



**GAMBARAN IMT/U, ASUPAN ZAT BESI (FE), DAN INHIBITOR  
ZAT BESI (FE) DENGAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMA  
MUHAMMADIYAH 7 SAWANGAN, DEPOK TAHUN 2018**

**SKRIPSI**

**AGRINA HERLIANA DAMANIK**

**1210714062**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI**

**2019**



**GAMBARAN IMT/U, ASUPAN ZAT BESI (FE), DAN INHIBITOR  
ZAT BESI (FE) DENGAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMA  
MUHAMMADIYAH 7 SAWANGAN, DEPOK TAHUN 2018**

**SKRIPSI**

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

**AGRINA HERLIANA DAMANIK**

**1210714062**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI  
2019**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Agrina Herliana D

NRP : 1210714062

Tanggal : 16 Januari 2019

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

Jakarta, 16 Januari 2019

Yang Menyatakan,



(Agrina Herliana D)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Agrina Herliana D  
NRP : 1210714062  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Nonekslusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Gambaran IMT/U, Asupan Zat Besi (Fe), dan Inhibitor Zat Besi (Fe) Dengan Anemia Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Sawangan, Depok Tahun 2018”

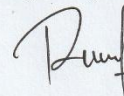
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 16 Januari 2019

Yang menyatakan,



(Agrina Herliana D)

## PENGESAHAN

Laporan Tugas Akhir Mahasiswa S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, sebagai berikut :

Nama : Agrina Herliana D  
NRP : 1210714062  
Program Studi : S1 Ilmu Gizi  
Judul Penelitian : “Gambaran IMT/U, Asupan Zat Besi (Fe), dan Inhibitor Zat Besi (Fe) Dengan Anemia Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Sawangan, Depok Tahun 2018”.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana ilmu gizi (S.Gz) pada Program studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.



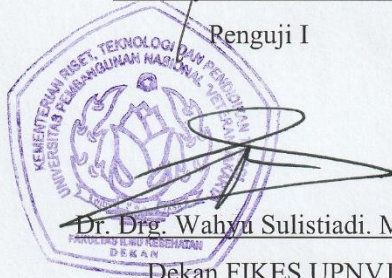
Iin Fatmawati, S.Gz, MPH

Ketua Penguji




Firlia Ayu Arini, SKM, MKM

Penguji I



Dr. Drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES UPNVJ



Sintha Fransiske S, S.Gz, MKM

Penguji II (Pembimbing)



Taufik Maryusman, S.Gz, M.Pd, M.Gz

Ketua Prodi S1 Ilmu Gizi

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Ujian : 16 Januari 2019

# **GAMBARAN IMT/U, ASUPAN ZAT BESI (FE), DAN INHIBITOR ZAT BESI (FE) DENGAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH 7 SAWANGAN, DEPOK TAHUN 2018**

**Agrina Herliana D**

## **Abstrak**

Latar Belakang: Anemia defisiensi besi (ADB) merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia. Anemia defisiensi besi pada anak usia sekolah saat ini menjadi masalah gizi yang serius di Indonesia. Tujuan Penelitian: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran IMT/U, asupan zat besi (Fe), *inhibitor* zat besi (Fe) dengan anemia remaja putri di SMA Muhammadiyah 7 Sawangan Depok Tahun 2018. Metode: Penelitian ini menggunakan desain cross sectional (belah lintang). Metode pengambilan sampel menggunakan probability sampling. Subjek penelitian ini adalah anak remaja putri usia 15 tahun sejumlah 42 siswi. Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 7 Sawangan Depok. Kadar hemoglobin dianalisis menggunakan alat *Easy touch GcHb*. Data antropometri diperoleh dengan pengukuran tinggi badan dan berat badan, dan data asupan zat besi maupun *inhibitor* zat besi diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (FFQ). Hasil: Status gizi remaja putri berdasarkan IMT/U di SMA Muhammadiyah 7 Sawangan Depok sebagian besar memiliki IMT tidak normal sebanyak 32 siswi (76.2%), dan berdasarkan hasil asupan zat besi (Fe) yang mengkonsumsi katagori kurang sebanyak 39 siswi (92.9%), dan untuk hasil dari inhibitor zat besi (Fe) yang disebut sebagai penghambat zat besi, remaja putri yang mengkonsumsi sering sebanyak 30 siswi (71.4%) karena sangat sering mengkonsumsi teh lebih dari 1 kali dalam seminggu. Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian status gizi remaja putri berdasarkan IMT/U di SMA Muhammadiyah 7 Sawangan Depok sebagian besar tidak normal sebanyak 32 responden (76.2%), dan asupan zat besinya sebagian besar tergolong sangat kurang 39 responden (92.9%), dan untuk inhibitor zat besinya sebagian besar sangat sering sebanyak 30 responden (71.4%) dikarenakan sering mengkonsumsi teh lebih dari 1 kali dalam seminggu.

**Kata Kunci** : Anemia, IMT/U, Asupan zat besi (Fe), *Inhibitor* zat besi (Fe), Remaja putri

# **DESCRIPTION BMI/U, IRON SUBSTANCE (FE), AND IRON (FE) INHIBITOR WITH ADOLESCENT ANEMIA IN SMA MUHAMMADIYAH 7 SAWANGAN DEPOK TAHUN 2018**

**Agrina Herliana D**

## **Abstract**

Background: Iron deficiency anemia (ADB) is one of the main health problems in Indonesia. Iron deficiency anemia in school-aged children is currently a serious nutritional problem in Indonesia. Research Objectives: The aim of this study was to determine the description of BMI / U, iron (Fe) intake, iron (Fe) inhibitors with anemia in young women in Muhammadiyah 7 Sawangan Depok High School in 2018. Method: This study used a cross sectional design (split latitude). The sampling method uses probability sampling. The subjects of this study were 42 adolescent girls aged 42 students. This research was conducted at Muhammadiyah 7 High School Sawangan Depok. Hemoglobin levels were analyzed using the Easy touch GcHb method. Anthropometric data were obtained by measuring height and weight, and data on iron intake and iron inhibitors were obtained through interviews using the Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (FFQ) questionnaire. Results: Nutritional status of female adolescents based on BMI / U at Sawangan Muhammadiyah 7 High School was mostly abnormal as many as 32 female students (76.2%), and based on the results of iron (Fe) intake consuming as many as 39 students (92.9%), and for the results of iron (Fe) inhibitors called iron inhibitors, female teenagers who consume as many as 30 female students (71.4%) often consume tea more than once a week. Conclusion: Based on the results of research on nutritional status of young women based on BMI / U at Sawangan Muhammadiyah 7 High School, most of the 32 respondents (76.2%), and iron intake were mostly very poor, 39 respondents (92.9%), and for substance inhibitors most of the iron is very often 30 respondents (71.4%) due to frequent consumption of tea more than once a week.

**Keywords:** Anemia, BMI/U, Iron Intake, Iron Inhibitors, Young Women.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan kasih karunia, berkat dan anugrah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Gambaran IMT/U, Asupan Zat Besi (Fe), dan *Inhibitor* Zat Besi (Fe) Dengan Anemia Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Sawangan, Depok Tahun 2018” diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Ilmu Gizi pada Fakultas Ilmu Kesehatan, UPN “Veteran” Jakarta.

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu selama mengerjakan skripsi ini, yaitu: Pembimbing I saya, Sintha Fransiske Simanungkalit, S. Gz, Pembimbing II saya, Firlia Ayu Arini, SKM, MKM, dan Penguji Skripsi saya, Iin Fatmawati, S.Gz, MPH atas waktu, tenaga dan pikiran untuk memberi bimbingan, kritik, dan masukan terhadap penyusunan skripsi ini. Seluruh dosen dan staf program studi ilmu gizi, UPN “Veteran” Jakarta yang selama 7 tahun ini telah mengajar, membimbing dan membantu dalam kegiatan perkuliahan. Keluarga Saya, Bapak Marwalsen Damanik, Ibu Belsida Purba dan abang saya Reyin Shund Orlando Damanik SH, dan kakak saya Reysya Yulida Damanik SE, juga kakak ipar saya Erfina Rehmalemna Sipayung S.Keb dan keponakan saya Nathan Exaudi Damanik yang selalu mendukung saya. Terima kasih atas nasihat, kasih sayang, doa dan supportnya. Teman dan orang terdekat saya, Yohanes Adi Prabowo SE. Dan pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini. Akhir kata penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan saran, kritik dan arahan dari segala pihak untuk penyempurnaan skripsi ini.

Jakarta, 16 Januari 2019

Penulis

Agrina Herliana D



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
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.....	3
I.3 Pertanyaan Penelitian.....	3
I.4 Tujuan Penelitian .....	4
I.5 Manfaat Penelitian .....	4
I.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
II.1 Remaja Putri.....	7
II.2 Survey Konsumsi Makanan .....	12
II.3 Penilaian Status Gizi .....	14
II.4 Anemia.....	18
II.5 Hemoglobin (Hb).....	19
II.6 Klasifikasi Anemia Remaja Putri.....	22
II.7 Kerangka Teori .....	28
II.8 Kerangka Konsep.....	29
BAB III METODE PENELITIAN .....	30
III.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
III.2 Desain Penelitian .....	30
III.3 Populasi dan Sampel .....	30
III.4 Besaran Sampel Penelitian.....	31
III.5 Instrumen Penelitian .....	32
III.6 Teknik Pengumpulan Data.....	32
III.7 Alur Kegiatan Penelitian.....	33
III.8 Analisis Data.....	33

III.9	Uji Validitas dan Reabilitas .....	33
III.10	Etika Penelitian .....	35
III.11	Definisi Operasional .....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		37
IV.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	37
IV.2	Hasil Univariat .....	37
IV.3	Tabulasi Silang.....	42
IV.4	Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB V PENUTUP.....		49
V.1	Kesimpulan .....	49
V.2	Saran .....	50
DAFTAR PUSTAKA .....		51
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Batasan Usia Remaja Putri.....	7
Tabel 2	Kategori Status Gizi Berdasarkan IMT/U.....	14
Tabel 3	Klasifikasi Masalah Kesehatan Menurut WHO 2011 .....	18
Tabel 4	<i>Cutt Off Point</i> Kategori Anemia .....	23
Tabel 5	Kecukupan Zat Besi (AKG, 2013).....	27
Tabel 6	Jenis Makanan (Sumber Inhibitor Zat Besi) .....	27
Tabel 7	Definisi Operasional.....	36
Tabel 8	Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia .....	37
Tabel 9	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi.....	39
Tabel 10	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Zat Besi (Fe).....	40
Tabel 11	Distribusi Responden Berdasarkan <i>Inhibitor</i> Zat Besi (Fe).....	41
Tabel 12	Distribusi Status Gizi dengan Anemia .....	42
Tabel 13	Distribusi Asupan Zat Besi (Fe) dengan Anemia.....	44
Tabel 14	Frekuensi Inhibitor Zat Besi (Fe) dengan Anemia.....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Anemia .....	19
Gambar 2	Metode Sahli .....	20
Gambar 3	Metode <i>Cyanmethemoglobin</i> .....	21
Gambar 4	<i>Easy Touch GcHb</i> .....	21
Gambar 5	Kerangka Teori.....	28
Gambar 6	Kerangka Konsep .....	29
Gambar 7	Bagan Alur Pengambilan Data .....	33

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik (*Etichal Approval*)
- Lampiran 2 Surat Keterangan Turun Lapangan
- Lampiran 3 Informed Consent
- Lampiran 4 Form Kuesioner FFQ Semi Kuantitatif
- Lampiran 5 Hasil Data Olah SPSS
- Lampiran 6 Dokumentasi