020	26
Tabel 3	Matriks Penelitian Terdahulu.....	32
Tabel 4	Besaran Minimal Sampel Pada Penelitian Terdahulu.....	39
Tabel 5	Definisi Operasional	44
Tabel 6	Sebaran Responden Berdasarkan Kejadian Anemia.....	51
Tabel 7	Sebaran Responden Berdasarkan Variabel	52
Tabel 8	Sebaran Responden Berdasarkan Variabel	54
Tabel 9	Hubungan Status Gizi (IMT/U) dengan Anemia	60
Tabel 10	Hubungan Lingkar Lengan Atas (LILA) dengan Anemia	62
Tabel 11	Hubungan Kualitas Tidur dengan Anemia	64
Tabel 12	Lama Menstruasi Tidur dengan Anemia.....	65
Tabel 13	Siklus Menstruasi Tidur dengan Anemia.....	67
Tabel 14	Hubungan Asupan Zat Besi dengan Anemia	69
Tabel 15	Hubungan Vitamin B12 dengan Anemia.....	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	30
Gambar 2	Kerangka Konsep.....	30
Gambar 3	Alur Prosedur Pengumpulan Data.....	42
Gambar 4	Lokasi Penelitian.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	Surat Persetujuan Etik
Lampiran 3	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 4	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 5	Formulir Persetujuan Subjek
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner
Lampiran 8	Hasil Analisis Statistik
Lampiran 9	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 11	Hasil Turnitin