



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA  
**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN KESEHATAN**

**SURAT TUGAS**

Nomor : 72/F.7-UMJ/VI/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. dr. Tri Ariguntar Wikaning Tyas, Sp.PK  
NID/NIDN : 20.694/0020077005  
Jabatan : Dekan Fakultas Kedokteran dan Kesehatan

Dengan ini menugaskan nama :

**Dr. Hirfa Turrahmi, S.Pd, SST, MKM**

Untuk mengikuti acara : **Pertemuan Ilmiah Internasional “Strengthening Midwifery Foundation Trought Innovation in Education, Research and Publication”**, yang dilaksanakan oleh Asosiasi Pendidikan Kebidanan Indonesia (AIPKIND), In Syaa Allah akan dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Jum'at-Minggu, 19-21 Juli 2024  
Waktu : Pukul 10.00 WIB - Selesai  
Tempat : Hotel Santika Premiere Slipi  
Jl. K.S. Tubun No. 7 RT/RW : 1/7 Slipi, Palmerah  
Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta

Setelah mengikuti kegiatan tersebut agar melaporkan hasilnya selambat-lambatnya 2 minggu setelah kegiatan.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk digunakan dengan sebaik-baiknya.

Jakarta, 20 Juni 2024  
Dekan



Dr. dr. Tri Ariguntar Wikaning Tyas, Sp.PK  
NID/NIDN : 20.694/0020077005

Tembusan :

1. Ka. Prodi Kebidanan
2. SDM
3. Arsip



# SERTIFIKAT

NOMOR : 026/SKP/AIPKIND/VII/2024

DIBERIKAN KEPADA

**Dr. Hirfa Turrahmi, SPd., SST., MKM**

*Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023*

Sebagai peserta Oral Presentasi pada Pertemuan Ilmiah Tahunan (PIT) Pendidikan Bidan Tahun 2024 di Hotel Santika Premiere Jakarta, Tanggal 19-21 Juli 2024.

KETUA ASOSIASI PENDIDIKAN  
KEBIDANAN INDONESIA (AIPKIND)

AIP **K** Ind

*J. Ilyas*  
Dra. Jumiarni Ilyas, M.Kes

# Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023

Hirfa Turrahmi<sup>1</sup>, Heti Rahayu<sup>2</sup>, Khaulah Fitria<sup>3</sup>, Juju Juhaeni<sup>4</sup> dan Fatimah<sup>5</sup>

## Abstrak

*World Health Organization* (2015) mencatat jumlah remaja di dunia adalah 18% dari jumlah penduduk atau sekitar 1,2 milyar dengan kategori usia 10-19 tahun diantaranya Afrika 69,9 juta, Amerika 38,1 juta, *South East Asia* 190,6 juta, Eropa 48,4 juta, *Eastern Mediterranean* 55,2 juta, *Western Mediterranean* 55,2 juta, *Western Pasific* 92,6 juta, Data Statistik Indonesia (2020) dari 270.203.917 penduduk terdapat 17% adalah remaja (usia 10 – 19 tahun) atau 4,6 juta yang terdiri dari 49% remaja perempuan dan 51% remaja laki-laki. Data Riskesdas (2018) terdapat 32% remaja dengan anemia dan sebanyak 23% dialami oleh remaja putri. Anemia di definisikan sebagai kondisi tubuh dengan kadar haemoglobin dalam sel darah tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh atau pemeriksaan laboratorium klinik menunjukkan  $Hb < 12 \text{ gr/dL}$ . Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara pola makan, aktivitas fisik dan riwayat penyakit infeksi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023. Metode penelitian menggunakan analitik deskriptif dengan desain studi *cross sectional*. Jumlah sampel penelitian 114 remaja putri yang diambil melalui teknik *Stratified Random Sampling*. Hasil Penelitian: Analisis statistik menunjukkan 36.8% remaja mengalami anemia diantaranya 43.0% remaja dengan LILA  $< 23,5 \text{ cm}$ . Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan  $OR = 53.3$  (CI 95%. 6.7 – 420.3,  $p = 0.000$ ), dan riwayat penyakit infeksi  $OR = 17.9$  (CI 95%. 6.3 – 50.6.  $p = 0.000$ ) dengan kejadian anemia, namun tidak ditemukan hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian anemia ( $p = 0.537$ ). Kesimpulan penelitian bahwa remaja dengan pola makan yang kurang baik memiliki risiko 53,3 kali mengalami anemia dan remaja dengan Riwayat penyakit infeksi memiliki risiko 17,9 kali mengalami anemia. Diasarankan pada remaja agar mengatur pola makan yang baik dengan mempertimbangkan frekwensi dan jenis makanan yang dikonsumsi, serta menjaga imunitas tubuh agar terhindar dari infeksi sehingga tidak mengalami anemia.

**Kata Kunci:** Remaja, Anemia, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Penyakit Infeksi

## **Abstract**

*The World Health Organization (2015) notes that the number of adolescents in the world is 18% of the total population or around 1.2 billion in the 10-19 year age category among Africa 69.9 million, America 38.1 million, South East Asia 190.6 million, Europe 48.4 million, Eastern Mediterranean 55.2 million, Western Mediterranean 55.2 million, Western Pacific 92.6 million, Indonesian Statistical Data (2020) of 270,203,917 residents, 17% are teenagers (age 10-19 years) or 4.6 million consisting of 49% young women and 51% young men. Riskesdas data (2018) there are 32% of adolescents with anemia and as many as 23% are experienced by young women. Anemia is defined as a condition of the body with hemoglobin levels in the blood cells not meeting the body's physiological needs or clinical laboratory tests showing Hb <12gr/dL. This study aims to determine the relationship between diet, physical activity and history of infectious diseases with the incidence of anemia in young women at SMPN 77 Central Jakarta in 2023. The research method used descriptive analytic with a cross sectional study design. The total sample of the study was 114 young women who were taken through a stratified random sampling technique. Results: Statistical analysis showed that 36.8% of adolescents experienced anemia, including 43.0% of adolescents with LILA <23.5 cm. The results of the chi square test showed that there was a relationship between diet OR = 53.3 (95% CI 6.7 – 420.3, p = 0.000), and a history of infectious diseases OR = 17.9 (95% CI 6.3 – 50.6. p = 0.000) with the incidence anemia, but no relationship was found between physical activity and the incidence of anemia (p = 0.537). The conclusion of the study was that adolescents with poor eating patterns had a 53.3 times risk of experiencing anemia and adolescents with a history of infectious diseases had a 17.9 times risk of experiencing anemia. It is recommended for adolescents to regulate a good diet by considering the frequency and type of food consumed, as well as maintaining the body's immunity to avoid infection so they do not experience anemia.*

**Keywords:** *Adolescents, Anemia, Diet, Physical Activity, Infectious Diseases.*

## I. Latar Belakang dan Tujuan

Asupan pola makan pada remaja saat ini sering sekali terabaikan, dimana remaja lebih berfokus pada penampilan dan aktivitas fisik yang cukup tinggi. Usia remaja merupakan periode rentan gizi karena peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan yang pesat, selain itu pada remaja dibutuhkan energi yang cukup untuk melakukan aktivitas fisik sehari-hari [1]. Pola makan yang tidak seimbang akan berdampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta lebih rentan terhadap penyakit-penyakit kronis seperti penyakit kardiovaskular, kanker, dan osteoporosis di masa dewasa [2]. Penyakit infeksi seperti infeksi parasite (cacing), hemoroid (ambien), dan perdarahan salah satu penyebab yang dapat mempengaruhi anemia [3]. Supaya tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit infeksi, maka pola makan remaja perlu ditingkatkan agar asupan gizi yang optimal guna meningkatkan kesehatan setiap individu [4].

Gambaran pola makan remaja menurut survey yang dilakukan Global School Health tahun 2015, antara lain: Tidak selalu sarapan (65,2%), sebagian besar remaja kurang mengonsumsi serat sayur buah (93,6%) dan sering mengonsumsi makanan berpenyedap (75,7%). Apabila cara konsumsi ini berlangsung terus menerus dan menjadi kebiasaan pola makan tetap para remaja, Hal ini berdampak pada meningkatnya risiko terjadinya anemia [5].

Dilain pihak terkait dengan pola makan menurut Khairunnisa (2016), kebiasaan makan remaja yang terlalu memilih makanan seperti tidak suka sayur atau tidak suka terhadap jenis protein tertentu berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja, dimana remaja tersebut juga melakukan aktivitas fisik yang tinggi seperti mengikuti ekstrakurikuler, olahraga, organisasi di lingkungan sekolah dan lain sebagainya. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh remaja membutuhkan banyak energi, apabila energi yang diserap tidak mencukupi, maka akan menyebabkan remaja kekurangan gizi yang salah satunya adalah anemia. Namun berbeda dengan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, proporsi penduduk Indonesia usia lebih dari 10 tahun yang kurang melakukan aktivitas fisik jumlahnya meningkat dari 26,1% pada 2013 menjadi 33,5% pada 2018, sebanyak (42,5%) remaja itu kurang melakukan aktifitas fisik. [6].

Remaja juga sering mengonsumsi jajanan seperti seblak, bakso, *fast food* atau *junk foods* seperti *pizza*, *burger*, *fried chicken* [7], dimakan makanan ini rendah akan asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin dan B12, kesalahan dalam mengonsumsi zat besi bersamaan dengan zat lainnya dapat mengganggu penyerapan zat besi sebagai nutrient utama untuk remaja putri [8]. Sebanyak 32% atau tiga dari sepuluh remaja Indonesia menderita penyakit anemia (Riskesdas) 2018.

Angka kejadian anemia menurut *World Health Organization* (2015), angka kejadian anemia di beberapa negara dengan penduduk yang mengalami anemia usia 15-49 tahun yaitu Afrika 69,9 juta, Amerika 38,1 juta, *South East Asia* 190,6 juta, Eropa 48,4 juta, *Eastern Mediterranean* 55,2 juta, *Western Mediterranean* 55,2 juta, *Western Pasific* 92,6 juta, dan global 496,3 juta. Sedangkan

menurut Kemenkes RI (2018), berdasarkan data DKI Jakarta sebanyak 23% remaja putri mengalami anemia.

Anemia merupakan sebuah kondisi tubuh dengan kadar hemoglobin (Hb) dalam sel darah dikatakan rendah sehingga tidak cukup untuk kebutuhan fisiologis dalam tubuh [9]. Anemia di tandai dengan sering mengeluh pusing, dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit, dan telapak tangan menjadi pucat [10]. Tanda-tanda anemia lazim dengan sebutan 5L yaitu, lesu, lelah, letih, lemah, dan lunglai [9], dan dapat disebabkan karena stress dan terlambat makan [11]. Menurut *World Health Organization* (WHO), Remaja putri dengan usia diatas 15 untuk kadar hemoglobin normal yaitu  $> 12,0 \text{ gr/dl}$  ( $>7,5 \text{ mmol}$ ) [12].

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik mengetahui lebih jauh tentang Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023.

## II. Metode Penelitian

### 2.1 Data

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan data primer (peneliti memperoleh data secara langsung dari tangan pertama) yang berada di SMP 77 Jakarta tahun 2023.

### 2.2 Metodologi

Penelitian ini menggunakan analitik deskriptif dengan desain studi *cross sectiona*, populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas 7 dan 8 yang berada di SMPN 77 Jakarta tahun 2023. Sampel pada penelitian ini berjumlah 114 responden.

## III. Hasil

### Tabel Distribusi Frekuensi Umur, LILA, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Riwayat Penyakit Infeksi dan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Umur</b>		
Remaja Awal	60	52.6s
Remaja Menengah	54	47.4
<b>LILA</b>		
KEK	49	43.0
Tidak KEK	65	57.0
<b>Pola Makan</b>		
Baik	19	16.7

Kurang Baik	95	83.3
<b>Aktivitas Fisik</b>		
Sedang	76	66.7
Berat	38	33.3
<b>Riwayat Penyakit Infeksi</b>		
Ada	32	28.1
Tidak Ada	82	71.9
<b>Anemia</b>		
Anemia	42	36.8
Tidak Anemia	72	63.2
<b>Total</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

Table diatas menunjukkan Sebagian besar remaja putri dengan umur pada fase remaja awal sebanyak 60 responden (52,6%), dan remaja menengah sebanyak 54 responden (47,4%). Berdasarkan LILA (Lingkar lengan atas) sebagian besar remaja tidak mengalami KEK (kekurangan Energi Kronik) sebanyak 65 responden (57%) dan yang mengalami KEK sebanyak 49 responden (43%). Sebagian besar remaja dengan pola makan yang kurang baik sebanyak 95 responden (83,3%) dan pola makan baik sebanyak 19 responden (16,7%). Remaja yang melakukan aktifitas fisik dengan intensitas sedang lebih banyak 76 responden (66,7%) dan aktivitas berat sebanyak 38 responden (33,3%). Sedangkan remaja putri yang tidak memiliki Riwayat penyakit infeksi lebih besar 82 responden (71,9%) dan dengan riwayat penyakit infeksi sebanyak 32 responden (28,1%). dan remaja putri yang tidak mengalami anemia sebanyak 72 responden (63,2%) dan yang mengalami anemia sebanyak 42 responden (36,8%).

**Tabel 2. Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023**

Pola Makan	Anemia		OR	P (value)	
	Anemia	Tidak Anemia			
	n	%	95% CI		
Baik	18	94,7%	1	5,3%	53,3 0,000
Kurang baik	24	25,3%	71	74,7%	

Berdasarkan table diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia ( $p= 0.000$ ). Remaja yang memiliki pola makan yang kurang baik beresiko 53,3 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki pola makan baik.  $OR = 53.3$  (CI 95%. 6.7 – 420.3,  $p= 0.000$ ).

**Tabel 3. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023**

Aktivitas fisik	Anemia		OR		P (value)
	Anemia		95% CI		
	Anemia	Tidak Anemia			
	n	%	n	%	
Sedang	26	34,2%	50	65,8%	0,715
Berat	16	42,1%	22	57,9%	

Berdasarkan table diatas menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian anemia ( $p= 0.537$ ). Remaja yang memiliki aktivitas fisik baik yang sedang maupun berat akan mengalami resiko yang sama untuk kejadian anemia.  $OR = 0.715$  (CI 95%. 0.32 – 1.59).

**Tabel 4. Hubungan antara Riwayat Penyakit Infeksi dengan kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023**

Riwayat penyakit infeksi	Anemia		OR		P (value)
	Anemia		95% CI		
	Anemia	Tidak Anemia			
	n	%	n	%	
Ada	26	81.3%	6	18,8%	17,9
Tidak ada	16	19,%	66	80,9%	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penyakit infeksi dengan kejadian anemia ( $p= 0.000$ ). Remaja yang memiliki riwayat penyakit infeksi beresiko 17.9 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang tidak memiliki riwayat penyakit infeksi.  $OR = 17.9$  (CI 95%. 6.3 – 50.6.  $p= 0.000$ ).

#### IV. Diskusi/ Pembahasan

##### 4.1 Pola Makan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia ( $p= 0.000$ ). Remaja yang memiliki pola makan yang kurang baik beresiko 53.3 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki pola makan baik.  $OR = 53.3$  (CI 95%. 6.7 – 420.3,  $p= 0.000$ ).

Prevalensi anemia pada remaja putri secara nasional mencapai angka 23%. Menurut Mery Adriani (2012) kejadian anemia pada remaja dipengaruhi oleh pola makan dan perubahan gaya



hidup meliputi frekuensi makan dan jenis makanan yang dikonsumsi. Pola makan adalah gambaran mengenai frekuensi dan jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari. Pola makan yang kurang baik merupakan faktor terjadinya anemia. Mengonsumsi makan yang baik dan jumlah makanan yang seharusnya dimakan akan mempengaruhi kesehatan tubuh yang optimal [14].

Menurut Wibowo (2013) di Indonesia remaja yang mengonsumsi makanan yang gizinya baik sangat jarang, lebih banyak remaja yang mengonsumsi makanan dengan gizi yang tidak baik dimana prevalensi 50% dari total populasi remaja keseluruhan, hal ini masih menjadi penyebab remaja di Indonesia mudah mengalami anemia

#### **4.2 Riwayat Penyakit Infeksi**

Hasil penelitian ini didapatkan hubungan yang signifikan antara riwayat penyakit infeksi dengan kejadian anemia ( $p= 0.000$ ). Remaja yang memiliki riwayat penyakit infeksi beresiko 17.9 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang tidak memiliki riwayat penyakit infeksi.  $OR = 17.87$  (95% CI = 6.3 – 50.6  $p= 0.000$ ).

Penyakit infeksi dan parasite merupakan salah satu penyebab anemia gizi besi pada remaja (Arisman MB, 2004: 146). Hal ini cenderung terjadi dinegara tropis, lembab serta keadaan sanitasi yang kurang baik. Penyakit kronis seperti ISPA dan malaria akan memperberat anemia. Penyakit infeksi dapat menyebabkan gangguan gizi melalui beberapa cara seperti mengeluarkan makanan (muntah-muntah), diare dan menghilangkan nafsu makan. Infeksi dapat juga menyebabkan penurunan kadar hemoglobin (hb). Penyakit diare dan ISPA menyebabkan nafsu makan menjadi menurun yang akhirnya dapat menurunkan tingkat konsumsi gizi [16].

Inflamasi yang terjadi ketika seseorang menderita penyakit infeksi akan mengganggu penyerapan zat besi yang terjadi dalam tubuh seseorang. Zat besi berperan dalam proses terjadinya apoptosis atau kematian sel. Proses terjadinya apoptosis terbagi menjadi 2 yaitu jalur intrinsic dan jalur ekstrinsik. Jalur intrinsic merupakan pelepasan sitokrom. Sitokrom merupakan hemoprotein yang mengandung gugus heme dan berfungsi sebagai pengusung electron. Zat besi salah satu komponen penting sitokrom, jika cadangan zat besi berkurang, maka akan menghambat proses apoptosis. Ketika tubuh kehilangan apoptosis, maka sel akan membelah diri secara tidak terkendali dalam jangka panjang

#### **4.3 Aktivitas Fisik**

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian anemia ( $p= 0.537$ ). Remaja yang memiliki aktivitas fisik baik yang sedang maupun berat akan mengalami resiko yang sama untuk kejadian anemia.  $OR = 0.715$  (CI 95%. 0.32 – 1.59).

Teori yang dikemukakan oleh Chibryah dan Anita (2018) kadar hemoglobin (hb) seseorang sangat dipengaruhi oleh aktivitas fisik yang dilakukan seseorang. Kadar hemoglobin (hb) mengalami kenaikan ketika seseorang melakukan kegiatan olahraga secara teratur. Keadaan tersebut dapat terjadi ketika seseorang melakukan aktivitas, maka dengan itu jaringan atau sel akan lebih banyak membutuhkan oksigen. Selain itu, kondisi keadaan seseorang sangat beragam ada yang menunjukkan hasil kadar hemoglobin (hb) normal namun memiliki kebugaran fisiknya menurun, keadaan seperti ini disebabkan adanya faktor lain selain kadar hemoglobin (hb) yang menentukan Kesehatan jasmani seseorang [17]

Walaupun secara statistik tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian anemia, akan tetapi dari beberapa teori diatas, menyatakan bahwa aktivitas fisik berat akan mempengaruhi kadar hemoglobin dalam batas normal atau lebih. Aktivitas fisik berat menyebabkan metabolisme dalam sel tubuh meningkat sehingga metabolisme besi dalam tubuh menyebabkan kadar hemoglobin dalam tubuh normal atau lebih [18].

## **V. Kesimpulan dan Rekomendasi**

### **5.1 Kesimpulan**

Dari temuan penelitian yang dilakukan kepada remaja putri di SMPN 77 Jakarta Pusat tahun 2023 dapat disimpulkan bahwa:

- a. Remaja putri di SMPN 77 Jakarta Pusat tahun 2023 sebagian besar berada di fase remaja awal sebanyak 60 responden (52,6%), remaja menengah 54 responden (47,7%).
- b. Berdasarkan pengukuran LILA masih terdapat responden yang mengalami KEK sebanyak 49 responden (43.0%) dan yang tidak mengalami KEK sebanyak 65 responden (57%).
- c. Responden dengan pola makan yang kurang baik cukup besar 95 responden (83.3%) dibandingkan dengan remaja dengan pola makan yang baik 19 responden (16,7%)
- d. Responden dengan aktifitas fisik sedang lebih banyak 76 responden (66,7%) dibandingkan dengan responden dengan aktifitas berat 38 responden (33,3%).
- e. Dalam 6 bulan terakhir responden dengan Riwayat penyakit infeksi lebih sedikit 32 responden (28,1%) dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki Riwayat penyakit infeksi 82 responden (71,9%).
- f. Responden yang mengalami anemia sebanyak 42 responden (36,8%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 72 responden (63,2%), yang artinya persentase responden yang mengalami anemia pada penelitian ini masih cukup tinggi. Angka anemia pada remaja secara nasional diangka 23%.
- g. Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia ( $p= 0.000$ ). Remaja yang memiliki pola makan yang kurang baik beresiko 53.3 kali mengalami anemia.

- h. Terdapat hubungan antara riwayat penyakit infeksi dengan kejadian anemia ( $p= 0.000$ ). Remaja yang memiliki riwayat penyakit infeksi beresiko 17.9 kali mengalami anemia.
- i. Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian anemia  $p =0.537$ .

## **5.2 Rekomendasi**

- a. Pelatihan penanggulangan masalah anemia dengan strategi pemberdayaan, maka siswa, guru, dan pengelola kantin, mulai melakukan implementasi penanggulangan masalah anemia berbasis pemberdayaan masyarakat
- b. Pemanfaatan UKS melalui pendidikan kesehatan dilakukan dengan memberikan informasi kesehatan oleh guru dan petugas kesehatan.
- c. Membuat program pencegahan anemia yang dipantau langsung secara berkala oleh PUSKESMAS di sekitar sekolah SMPN 77 Jakarta
- d. Bagi siswa yang sudah mengalami anemia dapat diberikan langsung tablet tambah darah secara berkala dan diberikan buku saku untuk mengontrol kepatuhan mengkonsumsi tambah darah

## VI. Daftar Referensi

- F. S. Mokoginta, F. Budiarmo, & A. E. Manampiring. (2016). *Gambaran pola asupan makanan pada remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara*. Manado, *J. e-Biomedik*, vol. 4, no. 2.
- S. Paat, M. D. A, & A. A (2021). *Gambaran Pengetahuan Gizi Mahasiswa Semester Dua Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19*. Manado, *J. KESMAS*, vol. 10, no. 1, pp. 176–184,
- N. I. D. Kurniasih, A. Kartikasari, Russiska, & Nurlelarsi. (2021). *Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dan Riwayat Penyakit Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Sman 1 Luragung Kecamatan Luragung Kabupaten Kuningan*. Kuningan, *J. Nurs. Pract. Educ.*, vol. 1, no. 2, pp. 83–90.
- Schwarz P. et al. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan RI No 41 Th 2014*. *Eur. J. Endocrinol.*, vol. 171, no. 6, pp. 727–735, <https://ej.e.bioscientifica.com/view/journals/eje/171/6/727.xml>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Remaja Indonesia Harus Sehat*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/18051600001/menkes-remaja-indonesia-harus-sehat.html>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Kurang Aktivitas Fisik Berpotensi Alami Penyakit Tidak Menular*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19090400004/kurang-aktivitas-fisik-berpotensi-alami-penyakit-tidak-menular.html>.
- Rosida L. and L. K. Dwihesti. (2020). *Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Pola Makan pada Remaja Putri dengan Anemia*. Kudus, *STIKES Cendekia Utama Kudus*, pp. 92–103,.
- J. Julaecha. (2020). *Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri*. Jambi, *J. Abdimas Kesehat.*, vol. 2, no. 2, p. 109.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2021). *Remaja Putri Sehat Bebas Anemia di Masa Pandemi Covid-19*. <https://promkes.kemkes.go.id/remaja-putri-sehat-bebas-anemia-di-masa-pandemi-covid-19>
- Apriyanti F.(2019). *Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 1*

*Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019*. Riau, *J. Doppler Univ. Pahlawan Tuanku Tambusai*, vol. 3, no. 2, pp. 18–21,.

Q. F. Romandani and T. Rahmawati (2020), *Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMPN 237 Jakarta*. Jakarta, *J. Persat. Perawat Nas. Indones.*, vol. 4, no. 3, p. 193,

P. Sari, D. M. D. Herawati, M. Dhamayanti, & D. Hilmanto (2022). *Anemia among Adolescent Girls in West Java, Indonesia: Related Factors and Consequences on the Quality of Life*. Jawa Barat, *Nutrients*, vol. 14, no. 18, pp. 1–14,

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2022). *Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkat, Bebas Prestasi*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemia-konsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi>

Satyagraha K., K. Putera, M. S. Noor, and F. Heriyani. 2020. *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia di SMP Negeri 18 Banjarmasin 2019 / 2020*. Banjarmasin. *J. Homeostatis*, vol. 3, no. 2, 217–222.

Suryani D. R. Hafiani, & R. Junita (2017). *Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu*. Bengkulu. *J. Kesehat. Masy. Andalas*, vol. 10, no. 1, 11–18

Listiana, A. (2016). *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah*. Lampung: *J. Kesehat*, vol. 7 no. 3, 455

Chibriyah, R. (2018). *Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Hemoglobin Santriwati Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Bantul*. Bantul: *Naska Publ.*, 12.

Jiwaning Basuki. (2018). *Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di SMK Muhammadiyah 2 Karanganyar*. Surakarta: *skripsi Inst. Teknol. Sains Dan Kesehat. Pku Muhammadiyah Surakarta*, 47.

## PERNYATAAN KEASLIAN DAN PUBLIKASI NASKAH KARYA TULIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Hirfa Turrahmi, SPd., SST., MKM  
No. Identitas (KTP) : 3175106305700002  
Alamat Tempat : Jalan AMD No. 80 RT 07/RW 03  
Tinggal : Kelurahan Cilangkap, Kecamatan Cipayung  
Jakarta Timur  
Alamat Surat : Jalan AMD No. 80 RT 07/RW 03  
Menyurat : Kelurahan Cilangkap, Kecamatan Cipayung  
Jakarta Timur

dengan ini menyatakan bahwa karya tulis dengan judul:

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMPN 77 Jakarta Pusat Tahun 2023**

adalah hasil karya Saya sendiri yang belum pernah dipublikasikan baik secara keseluruhan maupun sebagian, dalam bentuk jurnal, working paper, atau bentuk lain yang dipublikasikan secara umum. Karya tulis ini sepenuhnya merupakan karya intelektual Saya dan seluruh sumber yang menjadi rujukan dalam karya tulis ini telah Saya sebutkan sesuai kaidah akademik yang berlaku umum, termasuk para pihak yang telah memberikan kontribusi, kecuali yang menyangkut ekspresi kalimat dan desain penulisan. Saya memberikan hak kepada AIPKIND untuk mempublikasikan karya tulis saya dalam terbitan yang telah terindeks (ISSN).

Demikian pernyataan ini Saya buat secara benar dan bertanggung jawab.

Jakarta, 10 Juli 2024  
Yang menyatakan,



( Dr. Hirfa Turrahmi, SPd., SST., MKM)