

LAMPIRAN

Lampiran 1. Form Persetujuan Responden**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Tempat/Tanggal lahir :

Umur :

Kelas :

Alamat :

Menyatakan ketersediaan untuk dijadikan responden penelitian Mahasiswa Jurusan DIII Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungkarang dengan judul “Gambaran Faktor Resiko Anemia Pada Remaja Putri Kelas X di SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2023”.

Kerahasiaan informasi dan identitas responden dijamin oleh peneliti akan aman dan tidak akan disebar luaskan baik melalui media manapun.

Dengan demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, Mei 2023

Peneliti

Responden

Rizky Rhamantika
NIM : 2013411129

(.....)

Lampiran 2. Kuesioner Faktor Resiko Anemia

GAMBARAN FAKTOR RESIKO ANEMIA PADA REMAJA PUTRI KELAS X DI SMA GAJAH MADA BANDAR LAMPUNG

TAHUN 2023

A. Kuesioner Pengetahuan Anemia

Identitas Responden :

Nama :

Umur :

Kelas :

Hari/Tanggal :

Disilang (x) jawaban yang menurut anda benar.

1. Apakah yang dimaksud dengan Anemia?
 - a. Suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal
 - b. Darah rendah dalam tubuh
 - c. Suatu keadaan kadar hemoglobinnya meningkat
2. Apa saja tanda dan gejala dari Anemia?
 - a. Cepat lelah, pucat pada kulit dan telapak tangan
 - b. Diare dan kejang
 - c. Nyeri dada dan kaki pegal
3. Menurut anda, kelompok yang paling beresiko menderita Anemia ?
 - a. Remaja putri
 - b. Remaja putra
 - c. Lansia (lanjut usia)
4. Apakah dampak anemia bagi remaja putri ?
 - a. Menstruasi terhambat, daya tahan tubuh menurun
 - b. Menurunkan berat badan dan mengganggu pertumbuhan
 - c. Tidak ada pengaruh bagi remaja
5. Fungsi Hemoglobin adalah ?
 - a. Mengangkut oksigen dari paru-paru keseluruh tubuh
 - b. Mengangkut zat gizi keseluruh tubuh
 - c. Mengangkut darah keseluruh tubuh

6. Menurut anda, berapa kadar normal Hb pada remaja putri?
 - a. Kadar Hb 12-16 g/dl
 - b. Kadar Hb 10-16 g/dl
 - c. Kadar Hb 13,5-18 g/dl
7. Perilaku yang dapat menghambat penyerapan zat besi oleh tubuh adalah?
 - a. Minum teh/kopi bersamaan sewaktu makan
 - b. Tidur terlalu larut malam
 - c. Merokok
8. Faktor apa yang menyebabkan wanita kehilangan zat besi yang berlebihan dalam tubuh?
 - a. Haid
 - b. Kurang konsumsi makanan yang bergizi
 - c. Jarang berolahraga
9. Vitamin C merupakan zat gizi yang sangat berperan dalam meningkatkan penyerapan
 - a. Karbohidrat
 - b. Lemak
 - c. Zat besi
10. Vitamin yang sangat berperan dalam meningkatkan penyerapan zat besi didalam tubuh adalah?
 - a. Vitamin C
 - b. Vitamin D
 - c. Vitamin E
11. Anemia pada remaja dapat dicegah dengan banyak mengkonsumsi
 - a. Makanan yang berlemak seperti coklat
 - b. Makanan sumber zat besi, seperti daging sapi,hati ayam
 - c. Makanan yang lunak seperti bubur
12. Menurut anda yang merupakan makanan sumber zat besi yang berasal dari protein hewani adalah
 - a. Ikan dan nasi
 - b. Tahu dan Tempe
 - c. Hati ayam dan daging sapi
13. Menurut anda yang merupakan makanan yang berasal dari protein nabati adalah
 - a. Brokoli
 - b. Tahu dan tempe
 - c. Ikan

14. Menurut anda buah yang bagus dikonsumsi untuk meningkatkan Hb adalah
 - a. Buah bit
 - b. Buah timun
 - c. Anggur
15. Menurut anda sayuran yang kaya akan zat besi adalah
 - a. Wortel
 - b. Brokoli
 - c. Daun Singkong
16. Bagaimana cara mencegah anemia pada remaja putri ?
 - a. Mengonsumsi tablet tambah darah
 - b. Menjaga kebersihan perorangan
 - c. Memperbaiki status gizi dan berolahraga secara teratur
17. Apakah tablet tambah darah itu ?
 - a. Tablet yang berwarna putih yang mengandung zat besi
 - b. Tablet yang berwarna merah yang mengandung 200 mg Sulfat Ferosus dan 0,4 mg asam folat
 - c. Tablet yang berwarna merah mengandung vitamin A, B1 dan B6
18. Minuman yang menghambat penyerapan zat besi
 - a. Air gula
 - b. Air jeruk
 - c. Teh, kopi
19. Parameter yang digunakan untuk menetapkan anemia adalah
 - a. Hemoglobin
 - b. Plasma darah
 - c. Sel darah putih
20. Dengan apa tablet zat besi (Fe) baik dikonsumsi?
 - a. Teh dan kopi
 - b. Susu
 - c. Air

putih

(Muttemaina, 2019)

B. Status Anemia

Nama Responden :

Umur :

Kelas :

1. Kadar Hb :

2. Status Anemia :

1= anemia < 12 g/dl

2= tidak anemia \geq 12-15 g/dl

C. Kebiasaan mengkonsumsi Tablet Tambah Darah

1. Apakah anda mendapat Tablet Tambah Darah dari pihak sekolah?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Berapakah jumlah Tablet Tambah Darah yang anda peroleh?
 - a. 1 tablet/bulan
 - b. 2 tablet/bulan
 - c. 3 tablet/bulan
 - d. 4 tablet/bulan
3. Apakah anda mengonsumsi Tablet Tambah Darah?
 - a. Ya (jika ya, ke nomer 4)
 - b. Tidak (jika tidak, ke nomer 5)
4. Berapa jumlah Tablet Tambah darah yang anda konsumsi?
 - a. 1 tablet/bulan
 - b. 2 tablet/bulan
 - c. 3 tablet/bulan
 - d. 4 tablet/bulan
5. Mengapa anda tidak mengonsumsi Tablet Tambah Darah?
 - a. Tidak suka baunya
 - b. Tidak bisa menelan TTD
 - c. Merasa pusing setelah mengonsumsi

D. Pola Menstruasi

Berlangsung selama berapa hari pola menstruasi anda?

- a. Selama 3-7 hari dan terjadi setiap 21-35 hari.
- b. Kurang dari 21 hari dan lebih dari 35 hari

E. Lama Menstruasi

Berapa hari lamanya menstruasi anda?

- a. 3-7 hari
- b. < 2 hari atau > 7 hari

F. Konsumsi Makanan Mengandung Zat Besi

1. Berapa kali anda mengonsumsi daging dagingan merah dalam seminggu? contohnya seperti : daging sapi, daging kambing, hati jeroan.

- a. Ya, 1 minggu sekali
- b. Ya, 2 minggu sekali
- c. Tidak pernah

2. Berapa kali anda mengonsumsi sayuran hijau dalam seminggu? contohnya seperti : brokoli, bayam.

- a. Ya, 1 minggu sekali
- b. Ya, 2 minggu sekali
- c. Tidak pernah

Lampiran 3. Surat Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR

Jalan Soekarno - Hatta No.6 Bandar Lampung
 Telp. : 0721 - 783 852 Faksimile : 0721 - 773918



E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id>

Nomor : PP.03. 01 / I. 1 / 1863 62/2023
 Lampiran : Eks
 Hal : Izin Penelitian

16 Maret 2023

Yang Terhormat , Ketua Yayasan SMA Gajah Mada Bandar Lampung
 Di – Bandar Lampung

Sehubungan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tanjungpur Tahun Akademik 2022/2023, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan penelitian adalah sebagai berikut :

No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1	Rizky Rhamantika	Gambaran Faktor Resiko Anemia Pada Remaja Putri Kelas X Di SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2023	SMA Gajah Mada Bandar Lampung

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dewi Purwaningsih, S.Si.T., M.Kes
 NIP-196705271988012001

Tembusan :
 1. Ka. Jurusan Gizi

Lampiran 4. Surat Selesai Melaksanakan Penelitian



YAYASAN PENDIDIKAN GAJAH MADA TANJUNGGARANG
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) GAJAH MADA BANDAR LAMPUNG
 STATUS TERAKREDITASI **A**
 NPS : 302126011022 NIS : 300220 NPSN : 10807031

SURAT KETERANGAN PENELITIAN
 Nomor : 421.3/434/III.01/SMA.GM/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala SMA Gajah Mada menerangkan bahwa, Mahasiswa Politeknik Tanjung Karang Lampung :

Nama : RIZKY RHAMANTIKA
 NPM : 2013411129
 Judul Skripsi : Gambaran Faktor Resiko Anemia Pada Remaja Putri Kelas X, di SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2023.

Telah melaksanakan Penelitian di SMA Gajah Mada Bandar Lampung pada Tanggal, 15 – 16 Mei 2023. Data hasil penelitian tersebut akan dipergunakan oleh yang bersangkutan untuk Menyusun Skripsi.

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, 16 Mei 2023
 Kepala SMA Gajah Mada Bandar Lampung



H. MARVADI SAPUTRA, S.E., M.M.
 NPKS 1902310221260241185300

Jalan Soekarno-Hatta No.1
 Tanjung Senang Bandar Lampung
 Telepon (0721) 788304 - Kode Pos 35141

Email smagamabl@gmail.com - www.smagamabd1.sch

Lampiran 5. SPSS Data Penelitian

		Kadarhb			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Tidak Anemia	26	45.6	45.6	45.6
	Anemia	31	54.4	54.4	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Descriptive Statistics				
N	Minimum	Maximum	Mean	
57	7	23	11.80	
57				

		Penganemia			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	kurang <60%	4	7.0	7.0	7.0
	cukup 60-80%	24	42.1	42.1	49.1
	baik >80%	29	50.9	50.9	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

		Konsumtttd			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	teratur	12	21.1	21.1	21.1
	tidak teratur	44	77.2	77.2	98.2
	tidak pernah konsumsi sama sekali	1	1.8	1.8	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

		Konsumsitttd			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	tidak konsum	1	1.8	1.8	1.8
	1 ttd/bln	28	49.1	49.1	50.9
	2 ttd/bln	13	22.8	22.8	73.7
	3 ttd/bln	3	5.3	5.3	78.9

4 ttd/bln	12	21.1	21.1	100.0
Total	57	100.0	100.0	

Polamens

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	teratur	52	91.2	91.2	91.2
	tidak teratur	5	8.8	8.8	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Lamamens

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	normal	52	91.2	91.2	91.2
	tidak normal	5	8.8	8.8	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Zatbesidaging

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sering konsumsi	20	35.1	35.1	35.1
	jarang konsumsi	35	61.4	61.4	96.5
	tidak konsumsi sama sekali	2	3.5	3.5	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Zatbesisayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sering konsumsi	20	35.1	35.1	35.1
	jarang konsumsi	29	50.9	50.9	86.0
	tidak konsumsi sama sekali	8	14.0	14.0	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Lampiran 6. Pengisian Kuisioner

32

Lampiran 1. Form Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Alga Naga Perambay
 Tempat/Tanggal lahir : Bandar Lampung / 21.10.2004
 Umur : 16
 Kelas : X/10
 Alamat : Perumahan Astoria Putri

Menyatakan ketersediaan untuk dijadikan responden penelitian Mahasiswa Jurusan DIII Gizi Politeknik Kesehatan Tanjungkarang dengan judul "Gambaran Faktor Resiko Anemia Pada Remaja Putri Kelas X di SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2023".

Kerahasiaan informasi dan identitas responden dijamin oleh peneliti akan aman dan tidak akan disebar luaskan baik melalui media manapun.

Dengan demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, 15 Mei 2023

Peneliti : Rh
 Responden : Alga Naga Perambay
 (Alga Naga Perambay)

Riky Rhamantika
 NIM : 2013411129

Poltekkes Tanjungkarang

33

Lampiran 2. Kuesioner Faktor Resiko Anemia

**GAMBARAN FAKTOR RESIKO ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
 KELAS X DI SMA GAJAH MADA BANDAR LAMPUNG
 TAHUN 2023**

A. Kuesioner Pengetahuan Anemia

Identitas Responden :

Nama : Alga Naga Perambay
 Umur : 16
 Kelas : X/10
 Hari/Tanggal : Senin, 15 Mei 2023

Disilang (x) jawaban yang menurut anda benar.

- Apakah yang dimaksud dengan Anemia?
 - Suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam darah kurang dari normal
 - Darah rendah dalam tubuh
 - Suatu keadaan kadar hemoglobinya meningkat
- Apakah tanda dan gejala dari Anemia?
 - Cepat lelah, pucat pada kulit dan telapak tangan
 - Diare dan kejang
 - Nyeri dada dan kaki pegal
- Menurut anda, kelompok yang paling beresiko menderita Anemia?
 - Remaja putri
 - Remaja putra
 - Lansia (lanjut usia)
- Apakah dampak anemia bagi remaja putri?
 - Menstruasi terhambat, daya tahan tubuh menurun
 - Menurunkan berat badan dan mengganggu pertumbuhan
 - Tidak ada pengaruh bagi remaja

Fungsi Hemoglobin adalah?

- Mengangkut oksigen dari paru-paru keseluruh tubuh
- Mengangkut zat gizi keseluruh tubuh
- Mengangkut darah keseluruh tubuh

Poltekkes Tanjungkarang

34

- Menurut anda, berapa kadar normal Hb pada remaja putri?
 - Kadar Hb 12-16 g/dl
 - Kadar Hb 10-16 g/dl
 - Kadar Hb 13,5-18 g/dl
- Perilaku yang dapat menghambat penyerapan zat besi oleh tubuh adalah?
 - Minum teh/kopi bersamaan sewaktu makan
 - Tidur terlalu larut malam
 - Merokok
- Faktor apa yang menyebabkan wanita kehilangan zat besi yang Berlebihan dalam tubuh?
 - Haid
 - Kurang konsumsi makanan yang bergizi
 - Jarang berolahraga
- Vitamin C merupakan zat gizi yang sangat berperan dalam meningkatkan penyerapan?
 - Karbohidrat
 - Lemak
 - Zat besi
- Vitamin yang sangat berperan dalam meningkatkan penyerapan zat besi didalam tubuh adalah?
 - Vitamin C
 - Vitamin D
 - Vitamin E
- Anemia pada remaja dapat dicegah dengan banyak mengkonsumsi?
 - Makanan yang berlemak seperti coklat
 - Makanan sumber zat besi, seperti daging sapi,hati ayam
 - Makanan yang lunak seperti bubur
- Menurut anda yang merupakan makanan sumber zat besi yang berasal dari protein hewani adalah?
 - Ikan dan nasi
 - Tahu dan Tempe
 - Hati ayam dan daging sapi
- Menurut anda yang merupakan makanan yang berasal dari protein nabati adalah?
 - Brokoli
 - Tahu dan tempe
 - Ikan

Poltekkes Tanjungkarang

35

- Menurut anda buah yang bagus dikonsumsi untuk meningkatkan Hb adalah?
 - Buah bit
 - Buah tinjun
 - Anggur
- Menurut anda sayuran yang kaya akan zat besi adalah?
 - Wortel
 - Brokoli
 - Daun Singkong
- Bagaimana cara mencegah anemia pada remaja putri?
 - Mengonsumsi tablet tambah darah
 - Menjaga kebersihan pencernaan
 - Memperbaiki status gizi dan berolahraga secara teratur
- Apakah tablet tambah darah itu?
 - Tablet yang berwarna putih yang mengandung zat besi
 - Tablet yang berwarna merah yang mengandung 200 mg Sulfat Ferosus dan 0,4 mg asam folat
 - Tablet yang berwarna merah mengandung vitamin A, B1 dan B6
- Minuman yang menghambat penyerapan zat besi?
 - Air gula
 - Air jeruk
 - Teh, kopi
 - Parameter yang digunakan untuk menetapkan anemia adalah?
 - Hemoglobin
 - Plasma darah
 - Sel darah putih
- Dengan apa tablet zat besi (Fe) baik dikonsumsi?
 - Teh dan kopi
 - Susu
 - Air putih

(Mutemaina, 2019)

Poltekkes Tanjungkarang

B. Status Anemia

Nama Responden :
Umur :
Kelas : ~~9.2.17.0~~

1. Kadar Hb : 9.4 g/dl
2. Status Anemia : 1

1= anemia < 12 g/dl
2= tidak anemia ≥ 12-15 g/dl

C. Kebiasaan mengonsumsi Tablet Tambah Darah

1. Apakah anda mendapat Tablet Tambah Darah dari pihak sekolah?
 - Ya
 - Tidak
2. Berapakah jumlah Tablet Tambah Darah yang anda peroleh?
 - a. 1 tablet/bulan
 - b. 2 tablet/bulan
 - c. 3 tablet/bulan
 - 4 tablet/bulan
3. Apakah anda mengonsumsi Tablet Tambah Darah?
 - a. Ya (jika ya, ke nomor 4)
 - Tidak (jika tidak, ke nomor 5)
4. Berapa jumlah Tablet Tambah darah yang anda konsumsi?
 - 1 tablet/bulan
 - b. 2 tablet/bulan
 - c. 3 tablet/bulan
 - d. 4 tablet/bulan
5. Mengapa anda tidak mengonsumsi Tablet Tambah Darah?
 - Tidak suka buanya
 - b. Tidak bisa memelan TTD
 - c. Merasa pusing setelah mengonsumsi

Poltekkes Tanjungkarang

D. Pola Menstruasi

Berlangsung selama berapa hari pola menstruasi anda?
 Selama 3-7 hari dan terjadi setiap 21-35 hari.
b. Kurang dari 21 hari dan lebih dari 35 hari

E. Lama Menstruasi

Berapa hari lamanya menstruasi anda?
 3-7 hari
b. < 2 hari atau > 7 hari

F. Konsumsi Makanan Mengandung Zat Besi

1. Berapa kali anda mengonsumsi daging dagingan merah dalam seminggu? contohnya seperti : daging sapi, daging kambing, hati jeroan dll.
 - a. Ya, 1 minggu sekali
 - Ya, 2 minggu sekali
 - c. Tidak pernah
2. Berapa kali anda mengonsumsi sayuran hijau dalam seminggu? contohnya seperti : brokoli, bayam, dll.
 - Ya, 1 minggu sekali
 - b. Ya, 2 minggu sekali
 - c. Tidak pernah

Poltekkes Tanjungkarang

Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian



