

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI ZAT BESI (FE), PROTEIN, DAN KAFEIN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMP
MUHAMMADIYAH DI KAPANEWON DEPOK YOGYAKARTA**

Diajukan untuk memenuhi

salah satu persyaratan dalam mencapai derajat

Sarjana Gizi



Oleh

Novi Firrizqi Hariyanti

NIM: 2000036086

PROGRAM STUDI GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN

2024

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI ZAT BESI (FE), PROTEIN, DAN KAFEIN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI
KECAMATAN DEPOK KABUPATEN SLEMAN DAERAH
ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Disusun oleh :

Novi Firrizqi Hariyanti

NIM 2000036086

Telah Disetujui Untuk Ujian Skripsi

Tanggal 19 Juli 2024

Dosen Pembimbing



Mustika Cahva Nirmala Dewinta, S.Gz., MPH

NIPM 19940630 202109011 1414892

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Rosyidah, S.E., M.Kes., Ph.D

NIPM 19770130 200508011 0965098

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONSUMSI ZAT BESI (FE), PROTEIN, DAN KAFEIN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMP
MUHAMMADIYAH DI KAPANEWON DEPOK YOGYAKARTA**

Disusun oleh :

Novi Firrizqi Hariyanti

NIM 2000036086

Telah dipertahankan di depan

Dewan Penguji Skripsi Program Studi Gizi

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan

Yogyakarta, 23 Juli 2024

Dosen Pembimbing



Mustika Cahya Nirmala Dewinta, S.Gz., MPH

NIPM 19940630 202109011 1414892

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Rosyidah, S.E., M.Kes., Ph.D

NIPM 19770130 200508011 0965098

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN KONSUMSI ZAT BESI (FE), PROTEIN, DAN KAFEIN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMP
MUHAMMADIYAH DI KAPANEWON DEPOK YOGYAKARTA**

Disusun oleh :

Novi Firrizqi Hariyanti

NIM 2000036086

Telah dipertahankan didepan

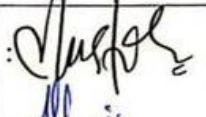
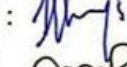

Dewan Penguji Skripsi Program Studi Gizi

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan,

Yogyakarta tanggal 23 Juli 2024 dan dinyatakan telah

memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Gizi

SUSUNAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Ketua	: Mustika Cahya Nirmala Dewinta, S.Gz.,M.PH	: 
Penguji 1	: Khairunisa Ramadhani, S.Gz., M.Pd	: 
Penguji 2	: Dr.Dyah Suryani, S.Si., M.Kes	: 

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Rosyidah, S.E., M.Kes., Ph.D

NIPM 19770130 200508011 0965098

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya, penanda tangan dibawah ini :

Nama : Novi Firrizqi Hariyanti

NIM : 2000036086

Program Studi : GIZI

Fakultas : Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Zat Besi (Fe), Protein, dan Kafein dengan Kejadian Anemia Pada Siswi SMP Muhammadiyah di Kapanewon Depok Yogyakarta

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa penelitian ini adalah hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak bersifat materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain atau digunakan untuk menyelesaikan studi diperguruan tinggi lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan secara tertulis. Apabila terbukti pernyataan ini tidak bener, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Yogyakarta, 23 Juli 2024

Yang menyatakan,



Novi Firrizqi Hariyanti

NIM 2000036086

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Novi Firrizqi Hariyanti

NIM : 2000036086

Email : novi2000036086@webmail.uad.ac.id

Fakultas : Kesehatan Masyarakat

Prodi : Gizi

Judul Tugas Akhir : Hubungan Konsumsi Zat Besi (Fe), Protein, dan Kafein dengan Kejadian Anemia Pada Siswi SMP Muhammadiyah di Kapanewon Depok Yogyakarta.

Dengan ini saya menyerahkan bukti hak sepenuhnya kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatu akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut

Saya (**mengijinkan**) karya tersebut diunggah ke dalam Respository Perpustakaan Uniniveristas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 9 Agustus 2024

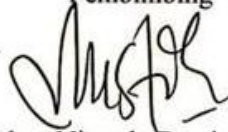
Mahasiswa



Novi Firrizqi Hariyanti

Mengetahui,

Pembimbing



Mustika Cahya Nirmala Dewinta, S.Gz.,M.PH

MOTTO

"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap." (QS. Al-Insyirah: 6-8)

Kita tidak bisa menghentikan perkataan orang lain yang selalu mengkritik, jadi bangkit dan buktikan bahwa mereka salah. Ayo semangat, hadapi semuanya dan nikmati prosesnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya serta kesempatan agar penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Sehingga saran, kritik, dan tanggapan positif akan penulis terima dengan sepenuh hati.

Skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak terkait. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof Dr. Muchlas, M.T. selaku Rektor Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.
2. Rosyidah, S.E., M. Kes., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.
3. Dyah Suryani, S.Si., M.Kes. selaku Ketua Jurusan Program Studi Gizi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta sekaligus sebagai dosen penguji yang telah mengarahkan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Rachmawati Widyaningrum, S.Gz., M.PH selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah membimbing penulis sejak awal semester hingga sekarang.
5. Mustika Cahya Nirmala Dewinta, S.Gz., M.PH selaku pembimbing skripsi yang sudah membimbing, memberikan arahan, masukan, semangat, dan motivasi kepada penulis. Terima kasih karena telah memberikan semangat dan juga kesempatan kepada penulis untuk menjadi mahasiswa bimbingan ibu.
6. Khairunisa Ramadhani, S.Gz., M.Pd. selaku penguji 1 yang telah mengarahkan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.
8. Seluruh staf Tata Usaha (TU) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan yang senantiasa membantu penulis secara administrasi untuk menyelesaikan skripsi ini.

9. Komite Etik Penelitian Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
10. Mutiara Dwi Apriani dan Yolanda Martha Putri yang senantiasa menemani, menghibur, memberikan semangat dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
11. Enumerator yang telah bersedia membantu dari awal hingga akhir perjalanan penelitian ini.
12. Kepada teman-teman Program Studi Gizi angkatan 2020, khususnya kelas Gizi B yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
13. Ibu Sriningsih, S.E dan Bapak ABD. Majid, S.E selaku kedua orang tua yang sangat saya cintai dan banggakan. Terima kasih karena selalu ada di sisi penulis, selalu memberikan cinta dan kasih sayang, doa, dan dukungan secara moril dan materil. Terima kasih atas segala pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis. Semoga ibu dan bapak selalu diberikan kesehatan dan terus menemani penulis hingga penulis dapat membalas segala pengorbanan ibu dan bapak.
14. Nova Firrizqi Hariyanti selaku saudara kembar yang selalu menemani penulis dari dalam kandungan hingga sekarang. Terima kasih atas segala doa, dukungan, dan semangat yang telah diberikan untuk menyelesaikan skripsi ini.
15. Diriku, Novi Firrizqi Hariyanti. Terima kasih sudah bertahan hingga sekarang. Terima kasih sudah berkerja keras untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih karena tidak pernah menyerah dan menjadi pribadi yang kuat dan sabar.
16. Ibu Hasnawati dan Alm. Bapak Sukiran selaku kakek dan nenek, penulis ucapkan terima kasih karena selalu mendoakan, memberikan semangat, dan memberikan dukungan secara moril dan materil kepada penulis.
17. Keluarga Cemara, penulis ucapkan terima kasih karena selalu mendoakan, menghibur, dan memberikan semangat kepada penulis.
18. Kepada Tulus, penulis ucapkan terima kasih karena selalu menghibur dan membuat penulis semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

19. Kepada Rizka Salsabila, penulis ucapkan terima kasih untuk setiap dukungan yang telah diberikan dari masa perkuliahan hingga penulis menyelesaikan skripsi ini.
20. Kepada “till jannah kak” dan “Mehen”, penulis ucapkan terima kasih untuk setiap dukungan yang telah diberikan untuk menyelesaikan skripsi ini.
21. Berbagai pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu tanpa mengurangi rasa hormat penulis.

Penulis berharap dapat menghasilkan karya yang lebih baik di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan motivasi bagi siapapun yang membacanya.

Yogyakarta, 24 Juni 2024

Penulis

Novi Firrizqi Hariyanti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
INTISARI.....	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan umum.....	4
1.3.2 Tujuan khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Telaah Pustaka.....	11
2.2 Kerangka Teori.....	22
2.3 Kerangka Konsep	23

2.4 Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1 Jenis Penelitian	24
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	24
3.3 Populasi dan Sampel.....	24
3.4 Instrumen dan Alat Penelitian	26
3.5 Variabel dan Definisi Operasional	29
3.6 Jalan Penelitian.....	30
3.7 Analisis Penelitian	31
3.8 Keterbatasan Penelitian	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Profil Lokasi Penelitian	33
4.2 Hasil dan Pembahasan.....	33
4.2.1 Hasil.....	33
4.2.2 Pembahasan	38
BAB V PENUTUP.....	45
5.1 Kesimpulan.....	45
5.2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian penelitian.....	7
Tabel 2. 1 Angka Kecukupan Besi yang Dianjurkan.....	15
Tabel 2. 2 Angka Kecukupan Protein yang Dianjurkan	18
Tabel 3. 1 Variabel dan Definisi Operasional.....	29
Tabel 4. 1 Frekuensi Konsumsi Zat Besi (Fe).....	33
Tabel 4.2 Frekuensi Konsumsi Protein	34
Tabel 4.3 Frekuensi Konsumsi Kafein.....	34
Tabel 4.4 Kejadian Anemia.....	35
Tabel 4.5 Tingkat Kecukupan Zat Gizi.....	35
Tabel 4.6 Hubungan Konsumsi Zat Besi (Fe) dengan Kejadian Anemia	36
Tabel 4. 7 Hubungan Konsumsi Protein dengan Kejadian Anemia.....	36
Tabel 4. 8 Hubungan Konsumsi Kafein dengan Kejadian Anemia	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Mekanisme Konsumsi Zat Besi (Fe), Protein, dan Kafein dengan Anemia	21
Gambar 2. 2 Kerangka teori	22
Gambar 2. 3 Kerangka konsep	23
Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Responden (Informed Consent).....	53
Lampiran 2. Kuesioner <i>SQ-FFQ</i> Survey Konsumsi Individu.....	54
Lampiran 3. Analisis Univariat dan Analisis Bivariat	57
Lampiran 4. Pelaksanaan Jadwal Penelitian	63
Lampiran 5. Surat Pengajuan Etik	64
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	65
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	68

INTISARI

Latar Belakang : Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat baik dalam skala global maupun nasional. Anemia dapat disebabkan karena defisiensi zat besi dan protein. Anemia juga dapat disebabkan karena konsumsi makanan yang mengandung senyawa penghambat penyerapan zat besi seperti kafein. Anemia pada remaja putri dapat mengakibatkan beberapa dampak negatif seperti pusing, pucat, lemah, bahkan berdampak pada kehamilan yang dapat menentukan kesehatan generasi berikutnya.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan konsumsi zat besi (Fe), protein, dan kafein dengan kejadian anemia pada siswi SMP Muhammadiyah di Kapanewon Depok Yogyakarta.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian yaitu korelasi yang bersifat menjelaskan hubungan antar variabel. Desain penelitian yang digunakan adalah metode observasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*.

Hasil : Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan konsumsi zat besi (p-value 0,330), konsumsi protein (p-value 0,103), dan konsumsi kafein (p-value 0,484) dengan kejadian anemia pada siswi SMP Muhammadiyah di Kapanewon Depok Yogyakarta.

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan konsumsi zat besi (Fe), protein, dan kafein dengan kejadian anemia siswi SMP Muhammadiyah di Kapanewon Depok Yogyakarta

Kata Kunci : Zat Besi, Protein, Kafein, Anemia, Remaja Putri

ABSTRACT

Background: Anemia in adolescent girls is still a public health problem both on a global and national scale. Anemia can be caused by iron and protein deficiency. Anemia can also be caused by consumption of foods that contain compounds that inhibit iron absorption such as caffeine. Anemia in adolescent girls can result in several negative impacts such as dizziness, pallor, weakness, and even have an impact on pregnancy which can determine the health of the next generation.

Research Purpose: This study aims to analyze the relationship of iron (Fe), protein, and caffeine consumption with the incidence of anemia in adolescent girls in Muhammadiyah Junior High School students in Kapanewon, Depok, Yogyakarta.

Method: This study used a quantitative method with a type of research that is correlation that explains the relationship between variables. The research design used was analytic observational method with Cross Sectional approach.

Results: The results of this study indicate that there is no relationship between iron consumption (p-value 0.330), protein consumption (p-value 0.103), and caffeine consumption (p-value 0.484) with the incidence of anemia in adolescent girls in Muhammadiyah Junior High School students in Kapanewon, Depok, Yogyakarta.

Conclusion: There is no association of iron (Fe), protein, and caffeine consumption with the incidence of anemia in adolescent girls in Muhammadiyah Junior High School students in Kapanewon, Depok, Yogyakarta.

Keywords: Iron, Protein, Caffeine, Anemia, Adolescent Girls