

Lampiran 1. Petunjuk Penelitian

KUESIONER PENELITIAN GAMBARAN PENGETAHUAN, ASUPAN DAN STATUS ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN ASSALAFIYAH KECAMATAN MERBAU MATARAM KABUPATEN LAMPUNG SELATAN TAHUN 2021

Petunjuk penggunaan alat *Easy Touch GCHB* dan pengambilan sampel darah:

- 1) Masukan baterai dan nyalakan mesin.
- 2) Atur jam, tanggal dan tahun pada mesin.
- 3) Ambil chip warna kuning masukan ke dalam mesin untuk cek mesin.
- 4) Jika layar muncul "error" berarti mesin rusak.
- 5) Jika layar muncul "OK" berarti mesin siap digunakan.
- 6) Setiap botol strip pada gula, kolesterol dan Hb terdapat chip test.
- 7) Untuk cek gula, masukan chip gula dan strip gula terlebih dahulu.
- 8) Pada layar akan muncul angka/kode sesuai pada botol strip.
- 9) Setelah itu akan muncul gambar tetes darah dan kedip-kedip.
- 10) Masukan jarum pada lancing/alat tembak berbentuk pen dan atur kedalaman jarum.
- 11) Gunakan tisu alkohol untuk membersihkan jari anda.
- 12) Tembakkan jarum pada jari dan tekan supaya darah keluar.
- 13) Darah di sentuh pada strip dan bukan di tetes diatas strip.
- 14) Sentuh pada bagian garis yang ada tanda panah.
- 15) Darah akan langsung meresap sampai ujung strip dan bunyi beep.
- 16) Tunggu sebentar, hasil akan keluar beberapa detik pada layar.
- 17) Cabut jarumnya dari lancing juga stripnya dan buang.
- 18) Chip gula di simpan ke botol lagi.
- 19) Gunakan chip kolesterol untuk tes kolesterol dan chip Hb untuk tes Hb.
- 20) Tutup rapat botol strip jika tidak digunakan lagi.
- 21) Perhatikan masa expired pada setiap strip .

(lanjutan)

Petunjuk pelaksanaan *food recall* 24 jam

1. Petugas/pewawancara menanyakan kembali dan mencatat semua makanan dan minuman yang dikonsumsi responden dalam ukuran rumah tangga selama kurun waktu 24 jam yang lalu.
2. Dalam membantu responden mengingat yang dimakan, perlu diberikan penjelasan waktu kegiatan seperti waktu bangun tidur, waktu sembahyang, pulang sekolah/bekerja, sesudah tidur siang dan sebagainya.
3. Petugas melakukan konversi dari URT ke dalam ukuran berat (gram).

Petunjuk pengisian kuesioner pengetahuan:

1. Jawablah pertanyaan dengan berurut dan jelas.
2. Berilah tanda silang pada jawaban yang paling tepat dan sesuai dengan keadaan anda sebenarnya.
3. Jawablah semua pertanyaan tanpa ada yang terlewatkan.
4. Bila kurang jelas tanyakan langsung pada pewawancara.

Petunjuk pengisian kuesioner kebiasaan minum teh:

1. Jawablah pertanyaan dengan berurut dan jelas
2. Tulis jawaban dibawah pertanyaan
3. Jawablah semua pertanyaan tanpa ada yang terlewatkan
4. Bila kurang jelas tanyakan langsung pada pewawancara

Lampiran 2. Kuesioner Penelitian

Tanggal :

Kode Responden :

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama :
2. Tanggal lahir :
3. Umur :
4. Kelas :

B. STATUS ANEMIA

1. Kadar Hb : g/dl
2. Status Anemia : 1 = Anemia, jika kadar Hb < 12 g/dl
2 = Tidak anemia, jika kadar Hb $\geq$ 12 g/dl

(lanjutan)

FORMULIR *FOOD RECALL* 24 JAM

Nama Responden :

Tanggal :

Waktu	Menu	Bahan makanan	URT	Gram

(lanjutan)

FORMULIR RECALL 24 JAM

Nama Responden :

Tanggal :

Waktu	Menu	Bahan makanan	URT	Gram

(lanjutan)

C. PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA

1. Apakah yang dimaksud dengan anemia?
 - a. Suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal
 - b. Kurangnya asupan energi
 - c. Suatu keadaan kadar hemoglobinnya meningkat
2. Apa saja tanda dan gejala dari anemia?
 - a. Demam dan mengigil
 - b. Cepat lelah, pucat pada kulit dan telapak tangan
 - c. Diare dan kejang
3. Menurut anda, kelompok yang paling beresiko menderita anemia?
 - a. Remaja putri
 - b. Remaja putra
 - c. Lansia (lanjut usia)
4. Menurut anda apakah penyebab remaja putri lebih beresiko terkena anemia?
 - a. Remaja putri terlalu sering mengkonsumsi makanan manis
 - b. Sering berolahraga
 - c. Kehilangan darah akibat peristiwa haid setiap bulannya
5. Menurut anda, berapa kadar Hb normal pada remaja putri?
 - a. Kadar Hb 10 g/dl
 - b. Kadar Hb ≥ 12 g/dl
 - c. Kadar Hb 7 g/dl
6. Dampak anemia terhadap remaja putri?
 - a. Konsentrasi belajar menurun
 - b. Selalu terlambat datang bulan
 - c. Bibir pecah-pecah
7. Anemia terjadi karena kekurangan zat besi, berikut ini kebiasaan yang dapat menghambat penyerapan zat besi oleh tubuh?
 - a. Kebiasaan merokok
 - b. Kebiasaan minum teh/kopi bersama sewaktu makan

- c. Kebiasaan tidur terlalu larut malam
- 8. Faktor apa yang menyebabkan wanita kehilangan zat besi yang berlebihan dalam tubuh?
 - a. Menstruasi
 - b. Terlalu banyak mengkonsumsi makanan berlemak
 - c. Banyak mengkonsumsi karbohidrat
- 9. Hal yang anda ketahui sebagai calon ibu nantinya tentang dampak jika menderita anemia pada masa kehamilan (persalinan)?
 - a. Kenaikan berat badan
 - b. Rambut rontok pada saat kehamilan
 - c. Adanya resiko keguguran dan pendarahan pada saat melahirkan
- 10. Anemia pada remaja putri dapat dicegah dengan banyak mengkonsumsi...
 - a. Makanan yang berlemak seperti coklat
 - b. Makanan sumber zat besi, seperti daging sapi dan hati ayam
 - c. Makanan yang lunak seperti bubur
- 11. Dibawah ini yang merupakan makanan sumber zat besi yang terbaik adalah...
 - a. Ikan dan nasi
 - b. Tahu dan tempe
 - c. Hati ayam dan daging sapi
- 12. Dibawah ini yang merupakan makanan sumber zat besi yang berasal dari nabati adalah...
 - a. Daun singkong dan bayam
 - b. Tahu dan tempe
 - c. Ikan dan nasi
- 13. Zat besi banyak terdapat dalam sayuran...
 - a. Wortel
 - b. Bayam
 - c. Sawi putih

14. Bahan makanan kaya zat besi yang mudah diserap dalam tubuh adalah...
- a. Daging
 - b. Bayam
 - c. Daun katuk
15. Apa yang dapat mengganggu penyerapan zat besi didalam tubuh?
- a. Susu
 - b. Jeruk peras
 - c. Teh
16. Vitamin berikut yang membantu penyerapan zat besi didalam tubuh?
- a. Vitamin C
 - b. Vitamin D
 - c. Vitamin E
17. Penyakit apa yang dapat menyebabkan terjadinya anemia?
- a. Flu
 - b. Cacingan
 - c. Maag
18. Cara pengobatan anemia adalah...
- a. Banyak makan nasi
 - b. Tidur
 - c. Minum tablet tambah darah
19. Seorang remaja putri bila tidak menstruasi dianjurkan minum tablet tambah darah setiap...
- a. 1 kali sehari
 - b. 1 minggu sekali
 - c. 1 bulan sekali
20. Apabila remaja putri mengalami menstruasi sebaiknya minum tablet tambah darah setiap...
- a. 1 kali sehari
 - b. 2 kali sehari
 - c. 1 minggu sekali

(lanjutan)

D. KEBIASAAN MINUM TEH

1. Apakah anda suka minum teh?

Jawab :

2. Dalam satu minggu berapa kali anda minum teh?

Jawab :

3. Jenis teh apa yang biasa anda konsumsi?

Jawab :

4. Mengapa anda minum teh?

Jawab :

5. Kapan waktu anda minum teh? (Pilih salah satu)

- a. Bersamaan saat makan
- b. Langsung sesudah makan
- c. 1,5 – 2jam setelah makan
- d. 1,5-2 jam sebelum makan

Jawab :

Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

TTL :

Alamat:

Menyatakan ketersediaan untuk dijadikan sebagai responden penelitian Mahasiswa Jurusan DIII Gizi Politeknik Kesehatan Tanjung Karang dengan judul “Gambaran Pengetahuan, Asupan dan Status Anemia Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2021”

Kerahasiaan informasi dan identitas responden dijamin oleh peneliti dan tidak akan disebar luaskan baik melalui media massa atau pun elektronik. Dengan demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, April 2021

Peneliti

Responden

Iffina Lika
NIM : 1813411003

(.....)

Lampiran 4. Hasil Analisis Data

1. Status Anemia

		status anemia			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	anemia	13	25.5	25.5	25.5
	tidak anemia	38	74.5	74.5	100.0
	Total	51	100.0	100.0	

2. Asupan Energi

		asupan energy			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	sangat kurang	44	86.3	86.3	86.3
	kurang	7	13.7	13.7	100.0
	Total	51	100.0	100.0	

3. Asupan Protein

		asupan protein			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	sangat kurang	48	94.1	94.1	94.1
	kurang	3	5.9	5.9	100.0
	Total	51	100.0	100.0	

4. Asupan vitamin C

		asupan vitamin C			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	kurang	51	100.0	100.0	100.0

5. Asupan Fe

		asupan Fe			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	51	100.0	100.0	100.0

6. Pengetahuan

		pengetahuan anemia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang	13	25.5	25.5	25.5
	cukup	34	66.7	66.7	92.2
	baik	4	7.8	7.8	100.0
	Total	51	100.0	100.0	

7. Kebiasaan minum teh

		kebiasaan minum the			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	51	100.0	100.0	100.0

8. Asupan energi dan anemia

asupan energi * status anemia Crosstabulation

		status anemia		Total
		anemia	tidak anemia	
asupan energi	sangat kurang	Count	12	32
		% within asupan energi	27.3%	72.7%
		% within status anemia	92.3%	84.2%
		% of Total	23.5%	62.7%
	kurang	Count	1	6
		% within asupan energi	14.3%	85.7%
		% within status anemia	7.7%	15.8%
		% of Total	2.0%	11.8%
Total		Count	13	38
		% within asupan energi	25.5%	74.5%
		% within status anemia	100.0%	100.0%
		% of Total	25.5%	74.5%

9. Asupan protein dan anemia

asupan protein * status anemia Crosstabulation

			status anemia		Total
			anemia	tidak anemia	
asupan protein	sangat kurang	Count	13	35	48
		% within asupan protein	27.1%	72.9%	100.0%
		% within status anemia	100.0%	92.1%	94.1%
		% of Total	25.5%	68.6%	94.1%
	Kurang	Count	0	3	3
		% within asupan protein	0.0%	100.0%	100.0%
		% within status anemia	0.0%	7.9%	5.9%
		% of Total	0.0%	5.9%	5.9%
Total	Count		13	38	51
	% within asupan protein		25.5%	74.5%	100.0%
	% within status anemia		100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total		25.5%	74.5%	100.0%

10. Asupan vitamin C dan anemia

Crosstab

			status anemia		Total
			anemia	tidak anemia	
asupan vitamin C	kurang	Count	13	38	51
		% within asupan vitamin C	25.5%	74.5%	100.0%
		% within status anemia	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	25.5%	74.5%	100.0%
Total	Count		13	38	51
	% within asupan vitamin C		25.5%	74.5%	100.0%
	% within status anemia		100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total		25.5%	74.5%	100.0%

11. Asupan Fe dan anemia

Crosstab

		status anemia		Total
		anemia	tidak anemia	
asupan Fe kurang	Count	13	38	51
	% within asupan Fe	25.5%	74.5%	100.0%
	% within status anemia	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	25.5%	74.5%	100.0%
Total	Count	13	38	51
	% within asupan Fe	25.5%	74.5%	100.0%
	% within status anemia	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	25.5%	74.5%	100.0%

12. Pengetahuan dan anemia

Crosstab

			status anemia		
			anemia	tidak anemia	Total
pengetahuan anemia	kurang	Count	3	10	13
		% within pengetahuan anemia	23.1%	76.9%	100.0%
		% within status anemia	23.1%	26.3%	25.5%
		% of Total	5.9%	19.6%	25.5%
	cukup	Count	10	24	34
		% within pengetahuan anemia	29.4%	70.6%	100.0%
		% within status anemia	76.9%	63.2%	66.7%
		% of Total	19.6%	47.1%	66.7%
	baik	Count	0	4	4
		% within pengetahuan anemia	0.0%	100.0%	100.0%
		% within status anemia	0.0%	10.5%	7.8%
		% of Total	0.0%	7.8%	7.8%
Total		Count	13	38	51
		% within pengetahuan anemia	25.5%	74.5%	100.0%
		% within status anemia	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	25.5%	74.5%	100.0%

13. Kebiasaan minum teh dan anemia

Crosstab

			status anemia		Total
			anemia	tidak anemia	
kebiasaan minum teh	baik	Count	13	38	51
		% within kebiasaan minum the	25.5%	74.5%	100.0%
		% within status anemia	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	25.5%	74.5%	100.0%
Total		Count	13	38	51
		% within kebiasaan minum the	25.5%	74.5%	100.0%
		% within status anemia	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	25.5%	74.5%	100.0%

14. Rata-rata Asupan Remaja putri

Statistics

		rata-rata asupan energy	rata-rata asupan prorein	rata-rata asupan vit C	rata-rata asupan fe	rata-rata kebiasaan minum teh
N	Valid	51	51	51	51	51
	Missing	0	0	0	0	0
Mean		1263.706	36.8137	7.647	4.655	2.431
Minimum		903.0	26.65	.3	2.1	.0
Maximum		1512.0	55.90	23.9	9.8	5.0

15. Distribusi Jawaban Benar Tentang Pengetahuan Anemia

No	Pertanyaan	N	%
1	Pengertian anemia	40	86
2	Gejala anemia	41	90
3	Paling beresiko terkena anemia	38	74
4	Penyebab anemia	35	68
5	Kadar Hb	23	45
6	Dampak anemia	25	49
7	Penghambat penyerapan zat besi	20	39
8	Factor penyebab wanita kehilangan zat besi berlebih	30	58
9	Dampak anemia pada masa kehamilan	34	66
10	Cara mecegah anemia	29	56
11	Makanan sumber zat besi terbaik	31	60
12	Makanan sumber zat besi berasal dari nabati	26	50
13	Sayuran yang mengandung banyak zat besi	25	49
14	Makanan kaya zat besi yang mudah diserap tubuh	21	41
15	Yang dapat mengganggu penyerapan zar besi pada tubuh	32	62
16	Vitamin yang membantu penyerapan zat besi pada tubuh	26	50
17	Penyakit yang menyebabkan anemia	12	23
18	Cara pengobatan anemia	38	74
19	Anjuran minum tablet tambah darah saat tidak menstruasi	34	66
20	Anjuran minum tablet tambah darah saat menstruasi	30	58

Lampiran 5. Dokumentasi

DOKUMENTASI

