

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia (2021) 'Tingkat konsumsi sayur dan buah di SMP NEGERI 16 TanjungBalai', Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), pp. 5–20.
- Adiyani, K., Heriyani, F. and Rosida, L. (2020) 'Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin', Homeostasis, 1, pp. 1–7. Available at: <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/hms/article/view/459>.
- Afina, A. et al. (2021) 'Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi bagi Remaja', Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2021 Pengembangan Ekonomi Bangsa Melalui Inovasi Digital Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, pp. 279–288.
- Andriani, D., Hartinah, D. and Prabandari, D.W. (2021) 'Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Perubahan Nyeri Disminorhea', Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 12(1), p. 171. Available at: <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i1.920>.
- Anggita, D.R. (2020) 'Konsumsi pangan, sayur, dan buah dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN1 Mojolaban'. Jurnal pendidikan kesehatan
- Arza, P.A. and Nola Sari, L. (2021) 'Hubungan Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Smp Kabupaten Pesisir Selatan', Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, 12(2), pp. 136–141. Available at: <https://doi.org/10.34035/jk.v12i2.758>.
- Astuti, E.W. (2022) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perubahan Mengonkonsumsi Tablet Fe (Ferum) di Sri Lumintut Surakarta', Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, 4(5), pp. 136–138.
- Basniati, A. et al. (2023) 'Upaya Peningkatan Pengetahuan Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Mencegah Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smpn Satap 2 Patimpeng', Jurnal Kesehatan Tambusai, 4(4), pp. 6146–6155. Available at: <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.21792>.
- Castelo-branco, C. and Quintas, L. (2020) 'defisiensi zat besi dengan anemia', Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia, 1(4), pp. 215–222.

- Dani (2022) 'Zat Gizi Pembentukan Hemoglobin: Vit b12, Vitc dan Protein', Jurnal Gizi Ilmiah (Jgi), 2(3), pp. 7–21.
- Dwi Hartanti*, D.R.M.M. (2020) 'Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja Putri', Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan (JPPK), 2(1), pp. 1–9.
- Emely (2022) 'Serat Sayuran yang Baik untuk Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri ', pp. 12–32.
- Endarwati, L. (2022) 'Hubungan Pengetahuan tentang Anemia pada SMA N 21', Jurnal pendidikan kesehatan pp. 8–27.
- Fadhilah, T.M. et al. (2022) 'Pengaruh Media Video Edukasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri', JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat), 5(1), p. 159. Available at: <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i1.9823>.
- Gusti, I. et al. (2022) 'Hubungan Kontribusi Energi, Protein, Fe, Vitamin C Dan Asam Folat Makan Siang Dengan Kadar Hemoglobin', Journal of Nutrition Science, 11(2), pp. 68–78.
- Hamidah, S. (2021) 'Sayuran dan Buah Serta Manfaatnya Bagi Kesehatan', Jurnal Gizido, pp. 1–10. Available at: <https://staffnew.uny.ac.id/upload/130799888/penelitian/sayuran.pdf>.
- Harahap, A.N., Purba, R. and Nainggolan, E.S. (2023) 'Literature Review: Efektivitas Program Tablet Tambah Darah dan Asupan Protein dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri', Media Gizi Ilmiah Indonesia, 1(1), pp. 33–42. Available at: <https://doi.org/10.62358/mgii.v1i1.9>.
- Hartati, Y. (2021) 'Statusa Hemoglobin Siswa SMP Description of Nutrition Intake , Vegetable and Fruit, Jurnal Gizi dan Kesehatan (JGK), Volume 1 Nomor 1 , Juni 2021, 1(1), pp. 26–32.
- Izdihar, M.S. et al. (2022) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Puteri di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin', Homeostasis, 5(2), p. 333. Available at: <https://doi.org/10.20527/ht.v5i2.6278>.

- Josua (2021) 'Pengaruh penyuluhan anemia terhadap remaja', Jurnal Keperawatan, 16(2), pp. 103–115.
- Junian Cahyanto Wibawaa, Muhammad Zainul Arifinb, L.H. (2020) 'Mekanisme Vitamin C Menurunkan Stres Oksidatif Setelah Aktivitas Fisik', Jurnal Kesehatan Tambusai, 6(7), pp. 140–145. Available at: <https://doi.org/10.26740/jossae.v5n1.p1-11>.
- Kurniasih, E., Kuswari, M. and Nuzrina, R. (2022) 'Hubungan Asupan Zat Gizi Makro (Protein, Lemak, Karbohidrat) Dan Zat Gizi Mikro (Zat Besi, Asam Folat, Vitamin B12) Dengan Kadar Hemoglobin Atlet Futsal Putri Universitas Pendidikan Indonesia Bandung', Jurnal Gizi dan Kesehatan Manusia, 2(1), pp. 28–35.
- Mafaza, A., Rahma, A. and Supriatiningrum, D.N. (2023) 'Hubungan Asupan Zink, Tembaga, Dan Vitamin B6 Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Sma Muhammadiyah 10 Gkb', Ghidza Media Jurnal, 5(1), p. 71. Available at: <https://doi.org/10.30587/ghidzamediajurnal.v5i1.6583>.
- Maharani, S. (2020) 'Penyuluhan tentang Anemia pada Remaja', Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 2(1), p. 1. Available at: <https://doi.org/10.36565/jak.v2i1.51>.
- Maret, N., Lisa, M. and Sulistyaningsih, I. (2025) 'Perbedaan Tingkat Konsumsi Sayur dan Buah , Serat , Vitamin C dan Zat Besi Pada Mahasiswi Gizi dan Non Gizi Di Asrama Politeknik Kesehatan Pontianak Differences In The Level OF Consumption Of Vegetables and Fruits , Fiber , Vitamin C and Iron In Nutriton ', 2.
- Marissa, M. and Tri Hendarini, A. (2021) 'Hubungan Asupan Fe, Zinc Dan Asam Folat Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 1 Kampar Utara Tahun 2021', Jurnal Kesehatan Tambusai, 2(4), pp. 391–397. Available at: <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2688>.
- Mayang (2021) 'Hubungan anemia dengan kadar hemoglobin', Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia, 12(3)(Wiseman 2002), pp. 8–52.
- Menarche, H.U. et al. (2021) 'Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres, dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenorea Primer', Jurnal

KESMAS, 3(3), pp. 443–450.

Nay (2020) ‘Hubungan antara Pengetahuan Dan Ketersediaan Buah dan Sayur Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja Di Kolongan Atas Sonder Kabupaten Minahasa’, Jurnal KESMAS, 9(5), pp. 56–63.

Nurjanah, A. and Azinar, M. (2023) ‘Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas’, HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development), 7(2), pp. 244–254. Available at: <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i2.64227>.

Pertiwi Dyah Kusudaryati, D., Marfuah, D. and Andriyani, P. (2022) ‘Hubungan Asupan Protein Dan Vitamin C Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Desa Donohudan Kabupaten Boyolali’, Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian, 20(1), pp. 82–88. Available at: <https://doi.org/10.26576/profesi.v20i1.134>.

Putri, M.R. et al. (2023) ‘Hubungan Asupan Zat Besi (Fe), Zink, Vitamin B12 dan Kafein dengan Kadar Hemoglobin Pada Siswi di SMA Negeri 2 Semarang’, Seminar Nasional Publikasi Hasil-Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, pp. 688–699.

Putri Mardiana Widyaningrum, Kurnia Mar’atus Solichah and Agil Dhiemitra Aulia Dewi (2023) ‘Hubungan Asupan Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja’, Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas ’Aisyiyah Yogyakarta, 1, pp. 22–2023.

Putri, T.F. and Fauzia, F.R. (2022) ‘Hubungan Konsumsi Sumber Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smp Dan Sma Di Wilayah Bantul’, Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 13(2), pp. 400–411. Available at: <https://doi.org/10.26751/jikk.v13i2.1540>.

Putriwati, A.K., Purwaningtyas, D.R. and Iswahyudi, I. (2024) ‘Hubungan asupan gizi dan konsumsi pangan inhibitor zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 6 Tambun Selatan’, Ilmu Gizi Indonesia, 7(2), p. 137. Available at: <https://doi.org/10.35842/ilgi.v7i2.455>.

- Qian, C. (2024) 'Hubungan Kecukupan Vitamin A, Vitamin C, Zink Dan Kadar Hemoglobin dengan Kesegaran Jasmani Siswa SMA Negeri 4 Semarang', 6(April), pp. 85–97.
- Rusminingsih, E. et al. (2023) 'Pencegahan Anemia Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Remaja di SMAN 4 Klaten', *Madaniya*, 4(1), pp. 264–269. Available at: <https://madaniya.pustaka.my.id/journals/contents/article/view/384%0Ahttps://madaniya.pustaka.my.id/journals/index.php/contents/article/download/384/259>.
- Sadrina, C. and Sri Mulyani, N. (2021) 'Asupan Protein, Zat Besi, dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Aceh', *Jurnal Gizido*, 13(1), pp. 33–41. Available at: <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/2350590>.
- Savira, R.M. (2021) 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Anemia Dan Tingkat Asupan Zat Besi Pada Remaja Putri Di Desa Temuwuh, Bantul', *jurnal keperawatan*, 6(4), pp. 1–16.
- Sitepu, R. (2024) 'Pengetahuan asupan terhadap kejadian anema', *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(1), pp. 170–173.
- Supriadi (2022) 'Kejadian Anemia Berdasarkan Asupan Energi, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin C Dan Keragaman Makanan Pada Anak Sekolah Dasar Di Mi Pui Kota Cimahi', *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 13(01), pp. 103–115. Available at: <https://doi.org/10.34305/jikbh.v13i1.467>.
- Syah, N. et al. (2025) 'Hubungan persepsi dan daya terima makanan anak asrama dengan kejadian anemia pada siswi smp swasta galih agung pesantren darul arafah raya', 4307(February), pp. 943–948.
- Titsamudfa (2021) 'PENGARUH TABLET FE DAN VITAMIN C TERHADAP KADAR FERRITIN DAN HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER II EFFECT', *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(4), pp. 66–68.
- Trisnawati, I. (2021) 'Hubungan Asupan Fe, Zinc, Vitamin C Dan Status Gizi

- Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 4 Batang',
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, pp. 1–11.
- Umar, F. et al. (2024) 'Edukasi Konsumsi Sayur dan Buah dan Dampaknya Terhadap Pengetahuan Siswa di Sekolah Dasar Negeri 3 Macorawalie
Vegetable and Fruit Consumption Education and Its Impact on Student Knowledge at Elementary School 3 Macorawalie', 3(2), pp. 147–153.
- Wahyuningsih (2022) 'Peran suplementasi zink terhadap pembentukan hemoglobin', Jurnal Pengabdian Masyarakat Ilmu Kesehatan, 1, pp. 160–167.
- Wati (2022) 'Hubungan Asupan Zat Besi , Protein , Vitamin C dan Status Gizi dengan Kadar Hemoglobin pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang', Prosiding Seminar Nasional UNIMUS, 5, pp. 1367–1376.
Available at: <https://semnas.unimus.ac.id/2022/>.
- Yunita, V.S. and Maigoda, T.C. (2023) 'Peranan Zat Gizi Mikro (Asam Folat, Vitamin C, Zink) terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri', Jurnal Proteksi Kesehatan, 12(2), pp. 169–176.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel Food Recall

Nama	Kadar Hb	Kategori	Asupan Protein	% Protein	Asupan Fe	% Fe	Asupan Vit b12	% Vit b12	Asupan Vit c	% Vit c	Asupan zink	% zink	Asupan bentuk hb	Kategori bentuk hb	Asupan sayur buah	Kategori sayur buah
E.R.S	14.8	Tidak anemia	36.57	56.26	2.90	19.33	1.73	43.33	10.58	6.00	4.27	53.33	34.45	Tidak cukup	1116.26	Cukup
I.S	16.7	Tidak anemia	80.60	124.00	6.50	43.33	4.27	106.67	9.57	12.76	11.03	137.92	84.93	Cukup	714.55	Cukup
A.S.B	6.5	Anemia	44.13	67.90	6.00	40.00	1.90	47.50	12.93	4.47	5.40	67.50	44.58	Tidak cukup	238.52	Tidak cukup
M.S	11.8	Anemia	33.57	51.64	6.13	40.89	.87	21.67	6.37	8.49	3.07	38.33	32.20	Tidak cukup	199.23	Tidak cukup
M	14.5	Tidak anemia	29.20	44.92	5.70	38.00	1.20	30.00	70.77	94.36	3.73	46.67	50.79	Tidak cukup	426.29	Cukup
K.C	14.2	Tidak anemia	29.20	44.92	5.70	38.00	1.20	30.00	70.77	94.36	3.73	46.67	50.79	Tidak cukup	232.09	Tidak cukup
E.I.Y.B	14.4	Tidak anemia	56.93	87.59	8.47	56.44	3.77	94.17	10.60	14.13	8.97	112.08	72.88	Tidak cukup	985.81	Cukup
D.A.G	14.5	Tidak anemia	54.97	84.56	7.27	48.44	1.60	40.00	7.93	10.58	6.00	75.00	51.72	Tidak cukup	391.11	Tidak cukup
A.H.S	11.9	Anemia	35.03	53.90	9.90	66.00	13.33	333.33	220.57	294.09	7.17	89.58	167.38	Cukup	383.66	Tidak cukup
S.S	14.0	Tidak anemia	63.40	97.54	5.47	36.44	3.13	78.33	10.27	13.69	7.37	92.08	63.62	Tidak cukup	304.81	Tidak cukup
M.O.B	15.4	Tidak anemia	53.57	82.41	8.40	56.00	3.40	85.00	11.40	15.20	9.97	124.58	72.64	Tidak cukup	229.23	Tidak cukup
N.A.G	11.8	Anemia	59.70	91.85	6.13	40.89	1.33	33.33	16.97	22.62	5.77	72.08	52.15	Tidak cukup	305.15	Tidak cukup
A.A.T	15.2	Tidak anemia	69.57	107.03	13.00	86.67	3.23	80.83	245.33	327.11	9.60	120.00	70.09	Tidak	260.66	Tidak

														cukup		cukup
A.S	15.7	Tidak anemia	46.37	71.33	30.03	200.22	2.00	50.00	35.07	46.76	6.33	79.17	89.50	Cukup	470.81	Cukup
M.S.G	12.6	Tidak anemia	47.47	73.03	36.30	242.00	1.97	49.17	48.37	64.49	5.20	65.00	98.74	Cukup	363.95	Tidak cukup
N.A.M	14.3	Tidak anemia	52.10	80.15	23.27	155.11	16.87	421.67	58.03	77.38	7.30	91.25	40.05	Tidak cukup	454.23	Cukup
J.S	13.0	Tidak anemia	45.43	69.90	3.47	23.11	1.57	39.17	9.70	12.93	4.47	55.83	40.19	Tidak cukup	903.56	Cukup
D.V	14.8	Tidak anemia	45.07	69.33	3.40	22.67	.67	16.67	16.80	22.40	3.97	49.58	36.13	Tidak cukup	86.12	Tidak cukup
N	10.5	Anemia	45.07	69.33	3.40	22.67	.67	16.67	16.80	22.40	3.97	49.58	36.13	Tidak cukup	300.55	Tidak cukup
E.S.K	12.1	Tidak anemia	43.90	67.54	3.83	25.56	1.83	45.83	11.10	14.80	5.10	63.75	43.50	Tidak cukup	244.35	Tidak cukup
A	13.1	Tidak anemia	56.60	87.08	6.20	41.33	2.33	58.33	5.97	7.96	6.33	79.17	54.77	Tidak cukup	600.77	Cukup
C.W	9.3	Anemia	65.00	100.00	14.43	96.22	1.77	44.17	17.07	22.76	7.63	95.42	71.71	Tidak cukup	352.35	Tidak cukup
S.G	11.1	Anemia	63.07	97.03	6.33	42.22	2.40	60.00	29.07	38.76	6.80	85.00	64.60	Tidak cukup	62.83	Tidak cukup
A.G	14.4	Tidak anemia	80.60	124.00	11.03	73.56	3.77	94.17	43.23	57.64	10.67	133.33	96.54	Tidak cukup	152.12	Tidak cukup
S	15.0	Tidak anemia	36.93	56.82	3.30	22.00	1.17	29.17	45.83	61.11	3.97	49.58	43.74	Tidak cukup	218.39	Tidak cukup
B.G	14.3	Tidak anemia	54.70	84.15	5.87	39.11	1.00	25.00	8.30	11.07	5.20	65.00	44.87	Tidak cukup	532.09	Cukup
W.M.S	15.3	Tidak anemia	57.13	87.90	8.93	59.56	1.00	25.00	17.83	23.78	5.13	64.17	52.08	Tidak cukup	404.91	Cukup
G.A.M	15.5	Tidak anemia	65.63	100.97	6.53	43.56	3.43	85.83	76.37	101.82	7.73	96.67	85.77	Cukup	722.80	Cukup
C.T.U	14.7	Tidak anemia	31.90	49.08	5.37	35.78	.67	16.67	154.33	205.78	3.70	46.25	70.71	Tidak cukup	815.91	Cukup

A.B	15.3	Tidak anemia	41.23	63.44	6.40	42.67	1.03	25.83	26.13	35.18	3.67	45.83	35.55	Tidak cukup	150.60	Tidak cukup
R.A.S	14.7	Tidak anemia	50.67	77.95	6.63	44.22	1.73	43.33	76.27	101.69	5.53	69.17	67.27	Tidak cukup	448.46	Cukup
B.G	16.4	Tidak anemia	50.67	77.95	6.63	44.22	1.73	43.33	76.27	101.69	5.53	69.17	67.27	Tidak cukup	433.83	Cukup
R.P.S	15.7	Tidak anemia	54.87	84.41	12.63	84.22	1.80	45.00	29.20	38.93	5.77	72.08	64.93	Tidak cukup	1880.39	Cukup
D.Y.M	14.6	Tidak anemia	76.07	117.03	10.97	73.11	3.50	87.50	109.23	145.64	10.37	129.58	110.57	Tidak cukup	178.53	Tidak cukup
O.S.S	12.8	Tidak anemia	62.40	96.00	46.30	308.67	1.57	39.17	68.83	91.78	6.97	87.08	124.54	Cukup	283.09	Tidak cukup
D.Y	13.9	Tidak anemia	34.77	53.49	25.90	172.67	1.23	30.83	35.10	46.80	5.17	64.58	73.67	Tidak cukup	342.63	Tidak cukup
C.D.S	14.6	Tidak anemia	64.93	99.90	9.03	60.22	2.30	57.50	27.13	36.18	8.77	109.58	72.68	Tidak cukup	531.81	Cukup
A.O	12.2	Tidak anemia	63.07	97.03	8.33	55.56	2.73	68.33	7.57	10.09	7.23	90.42	64.28	Tidak cukup	1460.95	Cukup
S.G	11.8	Anemia	28.40	43.69	3.73	24.89	1.10	27.50	29.70	39.60	3.20	40.00	35.14	Tidak cukup	227.73	Tidak cukup
N.A	13.4	Tidak anemia	84.57	130.10	9.97	66.44	3.60	90.00	15.80	21.07	9.77	122.08	85.94	Cukup	381.66	Tidak cukup
E.S	11.9	Anemia	74.20	114.15	28.37	189.11	13.63	340.83	79.47	105.96	9.30	116.25	173.26	Tidak cukup	626.67	Cukup
R.N.S	14.6	Tidak anemia	54.53	83.90	9.60	64.00	1.70	42.50	136.50	182.00	6.77	84.58	91.40	Cukup	496.98	Cukup
J	15.3	Tidak anemia	64.80	99.69	19.07	127.11	17.40	435.00	226.07	301.42	18.77	234.58	239.56	Cukup	800.78	Cukup
K.C	12.4	Tidak anemia	58.23	89.59	20.47	136.44	9.37	234.17	17.03	22.71	15.40	192.50	135.08	Cukup	1611.54	Cukup
E.M.S	12.1	Tidak anemia	66.20	101.85	28.73	191.56	16.77	419.17	21.23	28.31	26.13	326.67	213.51	Cukup	752.93	Cukup
R.R.S	12.3	Tidak anemia	48.17	74.10	7.57	50.44	.97	24.17	46.43	61.91	7.27	90.83	55.45	Tidak cukup	1044.51	Cukup

R.G	12.7	Tidak anemia	103.20	158.77	10.57	70.44	6.43	160.83	7.93	10.58	11.93	149.17	109.96	Cukup	553.75	Cukup
G.D.D	11.5	Anemia	22.60	34.77	1.93	12.89	.53	13.33	10.43	13.91	2.10	26.25	20.23	Tidak cukup	350.35	Tidak cukup
D.S.K	12.5	Tidak anemia	63.30	97.38	6.90	46.00	1.50	37.50	51.70	68.93	5.87	73.33	64.63	Tidak cukup	442.83	Cukup
C.A.S	16.9	Tidak anemia	39.47	60.72	3.30	22.00	.87	21.67	7.50	10.00	4.23	52.92	33.46	Tidak cukup	213.02	Tidak cukup
K.P	15.4	Tidak anemia	39.70	61.08	3.33	22.22	1.60	40.00	2.50	3.33	4.63	57.92	36.91	Tidak cukup	779.15	Cukup
C.S	15.0	Tidak anemia	49.53	76.21	3.83	25.56	1.60	40.00	18.30	24.40	5.77	72.08	47.65	Tidak cukup	541.44	Cukup
A.A.S	14.0	Tidak anemia	54.43	83.74	8.30	55.33	1.97	49.17	99.90	133.20	7.70	96.25	83.53	Cukup	465.63	Cukup
D.A.G	15.2	Tidak anemia	37.13	57.13	2.03	13.56	1.37	34.17	44.45	59.26	3.07	38.33	40.49	Tidak cukup	438.43	Cukup
T.A.B	15.1	Tidak anemia	42.77	65.79	7.40	49.33	.40	10.00	198.80	265.07	4.77	59.58	89.96	Cukup	487.01	Cukup
E.S	12.7	Tidak anemia	69.53	106.97	10.90	72.67	1.83	45.83	90.83	121.11	7.87	98.33	88.98	Cukup	566.82	Cukup
J.M	13.3	Tidak anemia	56.53	86.97	10.73	71.56	2.63	65.83	136.37	181.82	7.23	90.42	99.32	Cukup	1223.25	Cukup
M.S	12.3	Tidak anemia	30.20	46.46	2.07	13.78	1.47	36.67	1.20	1.60	2.67	33.33	26.36	Tidak cukup	404.46	Cukup
E.M.T	11.1	Anemia	43.17	66.41	5.50	36.67	.97	24.17	86.77	115.69	4.17	52.08	59.00	Tidak cukup	347.04	Tidak cukup
G	18.1	Tidak anemia	22.37	34.41	3.57	23.78	.70	17.50	11.33	15.11	2.53	31.67	24.49	Tidak cukup	285.75	Tidak cukup
M.G	12.9	Tidak anemia	63.03	96.97	7.67	51.11	1.67	41.67	67.73	90.31	7.47	93.33	74.68	Tidak cukup	204.95	Tidak cukup
E.S.T	15.4	Tidak anemia	58.87	90.56	5.27	35.11	2.00	50.00	4.30	5.73	6.20	77.50	51.78	Tidak cukup	701.29	Cukup
E.S	12.3	Tidak anemia	73.33	112.82	8.90	59.33	3.50	87.50	175.60	234.13	9.53	119.17	122.59	Cukup	420.90	Cukup
E.S	15.5	Tidak anemia	44.73	68.82	3.63	24.22	1.27	31.67	31.50	42.00	5.70	71.25	47.59	Tidak	179.50	Tidak

														cukup		cukup
V.F.T	9.5	Anemia	69.23	106.51	10.80	72.00	2.87	71.67	91.80	122.40	8.90	111.25	96.77	Cukup	302.30	Tidak cukup
S.G	12.4	Tidak anemia	66.03	101.59	10.33	68.89	2.23	55.83	90.83	121.11	8.30	103.75	90.23	Cukup	311.11	Tidak cukup
T.Y.S	14.8	Tidak anemia	50.33	77.44	6.03	40.22	1.07	26.67	40.07	53.42	5.73	71.67	53.88	Tidak cukup	322.44	Tidak cukup
M.G	12.8	Tidak anemia	30.60	47.08	2.73	18.22	2.57	64.17	62.03	82.71	3.27	40.83	50.60	Tidak cukup	609.13	Cukup
Y.M.S	12.0	Anemia	27.93	42.97	2.83	18.89	.70	17.50	18.40	24.53	2.83	35.42	27.86	Tidak cukup	456.27	Cukup
Z	14.9	Tidak anemia	47.23	72.67	7.07	47.11	.50	12.50	167.00	222.67	5.23	65.42	84.07	Cukup	121.69	Tidak cukup
C.D	12.3	Tidak anemia	51.67	79.49	4.67	31.11	.37	9.17	44.13	58.84	6.27	78.33	51.39	Tidak cukup	179.66	Tidak cukup
A.T	13.4	Tidak anemia	100.3 3	154.36	18.20	121.3 3	5.07	126.67	279.30	372.40	14.37	179.58	190.8 7	Cukup	429.19	Cukup
V.D.T	14.5	Tidak anemia	57.33	88.21	4.87	32.44	.80	20.00	20.87	27.82	6.60	82.50	50.19	Tidak cukup	668.19	Cukup
K	15.8	Tidak anemia	43.50	66.92	8.53	56.89	3.67	91.67	15.50	20.67	9.93	124.17	72.06	Tidak cukup	434.79	Cukup
S.M	13.2	Tidak anemia	50.80	78.15	4.73	31.56	2.40	60.00	32.67	43.56	6.23	77.92	58.24	Tidak cukup	248.05	Tidak cukup
T.A	14.5	Tidak anemia	82.57	127.03	6.87	45.78	3.80	95.00	2.56	3.41	10.87	135.83	81.41	Cukup	527.75	Cukup
K.F	11.0	Anemia	88.07	135.49	9.03	60.22	8.63	215.83	33.76	45.01	12.03	121.30	121.3 9	Cukup	548.70	Cukup
M.D	12.3	Tidak anemia	95.27	146.56	9.70	64.67	3.07	76.67	14.16	18.88	13.20	165.00	94.35	Cukup	285.09	Tidak cukup
C.A.T	13.0	Tidak anemia	69.83	107.44	7.53	50.22	7.47	186.67	21.50	28.66	9.70	121.25	98.84	Cukup	205.51	Tidak cukup
F.S	11.1	Anemia	73.37	112.87	7.90	52.67	1.60	40.00	5.50	7.33	10.07	125.83	67.74	Tidak cukup	197.44	Tidak cukup

N.R	8.5	Anemia	41.87	64.41	4.80	32.00	2.93	73.33	6.96	9.28	5.07	63.33	48.47	Tidak cukup	502.57	Cukup
H.S	15.0	Tidak anemia	40.77	62.72	6.53	43.56	.80	20.00	4.83	6.44	5.37	67.08	39.96	Tidak cukup	286.13	Tidak cukup
V.S.S	10.5	Anemia	33.30	51.23	3.50	23.33	.90	22.50	5.06	6.74	4.33	54.17	31.59	Tidak cukup	230.80	Tidak cukup
R.H	12.5	Tidak anemia	38.17	58.72	4.50	30.00	1.17	29.17	51.00	68.00	5.27	65.83	50.34	Tidak cukup	1196.55	Cukup
Y.E.S	13.5	Tidak anemia	59.57	91.64	5.33	35.56	2.23	55.83	2.97	3.96	7.97	99.58	57.31	Tidak cukup	202.07	Tidak cukup
R.S	11.5	Anemia	72.60	111.69	5.87	39.11	3.67	91.67	25.37	33.82	8.93	111.67	77.59	Tidak cukup	494.07	Cukup
M.K.M	12.8	Tidak anemia	74.57	114.72	6.00	40.00	4.97	124.17	18.70	24.93	9.97	124.58	85.68	Cukup	488.28	Cukup
J.H.M	10.9	Anemia	61.73	94.97	10.37	69.11	1.13	28.33	5.47	7.29	8.13	101.67	60.27	Tidak cukup	279.37	Tidak cukup
V.M.S	13.3	Tidak anemia	78.57	120.87	9.80	65.33	2.70	67.50	15.13	20.18	9.97	124.58	79.69	Tidak cukup	239.00	Tidak cukup

Nama	Asupan sayur	Asupan buah	Total sabu (Gr)	Kategori sayur buah
E.R.S	59.26	1057	1116	Cukup
I.S	77.1	637.45	714.55	Cukup
A.S.B	67.1	171.42	238.52	Tidak cukup
M.S	52.11	147.12	199.23	Tidak cukup
M	106.37	319.92	426.29	Cukup
K.C	92.11	139.98	232.09	Tidak cukup
E.I.Y.B	41.4	944.41	985.81	Cukup
D.A.G	25.7	365.41	391.11	Tidak cukup
A.H.S	43.54	340.12	383.66	Tidak cukup
S.S	0	304.81	304.81	Tidak cukup
M.O.B	60.66	168.57	229.23	Tidak cukup
N.A.G	94.89	210.26	305.15	Tidak cukup
A.A.T	74.97	185.69	260.66	Tidak cukup
A.S	9.99	460.82	470.81	Cukup
M.S.G	68.55	295.4	363.95	Tidak cukup
N.A.M	59.97	394.26	454.03	Cukup
J.S	46.4	857.16	903.56	Cukup
D.V	8.28	77.84	86.12	Tidak cukup
N	7.13	293.42	300.55	Tidak cukup
E.S.K	42.1	202.25	244.35	Tidak cukup
A	92.86	507.91	600.77	Cukup
C.W	69.24	283.11	352.35	Tidak cukup
S.G	14.27	48.56	62.83	Tidak cukup
A.G	9.27	142.85	152.12	Tidak cukup
S	29.27	189.12	218.39	Tidak cukup
B.G	124.97	407.12	532.09	Cukup

W.M.S	129.25	275.66	404.91	Cukup
G.A.M	192.82	529.98	785.8	Cukup
C.T.U	139.95	675.96	815.91	Cukup
A.B	10.68	139.92	150.6	Tidak cukup
R.A.S	28.56	419.9	448.46	Cukup
B.G	39.95	393.88	433.83	Cukup
R.P.S	401.39	1479	1880	Cukup
D.Y.M	35.68	142.85	178.53	Tidak cukup
O.S.S	77.11	205.98	283.09	Tidak cukup
D.Y	139.23	203.4	342.63	Tidak cukup
C.D.S	66.4	465.41	531.81	Cukup
A.O	276.95	1184	1460	Cukup
S.G	44.24	183.49	227.73	Tidak cukup
N.A	37.83	343.83	381.66	Tidak cukup
E.S	3.56	623.11	626.67	Cukup
R.N.S	31.4	465.58	496.98	Cukup
J	49.96	750.82	800.78	Cukup
K.C	98.54	1,513	1611	Cukup
E.M.S	50.66	702.27	752.93	Cukup
R.R.S	84.55	959.96	996.35	Cukup
R.G	36.39	517.36	553.75	Cukup
G.D.D	36.38	313.97	350.35	Tidak cukup
D.S.K	44.26	398.57	442.83	Cukup
C.A.S	112.82	100.2	213.02	Tidak cukup
K.P	116.39	662.76	779.15	Cukup
C.S	73.54	467.9	541.44	Cukup
A.A.S	45.67	419.96	465.63	Cukup
D.A.G	83.11	355.32	438.43	Cukup

T.A.B	82.83	404.18	487	Cukup
E.S	125.66	441.16	566.82	Cukup
J.M	154.25	1069	1223	Cukup
M.S	42.83	361.63	404.46	Cukup
E.M.T	72.81	274.23	347.04	Tidak cukup
G	85.63	200.12	285.75	Tidak cukup
M.G	97.65	107.3	204.95	Tidak cukup
E.S.T	87.12	614.17	701.29	Cukup
E.S	120.8	300.1	420.9	Cukup
E.S	28.9	150.6	179.5	Tidak cukup
V.F.T	102.1	200.2	302.3	Tidak cukup
S.G	44.27	266.84	311.1	Tidak cukup
T.Y.S	78.54	243.9	322.44	Tidak cukup
M.G	63.55	545.58	609.13	Cukup
Y.M.S	83.49	372.78	461.27	Cukup
Z	87.12	34.57	121.69	Tidak cukup
C.D	75.69	103.97	179.66	Tidak cukup
A.T	73.52	355.67	429.19	Cukup
V.D.T	92.83	575.36	668.19	Cukup
K	14.26	420.53	434.79	Cukup
S.M	67.8	180.25	248.05	Tidak cukup
T.A	125.68	402.07	527.75	Cukup
K.F	0	548.7	548.7	Cukup
M.D	35.69	249.4	285.09	Tidak cukup
C.A.T	48.81	156.7	205.51	Tidak cukup
F.S	89.56	107.88	197.44	Tidak cukup
N.R	13.55	489.02	502.57	Cukup
H.S	77.23	208.9	286.13	Tidak cukup

V.S.S	80.2	150.6	230.8	Tidak cukup
R.H	108.55	1088	1196	Cukup
Y.E.S	33.52	168.55	202.07	Tidak cukup
R.S	77.82	416.25	494.07	Cukup
M.K.M	91.19	397.09	488.28	Cukup
J.H.M	78.5	200.87	279.37	Tidak cukup
V.M.S	88.24	150.76	239	Tidak cukup

Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Sampel

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN **(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda dibawah ini saya :

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Alamat :
 Kelas :
 No telepon :
 Pekerjaan Orangtua :

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi sampel dalam penelitian ini sampai selesai dengan judul penelitian “Hubungan Konsumsi Sayyur,Buah Dan Asupan Zat Gizi Pembentuk Hb (Fe,Vit C, Protein,Vitamin B12, Zink) Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi SMA Negeri 1 Simpang Empat” Yang akan Dilaksanakan Oleh :

Nama : Luisa Stepani Br Marpaung
 Alamat : Deli serdang, Lubuk Pakam
 Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Prodi D-IV

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

Lubuk Pakam,.....2025

Peneliti

Sampel

(Luisa Stepani Br Marpaung)

()

Lampiran 3. Surat Survey Pendahuluan



Kemenkes
Poltekkes Medan

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 22 April 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/606/2025
Lampiran : 1 (Satu)
Perihal : Ijin Survei Pendahuluan

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo
Di
Tempat

Sesuai dengan kurikulum Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Usulan/Proposal Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Bapak Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes untuk melakukan Survei Pendahuluan di Sekolah SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo. Adapun nama mahasiswa terlampir.

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

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

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://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



lampiran 1. Daftar Nama Mahasiswa Yang Melakukan Penelitian

Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika			
No	Nama	NIM	Judul
1	Haridas Anastasya Br Karo	P01031222018	Hubungan Status Gizi Dan Pola Makan Tinggi Lemak Dan Tinggi Gula Dengan Kadar Gula Darah Pada Pegawai SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo 2025
2	Luisa Stepani Br. Manurung	P01031222027	Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Dan Asupan Zat Gizi Pembentuk Hb (Fe, Vit C, Protein, B12) Dengan Kesadaran Anemia Pada Siswi SMA Negeri 1 Simpang Empat
3	Winda Novita Sari Simatupang	P01031222057	Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Besi Dan Lemak Dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

Lampiran 4. Kuesioner Pola Makan

FOOD FREQUENCY QUESTIONARE

A. Identitas Sampel

Nama :
 Alamat :
 Tanggal lahir :
 Kelas :
 No.telepon :
 Pekerjaan Orangtua :
 Uang Saku :
 Wawancara hari ke :

Tanda tangan
responden

B. Formulir SQ- FFQ

No	Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi Sayur buah					
		>1x/ hari (50)	1 x/ hari (25)	3-6 x/ minggu (15)	1-2x / minggu (10)	Tidak pernah (0)	URT
A. Jenis Sayur							
1.	Kangkung						
2.	Buncis						
3.	Bunga kol						
4.	Sayur botol						
5.	Daun ubi						
6.	Sawi manis						
7.	Jipang						
8.	Sawi pahit						

9.	Selada						
10.	Terong						
11.	Brokoli						
12.	Kacang Panjang						
13.	Wortel						
B. Jenis Buah							
1.	Jeruk						
2.	Salak						
3.	Stroberi						
4.	Papaya						
5.	Alpukat						
6.	Semangka						
7.	Pisang						
8.	Buah naga						
9.	Markisa						
10.	Kesemek						
11.	Jambu air						
12.	Jambu biji						

[illegible]

Waktu Makan	Nama Hidangan /Makanan /Minuman	Nama bahan masakan	URT/Porsi	Gram	Keterangan
Pagi					
Selingan					
Makan Siang					
Selingan					
Makan Malam					

Lampiran 6. Bukti Bimbingan Skripsi

Bukti Bimbingan Skripsi

69

Lampiran 6. Bukti Bimbingan Skripsi

Bukti Bimbingan Skripsi

Nama : Luisa Stepani Br Marpaung

Nim : P01031222027

Judul : Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Dan Asupan Zat Gizi pembentuk Hb
(FE, Vit C, Protein, Vit B12, Zink) Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi
SMA Negeri 1 Simpang Empat

No	Tanggal	Judul/Topik Bimbingan	T.Tangan Mahasiswa	T.Tangan Pembimbing
1.	17 Februari 2025	Diskusi Judul Usulan Dkripsi		
2.	27 Februari 2025	Pengajuan Judul		
3.	05 Maret 2025	ACC Judul		
4.	11 Maret 2025	Revisi Bab 1		
5.	13 Maret 2025	Revisi Bab 1		
6.	17 Maret 2025	Revisi Bab 1		
7.	20 Maret 2025	Revisi Bab 1 dan 2		
8.	24 Maret 2025	Revisi Bab 2		
9.	27 Maret 2025	Revisi Bab 2		
10.	10 April 2025	Revisi Bab 2		
11.	14 April 2025	Revisi Bab 3		
12.	21 April 2025	Revisi Bab 3		
13.	9 Mei 2025	Revisi Bab 3		
14.	27 Mei 2025	Seminar Proposal		
15.	2 Juni 2025	Revisi hasil proposal skripsi		
15.	12 Juni 2025	ACC Revisi		

		proposal dengan dosen pembimbing	det	mt
16.	19 juni 2025	ACC Revisi proposal dengan dosen penguji 1 dan dosen penguji 2	det	mt
17.	23 Juni 2025	Jilid sambung proposal skripsi	det	mt
18.	18 Juli 2025	Bimbingan penelitian	det	mt
19.	21 Juli 2025	Penelitian	det	mt
20.	12 Januari 2026	Bimbingan mengolah data	det	mt
21.	19 Januari 2026	Bimbingan skripsi	det	mt
21.	21 Januari 2026	Bimbingan skripsi	det	mt
22.	26 Januari 2026	Bimbingan skripsi	det	mt
23.	27 Januari 2026	Bimbingan skripsi	det	mt
24.	30 Januari 2026	Bimbingan skripsi	det	mt
25.	02 Februari 2026	ACC Skripsi	det	mt
26.	13 Mei 2026	Seminar hasil	det	mt
27.	8 Juni 2026	Revisi Skripsi dengan dosen pembimbing	det	mt
28.	1 September 2026	Lux Skripsi	det	mt

Lampiran 8. Surat ijin penelitian



Kementerian Kesehatan

Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Poltekkes Medan

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

Lubuk Pakam, 25 Juni 2025

Nomor : KH.03.01/XIV.13/1172/2025
Lampiran : -
Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth:
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo
di_ Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VI diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Bapak Urbanus Sihotang, SKM, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1.	Luisa Stepani Br. Marpaung	P01031222027	Hubungan Konsumsi Sayur, Buah, Dan Asupan Zat Gizi Pembentuk Hb (Fe, Vitamin C, Protein, Vitamin B12, Zink) Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi SMA Negeri 1 Simpang Empat
2.	Winda Novita Sari Simatupang	P01031222057	Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Besi Dan Lemak Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan,



Riris Oppusunggu, S. Pd. M. Kes

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://vbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 9. Surat balasan penelitian



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA

DINAS PENDIDIKAN

SMA NEGERI 1 SIMPANGEMPAT

Jl. Tiganderket Sp. Beganding, Kec. Simpang Empat, Kabupaten Karo, Cabdisdik Wil. IV, Kode Pos 22153
Pos-el : smansasi4@yahoo.co.id

N o m o r : 400.3.8.1/48/SMANI.SPE/VIII/2025
L a m p. : -
H a l : Balasan Telah Melaksanakan Penelitian

Beganding, 01 Agustus 2025

Kepada
Yth. : Bapak / Ibu Ketua Jurusan
Poltekkes Medan
di-
Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa yang tersebut namanya dibawah ini :

No	Nama	NIM	Judul
1	Haridas Anastasya Br Karo	P01031222018	Faktor kelebihan berat badan dan asupan zat gizi makro dengan kadar gula darah puasa pada tenaga pendidik dan perangkat sekolah SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo tahun 2025
2	Luisa Stepani Br Marpaung	P01031222027	Hubungan konsumsi sayur, buah dan asupan zat gizi pembentuk Hb (Fe, Vitamin C, Protein, Vitamin B12, Zink) dengan kejadian Anemia pada siswi SMA Negeri 1 Simpangempat
3	Winda Novita Sari Simatupang	P01031222057	Hubungan status gizi, asupan zat besi dan lemak dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpangempat

Adalah benar telah melakukan Penelitian mulai dari tanggal 21 Juli 2025 s/d tanggal 01 Agustus 2025 di SMA Negeri 1 Simpangempat Kab. Karo.

Demikian surat keterangan ini di perbuat agar dapat dipergunakan dengan seperlunya.

Kepala SMA Negeri 1 Simpang Empat

BERINA MANURUNG, S.Pd, M.Pd
NIP. 19760429 200801 2 013

Tembusan :
1. Arsip

Lampiran 10. Dokumentasi Survey Pendahuluan
Dokumentasi melakukan pengecekan kadar Hb



Dokumentasi melakukan food recall dan ffq







Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian

Dokumentasi wawancara foodrecall dan ffq sayur dan buah







Dokumentasi melakukan pengecekan kadar hb



Lampiran 12. Hasil Output SPSS

umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	3	3.3	3.4	3.4
	16	3	3.3	3.4	6.7
	17	8	8.9	9.0	15.7
	18	35	38.9	39.3	55.1
	19	40	44.4	44.9	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	24	26.7	27.0	27.0
	11	65	72.2	73.0	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

jumlah uang saku

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	12	13.2	13.5	13.5
	10	59	64.8	66.3	79.8
	15	12	13.2	13.5	93.3
	20	6	6.6	6.7	100.0
	Total	89	97.8	100.0	
Missing	System	2	2.2		
Total		91	100.0		

kategori protein

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak cukup	22	24.4	24.7	24.7
	Cukup	67	74.4	75.3	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

kategori fe

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Cukup	3	3.3	3.4	3.4
	Cukup	86	95.6	96.6	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

kategori vitb12

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	88	97.8	100.0	100.0
Missing	System	2	2.2		
Total		90	100.0		

kategori vit c

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak cukup	60	66.7	69.8	69.8
	cukup	29	28.9	30.2	100.0
	Total	89	95.6	100.0	
Missing	System	4	4.4		
Total		90	100.0		

kategori zink

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	cukup	89	98.9	100.0	100.0
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

kategori kadar Hb

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Anemia	19	21.1	21.3	21.3
	Tidak anemia	70	77.8	78.7	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

kategori sayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak cukup	56	62.2	62.9	62.9
	Cukup	33	36.7	37.1	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

kategori buah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak cukup	3	3.3	3.4	3.4
	Cukup	86	95.6	96.6	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

kerja_orangtua

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Petani	54	60.0	60.7	60.7
	Wiraswasta	19	21.1	21.3	82.0
	Guru	10	11.1	11.2	93.3
	Polisi	6	6.7	6.7	100.0
	Total	89	98.9	100.0	
Missing	System	1	1.1		
Total		90	100.0		

Crosstab

			kategori kadar Hb		Total
			Anemia	Tidak anemia	
kategori sayur buah	Tidak cukup	Count	14	29	43
		Expected Count	9.2	33.8	43.0
		% within kategori sayur buah	32.6%	67.4%	100.0%
	Cukup	Count	5	41	46
		Expected Count	9.8	36.2	46.0
		% within kategori sayur buah	10.9%	89.1%	100.0%
Total		Count	19	70	89
		Expected Count	19.0	70.0	89.0
		% within kategori sayur buah	21.3%	78.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6.226 ^a	1	.013	.019	.012
Continuity Correction ^b	5.002	1	.025		
Likelihood Ratio	6.405	1	.011		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	6.156	1	.013		
N of Valid Cases	89				

- a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 9.18.
b. Computed only for a 2x2 table

Crosstab

			kategori kadar Hb		
			Anemia	Tidak anemia	
kategori bentuk hb	Tidak cukup	Count	16	47	63
		Expected Count	13.4	49.6	63.0
		% within kategori bentuk hb	25.4%	74.6%	100.0%
	Cukup	Count	3	23	26
		Expected Count	5.6	20.4	26.0
		% within kategori bentuk hb	11.5%	88.5%	100.0%
Total		Count	19	70	89
		Expected Count	19.0	70.0	89.0
		% within kategori bentuk hb	21.3%	78.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2.105 ^a	1	.147	.169	.120
Continuity Correction ^b	1.361	1	.243		
Likelihood Ratio	2.304	1	.129		
Fisher's Exact Test					
Linear-by-Linear Association	2.081	1	.149		
N of Valid Cases	89				

- a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.55.
b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 13. Keterangan Layak Etik



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
 Komisi Etik Penelitian Kesehatan
 & Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
 Medan, Sumatera Utara 20137
 ☎ (061) 8363633
 ● <https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3396/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : LUISA STEPANI BR MARPAUNG
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES MEDAN
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"HUBUNGAN KONSUMSI SAYUR, BUAH, DAN ASUPAN ZAT GIZI PEMBENTUK HB (FE, VITAMIN C, PROTEIN, VITAMIN B12, ZINK) DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMA NEGERI 1 SIMPANG EMPAT"

"THE RELATIONSHIP BETWEEN VEGETABLE, FRUIT, AND HB-FORMING NUTRIENT INTAKE (FE, VITAMIN C, PROTEIN, VITAMIN B12, ZINC) WITH ANEMIA IN STUDENTS AT SMA NEGERI 1 SIMPANG EMPAT"

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 setiap standar.

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 Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 31 Juli 2026 sampai dengan tanggal 31 Juli 2027.

This declaration of ethics applies during the period July 31, 2026 until July 31, 2027. July 31, 2026
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT