

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA  
REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AN-NUR SAMARINDA**

**SKRIPSI**



**DIAJUKAN OLEH**

**DELLI FITRAM**

**1911102413122**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2023**

**Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di**

**Pondok Pesantren An-nur Samarinda**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai persyaratan untuk

Memproleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



**DIAJUKAN OLEH**

**Delli Fitram**

**1911102413122**

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2023**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Delli Fitram

NIM : 1911102413122

Program Studi/Peminatan : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Nabil Husein Samarinda

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan saya atau pikiran saya sendiri.

Samarinda, 04 April 2023



Delli fitram

NIM. 1911102413122

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA  
REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AN-NUR SAMARINDA

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

DELLI FITRAM

1911102413122

Disetujui Untuk Diujikan

Pada Tanggal, 14 Juli 2023

Mengetahui,

Koordinasi Mata Ajar Skripsi,



  
Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D  
NIDN. 1108108701

Pembimbing

  
Mardiana, M.Kes  
NIDN. 1109029501

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA  
PUTRI DI PONDOK PESANTREN AN-NUR SAMARINDA

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :  
DELLI FITRAM  
1911102413122

Diseminarkan dan diujikan  
Pada tanggal, 14 Juli 2023

Supervisor

Co-Supervisor

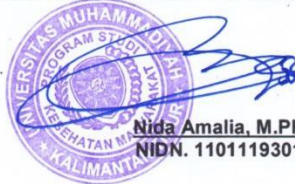


Mardiana, M.Kes  
NIDN. 1109019501



Dr. Norliza Ahmad  
NSR. 129447

Mengetahui,  
Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nida Amalia, M.PH  
NIDN. 1101119301

## Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda

Delli Fitram<sup>1\*</sup>, Mardiana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat

<sup>2</sup>Dosen Prodi S1 Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia  
Email: [dfdelli13@gmail.com](mailto:dfdelli13@gmail.com)

### INTISARI

**Tujuan studi:** Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi korelasi pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di pondok pesantren An-nur Samarinda

**Metodologi:** Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebesar 78 remaja putri dan kemudian di ambil jumlah sampel sebesar 65 Responden, teknik yang diambil menggunakan teknik stratified random sampling. Pengambilan Data dilakukan pada Pondok pesantren an-nur Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner *FFQ (Food Frequency Question)*, dan Hemoque Digital dengan merek *Easy Touch*. Alat ini telah dilakukan uji kalibrasi. Penelitian ini menggunakan data primer yang dikumpulkan melalui pengisian lembar Kuesioner *FFQ (Food Frequency Question)*, di isi oleh peneliti pada saat pengukuran dan data sekunder yang di dapat dari berbagai sumber yang sudah ada sebelumnya (peneliti sebagai tangan kedua). Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji *chi-square* ( $\alpha = 0,05$ ).

**Hasil:** Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* =  $0,00 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda.

**Manfaat:** Penelitian di pondok pesantren an-nur ini mampu memberikan informasi serta referensi kepada tenaga kesehatan khususnya mengenai dampak Pola makan pada kejadian anemia maupun menjadi bahan evaluasi bagi peneliti selanjutnya.

---

**Kata kunci:** Pola Makan, Anemia, Remaja Putri

***The Relationship Between Diet and the Incidence of Anemia in Teenage Girl at the An-Nur Islamic Boarding School Samarinda***

**Delli Fitram<sup>1\*</sup>, Mardiana<sup>2</sup>**

**<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat**

**<sup>2</sup>Dosen Prodi S1 Kesehatan Masyarakat**

**Fakultas Kesehatan Masyarakat**

**Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia**

**Email: [dfdelli13@gmail.com](mailto:dfdelli13@gmail.com)**

**ABSTRACT**

**Study objective:** *The purpose of this study was to determine the relationship between eating patterns and the incidence of anemia in young women at the An-nur Samarinda Islamic boarding school*

**Methodology:** *This quantitative research uses a correlation analytic research design with a cross sectional approach. The population in this study were 78 young women and then a total sample of 65 respondents was taken, the technique taken was stratified random sampling. Data collection was carried out at an-nur Islamic boarding school. The research instruments used were FFQ (Food Frequency Question) questionnaires, and Hemoque Digital with the Easy Touch brand. This tool has been tested calibration. This study used primary data collected through filling out the FFQ (Food Frequency Question) questionnaire, filled in by the researcher at the time of measurement and secondary data obtained from various pre-existing sources (researchers as second hand). Data analysis in this study used the chi-square test.*

**Results:** *The results of the chi-square test obtained a p value = 0.00 <0.05, so Ho was rejected, which means that there is a significant relationship between diet and the incidence of anemia in young women at the An-Nur Samarinda Islamic Boarding School.*

**Benefits:** *This research can provide information and references for health workers, especially regarding the impact of diet on the incidence of anemia as well as evaluation material for future researchers.*

---

**Kata kunci:** *Pola Makan, Anemia, Remaja Putri*

## KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji Syukur penulis haturkan atas Kehadirat Allah SWT, shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW atas rahmat dan kasih-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi Penelitian saya yang berjudul **“Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda”** yang menjadi salah satu syarat kelulusan sarjana Kesehatan Masyarakat Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Pada penyusunan skripsi ini, penulis mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Dengan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali, M.H., M.Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur,
3. Ibu Sri Sunarti, M.PH selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D, selaku Koordinator Mata Ajar Skripsi tahun 2023 Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat.
6. Ibu Mardiana, M.Kes selaku dosen pembimbing kolaborasi dosen mahasiswa yang telah membimbing dan memberikan ilmu, masukan, serta dukungan kepada penulilis hingga proposa ini dapat terselesaikan



7. Ibu lia Kurniasari, M.Kes selaku Penguji I yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menguji, memberikan masukan dan saran yang membangun kepada penulis.
8. Seluruh staf pengajar dan Civitas Akademika Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
9. Ayah saya, Kadir dan Ibu saya, Asimah serta saudara-saudari kandung saya, Aska Dilla, dan Rama Dani yang telah menjadi sumber semangat, tak henti memberikan kasih sayang dan dukungan hingga penulis menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat penulis yang telah menjadi *support system* penulis.
11. Seluruh teman satu kelompok Kolaborasi Dosen dan Mahasiswa (KDM) yang telah bekerja sama untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam proses pembuatan skripsi ini.
12. Rekan-rekan mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 atas kerjasamanya selama menuntut ilmu di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Walaupun penulis telah berusaha menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan sebaik mungkin, namun penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini memiliki banyak kekurangan. Oleh karenanya, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun agar dapat menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap kepada Allah SWT agar membalas segala kebaikan pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini.

Samarinda, 11 April 2023

Delli Fitram

NIM.1911102413122

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Kerangka Konsep Penelitian.....	6
1.6. Hipotesis/Pertanyaan Peneitian.....	6
<b>BAB II METODE PENELITIAN</b> .....	<b>7</b>
2.1 Desain Peneitian .....	7
2.2 Populasi dan Sample.....	7
2.3 Waktu dan Tempat Penelitian .....	9
2.4 Definisi Operasional .....	9
2.5 Instrumen Penelitian .....	9

2.6	Prosedur Peneitian .....	12
<b>BAB III</b>	<b>HASIL DAN PENELITIAN .....</b>	<b>14</b>
3.1	Gambaran Hasil Penelitian .....	14
3.2	Analisis Univariat .....	14
3.3	Analisis Bivariat .....	17
3.4	Pembahasan .....	18
<b>BAB IV</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>27</b>
4.1	Kesimpulan.....	27
4.2	Saran.....	27
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>29</b>
<b>LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Definisi Operasional.....	9
Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.....	15
Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelas.....	15
Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan.....	16
Tabel 3.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian.....	16
Tabel 3.5 Hasil Uji Crosstabulation.....	17
Tabel 3.6 Hasil Uji Spearman Rank.....	17

## DAFTAR SINGKATAN

HB	: Hemoglobin
FFQ	: Food Frequency Question
Riskesmas	: Riset Kesehatan Dasar
ROS	: Reactive Oxygene Species
MTS	: Madrasah Tsanawiyah
WHO	: World Heath Organization

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Surat Selesai Penelitian

Lampiran 3 Lembar Jurnal

Lampiran 4 Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Lembar Kuesioner

Lampiran 6 Hasil Output Spss

Lampiran 7 Dokumentasi

Lampiran 8 Uji Turnitin