

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**“HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI  
DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 RANDANGAN”**

Oleh

**NUNI PERTIWI**

**NIM: 811417120**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I

Prof. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes  
NIP. 19631001 198803 2 002

Pembimbing II

Lia Amalia, S.KM., M.Kes  
NIP. 19791129 200501 2 017

Gorontalo, 20 Februari 2022

Mengetahui

Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat

Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes  
NIP: 19820323 200812 2 001

LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI  
HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ZAT BESI  
DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 RANDANGAN

Oleh  
NUNI PERTIWI  
NIM. 811417120

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Hari/Tanggal : Rabu, 23 Februari 2022

Waktu : 09.00-10.00 WITA

Penguji :

1. Prof. Dr. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes  
NIP. 19631001 198803 2 002

2. Lia Amalia, S.KM., M.Kes  
NIP. 19791129 200501 2 017

3. Dr. Lintje Boekoecoe, M.Kes  
NIP. 19590110 198603 2 003

4. Dr. Irwan, S.KM., M.Kes  
NIP. 19720807 200003 1 006

Gorontalo, 23 Februari 2022

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Prof. Dr. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes  
NIP. 19631001 198803 2 002

## ABSTRAK

**Nuni Pertiwi, 811417120, 2022. Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Besi dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Randangan, Pembimbing 1 Prof. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes dan Pembimbing 2, Lia Amalia, S.KM., M.Kes. Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo.**

Anemia adalah kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal. Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi dibandingkan remaja putra, dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi. Rumusan masalah apakah ada hubungan tingkat konsumsi zat besi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMA Negeri 1 Randangan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi zat besi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Randangan.

Jenis penelitian observasional analitik dengan rancangan cross sectional. Total sampling, remaja putri berjumlah 53 responden. Variabel independen, tingkat konsumsi zat besi dan siklus menstruasi. Variabel dependen: kejadian anemia pada remaja putri. Sumber data menggunakan kuesioner dan pengukuran kadar Hb. Analisis data dengan uji chi-square.

Hasil penelitian yang anemia sebanyak 33 responden atau (62,3%) dan yang tidak anemia sebanyak 20 (37,7%), tingkat konsumsi zat besi asupan kurang sebanyak 40 responden atau (75,5%) dan yang asupan cukup ada 13 responden atau (24,5%), siklus menstruasi yang tidak teratur sebanyak 34 responden atau (64,2%) dan yang teratur sebanyak 19 responden atau (35,8%). Simpulan terdapat hubungan antara tingkat konsumsi zat besi dengan kejadian anemia  $p$  value = 0,000 dan hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia  $p$  value = 0,000 pada remaja putri di SMA Negeri 1 Randangan. Remaja putri disarankan mengonsumsi makanan yang dapat mencegah anemia, serta rutin mengonsumsi tablet tambah darah khususnya ketika sedang menstruasi.

**Kata Kunci:** Zat Besi, Siklus Menstruasi, Anemia, Remaja Putri.

## ABSTRACT

Nuni Pertiwi, 811417120, 2022. **The Correlation of Iron Intake and Menstrual Cycle with Anemia Incidence in Female Students at SMA Negeri 1 Randangan. The principal supervisor is Prof. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra.,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.**

Anemia is a body condition when hemoglobin level in the blood is lower than normal. In this case, female students have a higher risk to experience such things than male ones due to they have monthly menstruation. Problem statement in this current research is whether or not there is a correlation between iron intake and menstrual cycle with anemia incidence in female students at SMA Negeri 1 Randangan. The research aims to determine the correlation of iron intake and menstrual cycle with anemia incidence in female students at SMA Negeri 1 Randangan.

The research applies analytical observational with a cross-sectional design where its samples are 53 respondents that have been determined by using total sampling. The independent variables in this research encompass iron intake and menstrual cycle, where the dependent variable is anemia incidence in female students. The sources of data used are questionnaire and result of Hb level measurement, whereas the data analysis uses chi-square test.

The research findings reveal that 33 female students (62.3%) experience anemia while the rest 20 (37.7%) do not experience it. In addition, in regards to iron intake, 40 female students (75.5%) have a deficient intake, whereas the rest 13 (24.5%) have a sufficient intake. Lastly, 34 female students (64.2%) experience an irregular menstrual cycle, whereas the rest 19 (35.8%) experience a regular menstrual cycle. To conclude, there is a correlation between iron intake with anemia incidence with a p value of 0.000, and there is a correlation between menstrual cycle with anemia incidence with a p value of 0.000 in female students at SMA Negeri 1 Randangan. As a recommendation, the female students are suggested to consume food which can prevent them from anemia and consume blood boosting supplement tablet routinely particularly when experiencing menstruation.

**Keywords:** Iron, Menstrual Cycle, Anemia, Female Adolescent

