

SKRIPSI

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMAN 9 PADANG KELAS X**



Oleh :

DELFI SURYANI

NIM. 2011312070

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2025

SKRIPSI

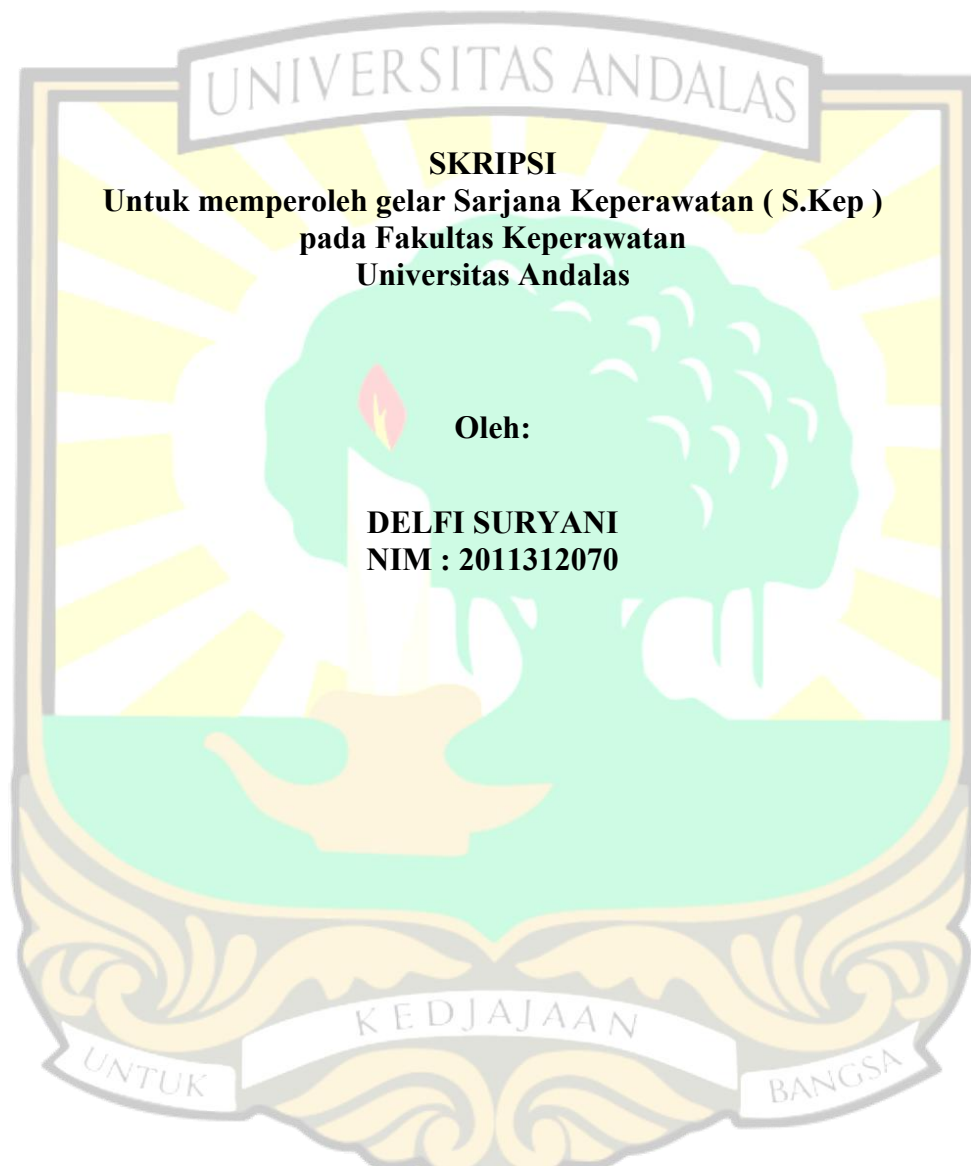
**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMAN 9 PADANG KELAS X**



SKRIPSI

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMAN 9 PADANG KELAS X**

Penelitian Keperawatan Komunitas



SKRIPSI

**Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
pada Fakultas Keperawatan
Universitas Andalas**

Oleh:

**DELFI SURYANI
NIM : 2011312070**

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2025

SKRIPSI

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMAN 9 PADANG KELAS X

DELFI SURYANI
NIM : 2011312070

Skripsi ini telah disetujui
Tanggal 22 November 2024

Oleh:

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Agus Sri Banowo, S.Kp, M.PH
NIP. 196910061995031001



Ns. Sidaria, S.Kep, M.Kep
NIP. 198701012019032013

Mengetahui:

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana
Fakultas Keperawatan
Universitas Andalas



Dr. Ns. Rika Sarika, S.Kep., M.Kep
NIP. 198409152014042002

PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

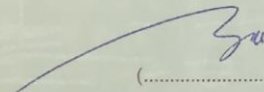
HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMAN 9 PADANG KELAS X

DELFI SURYANI
NIM. 2011312070

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh panitia penguji pada Fakultas
Keperawatan Universitas Andalas pada Januari 2025

Panitia penguji,

1. Agus Sri Banowo, S.Kp, M.PH


(.....)

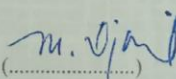
2. Ns. Sidaria, S.Kep, M.Kep


(.....)

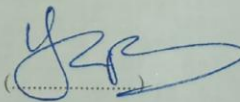
3. Dr. Rika Sabri, S.Kp.,M.Kes.,Sp.Kep.Kom


(.....)

4. Mohd. Jamil, S.Kp , M.Biomed


(.....)

5. Ns Yelly Herien, S.Kep, M.Kep


(.....)

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan nikmat dan karunia-Nya kepada seluruh hamba-Nya. Shalawat beserta salam dikirimkan kepada Nabi Muhammad SAW, alhamdulillah dengan nikmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Hubungan Gaya Hidup Remaja dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 9 Padang Kelas X”

Terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti ucapkan kepada Bapak Agus Sri Banowo, S.Kp, M.PH, dan Ibu Ns. Sidaria, S.Kep, M.Kep sebagai pembimbing yang telah penuh kesabaran untuk membimbing peneliti dalam Menyusun skripsi ini. Selanjutnya tak lupa peneliti ucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Deswita, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.An. selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
2. Ibu Dr. Ns Rika Sarfika, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
3. Dosen Penguji peneliti yaitu ibu Dr. Rika Sabri, S.Kp.,M.Kes.,Sp.Kom, Bapak Mohd. Jamil, S.Kp , M.Biomed, dan ibu Ns Yelly Herien, S.Kep, M.Kep yang telah memberikan kritikan dan saran yang membangun demi kebaikan skripsi ini.
4. Bapak/ibu Dosen pengajar, tenaga pendidik pada Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang telah banyak memberikan ilmu kepada peneliti selama perkuliahan.

5. Seluruh staff administrasi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang telah memberikan pelayanan terbaik kepada mahasiswa demi untuk kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Untuk orang tuaku yang tercinta, terima kasih tak terhingga atas cinta, doa, dan segala pengorbanan yang telah kalian berikan. Kalian adalah sumber inspirasi dan semangat saya. Tanpa dukungan kalian, saya tak akan sampai di titik ini.
7. Saya menyampaikan ucapan terima kasih yang mendalam kepada saudara-saudara saya, khususnya Da Di, atas dukungan finansial yang telah membantu keberlangsungan hidup dan studi saya. Kepada Da Bi, Da Jun, Uni, kakak dan Oyong, saya juga berterima kasih atas bantuan moral, materil, serta doa yang diberikan selama ini.
8. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada Rizky Al-Ikhsan atas kontribusi yang signifikan dalam penyelesaian skripsi ini. Dukungan berupa semangat yang konsisten sangat membantu saya dalam menyelesaikan proses ini.
9. Saya mengapresiasi dukungan dari sahabat-sahabat saya, yaitu Rahmi, Tiara, Irma, Fitryni, Agresia, dan Tumi. Terima kasih atas kebersamaan dan bantuan yang telah diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang mendukung kelancaran studi saya.

Padang, Januari 2025

Peneliti

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

JANUARI 2025

Nama : Delfi Suryani

NIM : 2011312070

Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 9
Padang Kelas X

ABSTRAK

Anemia adalah masalah kesehatan global yang banyak terjadi, terutama di negara berkembang, dan remaja putri sangat rentan mengalaminya akibat kebutuhan zat besi yang lebih tinggi, terutama saat menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan gaya hidup terhadap kejadian anemia pada remaja putri kelas X di SMAN 9 Padang. Penelitian menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Subjek penelitian berjumlah 154 responden, terdiri dari remaja putri berusia 15–17 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara, kuesioner, dan pemeriksaan *hemoglobin*, serta dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil menunjukkan 28,6% responden mengalami anemia. Pola makan baik ditemukan pada 40,9% responden, kualitas tidur baik (68,2%), dan aktivitas fisik sedang (62,3%). Terdapat hubungan signifikan antara pola makan ($p = 0,000$), kualitas tidur ($p = 0,000$), dan aktivitas fisik ($p = 0,003$) dengan kejadian anemia. Kesimpulan penelitian menunjukkan gaya hidup memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Rekomendasi utama adalah peningkatan edukasi gizi dan promosi pola hidup sehat, termasuk tidur cukup dan aktivitas fisik teratur, untuk mengurangi risiko anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: anemia, gaya hidup, remaja putri

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
JANUARY 2025

Name: Delfi Suryani
Student ID: 2011312070

The Relationship Between Lifestyle and Anemia Incidence Among Female Adolescents in Grade X at SMAN 9 Padang

ABSTRACT

Anemia is a global health issue that commonly occurs, especially in developing countries, with adolescent girls being particularly vulnerable due to higher iron requirements, especially during menstruation. This study aims to analyze the relationship between lifestyle and anemia incidence among 10th-grade female students at SMAN 9 Padang. The study employs an observational analytic design with a cross-sectional approach. The research involved 154 participants, consisting of female adolescents aged 15–17 years. Data were collected through interviews, questionnaires, and hemoglobin examinations, and analyzed using the chi-square test. Results showed that 28.6% of participants experienced anemia. Good dietary habits were observed in 40.9% of participants, good sleep quality in 68.2%, and moderate physical activity in 62.3%. There was a significant relationship between dietary habits ($p = 0.000$), sleep quality ($p = 0.000$), and physical activity ($p = 0.003$) with anemia incidence. The study concludes that lifestyle significantly correlates with anemia incidence among adolescent girls. The main recommendations are to improve nutrition education and promote healthy lifestyles, including adequate sleep and regular physical activity, to reduce the risk of anemia in adolescent girls.

Keywords: anemia, lifestyle, adolescent girls

