

LAMPIRAN

Lampiran 1**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Kelas :

Jenis kelamin :

Menyatakan bahwa bersedia dijadikan sebagai responden penelitian mahasiswa jurusan gizi poltekteknik Kesehatan tanjungkarang dengan judul penelitian:

“Gambaran Tingkat pengetahuan, status anemia, dan faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada siswi kelas VII SMP Negeri 13 Bandar Lampung” dan saya bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan siapapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan agar dapat digunakan mestinya

Bandar Lampung, 14 April 2025

Peneliti

Responden

Gading Quinta Wangi
2213411075

(.....)

Lampiran 2

Petunjuk Pengisian Kuisioner, Pengecekan Kadar Hb, dan Pengisian Food Recall 2 x 24 Jam

A. Petunjuk Penelitian Pengecekan Kadar Hb menggunakan alat Easy Touch dan pengambilan sampel darah :

- 1) Masukan baterai dan nyalakan mesin
- 2) Atur jam, tanggal, tahun pada mesin
- 3) Ambil chip warna kuning masukkan kedalam mesin untuk cek mesin
- 4) Jika layar muncul error berarti alat rusak
- 5) Jika layar muncul oke berarti alat siap digunakan
- 6) Terdapat chip test pada botol Hb
- 7) Untuk cek Hb, masukkan chip Hb dan strip Hb terlebih dahulu
- 8) Pada layar akan muncul angka/kode sesuai pada botol strip
- 9) Setelah itu akan muncul gambar tetes darah dan berkedip-kedip
- 10) Masukan jarum pada lancing/alat tembak berbentuk pen dan atur kedalaman jarumnya
- 11) Gunakan tisu alkohol untuk membersihkan jari anda
- 12) Tembakkan jarum pada jari dan tekan agar darah keluar
- 13) Darah disentuh pada strip dan bukan diteteskan diatas strip
- 14) Sentuh bagian garis yang ada tanda panah
- 15) Darah akan mengalir sampai ke ujung garis strip dan akan berbunyi beep
- 16) Tunggu sebentar, hasil akan keluar beberapa detik di layar
- 17) Cabut jarum dan lancing juga strip lalu dibuang
- 18) Chip Hb disimpan kebotol lagi
- 19) Tutup rapat botol strip jika tidak digunakan lagi
- 20) Perhatikan masa expired pada setiap strip

B. Petunjuk Pengisian Kuisioner Pengetahuan

- 1) Jawablah pertanyaan pilihan ganda dengan benar
- 2) Jawablah semua pertanyaan tanpa ada yang terlewatkan
- 3) Bila kurang jelas tanyakan pada pewawancara

C. Petunjuk Pengisian Kuisioner food recall 2 x 24 jam

- 1) Petugas/pewawancara menanyakan kepada responden untuk mengingat semua makanan dan minuman yang dikonsumsi pada 24 jam yang lalu
- 2) Responden menguraikan secara mendetail masing-masing bahan makanan yang dikonsumsi seperti bahan makanan atau makanan jadi. Mulai dari makan pagi, siang, malam sampai berakhir di hari tersebut
- 3) Responden memperkirakan porsi yang dimakan, sesuai dengan ukuran rumah tangga yang biasa, antara lain dengan menggunakan food model atau foto-foto, dan bahan makanan asli serta alat makan.
- 4) Pewawancara dan responden mengecek atau mengulangi kembali apa yang dimakan dengan cara mengingat kembali.

Lampiran 3

Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri

Identitas Responden :

Nama :

Kelas :

Tempat Tanggal Lahir :

Umur :

Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia

Beri tanda (×) pada jawaban yang menurut anda benar

I. Pengetahuan Remaja Tentang Anemia

1. Apakah yang dimaksud dengan anemia ?

- a. Suatu keadaan dimana kadar hemoglobin kurang dari normal
- b. Darah rendah dalam tubuh
- c. Suatu keadaan kadar hemoglobin meningkat

☐

2. Apa saja tanda 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, dibawah ini apa penyebab remaja putri lebih beresiko terkena anemia ialah ?

- a. Remaja lebih cenderung sering melakukan diet
- b. Sering mengkonsumsi makanan cepat saji seperti mie ayam dan bakso
- c. Kehilangan darah akibat sering haid setiap bulannya

☐

4. Menurut anda, mana kelompok yang paling beresiko terkena anemia ?

- a. Remaja putri
- b. Remaja putra

☐

- c. Lansia (lanjut usia)
5. Menurut anda, berapakah kadar Hb normal pada remaja putri dibawah ini ?
- a. Kadar Hb < 12g/dl
 - b. Kadar Hb $\geq$ 12 g/dl
 - c. Kadar Hb < 13 g/dl
6. Dampak anemia terhadap remaja putri ialah ?
- a. Konsentrasi belajar menurun
 - b. Selalu terlambat datang bulan
 - c. Bibir pecah-pecah
7. Kebiasaan yang dapat menghambat penyerapan zat besi didalam tubuh adalah
- 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. Kurang mengkonsumsi makan yang bergizi
 - c. Semua jawaban benar
9. Manakah yang termasuk zat besi dibawah ini ?
- a. Hati ayam
 - b. Nasi
 - c. Tahu
10. Vitamin berikut yang membantu penyerapan zat besi didalam tubuh adalah ?
- a. Vitamin d
 - b. Vitamin c
 - c. Vitamin a
11. Anemia pada remaja putri dapat dicegah dengan banyak mengkonsumsi ?
- a. Makanan yang berlemak seperti coklat
 - b. Makanan sumber zat besi seperti daging dan hati ayam
 - c. Makanan yang lunak seperti bubur

12. Dibawah ini yang bukan merupakan makanan sumber zat besi ialah
- a. Daging sapi ☐
 - b. Hati ayam
 - c. Tahu
13. Vitamin c sangat berperan dalam penyerapan
- a. Lemak ☐
 - b. Karbohidrat
 - c. Zat besi
14. Untuk mencegah anemia gizi besi (fe) dapat dilakukan dengan cara ?
- a. Konsumsi lauk hewani, sayuran dan buah-buahan yang cukup serta tinggi fe
 - b. Mengonsumsi sayuran tinggi fe saja ☐
 - c. Hanya mengonsumsi buah-buahan saja
15. Suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh, merupakan pengertian dari ?
- a. Anemia ☐
 - b. Gizi seimbang
 - c. Empat pilar
16. Apa alasan dianjurkan konsumsi tablet tambah darah pada malam hari sebelum tidur?
- a. Untuk menghindari rasa mual dan muntah
 - b. Karena efek tablet tambah darah menyebabkan ngantuk ☐
 - c. Supaya dapat minum tablet tambah darah dalam kondisi santai
17. Apa yang dianjurkan untuk dikonsumsi bersamaan dengan tablet tambah darah?
- a. Air jeruk ☐
 - b. Teh
 - c. Kopi

18. Apakah jenis anemia yang paling banyak terjadi pada kehamilan?

- a. Anemia kekurangan zat besi
- b. Anemia kelainan bentuk darah
- c. Anemia thalassemia

☐

19. Apa akibat dari tidak mengkonsumsi tablet tambah darah?

- a. Badan sehat
- b. Kurang darah atau anemia
- c. Menjadi gemuk

☐

20. Dampak anemia terhadap remaja putri ialah ?

- a. Konsentrasi belajar menurun
- b. Selalu terlambat datang bulan
- c. Bibir pecah-pecah

☐

Lampiran 4**KUISIONER PENELITIAN**

Tanggal Penelitian :

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Responden :

Umur :

Tempat Tanggal Lahir :

Kelas :

B. STATUS ANEMIA

Kadar Hb.....gr/dl

Status Anemia : Anemia / Tidak Anemia

C. DATA ANTROPOMETRI

1. TB (tinggi badan) :

2. BB (berat badan) :

3. Status Gizi :

4. Z-score IMT/U :

5. LILA : cm

Status KEK : Beresiko KEK / tidak beresiko KEK

Lampiran 5**FORMULIR *FOOD RECALL* 2
x 24 JAM**

No. Responden :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

WAKTU	MENU	BAHAN MAKANAN	URT	GRAM

Lampiran 6

Dokumentasi Penimbangan Berat Badan dan Pengukuran Tinggi Badan



Dokumentasi Recall dan Pengecekan Kadar Hb



Dokumentasi Pengisian Kuisisioner



YAYASAN KATIKA JAYA
KOORDINATOR KOREM 043 CABANG II SRIWIJAYA
SMP KARTIKA II-2 BANDAR LAMPUNG

NDS : L.04012006 NIS : 200210 NPSN : 10807265 NSS : 202126003021

STATUS : TERAKREDITASI "A"

e-mail : smp_kartikaii2bdl@yahoo.co.id

Jl. Kapten Pierre Tendean No. 4 Palapa Tanjungkarang Pusat Telp 0721240764 Bandar Lampung 3116

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 108 /421.3-SMPKII-2/IV/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SMP Kartika II-2 Bandar Lampung dengaini menerangkan :

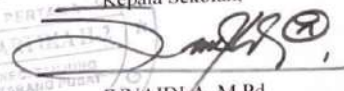
Nama : GADING QUINTA WANGI
NIM : 2213411075
Jurusan : DIII GIZI POLTEKES
Judul Skripsi : GAMBARAN STATUS ANEMIA DAN FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWA KELAS VII DAN VIII DI SMP KARTIKA II-2 BANDAR LAMPUNG

Telah melaksanakan Penelitian di SMP Kartika II-2 Bandar Lampung pada tanggal

14 April 2025 Dengan dictum keterangan sebagai berikut :

1. Izin Penelitian diberikan atas dasar surat dari KEMENKES POLTEKKES TANJUNGPURBAN Nomor : PP.01.01/F.XXXV/1306/2025
2. Data yang diperoleh hanya dapat dipergunakan untuk penyelesaian pendidikan.
3. Hasil akhir penulis supaya diberikan pada sekolah sebanyak 1 eksemplar.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandarlampung, 15 April 2025
Kepala Sekolah,

IUNAIOLA, M.Pd
Niy. 992003029

Lampiran 8



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Politeknik Kesehatan Tanjungkarang
 Jalan Soekarno Hatta No.6 Bandar Lampung
 Lampung 35145
 (0721) 783852
<https://www.poltekkes-tjk.ac.id>

Nomor : PP.01.04/F.XXXV/1306/2025
 Lampiran : 1 eks
 Hal : Izin Penelitian

10 April 2025

Yth, Kepala SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung
 Di- Tempat

Sehubungan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir bagi mahasiswa Tingkat III Program Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang Tahun Akademik 2024/2025, maka dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian bagi mahasiswa di institusi yang Bapak/Ibu Pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan penelitian adalah sebagai berikut:

NO	NAMA	JUDUL	TEMPAT PENELITIAN
1.	Kadek Dwi Ratna Kemala NIM: 2213411015	Gambaran Status Anemia, Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri Kelas VII dan VIII di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung Tahun 2025	SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung
2.	Gading Quinta Wangi NIM: 2213411075	Gambaran Status Anemia dan Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas VII dan VIII SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung Tahun 2025	SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian
 Kesehatan Tanjungkarang,



Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes

Tembusan:
 1.Ka.Jurusan Gizi
 2.Ka. Sekolah

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://te.kominfo.go.id/verifyPDF>



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 9

NO	Nama	TB	BB	Usia	Status Gizi	Kadar Hb	Tingkat Pengetahua n	Keb Energi	Energi	Keb Pro	Protein	Keb Lem	Lemak	Keb Kh	Karbo	Vit C	Fe	Total E (%)	Total Protein (%)	Total Lemak (%)	Total Kh (%)
1	K	159	42,80	13	-1,10 (N)	13,5	65	1.195	1.495	60	57,5	33,21	78	164,4	180	216	17,6	80	96	235	109
2	L	153,9	51,50	12	1,07 (OV)	13,7	65	1.255	1.665	62,79	70,2	34,88	50,5	172,67	180,2	31,3	18,8	75	112	145	104
3	M	149,3	38,85	12	-1,91 (N)	10,1 (K)	65	1.097	1.237	54,88	48,2	30,48	47,8	150,92	149,7	30,2	14,2	89	88	157	99
4	N	148,5	42,95	13	0,32 (N)	15,1	65	1.131	1.335	56,58	65,5	31,43	35,2	155,59	150,6	115	16,5	85	116	112	97
5	N	148,5	36	13	-1,34 (N)	11 (K)	75	1.062	1.225	53,1	43,7	29,52	32,3	146,03	157,5	50,2	14,2	87	82	109	108
6	N	152,9	40	13	0,87 (N)	12,3	60	1.129	1.251	56,33	58,22	31,37	40,1	155,32	152,26	68,3	16,9	90	103	128	98
7	R	154,7	49,14	12	0,68 (N)	15	60	1.237	1.252	61,86	74,2	34,36	40,1	170,11	168,53	92,5	18,5	99	120	117	99
8	R	159	59,40	13	1,25 (OV)	12,5	60	1.361	1.557	68,08	89,5	37,82	52,2	187,23	180,47	34,4	15,8	87	131	138	96
9	R	150,8	74,5	12	3,03 (OB)	10,7 (K)	65	1.466	1.334	73,32	65,42	40,73	65,2	201,64	178,7	31,2	9,25	110	89	160	89
10	M	152	56,90	13	1,44 (OV)	14,9	65	1.293	1.229	64,65	70,4	35,91	42,37	177,78	180,58	98,5	17,8	105	109	118	102
11	A	150,8	41,45	12	-0,16 (N)	14,3	65	1.136	1.256	56,8	59,83	31,55	41,1	156,2	161,9	88,1	16,2	90	105	130	104
12	A	156	59	13	1,50 (OV)	10,1(K)	60	1.339	1.112	66,95	57,9	37,19	44,8	184,11	155,98	25,2	8,23	120	86	120	85
13	A	158,4	43,50	13	-0,80 (N)	12,7	70	1.199	1.116	59,95	45,98	33,3	34,89	164,86	174,2	61,7	14,5	107	77	105	106
14	F	158,1	50,40	12	0,60 (N)	14,8	65	1.271	1.334	63,55	54,78	35,3	33,87	174,77	169,99	69,4	16,8	95	86	96	97
15	G	157	39,40	12	-1,26 (N)	11,6 (K)	65	1.154	1.225	57,71	44,65	32,6	42,8	158,7	113,87	30,2	12,6	94	77	131	72
16	K	155	41,2	13	-1,87 (N)	12,8	60	1.154	1.334	57,73	52,32	32,7	35,98	158,77	175	57,5	17,8	87	91	110	110
17	R	152,9	57,25	13	1,90 (OV)	11,7 (K)	70	1.302	1.211	65,1	51,8	36,16	45,7	179,03	188,3	64,7	14,2	108	80	126	105
18	A	159	48,20	12	0,15 (N)	12,6	65	1.254	1.112	62,73	50,41	34,85	38,98	172,52	168,98	32,3	15,7	113	80	112	98
19	F	155,1	39,05	13	-1,28 (N)	15	65	1.133	1.245	56,69	54,89	31,49	33,21	155,89	153,87	69,7	18,3	91	97	105	99
20	M	156	74,15	12	2,66 (OB)	11,4 (K)	80	1.485	1.476	74,27	50,8	41,26	54,97	204,25	324,84	47,9	15,2	101	68	133	159
21	N	155,5	40	13	-1,27 (N)	13,1	70	1.145	1.225	57,29	61,67	31,82	38,93	157,54	161,3	67,7	19,2	93	108	122	102
22	R	158,4	38,45	13	-1,92 (N)	11,7 (K)	65	1.374	1.107	68,72	43,64	38,18	31,86	158,99	147,72	57,4	15,5	124	64	83	93
23	Y	154	41,65	13	-0,74 (N)	13,6	60	1.153	1.225	57,65	51,78	32,2	30,92	158,3	160,87	65,2	16,6	94	90	96	102
24	A	152,9	87,75	13	3,46 (OB)	14	85	1.607	1.446	80,35	85,9	44,64	51,87	220,97	278,93	54,5	18,9	111	107	116	126
25	A	152	66,35	14	2,22 (OB)	10,8 (K)	75	1.382	1.443	69,12	54,7	38,4	66,5	190,09	286,78	35,1	9,10	96	79	173	151
26	A	160	72,2	14	2,02 (OB)	13,9	85	1.491	1.601	74,55	80,2	41,41	64,7	205,01	334,9	87,5	17,3	93	108	156	163
27	B	159,4	47,40	14	0,81 (N)	14,5	70	1.239	1.33	69,96	58,73	34,42	31,33	170,39	216,98	94,8	17,4	93	84	91	127
28	D	158,8	46	14	-0,74 (N)	14,2	75	1.221	1.342	61,07	57,94	33,93	36,9	167,95	189,98	77,1	16,5	91	95	109	113
29	D	146,6	46,50	14	0,64 (N)	11,5 (K)	80	1.15	1.092	57,51	48,2	31,95	34,7	158,15	160,4	54,6	12,5	105	84	109	101
30	K	158,1	69,90	14	1,97 (OV)	13,4	80	1.456	1.267	72,8	77,9	40,44	57,3	200,21	175,9	63,3	18,3	115	107	142	88
31	K	158,4	79,85	14	2,69 (OB)	11,7 (K)	85	1.557	1.322	77,87	65,5	43,26	67,8	214,15	177,9	33,3	13,3	118	84	157	83
32	N	156,1	69,99	14	2,09 (OB)	11,8 (K)	90	1.444	1.375	72,22	61,32	40,12	65,98	198,61	234,2	57,7	15,8	105	85	164	118
33	A	162	59,45	14	0,97 (N)	12,5	85	1.376	1.111	68,8	55,82	38,22	30,9	189,2	167,98	63,2	15,2	124	81	81	89
34	A	157,4	63,9	14	1,61 (OV)	13,8	80	1.391	1.287	99,85	88,6	38,65	35,87	191,35	278,98	67,5	17,8	108	89	93	146
35	A	156,8	50,5	14	0,25 (N)	10,9 (K)	90	1.254	1.321	62,7	49,96	34,83	30,89	172,42	187,98	27,7	9,7	95	80	89	109
36	C	163,3	47,36	13	-0,72 (N)	12,8	80	1.268	1.332	63,44	66,98	35,22	31,87	174,37	171,84	43,8	17,4	95	106	90	99
37	C	153	36,65	13	-1,61 (N)	14,1	75	1.096	1.382	54,83	50,87	30,46	32,98	150,79	147,98	115	16,9	79	93	108	98
38	E	160,5	46,15	14	-0,62 (N)	13,2	80	1.233	1.231	61,68	56,97	34,26	34,81	169,62	158,93	77,5	17,4	100	92	102	94
39	M	162	52,40	14	-0,03 (N)	10,9 (K)	75	1.305	1.245	65,27	41,53	36,26	30,1	179,5	148,5	37,5	6,2	105	64	83	83
40	S	153	40,95	14	-1,04 (N)	16,6	80	1.134	1.223	56,73	55,8	35,51	31,88	156,02	167,89	32,4	18,4	93	98	90	108
41	A	153,5	41	14	-0,88 (N)	10,9 (K)	90	1.138	1.274	56,91	49,97	31,61	34,8	156,51	141,76	45,3	7,72	89	88	110	91
42	C	152,1	50	13	0,81 (N)	12,5	75	1.224	1.287	61,23	52,12	34,01	30,09	168,38	145,89	64,4	14,2	95	85	88	87
43	J	148	50,3	14	0,90 (N)	14,6	65	1.197	1.102	59,85	53,89	33,25	35,56	164,58	157,92	86,8	17,3	109	90	107	96
44	K	152	56,55	14	1,55 (OV)	11,4 (K)	90	1.284	1.481	64,22	56,72	35,68	41,77	176,61	167,83	45,4	13,5	87	88	117	95
45	N	153,6	43	14	-0,55 (N)	13	85	1.159	1.289	57,95	63,12	32,19	34,21	159,36	135,9	44,3	19,2	90	109	106	85
46	R	155	45,60	14	-0,31 (N)	11,2 (K)	70	1.193	1.234	59,68	45,43	33,15	35,87	164,13	146,89	56,7	8,23	97	76	108	89
47	S	157,9	58	13	1,20 (OV)	12	65	1.34	1.565	67,04	55,9	37,24	45,7	184,3	117,9	64,4	10,1	86	83	123	64
48	T	154,4	39	14	-1,28 (N)	14,1	75	1.124	1.224	56,2	54,46	31,22	40,23	154,55	168,76	79,4	18,3	92	97	129	109

Lampiran 10

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Azzahra Dinar Hakim

Kelas : 8B

Jenis kelamin : Perempuan

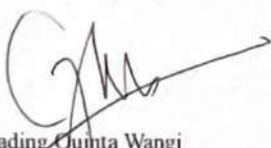
Menyatakan bahwa bersedia dijadikan sebagai responden penelitian Mahasiswa Jurusan D-III Gizi Politeknik Kesehatan Tanjung Karang dengan judul penelitian:

"Gambaran Status Anemia, dan Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas VII dan VIII di SMP Kartika II-2 (Persit) Bandar Lampung" dan bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan siapapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan agar dapat digunakan mestinya

Bandar Lampung, 14 April 2025

Peneliti


Gading Quinta Wangi
2213411075

Responden


(Azzahra Dinar Hakim...)

Lampiran 11

KUISIONER PENELITIAN

Tanggal Penelitian :

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Responden : keisyah
Umur : 13
Tempat Tanggal Lahir : Batam, 31 Okt 2011
Kelas : 8C

B. STATUS ANEMIA

Kadar Hb 13.9 gr/dl

Status Anemia Anemia / Tidak Anemia

C. DATA ANTROPOMETRI

1. TB (tinggi badan) : 152
 2. BB (berat badan) : 56,55
 3. Status Gizi :
 4. Z-score IMT/U :
 5. LILA : 25 cm
- Status KEK Beresiko KEK / tidak beresiko KEK

Lampiran 12

B:17

Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri

Identitas Responden :

Nama : Aldira Fersia Neon

Kelas : 8B

Tempat Tanggal Lahir : Bandar Lampung . 03 April 2011

Umur : 14 tahun

Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia

Beri tanda (x) pada jawaban yang menurut anda benar

I. Pengetahuan Remaja Tentang Anemia

1. Apakah yang dimaksud dengan anemia ?

- a. Suatu keadaan dimana kadar hemoglobin kurang dari normal
- ☒ b. Darah rendah dalam tubuh
- c. Suatu keadaan kadar hemoglobin meningkat

2. Apa saja tanda 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, dibawah ini apa penyebab remaja putri lebih beresiko terkena anemia ialah ?

- ☒ a. Remaja lebih cenderung sering melakukan diet
- b. Sering mengkonsumsi makanan cepat saji seperti mie ayam dan bakso
- ☒ c. Kehilangan darah akibat sering haid setiap bulannya

4. Menurut anda, mana kelompok yang paling beresiko terkena anemia ?

- ☒ a. Remaja putri
- b. Remaja putra

c. Lansia (lanjut usia)

5. Menurut anda, berapakah kadar Hb normal pada remaja putri dibawah ini ?

☒ Kadar Hb < 12g/dl

☒ Kadar Hb $\geq$ 12 g/dl

c. Kadar Hb < 13 g/dl

6. Dampak anemia terhadap remaja putri ialah ?

☒ Konsentrasi belajar menurun

b. Selalu terlambat datang bulan

c. Bibir pecah-pecah

7. Kebiasaan yang dapat menghambat penyerapan zat besi didalam tubuh adalah

a. Kebiasaan merokok

☒ 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. Kurang mengkonsumsi makan yang bergizi

☒ Semua jawaban benar

9. Manakah yang termasuk zat besi dibawah ini ?

☒ Hati ayam

b. Nasi

c. Tahu

10. Vitamin berikut yang membantu penyerapan zat besi didalam tubuh adalah ?

a. Vitamin d

☒ Vitamin c

c. Vitamin a

11. Anemia pada remaja putri dapat dicegah dengan banyak mengkonsumsi ?

a. Makanan yang berlemak seperti coklat

☒ Makanan sumber zat besi seperti daging dan hati ayam

c. Makanan yang lunak seperti bubur

12. Dibawah ini yang bukan merupakan makanan sumber zat besi ialah

a. Daging sapi

☒ b. Hati ayam

c. Tahu

13. Vitamin c sangat berperan dalam penyerapan?

a. Lemak

☒ b. Karbohidrat

☒ c. Zat besi

14. Untuk mencegah anemia gizi besi (fe) dapat dilakukan dengan cara ?

☒ a. Konsumsi lauk hewani, sayuran dan buah-buahan yang cukup serta tinggi fe

b. Mengonsumsi sayuran tinggi fe saja

c. Hanya mengonsumsi buah-buahan saja

15. Suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh, merupakan pengertian dari ?

☒ a. Anemia

b. Gizi seimbang

c. Empat pilar

16. Apa alasan dianjurkannya konsumsi tablet tambah darah pada malam hari sebelum tidur?

☒ a. Untuk menghindari rasa mual dan muntah

b. Karena efek tablet tambah darah menyebabkan ngantuk

c. Supaya dapat minum tablet tambah darah dalam kondisi santai

17. Apa yang dianjurkan untuk dikonsumsi bersamaan dengan tablet tambah darah?

☒ a. Air jeruk

b. Teh

c. Kopi

18. Apakah jenis anemia yang paling banyak terjadi pada kehamilan?

- ☒ a. Anemia kekurangan zat besi
- ☒ b. Anemia kelainan bentuk darah
- c. Anemia thalassemia

19. Apa akibat dari tidak mengkonsumsi tablet tambah darah?

- a. Badan sehat
- ☒ b. Kurang darah atau anemia
- c. Menjadi gemuk

20. Berapakah anjuran untuk mengkonsumsi tablet tambah darah saat menstruasi?

- a. 1 kali
- ☒ b. 4 kali
- ☒ c. Setiap hari

