

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DAN KETERATURAN MENSTRUASI  
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA PELAJAR PUTRI  
DI SMA NEGERI 1 DULUPI**

*Oleh :*

**MIRANDA DATAU  
NIM: 811 415 100**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

**PEMBIMBING I**

**PEMBIMBING II**

Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes  
NIP. 19660918199203 1 002

Lia Amalia, S.KM, M.Kes  
NIP. 19791129200501 2 017

Gorontalo, 22 Juli 2020

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat



Dr. Syla Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes  
NIP. 19820323200812 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DAN KETERATURAN MENSTRUASI  
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA PELAJAR PUTRI  
DI SMA NEGERI 1 DULUPI

SKRIPSI

OLEH :

MIRANDA DATAU  
NIM : 811 415 100

Telah dipertahankan didepan Penguji

Hari/Tanggal : Sabtu, 25 Juli 2020  
Waktu : 13.30 – 14.30

Penguji :

1. Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes. : .....  
NIP : 19660918199203 1 002
2. Lia Amalia, S.KM., M.Kes. : .....  
NIP : 19791129200501 2 017
3. Dr. Irwan, S.KM., M.Kes. : .....  
NIP. 19720807200003 1 006
4. Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes. : .....  
NIP. 19590110198603 2 003

Gorontalo, 25 Juli 2020

Mengetahui

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes.  
NIP. 19631001198803 2 002

## ABSTRAK

**Miranda Datau, 811415100. 2020. Hubungan Asupan Zat Gizi dan Keteraturan Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Pelajar Putri di SMA Negeri 1 Dulupi. Skripsi, Pembimbing 1 Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes Dan Pembimbing II Lia Amalia, S.KM, M.Kes. Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo.**

Masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri adalah anemia gizi besi. Remaja putri banyak tidak mengetahui atau menyadari dirinya terkena anemia bahkan kendatipun tahu terkena anemia masih menganggap anemia adalah masalah sepele. Rumusan masalah yaitu apakah ada hubungan asupan zat gizi dan keteraturan menstruasi dengan kejadian anemia pada pelajar putri di SMA Negeri 1 Dulupi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi dan keteraturan menstruasi dengan kejadian anemia pada pelajar putri di SMA Negeri 1 Dulupi.

Penelitian ini menggunakan penelitian observasional yang bersifat analitik dengan rancangan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*, dengan sampel terdiri dari pelajar putri kelas X dan XI. Variabel independen: asupan zat gizi dan keteraturan menstruasi. Variabel dependen: kejadian anemia pada pelajar putri. Sumber data ini menggunakan kuesioner dan pengukuran kadar Hb. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Dulupi. Analisis data menggunakan uji statistik Univariat dan Bivariat, dengan uji *chi square*.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara asupan zat gizi dengan kejadian anemia *p value* = 0,000 dan hubungan keteraturan menstruasi dengan kejadian anemia *p value* = 0,000 pada pelajar putri di SMA Negeri 1 Dulupi. Saran untuk pelajar putri dapat menambah pengetahuan dan informasi serta diharapkan agar rutin mengonsumsi tablet tambah darah (fe), khususnya ketika dalam masa menstruasi. Sering-seringlah mengonsumsi makanan yang dapat mencegah terjadinya anemia.

**Kata kunci** : Asupan, zat gizi, keteraturan menstruasi, kejadian anemia, pelajar putri.

## ABSTRACT

**Miranda Datau, 811415100. 2020. The Correlation between Nutrient Intake and Menstruation Regularity with the Incident of Anemia on Female Students at SMA Negeri 1 Dulupi. Skripsi, The principal supervisor is Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes, and the co-supervisor is Lia Amalia, S.KM, M.Kes. Department of Public Health, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo.**

The nutrient problem that often occurs in female students is iron deficiency anemia. Most female students do not have the knowledge or aware that they suffer from anemia, or even they know they suffer from anemia, they will think the disease as a trivial problem. The problem statement of this research is whether or not there is a correlation between nutrient intake and menstruation regularity with the incidence of anemia on female students at SMA Negeri 1 Dulupi. It is aimed at investigating the correlation between nutrient intake and menstruation regularity with the incidence of anemia on female students at SMA Negeri 1 Dulupi.

This research applied analytical observational research with cross sectional design. The samples were female students at class of X and XI. The independent variables are nutrient intake and menstruation regularity. The dependent variable is anemia incident on female students. The data sources are questionnaire and the measurement of Hb level. This research was conducted at SMA Negeri 1 Dulupi. The data analysis applied Univariate and Bivariate statistical tests with chi square test.

Findings reveal that there was a correlation between nutrient consumption with the incident of anemia on female teenagers at SMA Negeri 1 Dulupi ( $p$  value = 0,000), and there was a correlation between menstruation regularity with the incident of anemia on female teenagers at SMA Negeri 1 Dulupi ( $P$  value = 0,000). It is suggested to the female students to improve their knowledge and information. Also, they are recommended to routinely consume Iron Supplement (fe), particularly when they are in menstruation and food that can prevent the anemia.

**Keywords:** Intake, Nutrient, Menstruation Regularity, Anemia, Female Students

