



**HUBUNGAN STATUS GIZI, KONSUMSI KAFEIN,
KONSUMSI SUMBER FE, ENHANCER FE, DAN
KEPATUHAN KONSUMSI TTD KEJADIAN ANEMIA PADA
SISWI SMAN 13 KOTA DEPOK**

SKRIPSI

ASHYLA ARIANA

2210714036

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2026**



**HUBUNGAN STATUS GIZI, KONSUMSI KAFEIN,
KONSUMSI SUMBER FE, ENHANCER FE, DAN
KEPATUHAN KONSUMSI TTD KEJADIAN ANEMIA PADA
SISWI SMAN 13 KOTA DEPOK**

SKRIPSI

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

ASHYLA ARIANA

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

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Ashyla Ariana

NRP : 2210714036

Tanggal : 29 Juni 2026

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

Jakarta, 29 Juni 2026

Yang menyatakan,



(Ashyla Ariana)

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan skripsi ini, saya menggunakan teknologi Kecerdasan Buatan (AI) dengan platform Claude dan ChatGPT yang bertujuan untuk pemeriksaan ejaan, *brainstorming*, dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan orisinalitas, dan integritas seluruh isi skripsi ini.

Nama : Ashyla Ariana

NIM : 2210714036

Tanggal : 29 Juni 2026

Jakarta, 29 Juni 2026

Yang Menyatakan

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, overlapping loops and a long horizontal stroke at the bottom.

Ashyla Ariana

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ashyla Ariana

NRP : 2210714036

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : S1 Gizi

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:

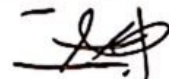
Hubungan Status Gizi, Konsumsi Kafein, Konsumsi Fe, Enhancer Fe, dan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia pada Siswi SMAN 13 Kota Depok

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 : 29 Juni 2026

Yang menyatakan,



(Ashyla Ariana)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Ashyla Ariana
NIM : 2210714036
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : “Hubungan Status Gizi, Konsumsi Kafein, Konsumsi Sumber Fe, Enhancer Fe, dan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia pada Siswi SMAN 13 Kota Depok”

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.

Penguji I (Ketua Penguji)

Dr. dr. Yessi Grosita Octaria, MIH.
NIP. 198010182025212020

Penguji II

Sintha Fransiske Simanungkal, S.Gz, MKM
NIP. 199101152025062002

Penguji III

Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., M.K.M.
NIP. 198410202021212005

Mengetahui

Dekan FIKES UPN “Veteran” Jakarta

Dr. Sri Yuni, SST, FT, M, M.Si
NIP. 197406102021212005

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana

Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si.
NIP. 199109042019032017

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian: 29 Juni 2026

HUBUNGAN STATUS GIZI, KONSUMSI KAFEIN, KONSUMSI SUMBER FE, ENHANCER FE, DAN KEPATUHAN KONSUMSI TTD DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMAN 13 KOTA DEPOK

Ashyla Ariana

Abstrak

Pada tahun 2023, survei Profil Kesehatan Kota Depok melaporkan prevalensi anemia sebesar 36,34% di kalangan remaja putri berdasarkan skrining hemoglobin (Hb) terhadap 26.178 siswi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi (IMT/U dan LiLA), konsumsi kafein, konsumsi sumber Fe, konsumsi *enhancer* Fe, dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada siswi SMAN 13 Kota Depok. Desain penelitian yaitu studi *cross-sectional* dengan teknik *stratified random sampling* pada 90 siswi kelas 10 dan 11. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa hanya konsumsi sumber Fe yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia ($p = 0,001$), sedangkan status gizi IMT/U ($p = 0,078$), LiLA ($p = 0,261$), konsumsi kafein ($p = 0,200$), konsumsi *enhancer* Fe ($p = 0,076$), dan kepatuhan konsumsi TTD ($p = 0,658$) tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik.

Kata Kunci : Anemia, Status Gizi, Konsumsi Kafein, Kepatuhan Konsumsi TTD, Remaja Putri.

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS, CAFFEINE INTAKE, DIETARY IRON SOURCES, IRON ENHANCERS, AND IRON TABLET COMPLIANCE WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA AMONG FEMALE STUDENTS OF SMAN 13 DEPOK CITY

Ashyla Ariana

Abstract

In 2023, the Depok City Health Profile survey reported a prevalence of anemia of 36.34 per cent among adolescent girls, based on haemoglobin (Hb) screening of 26,178 schoolgirls. This study was conducted to analyze the relations among nutritional status (BMI-for-age and mid-upper arm circumference), caffeine intake, consumption of iron-rich foods, consumption of iron supplements, and adherence to iron-fortified tablet intake with incidence of anemia among female students at State Senior High School 13, Depok City. The study design was a cross-sectional study using stratified random sampling among 90 female students in Years 10 and 11. Bivariate analysis results showed that only the consumption of iron-rich foods was significantly associated with the prevalence of anemia ($p = 0.001$), whilst nutritional status (BMI-for-age) ($p = 0.078$), LiLA ($p = 0.261$), caffeine intake ($p = 0.200$), iron enhancer intake ($p = 0.076$) and adherence to TTD intake ($p = 0.658$) did not show a statistically significant association.

Keywords: Anemia, Nutritional Status, Caffeine Consumption, Iron Supplement Compliance, Adolescent Girls.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Januari 2026 ini adalah Hubungan Status Gizi, Konsumsi Kafein, Konsumsi Fe, Enhancer Fe dan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia pada Siswi SMAN 13 Kota Depok. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom., M.K.M., selaku dosen pembimbing skripsi, yang telah meluangkan waktu, tenaga, arahan, motivasi dan bimbingan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini; Ibu Dr. dr. Yessi Crosita Octaria, MIH., dan Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM. Selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan saran dan masukan untuk perbaikan skripsi ini; kepala sekolah dan sivitas akademika SMAN 13 Kota Depok yang telah memberi izin dan turut berpartisipasi dalam penelitian ini; orang tua penulis, Arief Budiman dan Diana Darwis, yang senantiasa memberikan doa, dan dukungan moral dan material yang tiada hentinya; Teman-teman perkuliahan penulis, yaitu Athira, Manda, Aaliyah, Farah, Haula, Naya, dan Zharifa, yang selalu menemani penulis dari semester 1 sampai penulisan skripsi, yang selalu memberikan semangat dan bantuan selama penulis menyusun skripsi. Selanjutnya, teman SMP dan SMA penulis, yaitu Angelica, Azzahra, Puti, Nadia, Qotrun, dan Vassel, yang selalu memberikan dukungan selama pengerjaan skripsi ini; Ashyla Ariana, selaku penulis, yang telah berjuang keras, bertahan di tengah segala rintangan dan keraguan, serta tidak pernah menyerah meski proses ini terasa berat.

Jakarta, 29 Juni 2026

Penulis



Ashyla Ariana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
I.1 Latar Belakang Masalah.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	5
I.4 Manfaat Penelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Remaja.....	7
II.2 Anemia.....	9
II.3 Status Gizi.....	11
II.4 Kafein.....	13
II.5 Sumber Fe.....	18
II.6 Tablet Tambah Darah (TTD).....	19
II.7 Metode Semi-Quantitative FFQ.....	20
II.8 Matriks Penelitian Terdahulu.....	22
II.9 Kerangka Teori.....	28
II.10 Kerangka Konsep.....	28
II.11 Hipotesis penelitian.....	29
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 30
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
III.2 Desain Penelitian.....	30
III.3 Populasi dan Sampel.....	30
III.4 Pengumpulan Data.....	33
III.5 Etik Penelitian.....	34
III.6 Definisi Operasional.....	35
III.7 Analisis Data.....	38
 BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 40
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	40
IV.2 Analisis Univariat.....	41
IV.3 Hasil Analisis Uji Bivariat.....	50
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	58

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

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Kadar Hemoglobin	11
Tabel 2	Klasifikasi Status Gizi.....	12
Tabel 3	Klasifikasi LiLA	12
Tabel 4	Kandungan Kafein Cokelat.....	14
Tabel 5	Kandungan Kafein Cokelat.....	16
Tabel 6	Kandungan Kafein Soda.....	16
Tabel 7	Matriks Peneliti Terdahulu	22
Tabel 8	Perbandingan Perhitungan Sampel	31
Tabel 9	Perhitungan Sampel	32
Tabel 10	Definisi Operasional	35
Tabel 11	Univariat Anemia.....	41
Tabel 12	Univariat Karakteristik Responden.....	42
Tabel 13	Univariat Status Gizi.....	43
Tabel 14	Univariat LiLA.....	44
Tabel 15	Univariat Konsumsi Kafein	45
Tabel 16	Univariat Konsumsi Fe.....	46
Tabel 17	Univariat Konsumsi Enhancer Fe.....	47
Tabel 18	Univariat Kepatuhan Konsumsi TTD.....	49
Tabel 19	Bivariat Status Gizi dan Anemia.....	50
Tabel 20	Bivariat LiLA dan Anemia	52
Tabel 21	Bivariat Konsumsi Kafein dan Anemia.....	53
Tabel 22	Bivariat Konsumsi Fe dan Anemia.....	54
Tabel 23	Bivariat Enhancer dan Anemia	55
Tabel 24	Bivariat Kepatuhan TTD dan Anemia.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Remaja Putri.....	8
Gambar 2	EasyTouch GcHb.....	10
Gambar 3	Kopi.....	13
Gambar 4	Teh.....	14
Gambar 5	Cokelat.....	15
Gambar 6	Soda.....	16
Gambar 7	Sumber heme.....	18
Gambar 8	Sumber enhancer Fe.....	18
Gambar 9	SMAN 13 Depok.....	40
Gambar 10	Lokasi Penelitian.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan Izin Penelitian Studi Pendahuluan
Lampiran 2	Permohonan Izin Penelitian
Lampiran 3	Surat Etik Penelitian
Lampiran 4	Surat Keterangan SMAN 13 Depok
Lampiran 5	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 6	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 7	Informed Consent
Lampiran 8	Kuisisioner Penelitian
Lampiran 9	Hasil Uji Validitas
Lampiran 10	Hasil Uji Univariat
Lampiran 11	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 12	Dokumentasi
Lampiran 13	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 14	Hasil Turnitin