



**DETERMINAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI USIA 13–17
TAHUN DI DEPOK TAHUN 2026**

SKRIPSI

SALAMAH NURAFNI

2210714081

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



**DETERMINAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI USIA 13–17
TAHUN DI DEPOK TAHUN 2026**

SKRIPSI

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

SALAMAH NURAFNI

2210714081

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

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Salamah Nurafni

NIM : 2210714081

Tanggal : 20 Juli 2026

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

Jakarta, 20 Juli 2026

Yang Menyatakan,



(Salamah Nurafni)

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan skripsi ini, saya menggunakan teknologi Kecerdasan Buatan (AI) dengan platform ChatGPT dan Claude.ai untuk tujuan pemeriksaan dan perbaikan tata bahasa dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan, orisinalitas, dan integritas seluruh isi skripsi ini.

Nama : Salamah Nurafni
NIM : 2210714081
Tanggal : 20 Juli 2026

Jakarta, 20 Juli 2026

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Salamah Nurafni', with a small flourish at the end.

(Salamah Nurafni)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Salamah Nurafni
NIM : 2210714081
Fakultas : 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: ***“Determinan Anemia Pada Remaja Putri Usia 13–17 Tahun di Depok Tahun 2026”***.

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 : 20 Juli 2026

Yang menyatakan,



(Salamah Nurafni)

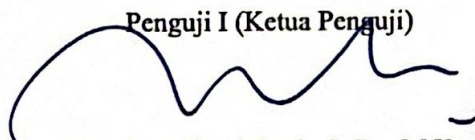
PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Salamah Nurafni
NIM : 2210714081
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul : Determinan Anemia Pada Remaja Putri Usia 13–17 Tahun di Depok tahun 2026

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.

Penguji I (Ketua Penguji)


Muh. Nur Hasan Syah, S.Gz., M.Kes
NIP. 198808162019031012

Penguji II


Dr. Nur Intania Soflanita, S.I.Kom., MKM
NIP. 198410202021212005

Penguji III (Pembimbing)


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

Mengetahui

Koordinator Program Studi Gizi
Program Sarjana


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



DETERMINAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI USIA 13–17 TAHUN DI DEPOK TAHUN 2026

Salamah Nurafni

Abstrak

Anemia di kalangan remaja putri masih merupakan isu kesehatan warga karena dapat menurunkan fokus pembelajaran, produktivitas, daya tahan tubuh, serta mempengaruhi kesehatan reproduksi di zaman depan. Penelitian ini bertujuan menganalisis determinan penyebab anemia pada remaja putri umur 13-17 tahun di Depok. Peneliti menerapkan rancangan *cross-sectional* terhadap 209 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data diperoleh melalui pemeriksaan kadar hemoglobin, kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), *Dietary Diversity Score* (DDS), *Morisky Medication Adherence Scale* (MMAS-8), serta *food recall 2×24 jam*, kemudian dianalisis secara univariat, bivariat (Chi-Square), dan multivariat. Hasil menunjukkan prevalensi anemia sebesar 37,3%. Pada analisis bivariat, keanekaragaman pangan ($p<0,001$) dan kepatuhan minum TTD ($p=0,001$) berkesinambungan signifikan terhadap anemia, sedangkan kualitas tidur ($p=0,476$), konsumsi *enhancer* zat besi ($p=0,153$), dan konsumsi *inhibitor* zat besi ($p=0,657$) tidak berkesinambungan signifikan. Analisis multivariat mengonfirmasi kedua variabel itu tetap signifikan setelah dikontrol bersama, berdasarkan nilai OR (Exp(B)), kepatuhan minum TTD sebagai determinan paling dominan terhadap kejadian anemia (OR=9,192; $p=0,004$), diikuti keanekaragaman pangan (OR=3,645; $p=0,001$), sementara konsumsi *enhancer* zat besi terbukti bukan variabel perancu. Disimpulkan bahwa kepatuhan TTD merupakan determinan utama anemia di kalangan remaja putri di Depok tahun 2026.

Kata kunci: Anemia, Remaja Putri, Keanekaragaman Pangan, Tablet Tambah Darah, dan Zat Besi.

DETERMINANTS OF ANEMIA AMONG ADOLESCENT GIRLS AGED 13–17 YEARS IN DEPOK, 2026

Salamah Nurafni

Abstract

Anemia among adolescent girls remains a major public health problem because it may reduce learning concentration, productivity, immune function, and reproductive health in later life. The research utilized an analytical observational design with a cross-sectional method involving 209 adolescent girls chosen through purposive sampling. Data were collected through hemoglobin measurement, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), Dietary Diversity Score (DDS), Morisky Medication Adherence Scale (MMAS-8), and 2×24-hour food recalls. Data were examined through univariate and bivariate analyses employing the Chi-Square test, and multivariate analysis utilizing multiple logistic regression. The results showed an anemia prevalence of 37.3%. Dietary diversity ($p<0.001$) and adherence to iron supplementation ($p=0.001$) were significantly associated with anemia, whereas sleep quality ($p=0.476$), iron enhancer intake ($p=0.153$), and iron inhibitor intake ($p=0.657$) were not. Multivariate analysis confirmed that dietary diversity and adherence to iron supplementation remain strongly associated with anemia. Adherence to iron supplementation was the most dominant determinant ($OR=9.192$; $p=0.004$), followed by dietary diversity ($OR=3.645$; $p=0.001$), while iron enhancer consumption was not a confounding variable. In conclusion, adherence to iron supplementation were associated with anemia among adolescent girls in Depok in 2026.

Keywords: Anemia, Adolescent Girls, Dietary Diversity, Iron Supplementation, and Iron.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Determinan Anemia pada Remaja Putri Usia 13–17 Tahun di Depok Tahun 2026" dengan baik.

Terima kasih penulis ucapkan kepada kedua orang tua serta seluruh keluarga yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, motivasi, dan dukungan baik secara moral maupun material kepada penulis.

Di samping itu, ucapan terima kasih disampaikan kepada Ibu Sintha selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi kepada penulis. Serta Ibu/Bapak selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran dan masukan agar skripsi ini menjadi lebih baik.

Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman–teman kuliah, maupun diluar kuliah, yang telah hadir membantu dalam pengambilan data skripsi ini sehingga penyusunan skripsi dapat terselesaikan dengan baik.

Terakhir penulis ucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, serta seluruh siswi di lokasi penelitian yang telah memberikan izin, bantuan dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Serta berterima kasih pada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan belum sempurna. Namun, penulis mengharapkan dapat memberikan manfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang gizi maupun sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya.

Depok, 16 Juli 2026



Salamah Nurafni

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	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	1
I.2 Rumusan Masalah	6
I.3 Tujuan Penelitian.....	7
I.4 Manfaat Penelitian.....	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 9
II.1 Remaja Putri.....	9
II.2 Anemia.....	9
II.3 Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia.....	16
II.4 Matrix Penelitian Terdahulu.....	23
II.5 Kerangka Teori.....	32
II.6 Kerangka Konsep	33
II.7 Hipotesis Penelitian	33
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 34
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	34
III.2 Desain Penelitian	34
III.3 Populasi dan Sampel.....	34
III.4 Pengumpulan Data	36
III.5 Etik Penelitian	41
III.6 Definisi Operasional	42
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 46
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
IV.2 Hasil Analisis Univariat.....	48
IV.3 Hasil Analisis Bivariat	57
IV.4 Hasil Analisis Multivariat	70
IV.5 Keterbatasan Penelitian.....	73

BAB V PENUTUP.....	75
V.1 Kesimpulan.....	75
V.2 Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	77
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Kadar Hemoglobin menurut WHO 2024.....	10
Tabel 2	Klasifikasi Kadar Serum Ferritin WHO 2020.....	11
Tabel 3	Kebutuhan Zat Besi Pada Remaja Putri Menurut AKG 2019	12
Tabel 4	Kategori Konsumsi <i>Enhancer</i> Zat Besi	21
Tabel 5	Kategori Konsumsi Inhibitor Zat Besi	21
Tabel 6	Matrix Penelitian Terdahulu	23
Tabel 7	Perhitungan Sampel	35
Tabel 8	Distribusi Sampel.....	36
Tabel 9	Definisi Operasional	42
Tabel 10	Kejadian Anemia.....	48
Tabel 11	Kualitas Tidur	49
Tabel 12	Keberagaman Pangan.....	50
Tabel 13	Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	51
Tabel 14	Konsumsi <i>Enhancer</i> Zat Besi	52
Tabel 15	Konsumsi Inhibitor Zat Besi	53
Tabel 16	Kecukupan Zat Besi Harian	54
Tabel 17	Kecukupan Vitamin C Harian.....	55
Tabel 18	Hubungan Kualitas Tidur dengan Anemia	57
Tabel 19	Hubungan Keberagaman Pangan dengan Anemia.....	60
Tabel 20	Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Anemia	61
Tabel 21	Hubungan Konsumsi <i>Enhancer</i> Zat Besi dengan Anemia.....	63
Tabel 22	Hubungan Asupan Inhibitor Zat Besi dengan Anemia	65
Tabel 23	Hubungan Kecukupan Zat Besi dengan Anemia	68
Tabel 24	Hasil Uji <i>Change-in-Estimate</i> Variabel <i>Enhancer</i> Zat Besi.....	71
Tabel 25	Hasil Analisis Regresi Logistik Berganda	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Struktur Kimia Fe dalam <i>Heme</i>	12
Gambar 2	Tablet Tambah Darah.....	19
Gambar 3	Sumber <i>Enhancer</i> Fe	22
Gambar 4	Inhibitor Fe	22
Gambar 5	Kerangka Teori.....	32
Gambar 6	Kerangka Konsep	33
Gambar 7	Prosedur Pengambilan Data	39
Gambar 8	Gedung SMAN 6 Depok	46
Gambar 9	Gedung SMAN 9 Depok	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Etik Penelitian
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 3	Lembar Persetujuan Penelitian
Lampiran 4	Lembar Informed Consent
Lampiran 5	Kuesioner Penelitian
Lampiran 6	Hasil Olah Data Statistik
Lampiran 7	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 8	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 9	Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 10	Hasil Turnitin