

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| ABSTRAK | ii |
| ABSTRACT | iii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iv |
| LEMBAR PENGESAHAN | v |
| LEMBAR PENGESAHAN | vi |
| ETHICAL APPROVAL | vii |
| HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT | viii |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI | ix |
| RIWAYAT HIDUP | x |
| KATA PENGANTAR | xi |
| DAFTAR ISI | xiii |
| DAFTAR TABEL | xviii |
| DAFTAR GAMBAR | xx |
| DAFTAR LAMPIRAN | xxi |
| I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 6 |
| C. Pembatasan Masalah | 6 |
| D. Perumusan Masalah | 7 |
| E. Tujuan Penelitian | 7 |
| 1. Tujuan Umum | 7 |
| 2. Tujuan Khusus | 7 |
| F. Manfaat Penelitian | 8 |
| 1. Bagi Peneliti..... | 8 |
| 2. Bagi Jurusan Gizi Universitas Esa Unggul..... | 8 |
| 3. Bagi Responden dan Tempat Penelitian | 8 |
| G. Keterbaruan Penelitian | 9 |
| II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Remaja Putri | 12 |

| | |
|--|----|
| 1. Pengertian Remaja Putri | 12 |
| 2. Ciri-ciri Perkembangan Remaja..... | 12 |
| 3. Masalah Gizi Remaja..... | 16 |
| B. Anemia | 17 |
| 1. Pengertian Anemia | 17 |
| 2. Penyebab Anemia..... | 19 |
| 3. Dampak Anemia..... | 21 |
| 4. Gejala Anemia..... | 22 |
| 5. Faktor-Faktor Penyebab Anemia..... | 25 |
| 6. Status Gizi Zat Besi..... | 28 |
| C. Asupan Zat Gizi | 30 |
| 1. Asupan Energi..... | 31 |
| 2. Asupan Protein..... | 35 |
| 3. Asupan Vitamin C..... | 39 |
| 4. Asupan Zat Besi | 43 |
| 5. Konsumsi Tanin | 47 |
| D. Tingkat Prestasi Belajar | 51 |
| 1. Pengertian Prestasi Belajar | 51 |
| 2. Pengukuran Prestasi Belajar..... | 51 |
| 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi..... | 52 |
| 4. Hubungan Prestasi Belajar Dengan Anemia..... | 54 |
| E. Siklus Menstruasi..... | 55 |
| 1. Pengertian Menstruasi..... | 55 |
| 2. Fase Menstruasi..... | 55 |
| 3. Gangguan Siklus Menstruasi..... | 62 |
| 4. Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi..... | 63 |
| 5. Siklus Menstruasi Normal..... | 65 |
| 6. Hubungan Siklus Menstruasi dengan Anemia..... | 65 |
| F. Survey Konsumsi Pangan..... | 66 |
| 1. Metode <i>Food Recall</i> | 66 |
| 2. Metode Frekuensi Makanan (<i>Food Frequency</i>)..... | 69 |
| G. Kerangka Berpikir..... | 70 |
| H. Kerangka Konsep..... | 72 |
| I. Hipotesis..... | 73 |

III METODE PENELITIAN

| | |
|---|----|
| A. Tempat Dan Waktu Penelitian..... | 75 |
| B. Jenis Dan Desain Penelitian | 75 |
| C. Populasi Dan Sampel | 75 |
| 1. Populasi Penelitian | 75 |
| 2. Sampel Penelitian | 76 |
| D. Cara Pengambilan Sampel..... | 76 |
| E. Instrumen Instrumen | 79 |
| 1. Variabel Dependen | 79 |
| 2. Variabel Independen | 79 |
| F. Jenis dan Cara Pengumpulan Data..... | 80 |
| 1. Jenis Data..... | 80 |
| 2. Cara Pengumpulan Data | 80 |
| G. Definisi Konseptual | 82 |
| H. Definisi Operasional | 83 |
| I. Teknik Pengolahan Data | 85 |
| 1. Pengolahan Data | 85 |
| 2. Analisis Data | 87 |

IV HASIL PENELITIAN

| | |
|---|----|
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian | 89 |
| B. Visi dan Misi SMP Negeri 220 Jakarta Barat..... | 89 |
| C. Karakteristik Siswa | 90 |
| 1. Umur Responden..... | 90 |
| D. Analisis Univariat | 90 |
| 1. Kejadian Anemia | 90 |
| 2. Prestasi Belajar | 91 |
| 3. Asupan Energi dan Protein..... | 91 |
| 4. Asupan Vitamin C, Zat Besi, dan Konsumsi Tanin..... | 92 |
| 5. Siklus Menstruasi..... | 93 |
| E. Analisis Bivariat | 93 |
| 1. Analisis Perbedaan Prestasi Belajar Berdasarkan Kejadian Anemia | 95 |
| 2. Analisis Perbedaan Asupan Energi dan Protein | |

| | |
|---|-----|
| Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 95 |
| 3. Analisis Perbedaan Asupan Vitamin C, Zat Besi, dan Konsumsi Tanin Berdasarkan Kejadian Anemia.... | 96 |
| 4. Analisis Perbedaan Siklus Menstruasi Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 97 |
| 5. Analisis Hubungan Siklus Menstruasi Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 98 |
| V. PEMBAHASAN | |
| A. Karakteristik Responden | 99 |
| 1. Umur Responden..... | 99 |
| B. Analisis Univariat | 100 |
| 1. Kejadian Anemia..... | 100 |
| 2. Prestasi Belajar | 101 |
| 3. Asupan Energi, Protein, Vitamin C, dan Zat Besi..... | 103 |
| 4. Konsumsi Tanin..... | 110 |
| 5. Siklus Menstruasi..... | 111 |
| C. Analisis Bivariat | 111 |
| 1. Analisis Perbedaan Prestasi Belajar Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 111 |
| 2. Analisis Perbedaan Asupan Energi Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 113 |
| 3. Analisis Perbedaan Asupan Protein Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 114 |
| 4. Analisis Perbedaan Asupan Vitamin C Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 116 |
| 5. Analisis Perbedaan Asupan Zat Besi Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 117 |
| 6. Analisis Perbedaan Konsumsi Tanin Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 118 |
| 7. Analisis Perbedaan Siklus Menstruasi Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 119 |
| 8. Analisis Hubungan Siklus Menstruasi Berdasarkan Kejadian Anemia..... | 120 |
| D. Keterbatasan Penelitian..... | 121 |

VI KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|-----------------------------|------------|
| A. Kesimpulan | 122 |
| B. Saran | 123 |
| DAFTAR PUSTAKA | 124 |