

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI TINGKAT MTS PONDOK
PESANTREN AN-NUR SAMARINDA**

SKRIPSI



DISUSUN OLEH :

MUHAMMAD ARGA RAFI ALFAJRI

1911102413125

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

2023

**Hubungan Aktivitas Fisik dengan
Kejadian Anemia pada Remaja Putri Tingkat MTS Pondok
Pesantren An-Nur Samarinda**

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



DISUSUN OLEH :

Muhammad Arga Rafi Alfajri

1911102413125

**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Arga Rafi Alfajri
NIM : 1911102413125
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian
Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok
Pesantren An-Nur Samarinda

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

Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan perundang-undangan (Permendiknas No.17, tahun 2010)

Samarinda, 10 Juli 2023



Muhammad Arga Rafi Alfajri
NIM. 1911102413159

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN ANEMIA

PADA REMAJA PUTRI TINGKAT MTs

DI PONDOK PESANTREN AN-NUR SAMARINDA

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH:

MUHAMMAD ARGA FAFI ALFAJRI

1911102413124

Disetujui Untuk Diujikan

Pada tanggal, 14 Juli 2023

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi,




Waniatul Oktaviani, Ph.D
NIDN: 1108108701

Pembimbing,



Mardiana, M.Kes
NIDN.1109029501

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA
PUTRI TINGKAT MTS PONDOK PESANTREN AN-NUR SAMARINDA

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :
MUHAMMAD ARGA RAFI ALFAJRI
1911102413125

Diseminarkan dan diujikan
Pada tanggal, 14 Juli 2023

Supervisor



Mardiana, M.Kes
NIDN. 1109029501

Co-Supervisor



Dr. Norliza Ahmad
NSR. 129447

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nida Amalia, M.PH
NIDN. 1101119301

Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri tingkat Mts Pondok Pesantren An-Nur Samarinda

Muhammad Arga Rafi Alfajri¹, Mardiana²
1,2Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.
*Kontak Email : muhammadargarafi@gmail.com

INTISARI

Tujuan Studi: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antar aktivitas Remaja Putri Dengan Kejadian Anemia Di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda.

Metodologi: Penelitian menggunakan desain Cross Sectional di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda. Populasi penelitian adalah remaja putri tingkat MTS sebanyak 78 responden dan besar sampel sebanyak 65 responden didapat melalui teknik stratified random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner IPAQ dan alat uji hb (Digital Hemouque dengan merk Easy Touch). Analisis data menggunakan uji spearman ($\alpha=0,05$).

Hasil: Hasil statistik menunjukkan terdapat hubungan Pada remaja putri tingkat MTS Pondok Pesantren An-Nur Samarinda terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian anemia ($P \text{ Value} = 0.015 < 0.05$). Koefisien korelasi positif sebesar 0,300 menunjukkan bahwa kedua variabel yang diteliti mempunyai hubungan yang cukup kuat dengan arah yang sama. Pada dasarnya, ini menyiratkan bahwa peningkatan aktivitas fisik berhubungan dengan kemungkinan peningkatan anemia.

Manfaat: Sebagai pengetahuan tambahan bagi remaja putri tentang aktivitas fisik dengan kejadian anemia di pondok pesantren AN-Nur Samarinda.

Kata Kunci: Aktifitas fisik, Anemia, Remaja putri

The relationship between Physical Activity and The Incidence of Anemia in Teenage Girl Level at Boarding School An-Nur, Samarinda

Muhammad Arga Rafi Alfajri¹, Mardiana²
1,2Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia
*Kontak Email : muhammadargarafi@gmail.com

ABSTARCT

Study Objectives: *The objective of this study is to investigate the correlation between the activities of young women and the occurrence of anemia at An-Nur Samarinda Islamic Boarding School.*

Methodology: *The study used a cross sectional design at An-Nur Samarinda Islamic Boarding School. The study population consisted of 78 respondents at MTS level girls and a sample size of 65 respondents was obtained through the statistical The method employed for participant selection was random sampling. The research tools encompassed the IPAQ questionnaire along with the hb test instrument (Digital Hemoglobinometer utilizing the Easy Touch brand). The analysis of data involved the utilization of the Spearman test ($\alpha=0.05$).*

Results: *The statistical findings indicate a correlation between physical activity and the prevalence of anemia among young women at the MTS level in Pondok Pesantren An-Nur Samarinda (P Value = $0.015 < 0.05$). The positive correlation coefficient stands at 0.300, suggesting a moderate level of association between the two examined variables, both moving in the same direction. The meaning is that when the respondent has high physical activity, the anemia status also increases.*

Benefits: *As additional knowledge for young women about physical activity with the incidence of anemia at the AN-Nur Samarinda Islamic boarding school.*

Keywords: *Physical activity, Anemia, Adolescent girls*

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatu

Puji syukur penyusun panjatkan kehadiran Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul “ Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Tingkat MTS di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda,” dapat diselesaikan.

Pada kesempatan ini, penyusun ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah membantu melalui dukungan dan bimbingannya antara lain :

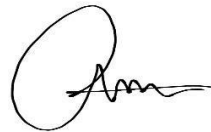
1. Bapak Prof Dr. H. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali MH, M. Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibunda Sri Sunarti, M.PH Selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Lisa Wahidatul Oktavia, Ph.D Selaku Koordinator Mata ajar skripsi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat.
6. Ibu Lia Kurniasari, M.Kes Selaku Penguji I Dalam Proses Pelaksanaan Ujian Proposal dan hasil penelitian.
7. Ibu Mardiana, M.Kes Selaku Dosen Pembimbing skripsi
8. Segenap Civitas Akademik Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat yang telah banyak memberikan ilmu pada penulis dan telah membantudalam proses perijinan proposal/ skripsi penelitian.
9. Kedua orang tua saya Sulistiawan dan Rusmini, serta keluarga yang telah mencurahkan kasih sayang dan semangat dalam proposal/ skripsi penelitian.
10. Rekan-rekan dan semua pihak yang telah membantu baik material maupun spiritual serta memberikan dukungan kepada saya selama

penulisan skripsi.

Penulis menyadari bahwa penulisan proposal penelitian ini masih memilikibanyak kesalahan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan oleh Penulis. Semoga proposal/skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi inspirasi bagi penelitian di kemudian hari.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Samarinda, 2 Maret 2023

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized initial 'A' followed by a series of connected, cursive letters.

Muhammad Arga Rafi Alfajri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
INTISARI	vi
<i>ABSTARCT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Hipotesis Penelitian.....	8
BAB II METODE PENELITIAN.....	9
2.1 Desain Penelitian.....	9
2.2 Populasi dan Sampel.....	9
2.3 Waktu dan Tempat Penelitian	12
2.4 Definisi Operasional	12
2.5 Instrumen penelitian	12
2.6 Uji Validitas dan Reabilitas	15
2.7 Prosedur Penelitian	18
BAB III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	21
3.1 Hasil Penelitian	21
3.2 Pembahasan.....	26

BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
4.1 Kesimpulan	38
4.2 Saran	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Definisi Operasional	12
Tabel 3 1 distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik usia pada Remaja Putri Tingkat MTS di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda	22
Tabel 3 2 distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik kelas pada Remaja Putri Tingkat MTS di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda	23
Tabel 3 3 distribusi frekuensi responden berdasarkan aktivitas fisik pada Remaja Putri Tingkat MTS di Pondok Pesantren An-Nur Samarinda	23
Tabel 3 4 distribusi frekuensi responden berdasarkan status anemia pada Remaja Putri Tingkat MTS di Pondok Pesantren An- Nur Samarinda	24
Tabel 3 5 Hasil Uji Crosstabulation	24
Tabel 3 6 Uji Spearman	25

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep.....	8
-------------------------------	---

DAFTAR SINGKATAN

Hb	: Hemoglobin
WHO	: World Health Organization
NIH	: National Institute of Health
ml	: Mililiter
Riskesmas	: Riset Kesehatan Dasar
WUS	: Wanita Usia Subur
H_a	: Hipotesis Alternative
H_o	: Hipotesis Nol
MTS	: Madrasah Tsanawiyah
HIV	: human immunodeficiency virus
AIDS	: Acquired Immunodeficiency Syndrome
MET	: metabolic equivalent of task
GPAQ	: Global Physical Activity Questionnaire

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti	
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian.....	
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	
Lampiran 4 Informed Consent.....	
Lampiran 5 Output Spss	
Lampiran 6 Jurnal	
Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan	
Lampiran 8 Lembar Konsultasi	
Lampiran 9 Uji Turnitin.....	