



**HUBUNGAN ANTARA INDEKS GIZI SEIMBANG DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 3 TUNTANG**

SKRIPSI

Oleh

HERLIN ASTI NURYANA

061201022

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2024



**HUBUNGAN ANTARA INDEKS GIZI SEIMBANG DENGAN
KEJADIAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 3 TUNTANG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Oleh

HERLIN ASTI NURYANA

061201022

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA INDEKS GIZI SEIMBANG DENGAN KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 3 TUNTANG**

Disusun oleh:

**HERLIN ASTI NURYANA
NIM. 061201022**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk
diujikan.

Ungaran, 15 Juli 2024

Pembimbing



**Pujj Afiatna, S.Gz., M.Gz
NIDN. 0609128903**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :
**HUBUNGAN ANTARA INDEKS GIZI SEIMBANG DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 3 TUNTANG**

Disusun oleh:
HERLIN ASTI NURYANA
NIM. 061201022

Telah dipertahankan di depan tim penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 26 Juli 2024

Tim Penguji:
Ketua Penguji



Galeh Septiar Pontang, S. Gz., M. Gizi
NIDN. 0618098601

Anggota/Penguji 1



Puji Afiatna, S.Gz., M.Gz
NIDN. 0609128903

Anggota/Penguji 2



Indri Mulyasari, S. Gz., M. Gizi
NIDN. 0603058501



Ketua Program Studi S1 Gizi



Riva Mustika Anugrah, S. Gz., M. Gizi
NIDN. 0627038602

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Herlin Asti Nuryana

NIM : 061201022

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi
Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **"Hubungan antara Indeks Gizi Seimbang dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tuntang"** adalah karya ilmiah asli saya dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh dosen pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya ataupun pendapat orang lain yang telah dipublikasikan, kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing,



Pujì Afiatna, S.Gz., M.Gz
NIDN. 0609128903

Ungaran, 23 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,



Herlin Asti Nuryana
NIM. 061201022

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Herlin Asti Nuryana

NIM : 061201022

Program Studi : S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul “**Hubungan antara Indeks Gizi Seimbang dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tuntang**” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 23 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,



Herlin Asti Nuryana

NIM. 061201022

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Data Pribadi

Nama : Herlin Asti Nuryana
Tempat, Tanggal Lahir : Kendal, 02 Agustus 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Status : Mahasiswa
Email : Herlinastin@gmail.com
No. Hp : 081293979391
Alamat : Perumahan Triraksa Village 2 Blok D2 No.
2, Kec. Tigaraksa, Kel. Tigaraksa, Kab.
Tangerang, Banten

II. Riwayat Pendidikan

1. TK Al-Husna Tangerang : 2007 – 2008
2. SD Negeri 03 Jakarta : 2008 – 2014
3. SMP Negeri 234 Jakarta : 2014 – 2017
4. SMA Negeri 89 Jakarta : 2017 – 2020
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2020 – sekarang

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Juli 2024
Herlin Asti Nuryana
061201022

HUBUNGAN ANTARA INDEKS GIZI SEIMBANG DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 3 TUNTANG

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar 26,8%. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi anemia, yaitu asupan makan. Asupan makan dapat diukur dengan menggunakan indeks gizi seimbang.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara indeks gizi seimbang dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Tuntang.

Metode: Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu desain analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah remaja putri kelas 7 dan 8 di SMP Negeri 3 Tuntang yang berjumlah 110. Teknik *sampling* yang dipakai yaitu *simple random sampling* dengan jumlah sampel 80 siswa. Pengambilan data indeks gizi seimbang dengan *form recall 24h*, *form* konversi *recall 24h* menjadi IGS3-60, dan *form* IGS3-60. Analisis data menggunakan uji statistik *Kendall-tau*.

Hasil: Remaja putri yang mengalami anemia sebesar 43,8%. Remaja putri yang mempunyai indeks gizi seimbang buruk sebesar 83,8%, kurang sebesar 10%, dan baik sebesar 6,3%. Tidak ada hubungan antara indeks gizi seimbang dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Tuntang ($p=0,329$). Remaja putri yang memiliki kategori buruk lebih banyak mengalami anemia, yaitu 46,3% dibandingkan dengan kategori kurang dan baik.

Simpulan: Tidak ada hubungan antara indeks gizi seimbang dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 3 Tuntang.

Kata Kunci: Anemia, Indeks Gizi Seimbang

Ngudi Waluyo University
Study Program of Nutritionist, Faculty of Health
Final Project, July 2024
Herlin Asti Nuryana
061201022

CORRELATION BETWEEN HEALTH EATING INDEX WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SMP NEGERI 3 TUNTANG

ABSTRACT

Background: The prevalence of anemia among adolescent girls in Indonesia is 26.8%. One factor that can affect anemia is dietary intake. Dietary intake can be measured using a health eating index.

Objective: To determine the correlation between the health eating index with the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 3 Tuntang.

Methods: The research design used in this study is an observational study with a cross sectional approach. The total population in this study is 110, who are adolescent girls 7 and 8 grade at SMP Negeri 3 Tuntang. This study used 80 sample with simple random sampling technique. Retrieval of data on balanced nutrition index using the form recall 24h, form conversion recall 24h to IGS3-60, and form IGS3-60. The data analysis used was Kendall-tau.

Results: Adolescent girls who has anemia is 43,8%. Adolescent girls who has poor health eating index is 83,8%, lack 10%, and good 6,3%. There is no correlation between health eating index with the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 3 Tuntang ($p=0,329$). Adolescent girls who has poor health eating index more suffer from anemia, namely 46,3% compared to the lack and good categories.

Conclusion: There is no correlation between health eating index with the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 3 Tuntang.

Keywords: Anemia, Health Eating Index

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan antara Indeks Gizi Seimbang dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tuntang”**. Penulisan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, arahan, dan dukungan dari berbagai pihak yang sangat berguna bagi penulis. Dalam hal ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih ini penulis sampaikan kepada:

1. Diri saya sendiri yang sudah mampu menyelesaikan skripsi ini sampai akhir.
2. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M. Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
3. Bapak Eko Susilo, S. Kep., Ns., M. Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ibu Riva Mustika Anugrah, S. Gz., M. Gizi, selaku Ketua Program Studi S1 Gizi dan dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan, masukan, serta saran dalam proses penyusunan skripsi.
5. Ibu Puji Afiatna, S. Gz., M. Gz, selaku dosen pembimbing dalam penyusunan skripsi ini yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, bantuan, serta pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi S1 Gizi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama masa perkuliahan

7. Staff Universitas Ngudi Waluyo yang telah membantu kelancaran penyusunan proposal skripsi ini.
8. Pihak UPTD Puskesmas Tuntang yang telah mengizinkan dan membantu dalam pengambilan data.
9. Ibu Nia, selaku guru SMP Negeri 3 Tuntang yang telah mengizinkan dan membantu dalam pengambilan data.
10. Orang tua saya yang saya sayangi, Bapak Kasyanto dan Ibu Siti Nuryani yang selalu memberikan motivasi, dukungan, dan doa dalam langkah penulis selama menuntun ilmu, hingga dapat terselesaikannya penyusunan skripsi ini.
11. Sanak keluarga saya yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi hingga dapat terselesaikannya penyusunan skripsi ini.
12. Sahabat saya, Ziana Andrian, Melatika Oktaviani, Fina Riana Putri, Devinta Fitriani Rudin, dan Fian Setiani yang telah menemani, saling memberi semangat satu sama lain selama proses penyusunan skripsi ini berlangsung hingga selesai.
13. Teman saya yang sudah saya anggap sebagai kakak saya sendiri, Nalen dan Kiki, yang telah memberi semangat, dukungan, dan doa selama penyusunan skripsi ini.
14. Enhyphen's Black Cat dan Boynextdoor's Giant Mountain, sebagai *mood booster*, pemberi semangat, dan menemani penulis selama penyusunan skripsi ini.

15. Teman-teman program studi S1 Gizi Universitas Ngudi Waluyo angkatan 2020 seperjuangan yang saling menyemangati dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh sebab itu, penulisan mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Ungaran, Agustus 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
B. Kerangka Teori.....	28
C. Kerangka Konsep.....	28
D. Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel.....	29
D. Definisi Operasional.....	32
E. Prosedur Penelitian.....	33
F. Etika Penelitian.....	36
G. Pengolahan Data.....	37
H. Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	41
B. Hasil dan Pembahasan.....	42
C. Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB V PENUTUP.....	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Kadar Hemoglobin	16
Tabel 2.2 Sumber Makanan.....	21
Tabel 2.3 Penilaian Indeks Gizi Seimbang (IGS3-60).....	22
Tabel 2.4 Klasifikasi Indeks Gizi Seimbang (IGS3-60)	22
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	32
Tabel 3.2 Tingkat Keeratan Hubungan.....	40
Tabel 4.1 Karakteristik Responden di SMP Negeri 3 Tuntang	43
Tabel 4.2 Konsumsi Sumber Makanan pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tuntang.....	47
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi IGS pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tuntang.....	50
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tuntang	51
Tabel 4.5 Hubungan Indeks Gizi Seimbang dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tuntang.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Modifikasi UNICEF (1998), WHO (2023).....	28
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	65
Lampiran 2. Surat Izin Studi Pendahuluan	66
Lampiran 3. Pengajuan Ethical Clearance	67
Lampiran 4. Persetujuan <i>Ethical Clearance</i>	68
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	69
Lampiran 6. Anggaran biaya.....	70
Lampiran 7. Kuesioner	71
Lampiran 8. Master Data.....	79
Lampiran 9. <i>Output</i> Data Karakteristik Responden, Univariat, Bivariat.....	88
Lampiran 10. Kuesioner Penelitian.....	91
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian.....	99