

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT BESI DENGAN STATUS  
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA IT ABU  
BAKAR YOGYAKARTA**



**AFIFAH KARIMAH  
P07131215002**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT BESI DENGAN STATUS  
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA IT ABU  
BAKAR YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Gizi



**AFIFAH KARIMAH**  
**P07131215002**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2019**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi

**“HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA  
PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA IT ABU BAKAR  
YOGYAKARTA”**

Disusun oleh:  
**AFIFAH KARIMAH**  
P07131215002

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

..... 9 Mei 2019 .....

Menyetujui,

Pembimbing Utama,



**Tjarono Sari, SKM, M.Kes**  
NIP. 19610203 198501 2001

Pembimbing Pendamping,



**Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz**  
NIP. 19800405 200812 2002

Yogyakarta, 24 Mei 2019

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi



**Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Kes**

NIP. 19630324 198603 1001



**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

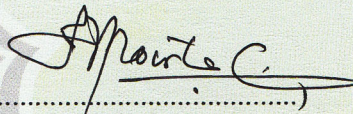
**HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ZAT BESI DENGAN STATUS ANEMIA  
PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA IT ABU BAKAR  
YOGYAKARTA**

Disusun oleh:  
**Afifah Karimah**  
NIM. P07131215002


Telah dipertahankan di depan Dewan Peguji  
Pada tanggal : .....13 Mei 2019

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

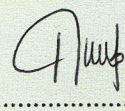
Ketua,  
Dra. Noor Tifauzah, M.Kes  
NIP. 19600530 198910 2001

(.....  


Anggota,  
Tjarono Sari, SKM, M.Kes  
NIP. 19610203 198501 2001


(.....  


Anggota,  
Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz  
NIP. 19800405 200812 2002

(.....  


Yogyakarta, .....24 Mei 2019

~~Ketua Jurusan Gizi~~

  
Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Kes  
NIP. 19630324 198603 1001



## HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS

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

**NAMA : AFIFAH KARIMAH**

**NIM : P07131215002**

**Tanda tangan :**



**Tanggal**

**: 24 Mei 2019**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya bertanda tangan di bawah ini:

---

Nama : Afifah Karimah  
NIM : P07131215002  
Program Studi : Sarjana Terapan  
Jurusan : Gizi dan Dietetika

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas Tugas Akhir saya yang berjudul : Hubungan Antara Asupan Zat Besi dengan Status Anemia Remaja Putri di Asrama SMA IT Abu Bakar Yogyakarta.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : ...*yogyakarta*...

Pada tanggal : ...*24 Mei 2019*...

Yang menyatakan



(Afifah Karimah)

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika pada Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Dr. Agus Wijanarka, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika.
4. Tjarono Sari, SKM, M.Kes sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan penelitian ini.
5. Rini Wuri Astuti, S.SiT, M.Gz sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan penelitian ini.
6. Dra. Noor Tifauzah, M.Kes selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan masukan untuk memperbaiki naskah ini.
7. Kepala Badan Pengurus Harian (BPH) Konsorsium Yayasan Mulia yang telah memberikan izin kepada penulis dalam melakukan proses penelitian kepada santri disana.
8. Remaja putri di Asrama SMA IT Abu Bakar yang telah bersedia menjadi responden.
9. Salma Azzahidah dan Faishal Noor Aziz yang telah bersedia menjadi enumerator.

10. Kedua orang tua, adik-adik dan keluarga saya yang telah memberikan doa, semangat, dorongan dan dukungan material.
11. Sahabat-sahabatku tercinta yang telah memberikan motivasi dan semangat.
12. Perpustakaan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
13. Semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik sangat diharapkan demi demi kesempurnaan. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 5 Mei 2019

Afifah Karimah



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMA PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACT .....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Ruang Lingkup.....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
F. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A. Uraian Teori .....	6
B. Kerangka Teori.....	24
C. Kerangka Konsep.....	24
D. Hipotesis.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	25
B. Populasi dan Sampel .....	26
C. Waktu dan Tempat .....	25
D. Variabel Penelitian .....	27
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	28
G. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	29
H. Prosedur Penelitian.....	30
I. Manajemen Data .....	31
J. Etika Penelitian .....	33
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	34
B. Gambaran Umum Penyelenggaraan.....	35
C. Analisis Univariat.....	37
D. Analisis Bivariat.....	46

E. Keterbatasan Penelitian .....	48
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran.....	49
<b>Daftar Pustaka.....</b>	<b>50</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.....	24
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian .....	24



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Anemia menurut Kelompok Umur .....	6
Tabel 2 Angka Kecukupan Zat Besi Remaja Perempuan .....	18
Tabel 3. Beberapa Kandungan Zat Besi pada Makanan .....	19
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....	37
Tabel 5. Menu 1 Siklus .....	39
Tabel 6. Rata-rata Nilai Zat Besi Menu Makan yang Disajikan .....	41
Tabel 7. Rerata Asupan Zat Besi Berdasarkan Menu yang Disajikan ....	42
Tabel 8. Rerata Asupan Zat Besi dari Makanan Jajanan .....	43
Tabel 9. Distribusi Asupan Zat Besi Heme dan Non Heme .....	44
Tabel 10. Distribusi Hasil Pemeriksaan Hemoglobin .....	45
Tabel 11. Distribusi Asupan Zat Besi berdasarkan Status Anemia .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Persetujuan .....	51
Lampiran 2. Naskah PSP .....	53
Lampiran 3. Informed Consent .....	55
Lampiran 4. Form Identitas Responden .....	56
Lampiran 5. Form <i>Food Records</i> .....	57
Lampiran 6. Persetujuan Komisi Etik .....	58
Lampiran 7. Ijin Penelitian.....	59
Lampiran 8. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	60
Lampiran 9. Uji Statistik .....	61
Lampiran 10. Menu Siklus .....	63
Lampiran 11. Kandungan Zat Besi Menu yang Disajikan.....	66
Lampiran 12. Asupan Zat Besi Menu yang Disajikan .....	68
Lampiran 13. Asupan Zat Besi Makanan Jajanan.....	70
Lampiran 14. Dokumentasi.....	72