

**ANALISIS FAKTOR POLA MAKAN, KADAR
HEMOGLOBIN (HB), GANGGUAN SIKLUS
MENSTRUASI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI**

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik**



Oleh:

DELLA FIRMA SARI

2022080005

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK**

2026

**ANALISIS FAKTOR POLA MAKAN, KADAR
HEMOGLOBIN (HB), GANGGUAN SIKLUS
MENSTRUASI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI**

SKRIPSI

Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik



Oleh:

DELLA FIRMA SARI

2022080005

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK**

2026

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Analisis Faktor Pola Makan, Kadar *Hemoglobin* (Hb), Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.

Nama : Della Firma Sari

NIM : 2022080005

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas Akhir pada Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Gresik.

Gresik, 17 Juni 2026

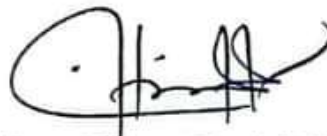
Pembimbing I



Lilis Fatmawati, S.ST., M.Kes

NIPY. 107102020180128

Pembimbing II



Ahmad Hasan Basri, S.Kep., Ns., M.Kep

NIPY. 107102020150131

Mengetahui

Ketua Program Studi,




Natalia Christin Liara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep

PROGRAM STUDI
ILMU KEPERAWATAN
NIPY: 10710202024236



BERITA ACARA BIMBINGAN

1. Nama : Niswatin Khusuma Dwi
2. NIM : 2022080002
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata 1 (S-1)
6. Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Menggambar Terhadap Kecanduan *Gadget* pada Anak Usia 7-8 Tahun
7. Pembimbing I : Dr.dr.Riski Dwi Prameswari, M.kes.,M.Biomed
8. Pembimbing II : Khalifatus Zuhriyah Alfianti, S.Kep., Ns.,M.Kep
9. Konsultasi : Skripsi

Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing I	Paraf Pembimbing II
29-11-2025	- Judul - Latar belakang - Skala - Studi Pendahuluan -		
07-12-2025	- Bab 1 revisi - Bab 2 - Bab 3		
12-12-2025	- Revisi bab 2 dan 3 -		
13-12-2025	- Bab 4 - Uji Validitas		
17-12-2025	- Kuesioner - Draft artikel		
19-12-2025	- Konsul Hasil - SPSS		

13-05-2026	- Bimbingan bab 5 - Revisi data khusus - Revisi pembahasan		
20-05-2026	- Keterbatasan penelitian - Revisi bab 6 - Lampiran		
25-05-2026	- Penulisan jurnal - Revisi lampiran - Revisi foto		
29-05-2026	- Submit jurnal - Revisi abstrak		
03-06-2026	- Acc ujian		

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal : 03 Juni 2026

11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada hari/tanggal :
01 Juli 2026

Pembimbing I



Dr.dr.Riski Dwi Prameswari, M.kes.,M.Biomed
NIPY. 107102020120066

Gresik, 03 Juni 2026

Pembimbing II



Khalifatus Zuhriyah Alfianti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 10710202024233



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 10710202024236

PENETAPAN TIM PENGUJI

Judul Skripsi : Analisis Faktor Pola Makan, Kadar *Hemoglobin* (Hb),
Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian
Anemia Pada Remaja Putri

Nama Mahasiswa : Della Firma Sari

NIM : 2022080005

Telah dipertahankan/diuji dalam dihadapan tim penguji

Pada Tanggal : 01 Juli 2026

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU

KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK 2026

TIM PENGUJI :

1. Dr. Roihatul Zahroh, S.Kep., Ns., M.Ked
NIPY. 107102020060036
Ketua Penguji

1.....

2. Lilis Fatmawati, S.ST., M.Kes
NIPY.107102020180128
Anggota 1

2.....

3. Ahmad Hasan Basri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY.107102020150131
Anggota 2

3.....



Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan,

Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY.107102020070043

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Della Firma Sari
Tempat/Tgl Lahir : Gresik, 31 Desember 2003
NIM : 2022080005
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S-1)
Judul Skripsi : Analisis Faktor Pola Makan, Kadar *Hemoglobin* (Hb),
Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia
Pada Remaja Putri.

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka. Apabila ternyata didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi, saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 17 Juni 2026

Yang menyatakan,



Della Firma Sari

2022080005

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Della Firma Sari

NIM : 2022080005

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Rights) atas skripsi saya yang berjudul: Analisis Faktor Pola Makan, Kadar *Hemoglobin* (Hb), Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti tersebut nama fakultas berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasi skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Gresik, 17 Juni 2026

Yang menyatakan


Della Firma Sari

NIM 2022080005



UNIGRES
UNIVERSITAS GRESIK
Character Building Through Education

SK BAN PT No. 1209/SK/BAN-PT/Akred/PT/XII/2021 Peringkat Akreditasi "Baik Sekali"

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN | PROGRAM STUDI PROFESI NERSI

PROGRAM STUDI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA

TERAKREDITASI

Prodi Ilmu Keperawatan SK No. 0227/FAK-PT/Keu/San/2022 (B)

Prodi Profesi Ners SK No. 0227/FAK-PT/Keu/San/2022 (B)

Prodi K3 SK No. 0278/LAM-PT/Keu/San/2022 (B)

SURAT KETERANGAN

CEK PLAGIASI SKRIPSI

Pada hari ini tanggal 13 Juni 2026, dibuktikan pengecekan skripsi dari mahasiswa:

Nama : Della Firma Sari

NIM : 2022080005

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Analisis Faktor Pola Makan, Kadar *Hemoglobin* (Hb),
Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia
Pada Remaja Putri

Hasil Cek Plagiasi : 19%

Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan
~~Lolos/Tidak Lolos.~~

Gresik, 13 Juni 2026

Pembimbing I

Lilis Fatmawati, S.ST., M.Kes
NIPY. 107102020180128

Pembimbing II

Ahmad Hasan Basri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 107102020150131

MOTTO

“Aja Ketungkul Mundak Keblinger, Aja Cidra Mundak Cilaka”

(Jangan merasa paling pandai agar tidak salah arah,

Jangan suka berbuat curang agar tidak celaka).

-Sunan Kalijaga-

PERSEMBAHAN

Tiada lembar skripsi yang paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan, Bismillahirrahmanirrahim skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua penulis tercinta Ayah Mukorobin dan Ibu Suhartini serta Adik saya yang bernama Firman. Dua orang yang sangat berjasa dalam kehidupan penulis, dua orang yang selalu mengusahakan anak pertamanya ini menempuh Pendidikan setinggi-tingginya meskipun mereka berdua sendiri hanya bisa menempuh pendidikan sampai tahap atas dan dasar. Kepada ayah tercinta terimakasih setiap cucuran keringat dan kerja keras yang engkau tukarkan menjadi sebuah nafkah demi anakmu sampai bisa ke tahap ini, demi anakmu dapat mengenyam pendidikan sampai ke tingkat ini dan terima kasih sudah menjadi lakilaki yang tanggungjawab penuh terhadap keluarga, untuk ibuku tersayang terima kasih atas segala motivasi, pesan, do'a, dan harapan yang selalu mendampingi setiap langkah dan ikhtiar anakmu untuk menjadi seseorang yang berpendidikan, terima kasih atas sayang tanpa batas yang tak pernah pudar oleh waktu, atas kesabaran dan pengorbanan yang selalu mengiringi perjalanan hidup penulis, terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi serta pelita yang tak pernah padam dalam setiap langkah yang penulis tempuh, Terakhir, terima kasih atas segala kalian berikan yang tak terhitung jumlahnya. Penulis persembahkan karya tulis sederhana ini dan gelar untuk ayah, ibu dan adik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan mengucapkan Alhamdulillah puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan bimbingannya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ANALISIS FAKTOR POLA MAKAN, KADAR *HEMOGLOBIN* (HB), GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI” dapat terselesaikan. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Gresik. Banyak hambatan yang dilalui dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini, Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, pada kesempatan ini saya sebagai penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Rian Pramana Suwanda, S.STP., M.HP., CHRMP. selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti Pendidikan di Universitas Gresik.
2. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
3. Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan kesempatan, bimbingan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

4. Lilis Fatmawati, S.ST., M.Kes. selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, kesabaran, dan motivasi yang diberikan selama ini. Semoga Ilmu yang ibu bagikan sangat bermanfaat dan akan selalu saya ingat dan saya terapkan.
5. Ahmad Hasan Basri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah menjadi dosen pembimbing yang luar biasa. Bimbingan, saran, dan motivasi dari Bapak sangat membantu saya melewati masa-masa sulit dalam menyelesaikan tugas akhir. Saya sangat menghargai setiap waktu yang bapak luangkan. Semoga ilmu yang bapak ajarkan menjadi berkah dan bermanfaat dikemudian hari.
6. Dr. Roihatul Zahroh, S.Kep., Ns., M.Ked selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktu, memberikan kritik, saran serta arahan yang sangat berharga demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini.
7. Seluruh staf dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah memberikan bantuan kepada saya selama menempuh Pendidikan.
8. Kepala UPT PKM Wilayah Kerja Menganti beserta staf dan jajaran yang telah memberikan segala bentuk bantuan, izin penelitian, bimbingan, serta Kerjasama yang diberikan selama proses pengumpulan data sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

9. Kepala SMA Sunan Giri Menganti yang telah membantu proses penelitian, izin, dukungan, dan kerjasama yang diberikan selama pelaksanaan penelitian hingga terselesaikan.
10. Keluarga saya tercinta yaitu Ayah dan Ibu serta Adik yang selalu memberikan semangat, do'a, dan kasih sayang serta motivasi, dan mendukung setiap langkah saya.
11. Seluruh responden yang telah meluangkan waktunya membantu berpartisipasi dalam menyelesaikan penelitian ini.
12. Four P Girls, terima kasih karena selalu membantu dan menemani penulis sejak awal perkuliahan hingga sampai pada tahap titik ini. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan, semangat, serta do'a yang selalu dipanjatkan dalam setiap proses yang penulis jalani.
13. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, Mohammad Imron. Terima kasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis menyusun skripsi. Terima kasih telah menjadi rumah, pendamping serta berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, mendukung, serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah dan memberikan semangat serta meyakinkan penulis untuk tidak pantang menyerah hingga penyusunan skripsi ini terselesaikan. Semoga ketulusan dan kebaikanmu kembali padamu dalam bentuk kebahagiaan yang tak terduga.

14. Kepada teman seperjuangan Keperawatan A17, terima kasih atas kebersamaan, diskusi, dukungan, dan memori indah selama masa perkuliahan.
15. Kepada semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungannya sehingga bisa semangat mengerjakan skripsi ini guna terselesaikan skripsi ini.
16. Yang terakhir, Della Firma Sari. Ya, saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri yang telah diam-diam berjuang tanpa henti. Terima kasih telah bekerja keras dan bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan. Terima kasih kepada hati yang tetap ikhlas meski banyak hal diluar prediksi. Terima kasih kepada jiwa yang tetap kuat. Terima kasih kepada raga yang terus tetap melangkah, meski lelah tetapi tetap diperjuangkan. Terus belajar dan mensyukuri nikmat tuhan yang diberikan.

Tetap semangat untuk terus berusaha, dan bahagia dimana kamu berada.

Penulis berdo'a agar Langkah kecilmu selalu diperkuat, dikelilingi orang-orang baik dan hebat, serta mimpimu satu persatu akan terjawab, Aamiin

ABSTRAK

ANALISIS FAKTOR POLA MAKAN, KADAR *HEMOGLOBIN* (HB), GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Oleh: Della Firma Sari

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Gresik

Anemia merupakan masalah kesehatan yang masih banyak dialami remaja putri dan dapat berdampak pada kesehatan fisik, kemampuan kognitif, serta prestasi belajar. Faktor yang diduga berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri antara lain pola makan, kadar *hemoglobin* (Hb), dan gangguan siklus menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pola makan, kadar hemoglobin (Hb), dan gangguan siklus menstruasi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMA Sunan Giri Menganti.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *crossectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswi remaja putri SMA Sunan Giri Menganti dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner, pengukuran kadar hemoglobin, serta data siklus menstruasi. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier berganda untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap kejadian anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan kurang baik (93,3%), kadar hemoglobin rendah (66,7%), dan mengalami gangguan siklus menstruasi (53,3%). Kejadian anemia ditemukan pada 68,4% responden yang terdiri atas anemia ringan (40,0%), anemia sedang (26,7%), dan anemia berat (1,7%). Analisis regresi menunjukkan bahwa pola makan berhubungan positif dan signifikan dengan kejadian anemia ($p < 0,001$; $B = 1,959$), demikian pula kadar *hemoglobin* ($p < 0,001$; $B = 1,098$). Sebaliknya, gangguan siklus menstruasi tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia ($p = 0,502$; $B = -0,102$). Temuan ini menunjukkan bahwa pola makan dan kadar *hemoglobin* merupakan faktor dominan yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Oleh karena itu, diperlukan upaya pencegahan melalui edukasi gizi, peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi, serta optimalisasi program pemberian tablet tambah darah guna menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: Anemia, *Hemoglobin*, Pola Makan, Remaja Putri, Siklus Menstruasi

ABSTRACT

DIETARY FACTORS, HEMOGLOBIN (HB) LEVELS, MENSTRUAL CYCLE DISORDERS ON THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS

By: Della Firma Sari

Nursing Science Studi Program, Faculty of Health Sciences, University of Gresik

Anemia is a health problem that is still widely experienced by adolescent girls and can impact physical health, cognitive abilities, and academic achievement. Factors suspected to be associated with the incidence of anemia in adolescent girls include diet, hemoglobin (Hb) levels, and menstrual cycle disorders. This study aims to analyze the relationship between diet, hemoglobin (Hb) levels, and menstrual cycle disorders with the incidence of anemia in adolescent girls at Sunan Giri Menganti High School.

This study used a quantitative design with a *cross-sectional approach*. The study population was all female students of Sunan Giri Menganti High School with a sample of 60 respondents selected using purposive sampling. Data were collected through questionnaires, hemoglobin level measurements, and menstrual cycle data. Data analysis was performed using multiple linear regression to determine the effect of each independent variable on the incidence of anemia. The results showed that the majority of respondents had poor diet (93.3%), low hemoglobin levels (66.7%), and experienced menstrual cycle disorders (53.3%). The incidence of anemia was found in 68.4% of respondents consisting of mild anemia (40.0%), moderate anemia (26.7%), and severe anemia (1.7%). Regression analysis showed a positive and significant association between dietary patterns and the incidence of anemia ($p < 0.001$; $B = 1.959$), as did hemoglobin levels ($p < 0.001$; $B = 1.098$). Conversely, menstrual cycle disorders did not show a significant association with anemia ($p = 0.502$; $B = -0.102$). These findings indicate that dietary patterns and hemoglobin levels are dominant factors influencing the incidence of anemia in adolescent girls. Therefore, preventative measures are needed through nutrition education, increasing consumption of iron-rich foods, and optimizing iron supplementation programs to reduce the prevalence of anemia in adolescent girls.

Keyword: Anemia, Hemoglobin, Dietary Patterns, Adolescent Girls, Menstrual Cycle.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
BERITA ACARA BIMBINGAN.....	iv
PENETAPAN TIM PENGUJI.....	vi
PERNYATAAN ORISINALITAS	vii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
SURAT KETERANGAN.....	ix
CEK PLAGIASI SKRIPSI.....	ix
MOTTO.....	x
PERSEMBAHAN	xi
UCAPAN TERIMA KASIH	xii
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
DAFTAR ISI	xviii
DAFTAR TABEL	xxii
DAFTAR GAMBAR	xxiii
DAFTAR LAMPIRAN	xxiv
DAFTAR SINGKATAN	xxv
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB 2	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Anemia	9
2.1.1 Pengertian Anemia	9

2.1.2 Klasifikasi Anemia	10
2.1.3 Gejala Anemia	13
2.1.4 Penyebab Anemia	13
2.1.5 Faktor–Faktor Pendorong Anemia	14
2.1.6 Dampak Anemia	16
2.1.7 Pencegahan Anemia	16
2.1.8 Pengobatan Anemia	17
2.2 Remaja	18
2.2.1 Definisi Remaja	18
2.2.2 Klasifikasi Remaja	19
2.2.3 Perubahan Fisik Pada Remaja	19
2.2.4 Perkembangan Pada Remaja	20
2.3 Menstruasi	21
2.3.1 Definisi Menstruasi	21
2.3.2 Fisiologi Menstruasi	21
2.3.3 Siklus Menstruasi	22
2.3.4 Klasifikasi Gangguan Siklus Menstruasi	24
2.3.5 Faktor Gangguan Siklus Menstruasi	26
2.3.6 Kategori Lamanya Menstruasi	27
2.3.7 Indikator Penilaian Gangguan Siklus Menstruasi	27
2.4 Pola Makan	27
2.4.1 Pengertian Pola Makan	27
2.4.2 Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	28
2.4.3 Komponen Pola Makan	30
2.4.4 Indikator Pola Makan	31
2.4.5 Cara Mengukur Pola Makan	32
2.5 Kadar <i>Hemoglobin</i> (Hb)	38
2.5.1 Definisi <i>Hemoglobin</i>	38
2.5.2 Nilai Kadar <i>Hemoglobin</i> (Hb)	39
2.5.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Hemoglobin</i> (Hb)	39
2.5.4 Fungsi <i>Hemoglobin</i>	40
2.5.5 Metode Pemeriksaan Hemoglobin	40

2.6 Keaslian Penelitian	42
BAB 3	49
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	49
3.1 Kerangka Konseptual	49
3.1.1 Deskripsi Kerangka Konseptual	50
3.2 Hipotesis	50
BAB 4	52
METODOLOGI PENELITIAN	52
4.1 Desain Penelitian dan Rancangan Penelitian	52
4.2 Kerangka Kerja	53
4.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	54
4.3.1 Populasi	54
4.3.2 Sampel	54
4.3.3 Besar Sampel	55
4.3.4 Teknik Pengambilan Sampling	56
4.4 Identifikasi Variabel	56
4.4.1 Variabel Independen	56
4.4.2 Variabel Dependen	57
4.5 Definisi Operasional	57
4.6 Pengumpulan dan Pengolahan Data	58
4.6.1 Lokasi dan Waktu Penelitian	58
4.6.2 Alat Pengumpulan Data	58
4.6.3 Prosedur Pengambilan Data	59
4.7 Pengolahan Data	60
4.7.1 <i>Editing</i>	60
4.7.2 <i>Coding</i>	60
4.7.3 <i>Processing</i>	62
4.7.4 <i>Cleaning</i>	62
4.7.5 Analisa Data	62
4.7.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	63
4.8 <i>Etichal Clarenace</i> (Etika Penelitian)	66
4.8.1 <i>Informed Consent</i> (Persetujuan Responden)	66
4.8.2 <i>Anonimity</i> (Tanpa Nama)	66
4.8.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	67

BAB 5	68
HASIL DAN PEMBAHASAN	68
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	68
5.2 Hasil Penelitian	70
5.2.1 Data Umum	70
5.2.2 Data Khusus	71
5.3 Pembahasan	74
5.3.1 Pola Makan	74
5.3.2 Kadar <i>Hemoglobin</i> (Hb)	75
5.3.3 Gangguan Siklus Menstruasi	77
5.3.4 Hubungan Faktor Pola Makan, Kadar <i>Hemoglobin</i> (Hb), Gangguan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. ...	78
5.3.5 Faktor Yang Paling Dominan Antara Pola Makan, Kadar <i>Hemoglobin</i> (Hb), Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.	80
5.4 Keterbatasan Penelitian	82
BAB 6	83
KESIMPULAN DAN SARAN	83
6.1 Kesimpulan	83
6.2 Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN.....	90

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Anemia Menurut Kelompok Umur.....	12
Tabel 2.2 Kategori Lama Menstruasi.....	27
Tabel 2.3 Standar Indeks Massa Tubuh (IMT/U) Anak Perempuan Umur 16-17 Tahun.....	37
Tabel 2.4 Klasifikasi Status Gizi.....	38
Tabel 2.5 Nilai Kadar <i>Hemoglobin</i>	39
Tabel 2.6 Keaslian Penelitian.....	42
Tabel 3.1 Kerangka Konsep.....	49
Tabel 4.1 Kerangka Kerja.....	53
Tabel 4.2 Definisi Operasional.....	57
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Kuisioner Pola Makan.....	64
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Kuisioner Pola Makan.....	65
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Kuisioner Gangguan Siklus Menstruasi.....	65
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Kuisioner Gangguan Siklus Menstruasi.....	66
Tabel 5.1 Karakteristik Usia Remaja di SMA Sunan Giri Menganti.....	70
Tabel 5.2 Karakteristik Riwayat Anemia Remaja di SMA Sunan Giri Menganti...	70
Tabel 5.3 Karakteristik Berdasarkan Z (score) di SMA Sunan Giri Menganti.....	70
Tabel 5.4 Data Distribusi Pola Makan Responden.....	71
Tabel 5.5 Data Distribusi Kadar HB Responden.....	71
Tabel 5.6 Data Distribusi Gangguan Siklus Menstruasi Responden.....	72
Tabel 5.7 Data Distribusi Anemia Responden di SMA Sunan Giri Menganti.....	72
Tabel 5.8 Faktor Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri.....	72
Tabel 5.9 Faktor Kadar <i>Hemoglobin</i> Dengan Anemia.....	73
Tabel 5.10 Faktor Gangguan Siklus Menstruasi Pada Anemia.....	73

DAFTAR GAMBAR

3.1 Kerangka Konsep Analisis Faktor Pola Makan, Kadar <i>Hemoglobin</i> (Hb), Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.....	49
4.1 Kerangka Kerja Analisis Faktor Pola Makan, Kadar <i>Hemoglobin</i> (Hb), Gangguan Siklus Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Survey Data Penelitian.....	90
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Survey Data Penelitian.....	93
Lampiran 3. Lembar Sertifikat Laik Etik Penelitian.....	99
Lampiran 4. Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	100
Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	101
Lampiran 6. SOP Pemeriksaan Kadar <i>Hemoglobin</i>	102
Lampiran 7. Kuesioner Pola Makan.....	105
Lampiran 8. Lembar Observasi Pemeriksaan Kadar Hb.....	109
Lampiran 9. Lembar Observasi Anemia.....	110
Lampiran 10. Kuesioner Gangguan Siklus Menstruasi.....	111
Lampiran 11. Tabulasi Data Umum.....	112
Lampiran 12. Tabulasi Data Khusus Anemia.....	115
Lampiran 13. Tabulasi Data Khusus Kadar <i>Hemoglobin</i>	117
Lampiran 14. Tabulasi Data Khusus Gangguan Siklus Menstruasi.....	119
Lampiran 15. Tabulasi Data Khusus Pola Makan.....	121
Lampiran 16. Tabulasi Data Khusus Responden.....	123
Lampiran 17. Tabulasi Data Z (Score).....	125
Lampiran 18. Hasil Uji SPSS Data Umum.....	128
Lampiran 19. Hasil Uji SPSS Data Khusus.....	129
Lampiran 20. Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pola Makan dan Gangguan Siklus Menstruasi.....	130
Lampiran 21. Uji Statistik.....	135
Lampiran 22. Hasil Plagiasi.....	137
Lampiran 23. <i>Letter Of Acceptance</i> (LoA).....	141
Lampiran 24. Dokumentasi.....	142

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
HB	: <i>Hemoglobin</i>
BBLR	: Bayi Berat Lahir Rendah
Dinkes	: Dinas Kesehatan
TTD	: Tablet Tambah Darah
PJT	: Pertumbuhan Janin Terhambat
IUD	: <i>Intrauterine Device</i>
FIGO	: Federasi Internasional Ginekologi dan Obstetri
POCT	: <i>Point of Care Testing</i>