

SKRIPSI

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN POLA MAKAN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**



Oleh :

NI LUH PUTU MARIANTI

NIM. P07131217057

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR**

2021

SKRIPSI

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN POLA MAKAN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Denpasar**

Oleh :

**NI LUH PUTU MARIANTI
NIM. P07131217057**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN POLA MAKAN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



A.A. Nurrah Kusumajaya, SP.MPH
NIP.196911121993031003



Ir. I Made Purnadibrata, M.Kes
NIP.195609271981021002

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST, M.Kes
NIP. 196703161996032002




SKRIPSI DENGAN JUDUL
HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN POLA MAKAN
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Senin

TANGGAL : 29 Maret 2021

TIM PENGUJI :

- | | | |
|-------------------------------------|------------|---|
| 1. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.,M.Kes | (Ketua) |  |
| 2. I G.A Ari Widarti, DCN.,M.Kes | (Anggota) |  |
| 3. A.A. Ngurah Kusumajaya,SP,MPH | (Aanggota) |  |

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Denpasar



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes
NIP. 19670316 1990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Luh Putu Marianti
NIM : P07131217057
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2021
Alamat : Jl.Sidakarya Gg.Garuda No 04 Denpasar Selatan, Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Citra Tubuh Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.
3. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 08 Juni 2021
Yang membuat pernyataan,



Ni Luh Putu Marianti
NIM. P07131217057

HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana kadar hemoglobin kurang dari normal. Kadar Hb normal pada remaja putri adalah >12 g/dl. Pada dasarnya anemia dipengaruhi secara langsung oleh pola makan sehari-hari yang kurang mengandung sumber zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin terutama sumber zat besi, selain faktor infeksi sebagai pemicunya. Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui hubungan citra tubuh dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Skripsi ini merupakan penulisan ilmiah dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Subjek penelitian dalam kajian pustaka (literature review) yaitu remaja putri. Jumlah Pustaka yang akan dikaji yaitu sebanyak 8 (delapan jurnal). Penelusuran pustaka dilakukan melalui database (Google Scholar). Hasil penelusuran pustaka menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kejadian anemia pada remaja putri berdasarkan penelitian dari (Taufik Maryusman dkk., 2020), (Khaulah Ali Badjree dan Lailatul Muniroh, 2017). Dan berdasarkan penelitian (Siti Fatimah dkk., 2016) yaitu tidak terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kejadian anemia pada remaja putri. Berdasarkan penelitian dari (Uji Utami dan Mutik Mahmudah., 2019), (Sumy Dwi Antono dkk., 2020), (Anis Muhayati dan Diah Ratnawati, 2019) yaitu terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri, sedangkan hasil penelitian dari (Desri Suryani dkk., 2015) dan (Krishna S.K.P, dkk 2020) yaitu tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Kata Kunci : Anemia, Citra tubuh, Pola makan.

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND DIETARY HABIT WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN TEENEGERS GIRLS

ABSTRACT

Anemia is a medical condition in which the hemoglobin level is less than normal. Normal Hb levels in adolescent girls are > 12 g / dl. Basically, anemia is directly influenced by the daily diet that does not contain sources of nutrients such as carbohydrates, protein, fat, minerals, and vitamins, especially iron sources, in addition to the factor of infection as the trigger. The purpose of this thesis was to determine the relationship image of the body and the pattern of eating with events anemia in adolescent girls .

This thesis is a scientific writing using a literature study approach. Research subjects in literature review are young women . The number of literature that will be studied is 8 (eight journals) . Literature search is carried out through a database (Google Scholar). Our literature review shows that there is a relationship that significant between the image of the body with the incidence of anemia in adolescent daughter by research from (Taufik Maryusman et al ., 2020) , (Khaulah Ali Badjree and Lailatul Muniroh , 2017). And based on research (Siti Fatimah et al ., 2016) , there is no relationship between body image and the incidence of anemia in adolescent girls . Based on the research of (Test Utami and Mutik Mahmudah ., 2019) , (Sumy Dwi Antono et al ., 2020), (An is Muhayati and Diah Ratnawati, 2019) that there is a correlation between the pattern of eating with the incidence of anemia in adolescent daughter , while the results of the study of (Desri Pham et al ., 2015) and (Krishna SKP, et al 2020) that is not there is a relationship between the pattern of eating with the incidence of anemia in adolescent daughter .

Keywords : *Anemia, Body Image, Dietary Habit.*

RINGKASAN
HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Oleh : Ni Luh Putu Marianti
(P07131217057)

Remaja putri mengalami peningkatan kebutuhan zat besi karena percepatan pertumbuhan (*growth spurt*) dan menstruasi. Selain itu, remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak yang mengonsumsi makanan yang tidak adekuat. Akibatnya, remaja putri lebih rawan terkena masalah kesehatan, di antaranya anemia (Verawati, 2015).

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana kadar hemoglobin kurang dari normal. Kadar Hb normal pada remaja putri adalah >12 g/dl. Remaja putri dikatakan anemia jika kadar Hb <12 gr/dl (Kaimudin, Hariati, & Jusniar, 2017). Menurut *World Health Organization* (WHO) (2013), prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Di Indonesia prevalensi anemia tahun 2018 pada perempuan usia >15 tahun sebesar 32% (Riskesdas, 2018).

Dari data tersebut menunjukkan bahwa kasus anemia pada remaja putri masih cukup tinggi. Pada dasarnya anemia dipengaruhi secara langsung oleh pola makan sehari-hari yang kurang mengandung sumber zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, dan vitamin terutama sumber zat besi, selain faktor infeksi sebagai pemicunya. Masa remaja sering kali merupakan masa pertama kalinya orang-orang mempertimbangkan untuk mengikuti diet dalam rangka mengubah bentuk tubuh mereka. Diet ketat biasanya menghilangkan makanan-makanan tertentu misalnya karbohidrat (Baiq, Surjani, & Eko, 2015). Secara tidak langsung citra tubuh akan menjadi faktor penyebab terjadinya masalah anemia yang diakibatkan karena pola makan yang tidak baik.

Skripsi ini merupakan penulisan ilmiah dengan menggunakan pendekatan studi kepustakaan. Subjek penelitian dalam kajian pustaka (*literature review*) yaitu remaja putri. Jumlah pustaka yang dikaji yaitu sebanyak 7 jurnal. Penelusuran pustaka dilakukan melalui database (Google Scholar) yang dicari mulai tahun 2015-2020 berupa laporan hasil penelitian dan review yang membahas hubungan

citra tubuh dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Analisa data yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah teknik analisis deskriptif.

Berdasarkan hasil review dari ke delapan jurnal yang berkaitan dengan citra tubuh dengan kejadian anemia terdapat beberapa perbedaan dari hasil penelitian. Penelitian dari (Taufik Maryusman dkk., 2020) dan (Khaulah Ali Badjree dan Lailatul Muniroh, 2017) mengatakan terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kejadian anemia pada remaja putri. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Siti Fatimah dkk., 2016) yaitu tidak terdapat hubungan antara citra tubuh dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Sedangkan hasil review dari ke delapan jurnal yang berkaitan dengan pola makan dengan kejadian anemia terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia (Uji Utami dan Mutik Mahmudah., 2019), (Sumy Dwi Antono dkk., 2020), (Anis Muhayati dan Diah Ratnawati, 2019). Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Desri Suryani dkk., 2015) dan (Krishna S.K.P, dkk 2020) yaitu tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dan menambah wawasan serta informasi bagi peneliti selanjutnya maupun bagi remaja putri mengenai anemia.

Daftar bacaan : 38 (2006-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan *Skripsi Studi Literature* ini dengan judul “Hubungan Citra Tubuh Dan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri”.

Penulis menyadari dalam penyusunan penelitian ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak A.A. Ngurah Kusumajaya,SP,MPH sebagai pembimbing utama yang telah memberikan koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam Skripsi ini
2. Bapak Ir. I Made Purnadhibrata,M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang juga memberikan koreksi, saran dan penuntun penulisan dalam Skripsi ini.
3. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian Skripsi ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan,dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian Skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan staf pegawai Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberikan arah anda masukan yang berguna bagi penulis.
6. Orang tua saya I Made Budayasa dan Ibu Ni Made Riatni yang sudah memberikan dukungan, motivasi, nasehat, dan perhatian yang lebih kepada saya selama proses pembuatan Skripsi.
7. Serta sahabat dan teman-teman yang telah banyak memberi dorongan dan membantu penyelesaian Skripsi ini.

Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membantu untuk kesempurnaan proposal ini. Akhir kata penulis mengharapkan proposal ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Denpasar, Maret 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Anemia Remaja Putri	7
B. Citra Tubuh.....	14
C. Pola Makan	18
BAB III KERANGKA KONSEP	26
A. Kerangka Konsep	26
B. Jenis Variabel Penelitian	27

BAB IV	METODE PENELITIAN	28
	A. Jenis Penelitian	28
	B. Waktu dan Tempat Penelitian	29
	C. Subyek Penelitian	29
	D. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	30
	E. Analisis Data	31
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN	32
	A. Hasil Penelitian	32
	B. Pembahasan	41
BAB VI	PENUTUP	45
	A. Simpulan	45
	B. Saran	46

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	Kriteria diagnosis anemia defisiensi besi	8
2	Identifikasi Jurnal Penelitian Citra Tubuh	32
3	Identifikasi Jurnal Penelitian Pola Makan	33
4	Analisis Bivariat Persepsi Tubuh (Body Image) Terhadap Status Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Sederajat Kabupaten Bantul	40
5	Analisis Bivariat Body Image dan Resiko Gangguan Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMK Di Kota Bekasi	41
6	Analisis Bivariat Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri	43
7	Analisis Bivariat Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 18 Banjarmasin	43
8	Analisis Bivariat Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Di Kota Bengkulu	43
9	Analisa Bivariat Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 97 Jakarta	44
10	Analisis Bivariat Antara Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Muhammadiyah I Karanganyar	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Bagan Dampak Anemia.....	9
2	Bagan Hubungan Citra Tubuh, Pola Makan dan Anemia	26