

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN  
KEBIASAAN MAKAN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI  
DI ASRAMA SMA MTA SURAKARTA



Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

**YULINAR IKHMAWATI**  
**J310 080 018**

**PROGRAM STUDI S1 GIZI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**  
**2013**

**PROGRAM STUDI GIZI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**  
**SKRIPSI**

**ABSTRAK**

**YULINAR IKHMAWATI. J. 310. 080. 018**

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN KEBIASAAN MAKAN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA MTA SURAKARTA**

**Latar Belakang :** Anemia dapat disebabkan karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. Salah satu penyebab terjadinya anemia adalah asupan yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sangat tergantung pada kebiasaan makan yang dilakukan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja adalah pengetahuan yang dimiliki.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan kebiasaan makan terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Asrama SMA MTA Surakarta.

**Metode Penelitian :** Jenis penelitian bersifat *observasional* dengan pendekatan *crossectional*. Jumlah sampel penelitian 75 remaja putri yang sesuai dengan kriteria inklusi. Data pengetahuan tentang anemia dan kebiasaan makan diperoleh melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner. Data kadar hemoglobin diperoleh melalui metode *Cyanmethemoglobin*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Pearson Product Moment* dan *Rank-Spearman*.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan 76% pengetahuan tentang anemia remaja putri tergolong kurang baik. Data kebiasaan makan 52% frekuensi makan remaja putri tergolong baik, sedangkan 73,3% remaja putri mengkonsumsi jenis makanan kurang baik. Data pemeriksaan kadar Hb 56% kadar Hb remaja putri tergolong tidak normal. Hasil uji hubungan antara pengetahuan tentang anemia terhadap kadar Hb nilai  $p = 0,233$ . Hasil uji hubungan antara frekuensi makan terhadap kadar Hb nilai  $p = 0,502$ . Hasil uji hubungan antara jenis makanan terhadap kadar Hb nilai  $p = 0,048$ .

**Kesimpulan :** Tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dan frekuensi makan terhadap kadar hemoglobin. Ada hubungan antara jenis makanan terhadap kadar hemoglobin.

Kata Kunci : Pengetahuan, kebiasaan makan, hemoglobin  
Kepustakaan : 52 : 1989 – 2012

**NUTRITIONAL PROGRAM STUDY**  
**HEALTH SCIENCE FACULTY**  
**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA**  
**MINITHESIS**

**ABSTRACT**

**YULINAR IKHMAWATI. J. 310. 080. 018**

**RELATIONSHIP BETWEEN ANEMIA'S KNOWLEDGE AND EATING HABITS ON  
HEMOGLOBIN LEVELS TO ADOLESCENT WOMEN IN BOARDING HIGH SCHOOL MTA  
SURAKARTA**

**Background:** Anemia can be caused by lack of nutrients that play in role of the hemoglobin's formation. One of the Anemia causes was inadequate intake. Nutrient intake depends on the eating habits. One of the factors that influence of adolescent's eating habits is their knowledge.

**Purpose:** The aims of this study was to know the relationship between anemia's knowledge and eating habits on the levels of hemoglobin in adolescent women in boarding high school MTA Surakarta.

**Method:** The method of this study was an observational study with crossectional approach. The total sample of the study was 75 adolescent women who fit to the inclusion criteria. The data of anemia's knowledge and eating habits obtained through the interviews that used the questionnaire. Hemoglobin data obtained through Cyanmethemoglobin methods. The statistical test used was the Person Product Moment test and Rank Spearman.

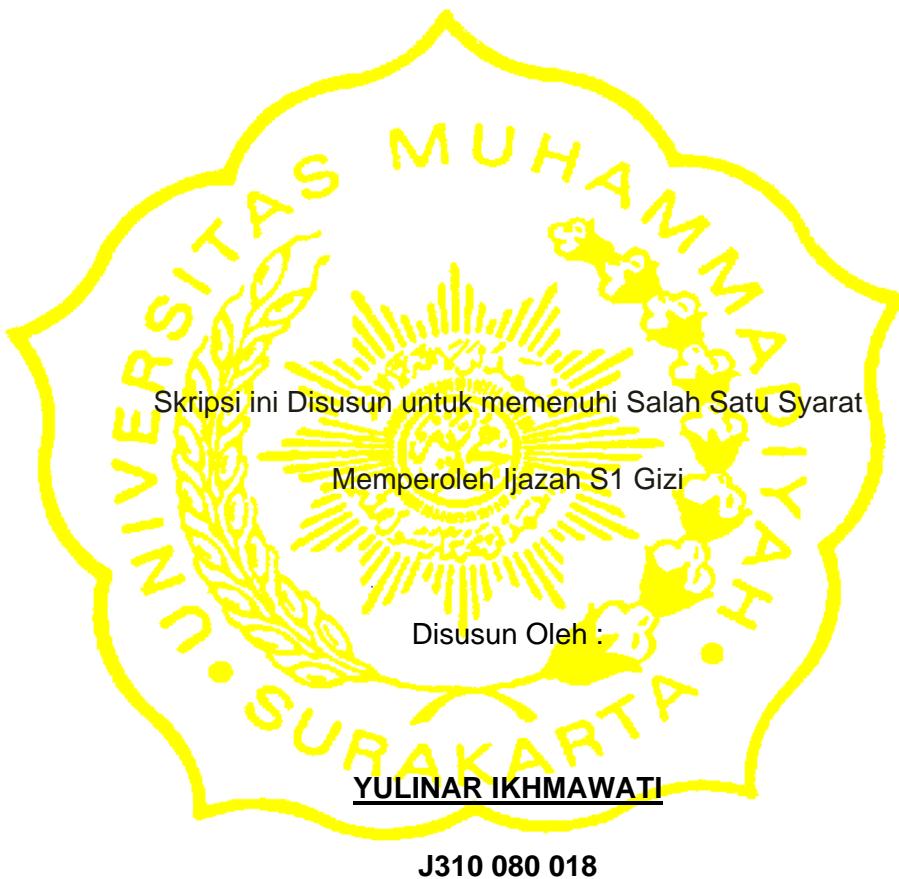
**Results:** The results showed 76% of the anemia's knowledge from adolescent women was classified as unfavorable. The data of eating habits was showed 52% eat frequency of adolescent women classified as good, while 73.3% of adolescent women consumed less of good foods. The data Hb collation 62,7% adolescent women classified as up normal. The results of the test on the relationship between anemia's knowledge on hemoglobin, value  $p = 0.233$ . The results of the relationship between eating frequencies of Hb  $p = 0.502$ . The results of the relationship between the type of food Hb value  $p = 0.048$ .

**Conclusion:** There is no relationship between knowledge of anemia and eating frequencies on the hemoglobin levels. There is a relationship between the types of food on hemoglobin levels.

**Key words:** Knowledge, eating habits, hemoglobin

**References :** 52: 1989 – 2012

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DAN  
KEBIASAAN MAKAN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN  
PADA REMAJA PUTRI DI ASRAMA SMA MTA SURAKARTA



PROGRAM STUDI S1 GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2013

### **PERNYATAAN KEASLIAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, Maret 2013



YULINAR IKHMAWATI

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan antara Pengetahuan Tentang Anemia dan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Asrama SMA MTA Surakarta

Nama Mahasiswa : Yulinar Ikhmawati

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 018

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta Pada Tanggal 5 Maret 2013 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 5 Maret 2013

Menyetujui

Pembimbing I

Dwi Sarbini, SST., M.Kes

NIK. 747

Pembimbing II

Susi Dyah P, M.Si.

NIP. 197 40517 200501 2007

Mengetahui,

Ketua Program Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dwi Sarbini, SST., M.Kes

NIK. 747

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan antara Pengetahuan Tentang Anemia dan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Asrama SMA MTA Surakarta

Nama Mahasiswa : Yulinar Ikhmawati

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 080 018

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Skripsi  
Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
pada tanggal 5 Maret 2013  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 5 Maret 2013

Pengaji I : Dwi Sarbini, SST., M kes

Pengaji II : Muwakhidah, SKM., M Kes.Epid

Pengaji III : Farida Nur Isnaeni, S.gz, Dietisien

(.....)  
(.....)  
(.....)

Mengetahui,

Fakultas ILmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan

Arif Widodo, A. Kep. M.Kes

NIK. 630

## **MOTTO**

Sesuatu mungkin mendatangi mereka yang mau menunggu, namun hanya didapatkan oleh mereka yang bersemangat mengejarnya.

(Abraham Lincoln)

Sesungguhnya setelah ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai  
(dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain dan hanya  
kepada Tuhanmulah hendaknya kamu menggantungkan harapan.

(Qs. Alam Nasyroh : 6-8)

## **PERSEMBAHAN**

Syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, Rasul dan para Nabi Nya atas segala limpahan rahmat dan hidayah Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

Bapak dan ibu tercinta, sebagai ungkapan rasa hormat serta rasa terima kasih atas do'a, nasehat, motivasi, dukungan, kasih sayang dan semua yang telah dikorbankan.

Kakak dan adikku tercinta serta keluarga besarku terima kasih atas dukungan, doa dan motivasi dan tetap memberiku semangat untuk maju.

*The prematars team* ( yuni, mbak faiz dan mbak eva), mereka teman seperjuangan yang mengajarkan indahnya kebersamaan, motivasi dan semangat berjuang.

Semua sahabat-sahabat terbaikku di Kampus dan dikos Wisma Nur 2 kamar atas mereka semua adalah pengisi cerita hidupku selama hampir lima tahun ini,terima kasih atas semangat kebersamaan dan tawa bahagia selama ini.

Teman-teman S1 Gizi angkatan 2008, terima kasih atas bantuan, motivasi, dan kebersamaannya.

Almamater ku Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan kerjasamanya.

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama : Yulinar Ikhmawati

Tempat/Tanggal Lahir : Sukoharjo, 16 Juli 1990

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Sukoharjo III RT 01 RW 01 Kecamatan Sukoharjo  
Kabupaten Pringsewu

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Dharma Wanita tahun 1996  
2. Lulus SD Negeri II Sukoharjo tahun 2002  
3. Lulus SLTP Negeri I Sukoharjo tahun 2005  
4. Lulus SMA Negeri II Pringsewu tahun 2008  
5. Mahasiswa Gizi S1 Universitas Muhammadiyah Surakarta  
tahun 2008

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala karunia, nikmat dan hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul " Hubungan antara Pengetahuan tentang Anemia dan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja putri Di Asrama SMA MTA Surakarta", sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Strata 1 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

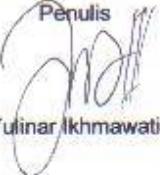
Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan berbagai pihak, sehingga penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Arif Widodo, A.Kep, M.Kes, selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST, M.Kes, selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Susi Dyah Puspowati, M.Si, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Muwakhidah, SKM, M.Kes.Epid, selaku pengujii yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
5. Ibu Farida Nur Isnaeni, S.Gz, Dietision, selaku pengujii yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
6. Segenap Dosen Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah diberikan.
7. SMA MTA Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
8. Asrama SMA MTA Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
9. Semua subjek penelitian terima kasih atas kerjasama dan bantuan yang telah diberikan selama pelaksanaan penelitian.

10. Bapak, ibu dan seluruh keluarga besarku yang telah memberikan segala dukungan, do'a, motivasi, semangat dan kasih sayang kepada penulis.
11. Semua sahabatku yang telah memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Semua teman-teman S1 Gizi Angkatan 2008, atas motivasi, kerjasama dan kebersamaannya.
13. Semua pihak yang terlibat dan telah membantu penulis selama penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.  
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, Maret 2013

Penulis  
  
Yulinar Ikhmawati

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
HALAMAN JUDUL .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN .....	v
HALAMAN PERSETUJUAN .....	vi
HALAMAN PENGESAHAN .....	vii
MOTTO .....	viii
PERSEMBAHAN .....	ix
RIWAYAT HIDUP .....	x
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Ruang Lingkup .....	5

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis	
1. Remaja Putri .....	6
a. Karakteristik Remaja Putri .....	6
b. Kebutuhan Gizi Bagi Remaja .....	7
2. Kadar Hemoglobin .....	8
a. Pengertian Kadar Hemoglobin .....	8
b. Zat Besi .....	10
3. Faktor Penyebab Kadar Hemoglobin pada Remaja .....	13
a. Faktor Langsung.....	13
b. Faktor Tidak Langsung.....	18
4. Pengetahuan .....	19

a. Pengertian Pengetahuan.....	19
b. Pengukuran Pengetahuan.....	20
5. Kebiasaan Makan .....	21
a. Pengertian Kebiasaan makan .....	21
b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebiasaan Makan.....	22
B. Kerangka Teori .....	24
C. Kerangka Konsep .....	24
D. Hipotesis .....	25

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	26
B. Subjek Penelitian .....	26
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	26
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	27
E. Variabel Penelitian .....	29
F. Definisi Operasional .....	30
G. Teknik Pengambilan Data .....	31
H. Langkah-langkah Penelitian .....	33
I. Jalannya Penelitian .....	35
J. Pengolahan Data .....	36
K. Analisis Data .....	38

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Asrama SMA MTA Surakarta .....	40
B. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur .....	41
C. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan tentang Anemia .....	42
D. Distribusi Responden Menurut Kebiasaan Makan .....	44
E. Distribusi Responden Menurut Kadar Hemoglobin .....	47
F. Hubungan Antara Pengetahuan tentang Anemia terhadap Kadar Hb .....	49
G. Hubungan Kebiasaan Makan terhadap Kadar Hb .....	51
H. Keterbatasan Penelitian .....	56

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	57
B. Saran .....	57

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**