



**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA,
FREKUENSI KONSUMSI PROTEIN, PANGAN SUMBER Fe,
DAN TANIN DENGAN GEJALA ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI DI SMA YPHB KOTA BOGOR TAHUN 2020**

SKRIPSI

DINDA ANNISA FITRI

1710714006

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM SARJANA ILMU GIZI

2021



**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA,
FREKUENSI KONSUMSI PROTEIN, PANGAN SUMBER Fe,
DAN TANIN DENGAN GEJALA ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI DI SMA YPHB KOTA BOGOR TAHUN 2020**

SKRIPSI

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

DINDA ANNISA FITRI

1710714006

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA ILMU GIZI
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama Dinda Annisa Fitri
NRP 1710714006
Tanggal 9 Februari 2021

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

Jakarta, 9 Februari 2021

Yang Menyatakan,



(Dinda Annisa Fitri)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Dinda Annisa Fitri
NRP : 1710714006
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:

“Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia, Frekuensi Konsumsi Protein, Pangan Sumber Fe, Dan Tanin Dengan Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020”

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 mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 9 Februari 2021

Yang menyatakan,



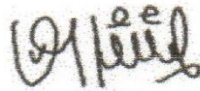
(Dinda Annisa Fitri)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh

Nama Dinda Annisa Fitri
NRP 1710714006
Program Studi Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia,
Frekuensi Konsumsi Protein, Pangan Sumber Fe, Dan Tanin Dengan Gejala
Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020

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



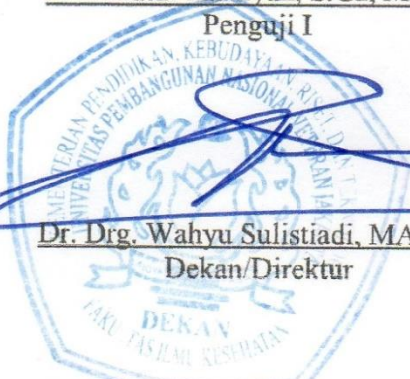
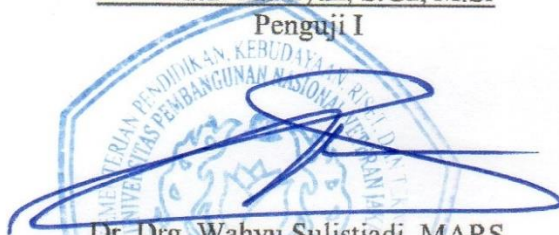
Utami Wahyuningsih, S.Gz., M.Si
Ketua Penguji



A'immatul Fauziah, S.Gz, M.Si
Penguji I



M. Ikhsan Ammar, S.Gz, M.Kes
Penguji II (Pembimbing)



Dr. Drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan/Direktur



A'immatul Fauziah, S.Gz, M.Si
Ka.Prodi

Ditetapkan di Jakarta

Tanggal Ujian 9 Februari 2021

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA, FREKUENSI KONSUMSI PROTEIN, PANGAN SUMBER Fe, DAN TANIN DENGAN GEJALA ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA YPHB KOTA BOGOR TAHUN 2020

Dinda Annisa Fitri

Abstrak

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan menderita anemia. Faktor yang dapat mempengaruhi anemia pada remaja putri adalah pengetahuan tentang anemia, frekuensi konsumsi protein, pangan sumber Fe, dan tanin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan pengetahuan tentang anemia, frekuensi konsumsi protein, pangan sumber Fe, dan tanin dengan gejala anemia pada remaja putri di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional*. Metode pengambilan sampel menggunakan metode *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Subjek pada penelitian ini adalah remaja putri berusia 15-18 tahun yaitu sebanyak 53 remaja putri. Data status gejala anemia dan pengetahuan tentang anemia diambil menggunakan kuesioner yang disebarakan secara *online* yaitu *google form*. Data frekuensi konsumsi protein, pangan sumber Fe, dan tanin diperoleh melalui wawancara secara *online* menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* menunjukkan hubungan antara pengetahuan tentang anemia ($p = 0,020$), frekuensi konsumsi protein ($p = 0,004$), pangan sumber Fe ($p = 0,008$), dan tanin ($p = 0,009$) dengan gejala anemia. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia, frekuensi konsumsi protein, pangan sumber Fe, dan tanin dengan gejala anemia pada remaja putri di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020.

Kata Kunci : Remaja Putri, Gejala Anemia, Pengetahuan, Protein, Fe, Tanin.

**RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE ABOUT ANEMIA,
FREQUENCY OF PROTEIN CONSUMPTION, FOOD
SOURCES OF Fe, AND TANINNS WITH SYMPTOMS OF
ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SMA YPHB BOGOR
2020**

Dinda Annisa Fitri

Abstract

Adolescent girls are one of the vulnerable groups to suffer from anemia. Factors that can influence anemia in adolescent girls are knowledge of anemia, frequency of protein consumption, food sources of Fe, and tannins. The purpose of this study was to determine and analyze the relationship between knowledge about anemia, frequency of protein consumption, food sources of Fe, and tannins with symptoms of anemia in adolescent girls at SMA YPHB Bogor City in 2020. This study used a cross sectional study design. The sampling method used was non-probability sampling, namely purposive sampling. Subjects in this study were adolescent girls aged 15-18 years, as many as 53 adolescent girls. Data on anemia symptom status and knowledge about anemia were taken using a questionnaire distributed online, namely Google Form. Data on the frequency of protein consumption, food sources of Fe, and tannins were obtained through online interviews using the Food Frequency Questionnaire (FFQ). The results of bivariate analysis using the chi-square test showed a relationship between knowledge of anemia ($p = 0.020$), frequency of protein consumption ($p = 0.004$), food sources of Fe ($p = 0.008$), and tannins ($p = 0.009$) with symptoms of anemia. This shows that there is a relationship between knowledge about anemia, the frequency of protein consumption, food sources of Fe, and tannins with symptoms of anemia in adolescent girls at SMA YPHB Bogor City in 2020.

Keywords : *Adolescent Girls, Symptoms of Anemia, Knowledge, Protein, Fe, Tannins.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan segala karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Penulisan skripsi ini disusun bertujuan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Gizi dan judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah “Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia, Frekuensi Konsumsi Protein, Pangan Sumber Fe, dan Tanin Dengan Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu A’immatul Fauziah, S.Gz, M.Si selaku kepala program studi Gizi Program Sarjana, Bapak M. Ikhsan Amar, S.Gz., M.Kes selaku pembimbing I, dan Ibu A’immatul Fauziah, S.Gz, M.Si pula selaku pembimbing II atas bimbingan, saran dan motivasi yang sangat membangun dan mendorong penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Selain itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Husein Tampomas dan Ibu Tetty Afianti selaku kedua orang tua penulis atas segala do’a dan pengorbanan yang dilakukan untuk penulis, terima kasih kepada keluarga yang penulis sayangi yang selalu mendoakan penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.

Penulis secara khusus menyampaikan terimakasih kepada teman seperjuangan mahasiswa program studi Gizi Program Sarjana angkatan 2017 yang selalu mendoakan, memberikan semangat, dan bantuan selama penyusunan skripsi ini. Kepada sahabat penulis Rizki Novianty, Dita Afriyanti, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih selalu ada di samping penulis pada saat perkuliahan hingga penyusunan skripsi, semoga Allah SWT membalas segala kebaikan kalian. Penulis berharap semoga hasil tulisan ini dapat memberikan banyak manfaat bagi yang membutuhkan.

Jakarta, 9 Februari 2021

Penulis,

Dinda Annisa Fitri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	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.....	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Remaja.....	6
II.2 Anemia	8
II.3 Pengetahuan Tentang Anemia.....	10
II.4 Frekuensi Konsumsi Protein	11
II.5 Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Fe.....	13
II.6 Frekuensi Konsumsi Tanin.....	14
II.7 Matriks Pendahulu.....	16
II.8 Kerangka Teori.....	25
II.9 Kerangka Konsep	26
II.10 Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	27
III.2 Desain Penelitian.....	27
III.3 Populasi dan Sampel	27
III.4 Pengumpulan Data	29
III.5 Etik Penelitian	31
III.6 Definisi Operasional.....	32
III.7 Analisis Data	34
III.8 Jadwal Penelitian.....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
IV.1 Hasil Analisis Univariat.....	39
IV.2 Hasil Analisis Bivariat	49

BAB V PENUTUP.....	57
V.1 Kesimpulan.....	57
V.2 Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	62

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Protein (Per Orang Per Hari)	12
Tabel 2	Matriks Pendahulu	16
Tabel 3	Nilai P_1 dan P_2 Dari Beberapa Penelitian Sebelumnya	29
Tabel 4	Definisi Operasional	32
Tabel 5	Jadwal Penelitian	38
Tabel 6	Distribusi Usia Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	39
Tabel 7	Distribusi Hasil Penilaian Status Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	40
Tabel 8	Distribusi Status Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	41
Tabel 9	Distribusi Hasil Penilaian Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	42
Tabel 10	Distribusi Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	42
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Konsumsi Protein Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	43
Tabel 12	Indikator Frekuensi Konsumsi Protein Berdasarkan Nilai Mean	44
Tabel 13	Distribusi Frekuensi Konsumsi Protein Berdasarkan Nilai Mean Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	44
Tabel 14	Distribusi Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Fe Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	45
Tabel 15	Indikator Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Fe Berdasarkan Nilai Mean	46
Tabel 16	Distribusi Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Fe Berdasarkan Nilai Mean Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	46
Tabel 17	Distribusi Frekuensi Konsumsi Tanin Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	47
Tabel 18	Indikator Frekuensi Konsumsi Tanin Berdasarkan Nilai Mean	47
Tabel 19	Distribusi Frekuensi Konsumsi Tanin Berdasarkan Nilai Mean Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	48
Tabel 20	Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	49
Tabel 21	Hubungan Frekuensi Konsumsi Protein Dengan Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	51
Tabel 22	Hubungan Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Fe Dengan Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	53
Tabel 23	Hubungan Frekuensi Konsumsi Tanin Dengan Gejala Anemia Pada Remaja Putri Di SMA YPHB Kota Bogor Tahun 2020	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	25
Gambar 2	Kerangka Konsep	26
Gambar 3	Prosedur Pengambilan Data	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan dan *Informed Consent*
- Lampiran 4 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 5 Output SPSS
- Lampiran 6 Distribusi Frekuensi Konsumsi Protein, Pangan Sumber Fe, dan Tanin
- Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 8 Surat Bebas Plagiarisme
- Lampiran 9 Hasil Pengecekan Turnitin