



**KETERKAITAN ASUPAN MAKANAN DAN KEJADIAN ANEMIA DENGAN
PRESTASI BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 157 CIPAYUNG,
JAKARTA TIMUR**

SKRIPSI

WIDYAWATI ESTI UTAMI

1210714073

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI

2016



**KETERKAITAN ASUPAN MAKANAN DAN KEJADIAN ANEMIA DENGAN
PRESTASI BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 157 CIPAYUNG,
JAKARTA TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Gizi

WIDYAWATI ESTI UTAMI

1210714073

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**

PERNYATAAN ORSINALITAS

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

Nama : Widyawati Esti Utami

NRP : 1210714073

Tanggal : 22 Juni 2016

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

Depok, 22 Juni 2016

Yang Menyatakan,



(Widyawati Esti Utami)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai cewitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Widyawati Esti Utami
NRP : 1210714073
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu 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 ulmiah saya yang berjudul :

“Keterkaitan Asupan Makanan dan Kejadian Anemia dengan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur”.

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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebelumnya.

Dibuat di : Depok

Pada Tanggal : 22 Juni 2016

Yang menyatakan,



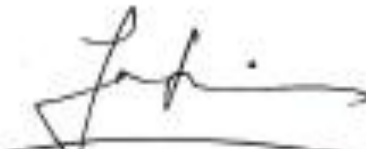
Widyawati Esti Utami

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Widyawati Esti Utami
NRP : 1210714073
Program Studi : SI Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Keterkaitan Asupan Makanan dan Kejadian Anemia dengan
Prestasi Belajar Pada Remaja Putri di SMPN 157
Cipayung, Jakarta Timur Tahun 2016

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


Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM
Penguji I


Firlia Ayu Arini, SKM, MKM
Penguji II (Pembimbing)


Desak Nyoman Smiti, S.Kp., MARS
Dekan


Ikha Deviyanti P., S.Gz., RD., MKM
Ka. Prodi

Ditetapkan : Depok

Tanggal Ujian : 22 Juni 2016

KETERKAITAN ASUPAN MAKANAN DAN KEJADIAN ANEMIA DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 157 CIPAYUNG, JAKARTA TIMUR

Widyawati Esti Utami

Abstrak

Anemia defisiensi besi pada remaja putri merupakan salah satu indikator dari keadaan gizi dan kesehatan yang buruk. Hal ini disebabkan karena adanya menstruasi setiap bulan, membatasi asupan makanan, dan aktifitas yang tinggi. Anemia defisiensi besi dapat mengakibatkan menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah lelah, aktifitas fisik menurun, mudah sakit akibatnya jarang masuk sekolah sehingga prestasi belajar akan menurun. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara asupan zat besi, asupan vitamin C dan kejadian anemia dengan prestasi belajar pada remaja putri kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur. Penelitian ini dilakukan dengan desain studi *cross sectional* dan dilakukan pada 156 remaja putri. Cara pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara asupan zat besi dengan prestasi belajar ($p=0.001$), tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan vitamin C dengan prestasi belajar ($p=0.383$), dan terdapat hubungan yang bermakna antara kejadian anemia dengan prestasi belajar ($p=0.000$). Untuk meningkatkan prestasi belajar remaja putri, disarankan pihak sekolah perlunya komunikasi, informasi, edukasi (KIE) atau penyuluhan gizi mengingatkan remaja putri dalam menjaga kadar hemoglobin darah dengan cara tidak membatasi asupan makanan dan selalu memperhatikan asupan makanan agar terpenuhi setiap harinya.

Kata Kunci : Asupan Makanan, Kejadian Anemia, Prestasi Belajar

THE CORRELATION OF FOOD INTAKE AND INCIDENT ANAEMIA WITH ACADEMIC ACHIEVEMENT IN ADOLESCENT GIRLS AT SMPN 157 CIPAYUNG, EAST JAKARTA

Widyawati Esti Utami

Abstract

Iron deficiency anaemia in adolescent girls is one indicator of nutritional status and poor health. This is because of menstruation every month, limitation of the food intake and high activity. Iron deficiency anaemia can lead to decline immunity, decline physical activity, as a result, they couldn't attend school, and decline their academic achievement. The purpose of this study was to determine the correlation between intake of iron, intake of vitamin C and incident anaemia with academic achievement in adolescent girls in class VIII SMPN 157 Cipayung, East Jakarta. The research used *cross sectional* method with 156 samples consists of adolescent girls by *purposive sampling*. Statistical analysis using the test *Chi-Square* showed that there were significant correlation between iron intake with academic achievement ($p=0.001$), there were not significant correlation between vitamin C intake with academic achievement ($p=0.383$), and there were significant correlation between incident anaemia with academic achievement ($p=0.000$). To improve their academic achievement of adolescent girls, suggested the school the need for communication, information, education (KIE) or counseling nutrition remind adolescent girls in maintaining hemoglobin blood levels by not restricting food intake and always pay attention to the food intake in order fulfilled every day.

Keywords: Food Intake, Incident Anaemia, Academic Achievement

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur Penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan karunia yang telah dilimpahkan-Nya, sehingga Penulis dapat menyelesaikan Skripsi penelitian dengan judul ***“Keterkaitan Asupan Makanan dan Kejadian Anemia dengan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur”***

Di samping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kedua Orang Tua penulis, Bapak dan Ibu serta Mas Seno atas kasih sayang, doa, dan support yang tiada henti selalu diberikan kepada penulis. Penulis juga sampaikan terimakasih kepada:

- 1) Ibu Desak Nyoman Sithi, S.Kp, Mars, selaku Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
- 2) Ibu Firlia Ayu Arini, SKM, MKM, selaku Pembimbing Skripsi yang dengan tulus memberikan bimbingan dan arahan, pengetahuan, dan saran yang sangat bermanfaat kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.
- 3) Bapak Drs. Humisar Sihite, MM. selaku Kepala Sekolah SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.
- 4) Sahabat dan Rekan Gizi 2012 terima kasih untuk 4 tahun bersama, suka dan duka semua terjadi selama perkuliahan. semoga sukses untuk selanjutnya.

Depok, 22 Juni 2016

Penulis

Widyawati Esti Utami

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACK	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	5
I.4 Manfaat Penelitian	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Remaja	7
II.2 Anemia Defisiensi Besi	8
II.3 Hemoglobin	11
II.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia	13
II.5 Prestasi Belajar	23
II.6 Kerangka Teori Penelitian.....	29
 BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	 30
III.1 Kerangka Konsep	30
III.2 Hipotesis Penelitian.....	31
III.3 Definisi Operasional	31
 BAB IV METODE PENELITIAN	 34
IV.1 Desain Penelitian	34
IV.2 Populasi dan Sampel	34
IV.3 Tempat dan Waktu Penelitian	37
IV.4 Etika Penelitian	37
IV.5 Teknik Pengumpulan Data	39
IV.6 Instrumen Penelitian	42
IV.7 Teknik Pengolahan Data	42
IV.8 Analisis Data.....	43
 BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 47
V.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	47
V.2 Hasil dan Pembahasan Data Univariat	48

V.3 Hasil dan Pembahasan Data Bivariat	57
V.4 Keterbatasan Penelitian	65
 BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	67
VI.1 Kesimpulan	67
VI.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	70
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Ambang Batas Kadar Hemoglobin untuk Menilai Anemia (g/dl)	8
Tabel 2	Definisi Operasional	32
Tabel 3	Definisi Operasional	33
Tabel 4	Jumlah Seluruh Remaja Putri Kelas VIII.....	36
Tabel 5	Pembagian Ruang dan Fasilitas di SMPN 157 Cipayung	47
Tabel 6	Rincian Jumlah Siswa Tiap Kelas	48
Tabel 7	Rincian Pendidikan Terakhir dan Status PNS dan Staf Karyawan...	48
Tabel 8	Distribusi Karakteristik Remaja Putri Berdasarkan Usia Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	49
Tabel 9	Deskriptif Statistik Konsumsi Teh dan Kopi Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	49
Tabel 10	Data Konsumsi Teh dan Kopi Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	50
Tabel 11	Distribusi Asupan Zat Besi Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur	51
Tabel 12	Distribusi Asupan Vitamin C Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur	52
Tabel 13	Deskriptif Statistik Kadar Hemoglobin Secara Keseluruhan Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	53
Tabel 14	Distribusi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	53
Tabel 15	Distribusi Nilai Empat Mata Pelajaran Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur	55
Tabel 16	Distribusi Kategori Prestasi Belajar Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur	55
Tabel 17	Distribusi Remaja Putri Menurut Asupan Zat Besi dengan Prestasi Belajar Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	58
Tabel 18	Distribusi Remaja Putri Menurut Asupan Vitamin C dengan Prestasi Belajar Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	61
Tabel 19	Distribusi Remaja Putri Menurut Kejadian Anemia dengan Prestasi Belajar Kelas VIII di SMPN 157 Cipayung, Jakarta Timur.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori Penelitian.....	29
Gambar 2	Kerangka Konsep Penelitian	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 2	Surat Etika Clearance
Lampiran 3	Surat Keterangan Penelitian
Lampiran 4	Kuesioner