



**MODEL PENGUKURAN LITERASI DAN INDEKS MUTU  
ASUPAN GIZI UNTUK MENCEGAH ANEMIA PADA  
REMAJA PUTRI DI SMAN 1 MAJALAYA KARAWANG  
JAWA BARAT TAHUN 2025**

**TESIS**

**WIDYA ANDINI**

**2410722003**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM MAGISTER  
2026**



**MODEL PENGUKURAN LITERASI DAN INDEKS MUTU  
ASUPAN GIZI UNTUK MENCEGAH ANEMIA PADA  
REMAJA PUTRI DI SMAN 1 MAJALAYA KARAWANG  
JAWA BARAT TAHUN 2025**

**TESIS**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Magister Kesehatan Masyarakat**

**WIDYA ANDINI**

**2410722003**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM MAGISTER  
2026**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Widya Andini

NIM : 2410722003

Tanggal : 17 Januari 2026

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

Jakarta, 17 Januari 2026

Yang Menyatakan,



Widya Andini

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai sivitas akademika Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Widya Andini  
NIM : 2410722003  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Magister

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas Tesis saya yang berjudul: “*Model Pengukuran Literasi Dan Indeks Mutu Asupan Gizi Untuk Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 1 Majalaya Karawang Jawa Barat Tahun 2025*”.

Dengan Bebas Royalti ini, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media atau formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta  
Pada Tanggal: 17 Januari 2026  
Yang Menyatakan



Widya Andini

## LEMBAR PENGESAHAN

Tesis diajukan oleh:

Nama : Widya Andini  
NIM : 2410722003  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Magister  
Judul : Model Pengukuran Literasi Dan Indeks Mutu Asupan Gizi Untuk Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Majalaya Karawang Jawa Barat Tahun 2025.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 17 Januari 2026


Penguji I (Ketua Penguji)

  
Dr. Yunita Anandani, S.K.M., M.Kes  
NIP. 197508192024062001


Penguji II

  
Dr. Lusya Puri Ardhiyanti, S.St., M.Kes  
NIP. 198801092022032004

Penguji III

  
apt. Riswandy Wasir, S.Farm., MPH., PhD  
NIP. 198801122022031002


Penguji IV

  
Dr. Apriningsih, S.K.M., M.K.M  
NIP. 197604102021212009



Mengetahui

Koordinator Program Studi  
Kesehatan Masyarakat Program Magister

  
Dr. Apriningsih, S.K.M., M.K.M  
NIP. 197604102021212009

# MODEL PENGUKURAN LITERASI DAN INDEKS MUTU ASUPAN GIZI UNTUK MENCEGAH ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 MAJALAYA KARAWANG JAWA BARAT TAHUN 2025

Widya Andini

## Abstrak

Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan yang berdampak luas. Penelitian ini bertujuan menyusun model pengukuran literasi gizi dan indeks mutu asupan gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Majalaya, Karawang. Metode yang digunakan adalah desain metode campuran dengan strategi penjelasan sekuensial. Penelitian kuantitatif meliputi pengukuran kadar hemoglobin POCT, BMI/Ag, kuesioner literasi gizi, pola konsumsi suplemen zat besi, dan FFQ, yang dianalisis menggunakan GSEM. Hasil menunjukkan bahwa literasi gizi rendah merupakan faktor risiko dominan anemia (OR = 12,78; 95% CI: 2,37–69,07;  $p = 0,003$ ) dan berpengaruh signifikan terhadap rendahnya indeks mutu asupan gizi (OR = 4,42; 95% CI: 1,35–14,43;  $p = 0,014$ ). Pendidikan ayah rendah meningkatkan risiko anemia (OR = 10,78; 95% CI: 1,72–67,77;  $p = 0,011$ ) dan mutu gizi rendah (OR = 8,60; 95% CI: 2,03–36,42;  $p = 0,003$ ). Pendapatan ayah di bawah UMR juga berpengaruh terhadap anemia (OR = 8,46; 95% CI: 1,51–47,35;  $p = 0,015$ ) dan indeks mutu gizi rendah (OR = 7,40; 95% CI: 1,78–30,75;  $p = 0,006$ ). Anemia remaja putri dipengaruhi kuat oleh literasi gizi dan determinan sosial ekonomi keluarga, sehingga diperlukan penguatan edukasi gizi berkelanjutan dengan dukungan keluarga dan sekolah sebagai strategi pencegahan utama.

**Kata kunci:** Anemia, Indeks Mutu Asupan Gizi, Pengukuran Literasi, Remaja Putri

# MODEL FOR MEASURING LITERACY AND NUTRITION QUALITY INDEX TO PREVENT ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SMAN 1 MAJALAYA KARAWANG, WEST JAVA IN 2025

Widya Andini

## Abstract

*Anemia in adolescents is a widespread health problem. This study aims to develop a model for measuring nutritional literacy and nutritional intake quality index in relation to the incidence of anemia in adolescent girls at SMAN 1 Majalaya, Karawang. The method used is a mixed-method design with a sequential explanatory strategy. The quantitative study included measurements of POCT hemoglobin levels, BMI/Age, nutrition literacy questionnaires, iron supplement consumption patterns, and FFQ, which were analyzed using GSEM. The results show that low nutritional literacy is a dominant risk factor for anemia (OR = 12.78; 95% CI: 2.37–69.07;  $p = 0.003$ ) and has a significant effect on low nutritional intake quality index (OR = 4.42; 95% CI: 1.35–14.43;  $p = 0.014$ ). Low father's education increased the risk of anemia (OR = 10.78; 95% CI: 1.72–67.77;  $p = 0.011$ ) and low nutritional quality (OR = 8.60; 95% CI: 2.03–36.42;  $p = 0.003$ ). Father's income below the minimum wage also affects anemia (OR = 8.46; 95% CI: 1.51–47.35;  $p = 0.015$ ) and low nutritional quality index (OR = 7.40; 95% CI: 1.78–30.75;  $p = 0.006$ ). Anemia in adolescent girls is strongly influenced by nutritional literacy and family socioeconomic determinants, thus requiring the strengthening of continuous nutrition education with the support of families and schools as the main prevention strategy.*

**Keywords:** *Adolescent Girls, Anemia, Literacy Measurement, Nutritional Intake Quality Index*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga tesis yang berjudul “**Model Pengukuran Literasi Dan Indeks Mutu Asupan Gizi Untuk Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Majalaya Karawang Jawa Barat Tahun 2025**” dapat diselesaikan dengan baik. Penelitian ini dilaksanakan sejak Agustus hingga September tahun 2025. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada Pihak SMAN 1 Majalaya yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian. Penulis juga menyampaikan ucapan terimakasih kepada ibu Dr. Apriningsih., SKM, MKM dan Bapak Apt. Riswandy Wasir, S.Farm, MPH, PhD selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan dan dukungan pada penulisan tesis ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih banyak kepada ibu Dr. Yunita Amraeni, S.K.M., M.Kes dan kepada Ibu Dr. Lusya Puri Ardhianti, S.St., M.Kes selaku dosen penguji yang telah memberikan saran perbaikan yang sangat berharga demi penyempurnaan tesis ini.

Penulis juga berterimakasih kepada hibah BIMA Kemendikbudrisitek atas pendanaan pada penelitian ini. Selanjutnya, penulis mengucapkan terima kasih setinggi-tingginya kepada kedua orang tua tercinta, yaitu mama saya Sri Yulia dan ayah saya Didit Wihara, S.Kom (Alm), adik saya Talita Zarha Ayudia yang senantiasa memberikan doa, dukungan, motivasi, serta semangat kepada penulis selama proses penyusunan tesis ini. Penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada suami tercinta Aba Chairul Ichsan yang sudah memberikan izin untuk melanjutkan Pendidikan serta sama-sama saling mendukung selama penelitian ini dan kedua anak saya teteh Zainab Rumaisha Husna dan Zahra Faizza Badzlin yang telah menjadi penyemangat selama studi ini. Selain itu, penulis juga menyampaikan terimakasih kepada sahabat-sahabat penulis, yaitu Dini, Tami, Firda, Vega, Ibu Nisma, Mba Fitri, Mas Fahmi, Ibu Ika dan Pak Agus yang telah memberikan motivasi, membantu dalam pengambilan data, dan penulisan tesis ini. Akhir kata, penulis menyadari bahwa tesis ini masih memiliki keterbatasan dan mengharapkan kritik serta saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang.

Jakarta, 17 Januari 2026

Penulis



Widya Andini

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	5
I.3 Tujuan Penelitian .....	6
I.4 Manfaat Penelitian .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
II.1 Remaja Putri .....	10
II.3 Literasi Gizi .....	18
II.4 Status gizi.....	21
II.5 Indeks Mutu Asupan Gizi.....	23
II.6 Suplemen Zat Besi.....	31
II.7. Penelitian yang Relevan.....	36
II.8 Kerangka Teori .....	41
BAB III METODE PENELITIAN .....	44
III.1 Kerangka Konsep .....	44
III.2 Hipotesis .....	45
III.3 Definisi Operasional.....	47
III.4 Desain Penelitian .....	50
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	50
III.6 Populasi dan Sampel .....	50
III.7 Pengumpulan Data.....	52
III.8 Prosedur Pengambilan Data .....	54
III.9 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	54
III.10 Analisis Data .....	57
III.11 Analisis Data Kualitatif .....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	60
IV.1 Gambaran Umum .....	60
IV.2 Hasil Kuantitatif .....	61
IV.3 Hasil Kualitatif .....	80

IV.5 Pembahasan.....	86
BAB V PENUTUP.....	122
V.1 Kesimpulan.....	122
V.2 Saran.....	123
DAFTAR PUSTAKA.....	126

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Batas Kadar Hemoglobin .....	11
Tabel 2	Klasifikasi Indeks Massa Tubuh/Usia .....	22
Tabel 3	Penelitian Terdahulu.....	36
Tabel 4	Tabel Definisi Operasional.....	47
Tabel 5	Perhitungan Besar Sampel Berdasarkan Variabel Terpilih .....	52
Tabel 6	Uji Validitas .....	55
Tabel 7	Uji Reliabilitas.....	56
Tabel 8	Kode Variabel .....	56
Tabel 9	Karakteristik Responden .....	61
Tabel 10	Uji Hubungan Antara Karakteristik Responden dengan Anemia .....	63
Tabel 11	Uji Hubungan Antara Karakteristik Responden.....	64
Tabel 12	Hasil Analisis GSEM Faktor yang Berhubungan dengan Anemia .....	67
Tabel 13	Hasil Analisis GSEM Faktor yang Berhubungan.....	78
Tabel 14	Karakteristik Informan .....	80
Tabel 15	Struktur Matriks Kualitatif .....	85

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Rumus IMT Berdasarkan BB dan TB .....	22
Gambar 2	Tumpeng Pedoman Gizi Seimbang .....	27
Gambar 3	Kerangka Teori Modifikasi Ekologi Sosial .....	43
Gambar 4	Kerangka Konsep .....	45
Gambar 5	Prosedur Pengumpulan Data .....	54
Gambar 6	Tampak Depan SMAN 1 Majalaya Karawang .....	60
Gambar 7	Hasil Analisis GSEM.....	66

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Time Schedule*
- Lampiran 2 Instrumen Penelitian
- Lampiran 3 Etik Penelitian
- Lampiran 4 Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 5 Analisis SEMPLS
- Lampiran 6 Hasil Wawancara
- Lampiran 7 *Timeline* Kegiatan Penelitian

## DAFTAR SINGKATAN

1. **BAZ** = *Body Mass Index for Age* (Indeks Massa Tubuh menurut Umur)
2. **BMI** = *Body Mass Index* (Indeks Massa Tubuh)
3. **CI** = *Confidence Interval* (Interval Kepercayaan)
4. **FFQ** = *Food Frequency Questionnaire* (Kuesioner Frekuensi Konsumsi Pangan)
5. **GSEM** = *Generalized Structural Equation Model* (Model Persamaan Struktural Terumumkan)
6. **Hb** = *Hemoglobin*
7. **IMT** = Indeks Massa Tubuh
8. **OR** = *Odds Ratio* (Rasio Peluang)
9. **POCT** = *Point of Care Testing* (Pemeriksaan Cepat di Tempat Pelayanan)
10. **SD** = *Standard Deviation* (Simpangan Baku)
11. **SMA/SMAN** = Sekolah Menengah Atas / Sekolah Menengah Atas Negeri
12. **WHO** = *World Health Organization* (Organisasi Kesehatan Dunia)