

DAFTAR PUSTAKA

- Banowati, L., & Adiyaksa, J. (2020). Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 1011–1018. <https://doi.org/10.38165/Jk.V8i2.111>
- Budianto, A. (2016). Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(10). <https://doi.org/10.35952/Jik.V5i10.31>
- Fitria. (2018). Hubungan Sarapan Pagi Dengan Hasil Belajar. *Repository Poltekkes Denpasar*, 53(9), 1689–1699. [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1221/3/BAB II.Pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1221/3/BAB%20II.Pdf)
- Handayani, I. F., & Sugiarsih, U. (2022). Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*, 2(2), 76. <https://doi.org/10.24853/Myjm.2.2.76-89>
- Ilmu, J., Journal, K., Remaja, P., Di, P., & Negeri, S. M. P. (2019). *Al-Insyirah Midwifery*. 8.
- Izzara, W. A., Yulastri, A., Erianti, Z., Putri, M. Y., Teknologi, P., Negeri, U., Keluarga, I. K., Negeri, U., Teknologi, P., Negeri, U., Teknologi, P., Negeri, U., Keluarga, I. K., & Negeri, U. (2023). Penyebab , Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri (Studi Literatur). 02(12).
- Kemenkes RI. (2016). *Guidelines For Preventing And Controlling Anemia In Adolescent Girls And Women Of Childbearing Age*.
- Komunitas, J. K. (2022). Palembang Analyze Type , Amount , And Quality Of Breakfast On The Concentration Of Students At Elementary School 29. 8(1), 1–6.
- Котлер, Ф. (2008). *No Titleмаркетинг По Котлеру*. 282.
- Muhayati, A., & Ratnawati, D. (2019). Hubungan Antara Status Gizi Dan

- Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01), 563–570. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i01.183>
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja Di Indonesia. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <https://doi.org/10.59141/cerdika.v1i4.66>
- Overweight, S., Di, D. A. N. N., & Surakarta, S. (2018). No Title.
- Pepadu, J., Wahyuningsih, I., Puspitasari, C. E., Utami, V. W., & Ariani, F. (2021). Gambaran Pola Kebiasaan Sarapan Dan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri Smp It Bukit Qur'an Mataram. *Jurnal Pepadu*, 2(4), 486–492. <https://doi.org/10.29303/pepadu.v2i4.2267>
- Puspikawati, S. I., Sebayang, S. K., Dewi, D. M. S. K., Fadzilah, R. I., Alfayad, A., Wrdoyo, D. A. H., Pertiwi, R., Adnin, A. B. A., Devi, S. I., Manggali, T. R., Septiani, M., & Yunita, D. (2021). Pendidikan Gizi Tentang Anemia Pada Remaja Di Kecamatan Banyuwangi Jawa Timur. *Media Gizi Kesmas*, 10(2), 278283.
- Sma, D. I., & Muaro, N. (2016). Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. 18.
- Waluyo, D., & Daud, A. C. (2022). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Poowo Barat Kabupaten Bone Bolango. *Gema Wiralodra*, 13(1), 34–42. <https://doi.org/10.31943/gemawiralodra.v13i1.221>
- Yanti, R., & Yulda, D. (2022). Al-Insyirah Midwifery Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Remaja Putri Di SMP 2 Kabupaten Rokan Hulu. *Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Remaja Putri Di SMP 2 Kabupaten Rokan Hulu*, 11, 89–94. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Kejadian Anemia Di YP. SMP Dharma Karya Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang”

No	Kode Sampel	Umur	Kelas	KEBIASAAN SARAPAN PAGI							Kadar Hb	
				Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Rata-rata	AKG 2019	% AKG	Kategori	(gr/dl)	Kategori
1	E01	13	7A	1091	747.8	1214.6	203.6	2050	10	tidak baik	11.7	Anemia
2	E02	13	7A	2246	1983	2109.7	422.5	2050	21	baik	12.3	Tidak Anemia
3	E03	13	7A	1941	1823	2537.2	420.1	2050	20	baik	12.5	Tidak Anemia
4	E04	13	7B	1907	1922	2180.7	400.6	2050	20	baik	13.1	Tidak Anemia
5	E05	13	7B	310.3	279.3	1329	127.9	2050	6	tidak baik	11.7	Anemia
6	E06	13	7B	329.2	758.3	738.5	121.7	2050	6	tidak baik	12	Tidak Anemia
7	E07	13	7B	1559	1819	1884.2	350.8	2050	17	tidak baik	11.9	Anemia
8	E08	13	7C	802.8	1307	618	181.9	2050	9	tidak baik	12	Tidak Anemia
9	E09	13	7C	1933	2101	1986.4	401.4	2050	20	baik	13.3	Tidak Anemia
10	E10	14	8A	1404	1678	1253.9	289.1	2050	14	tidak baik	13	Tidak Anemia
11	E11	14	8A	1699	1391	1647.2	315.8	2050	15	tidak baik	9.4	Anemia
12	E12	13	8A	1610	1482	2128.4	348.0	2050	17	tidak baik	12.6	Tidak Anemia
13	E13	13	8A	1131	783.4	1256	211.4	2050	10	tidak baik	11.8	Anemia
14	E14	13	8A	1679	1267	1264.1	280.7	2050	14	tidak baik	11.3	Anemia
15	E15	13	8A	510.4	1476	322	153.9	2050	8	tidak baik	11	Anemia
16	E16	13	8A	1981	1990	2343.6	421.0	2050	21	baik	13	Tidak Anemia
17	E17	13	8A	851.9	1159	1378.4	225.9	2050	11	tidak baik	10	Anemia
18	E18	14	8A	1604	936.6	1144.6	245.7	2050	12	tidak baik	12	Tidak Anemia

19	E19	13	8A	213.7	432.3	1253.5	126.6	2050	6	tidak baik	7.7	Anemia
20	E20	13	8A	806	825.8	738	158.0	2050	8	tidak baik	11.7	Anemia
21	E21	14	8A	680.2	803.4	858	156.1	2050	8	tidak baik	11.3	Anemia
22	E22	13	8B	804	941.2	611.1	157.1	2050	8	tidak baik	12.4	Tidak Anemia
23	E23	14	8B	1193	1573	1040.1	253.7	2050	12	tidak baik	11.9	Anemia
24	E24	14	8B	1945	1846	1615.7	360.4	2050	18	tidak baik	12.9	Tidak Anemia
25	E25	14	9A	1074	773.7	703.5	170.0	2050	8	tidak baik	12.2	Tidak Anemia
26	E26	15	9A	1367	1342	1017.5	248.4	2050	12	tidak baik	11.9	Anemia
27	E27	15	9A	882.7	1075	766.3	181.6	2050	9	tidak baik	11.2	Anemia
28	E28	14	9A	912	642.6	1053.9	173.9	2050	8	tidak baik	12.4	Tidak Anemia
29	E29	15	9A	1901	1531	1984.4	361.1	2050	18	tidak baik	13.3	Tidak Anemia
30	E30	14	9A	838.3	733.1	765.4	155.8	2050	8	tidak baik	10.2	Anemia
31	E31	14	9A	1027	845.1	490.4	157.5	2050	8	tidak baik	9.9	Anemia
32	E32	14	9B	2261	1911	1944.8	407.7	2050	20	baik	13.5	Tidak Anemia
33	E33	15	9B	1987	2026	2041.7	403.6	2050	20	baik	13.1	Tidak Anemia
34	E34	14	9B	1624	1734	1940.3	353.2	2050	17	tidak baik	13.3	Tidak Anemia
35	E35	15	9B	1155	684.3	1726.3	237.7	2050	12	tidak baik	11.9	Anemia
36	E36	14	9B	1028	875	1350	216.8	2050	11	tidak baik	11.1	Anemia
37	E37	14	8A	865.9	1035	1423.6	221.6	2050	11	tidak baik	12,3	Tidak anemia
38	E38	14	8A	1767	1484	1728.3	332.0	2050	16	tidak baik	12,7	Tidak anemia
39	E39	15	9A	2257	2247	1988.1	432.8	2050	21	baik	13,9	Tidak anemia
40	E40	13	7A	1153	892.4	1037.1	205.5	2050	10	tidak baik	12,8	Tidak anemia
41	E41	15	9A	1868	2320	1968.1	410.4	2050	20	baik	13,5	Tidak anemia
42	E42	14	8B	921.7	907.1	644.7	164.9	2050	8	tidak baik	12	Tidak anemia
43	E43	13	7C	1491	745.3	1144.3	225.4	2050	11	tidak baik	12	Tidak anemia

44	E44	14	8A	1083	928.2	978.7	199.3	2050	10	tidak baik	12,1	Tidak anemia
45	E45	14	8B	1912	1526	1376.5	321.0	2050	16	tidak baik	13,7	Tidak anemia
46	E46	14	8A	952.3	617	977.3	169.8	2050	8	tidak baik	13,6	Tidak anemia
47	E47	15	9B	930.9	1837	886.5	243.6	2050	12	tidak baik	12,9	Tidak anemia
48	E48	14	8A	896.9	1032	1029.2	197.2	2050	10	tidak baik	12,7	Tidak anemia
49	E49	14	8B	1631	765.5	1341.7	249.2	2050	12	tidak baik	13	Tidak anemia
50	E50	15	9B	1020	960.3	1881.8	257.5	2050	13	tidak baik	12	Tidak anemia
51	E51	15	9B	701.7	1492	929.1	208.2	2050	10	tidak baik	12,6	Tidak anemia
52	E52	14	8B	722.6	1412	874.6	200.6	2050	10	tidak baik	12,3	Tidak anemia
53	E53	13	7A	1075	1429	884	225.8	2050	11	tidak baik	12,8	Tidak anemia
54	E54	14	8A	2240	2259	1987.8	432.4	2050	21	baik	13,7	Tidak anemia
55	E55	14	8B	1364	727.7	1730.9	254.9	2050	12	tidak baik	13	Tidak anemia
56	E56	14	8B	603.1	1359	852.6	187.6	2050	9	tidak baik	12,7	Tidak anemia
57	E57	14	8A	722.1	543.1	1776.5	202.8	2050	10	tidak baik	13	Tidak anemia
58	E58	14	8B	970.5	927.2	1139.6	202.5	2050	10	tidak baik	12,7	Tidak anemia
59	E59	15	9B	785.3	908.1	564.6	150.5	2050	7	tidak baik	12,9	Tidak anemia
60	E60	15	9B	1676	1898	1947.6	368.1	2050	18	tidak baik	12,3	Tidak anemia

Lampiran 2. Tabel SPSS

Kejadian Anemia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Anemia	18	30.0	30.0	30.0
	Tidak Anemia	42	70.0	70.0	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

Kebiasaan Sarapan Pagi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Baik	50	83.3	83.3	83.3
	Baik	10	16.7	16.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

Kebiasaan Sarapan Pagi * Anemia Crosstabulation					
			Anemia		Total
			Anemia	Tidak Anemia	
Kebiasaan Sarapan Pagi	Tidak Baik	Count	18	32	50
		% within Kebiasaan Sarapan Pagi	36.0%	64.0%	100.0%
	Baik	Count	0	10	10
		% within Kebiasaan Sarapan Pagi	0.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	18	42	60
		% within Kebiasaan Sarapan Pagi	30.0%	70.0%	100.0%

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.143 ^a	1	.023		
Continuity Correction ^b	3.571	1	.059		
Likelihood Ratio	7.962	1	.005		
Fisher's Exact Test				.025	.020
Linear-by-Linear Association	5.057	1	.025		
N of Valid Cases	60				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.00.

b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 3. Ethical Approval



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK / DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
No: 01.25 695 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : DINDA MARDIATI SIREGAR
Principil In Investigator

Nama Institusi : Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan Judul :
Title

**"HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN PAGI PADA KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI
YP. SMP DHARMA KARYA KECAMATAN BERINGIN KABUPATEN DELI SERDANG"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, Yaitu 1)Nilai Sosial, 2)Nilai ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4)Risiko, 5)Bujukan/Eksploitasi, 6)Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values , 2)Scientific Values , 3)Equitable Assessment and Benefits, 4)Risks, 5)Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7)Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu 2 Mei 2024 sampai 2 Mei 2025

This declaration of ethics applies during the period 2 May 2024 until 2 May 2025

Medan, 2 May 2024
Ketua/chairperson

dr. Lestari Rahmah, MKT.
NIP.197106222002122003

Lampiran 4. Surat Penelitian



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 7 Mei 2024

Nomor : KH.03.03/F.XXII.131..1348.1/2024
Lampiran : -
Perihal : Surat Izin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah YP. SMP Dharma Karya

di _
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Prodi Diploma III Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Tiar Lince Bakara, SP, M.Si untuk melakukan Penelitian di Sekolah YP. SMP Dharma Karya. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

Nama : Dinda Mardiaty siregar
NIM : P01031121111
Judul : Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi pada Kejadian Anemia pada Remaja Putri di YP. SMP Dharma Karya Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang..

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Gizi

Riris Gopiusunggu, S.Pd, M.Kes
NIP. 196906231990032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whisk.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tse.keminfo.go.id/yordyPDE>.



Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS PENDIDIKAN
SMPS DHARMA KARYA BERINGIN
Jl. Pantai Labu Dusun Kediri
Desa Sidodadi Ramunia Kec. Beringin Kab. Deli Serdang
Email : smp_dharmakarya@yahoo.co.id



SURAT KETERANGAN

NO : 3132/ SMP.DK/SK/B/V/2024

Sehubungan dengan Surat dari Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, Nomor : KH.03.03/F.XXII.13/13481/2024 tanggal 7 Mei 2024 perihal Izin Penelitian, maka Kepala Sekolah SMP Swasta Dharma Karya Beringin, Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang menerangkan nama mahasiswa dibawah ini :

Nama : Dinda Mardiaty Siregar

NIM : P01031121111

Judul : Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi pada kejadian Anemia pada Remaja Putri di
YP.SMP Dharma Karya Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang

Benar telah melakukan Penelitian di Sekolah SMP Swasta Dharma Karya Beringin Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang.

Demikian Surat Keterangan ini diperbhat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya

Beringin, 08 Mei 2024

Kepala Sekolah

RONIRIN, S.Pd.

Lampiran 6. Bukti Bimbingan

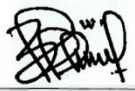
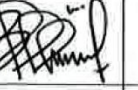
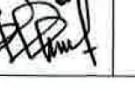
BUKTI BIMBINGAN

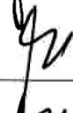
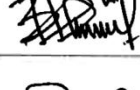
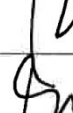
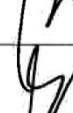
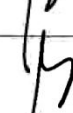
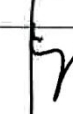
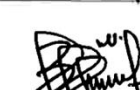
Nama : Dinda Mardiaty Siregar

NIM : P01031121111

Judul : Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian
Anemia Pada Remaja Putri Di YP. SMP Dharma Karya
Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang

Pembimbing : Tiar Lince Bakara, SP, M.Si

NO	Tanggal	Topik Bimbingan	T. Tangan Mahasiswa	T.Tangan Pembimbing
1	26 September 2023	Menghubungi Dosen Pembimbing untuk melakukan pengarahan, minat dan memperkenalkan diri		
2	27 September 2023	Membicarakan topik penelitian dan membaca jurnal		
3	10 Oktober 2023	Menentukan Lokasi Penelitian		
4	24 Oktober 2023	Mendiskusikan judul Penelitian		
5	31 Oktober 2023	Revisi Judul		
6	1 November 2023	Mengajukan Bab I – Bab III		
7	5 November 2023	Revisi Judul dan Bab I		

8	6 November 2023	Revisi Bab I – Bab III		
9	7 November 2023	Revisi Bab I – Bab II		
10	8 November 2023	Revisi Bab III		
11	9 November 2023	Revisi Bab I - III		
12	8 Januari 2023	Revisi Judul		
13	9 Januari 2023	Revisi Bab I – III		
14	10 Januari 2023	Revisi Bab III		
13	08 Januari 2024	Revisi Proposal		
14	10 Januari 2024	ACC Proposal		
15	07 Mei 2024	Penelitian		
16	08 Mei 2024	Mengolah Data		
17	13 Mei 2024	Revisi Bab 4-5		

18	14 Mei 2024	Revisi Bab 4-5		
19	15 Mei 2024	Revisi Bab 4-5		
20	16 Mei 2024	Revisi Master Tabel		
21	17 Mei 2024	Revisi Bab 4-5		
22	20 Mei 2024	ACC KTI		

Lampiran 7. Hasil Food Recall

HASIL PERHITUNGAN DIET/HARI 1 (E10)

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
pagi (06.00)			
nasi putih	200 g	260.0 kkal	57.2 g
ikan mujair segar	72 g	60.4 kkal	0.0 g
minyak kelapa sawit	6 g	51.7 kkal	0.0 g
kangkung	20 g	3.0 kkal	0.4 g
minyak kelapa sawit	4 g	34.5 kkal	0.0 g

Meal analysis: energy 409.7 kkal (100 %), carbohydrate 57.6 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	409.7 kkal	2200.0 kkal	19 %
water	0.0 g	2450.0 g	0 %
protein	18.4 g(18%)	45.0 g(12 %)	41 %
fat	10.9 g(24%)	78.0 g(< 30 %)	14 %
carbohydr.	57.6 g(58%)	316.0 g(> 55 %)	18 %
dietary fiber	1.0 g	30.0 g	3 %
alcohol	0.0 g	- -	
PUFA	0.5 g	10.0 g	5 %
cholesterol	31.7 mg	- -	
Vit. A	568.5 µg	1000.0 µg	57 %
carotene	0.0 mg	- -	
Vit. E	0.0 mg	- -	
Vit. B1	0.1 mg	1.1 mg	9 %
Vit. B2	0.1 mg	1.3 mg	7 %
Vit. B6	0.3 mg	1.4 mg	20 %
folic acid eq.	0.0 µg	- -	
Vit. C	5.7 mg	100.0 mg	6 %
sodium	47.8 mg	2000.0 mg	2 %
potassium	238.8 mg	2000.0 mg	12 %
calcium	29.3 mg	1200.0 mg	2 %
magnesium	53.5 mg	310.0 mg	17 %
phosphorus	162.1 mg	1250.0 mg	13 %
iron	0.9 mg	15.0 mg	6 %
zinc	1.2 mg	7.0 mg	17 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/HARI 2 (E10)

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
pagi (06.30)			
nasi putih	200 g	260.0 kkal	57.2 g
daging ayam	78 g	222.2 kkal	0.0 g
minyak kelapa sawit	6 g	51.7 kkal	0.0 g
bayam segar	15 g	5.6 kkal	1.1 g

Meal analysis: energy 539.5 kkal (100 %), carbohydrate 58.3 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomen-dasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	539.5 kkal	2200.0 kkal	25 %
water	0.0 g	2450.0 g	0 %
protein	26.3 g(20%)	45.0 g(12 %)	59 %
fat	21.2 g(35%)	78.0 g(< 30 %)	27 %
carbohydr.	58.3 g(45%)	316.0 g(> 55 %)	18 %
dietary fiber	0.7 g	30.0 g	2 %
alcohol	0.0 g	- -	
PUFA	3.6 g	10.0 g	36 %
cholesterol	61.6 mg	- -	
Vit. A	408.3 µg	1000.0 µg	41 %
carotene	0.0 mg	- -	
Vit. E	0.0 mg	- -	
Vit. B1	0.1 mg	1.1 mg	11 %
Vit. B2	0.3 mg	1.3 mg	20 %
Vit. B6	0.4 mg	1.4 mg	27 %
folic acid eq.	0.0 µg	- -	
Vit. C	4.9 mg	100.0 mg	5 %
sodium	58.6 mg	2000.0 mg	3 %
potassium	282.5 mg	2000.0 mg	14 %
calcium	48.2 mg	1200.0 mg	4 %
magnesium	50.9 mg	310.0 mg	16 %
phosphorus	225.6 mg	1250.0 mg	18 %
iron	2.0 mg	15.0 mg	13 %
zinc	2.3 mg	7.0 mg	32 %

HASIL PERHITUNGAN DIET/HARI 3 (E10)

Nama Makanan	Jumlah	energy	carbohydr.
pagi (06.00)			
nasi putih	200 g	260.0 kkal	57.2 g
ikan kembung	102 g	114.3 kkal	0.0 g
minyak kelapa sawit	10 g	86.2 kkal	0.0 g
sambal	20 g	12.4 kkal	1.0 g

Meal analysis: energy 473.0 kkal (100 %), carbohydrate 58.2 g (100 %)

HASIL PERHITUNGAN

Zat Gizi	hasil analisis nilai	rekomendasi nilai/hari	persentase pemenuhan
energy	473.0 kkal	2200.0 kkal	21 %
water	0.0 g	2450.0 g	0 %
protein	26.8 g(23%)	45.0 g(12 %)	60 %
fat	13.7 g(26%)	78.0 g(< 30 %)	18 %
carbohydr.	58.2 g(51%)	316.0 g(> 55 %)	18 %
dietary fiber	1.0 g	30.0 g	3 %
alcohol	0.0 g	- -	
PUFA	1.1 g	10.0 g	11 %
cholesterol	33.7 mg	- -	
Vit. A	554.3 µg	1000.0 µg	55 %
carotene	0.0 mg	- -	
Vit. E	0.0 mg	- -	
Vit. B1	0.1 mg	1.1 mg	10 %
Vit. B2	0.1 mg	1.3 mg	9 %
Vit. B6	0.4 mg	1.4 mg	31 %
folic acid eq.	0.0 µg	- -	
Vit. C	2.4 mg	100.0 mg	2 %
sodium	57.7 mg	2000.0 mg	3 %
potassium	564.8 mg	2000.0 mg	28 %
calcium	56.6 mg	1200.0 mg	5 %
magnesium	115.9 mg	310.0 mg	37 %
phosphorus	313.3 mg	1250.0 mg	25 %
iron	1.4 mg	15.0 mg	10 %
zinc	1.2 mg	7.0 mg	18 %

Lampiran 8. Data Identitas Sampel

DATA IDENTITAS SAMPEL

Tanggal wawancara :

No. Sampel :

IDENTITAS SAMPEL		
1.	Nama	
2.	Tempat dan Tanggal Lahir	
3.	Umur	
4.	Kelas	

Lampiran 9. Surat Pernyataan Responden

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama :

Tempat/tanggal Lahir :

No Hp/telepon :

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian dengan judul penelitian “Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di YP. SMP Dharma Karya Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang” yang akan dilakukan oleh :

Nama : Dinda Mardiaty Siregar

Nim : P01031121111

Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi

Alamat : Lubuk Pakam

No Hp : 0813-6989-1579

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa ada paksaan dari siapapun

Beringin, 2023

Peneliti

Responden

(Dinda Mardiaty Siregar)

()

Lampiran 10. Formulir Food Recall

FORMULIR KONSUMSI INDIVIDU

Identitas Subyek

Nama :
Jenis Kelamin :
Tgl lahir/Umur :
Berat Badan/Tinggi Badan :
Alamat Subyek :
Hari/Tgl Wawancara :
Pewawancara :
Tanda Tangan Pewawancara :

Tanda Tangan
Subyek

Waktu Makan	Menu	Bahan Makanan	URT	Berat (gr)
Makan Pagi				
Selingan Pagi				
Makan Siang				
Selingan Sore				
Makan Malam				
Selingan malam				
Makan Pagi				
Selingan Pagi				

Lampiran 11. Daftar HB Siswi

No	KODE SAMPEL	Hb
1	X1	13.0
2	X2	9.4
3	X3	12.3
4	X4	12.6
5	X5	11.8
6	X6	12.7
7	X7	13.9
8	X8	11.7
9	X9	12.8
10	X10	12.4
11	X11	11.3
12	X12	13.5
13	X13	12.2
14	X14	12
15	X15	13.5
16	X16	11.1
17	X17	12
18	X18	11
19	X19	12.1
20	X20	13
21	X21	13.7
22	X22	12.3
23	X23	13.6
24	X24	13.1
25	X25	13.1
26	X26	11.9
27	X27	11.2
28	X28	12.9
29	X29	12.4
30	X30	12.7

No	KODE SAMPEL	Hb
31	X31	12.5
32	X32	13
33	X33	12
34	X34	12.6
35	X35	11.9
36	X36	10
37	X37	11.7
38	X38	12.3
39	X39	13.3
40	X40	12
41	X41	12
42	X42	12.8
43	X43	11.9
44	X44	13.7
45	X45	12
46	X46	11.9
47	X47	7.7
48	X48	11.7
49	X49	13
50	X50	11.3
51	X51	12.9
52	X52	12.7
53	X53	13
54	X54	13.3
55	X55	10.2
56	X56	12.7
57	X57	9.9
58	X58	12.9
59	X59	13.3
60	X60	12.3

Lampiran 12. Surat Pernyataan Keaslian KTI

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dinda Mardiaty Siregar

NIM : P01031121111

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di KTI saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan)

Yang membuat pernyataan,



(Dinda Mardiaty Siregar)

Lampiran 13. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Dinda Mardiaty Siregar

Tempat/Tgl Lahir : Padang Sidempuan, 20 Januari 2004

Jumlah Anggota Keluarga : 8 Anggota Keluarga

Alamat Rumah : Desa Batang Baruhar Jae, Kec. Padang
Bolak, Kab. Padang Lawas Utara

No Hp/Telp : 081369891579

Riwayat Pendidikan : 1. SD
2. SMP
3. SMA
4. Poltekkes Kemenkes RI Medan

Hobby : Berenang

Motto : Hidup hanya sekali jadi hiduplah yang berarti

Lampiran 14 . Dokumentasi

