

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KEBIASAAN MINUM KOPI DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMK DI KOTA PADANG**

Penelitian Keperawatan Medikal Bedah



DIAH MAHARANI PUTRI

NIM. 2211313020

Pembimbing :

Esi Afriyanti, S.Kp., M.Kes

Ns. Dally Rahman, M.Kep., Sp.Kep.M.B

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

FEBRUARI 2026

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

JANUARI 2026

Nama : Diah Maharani Putri

NIM : 2211313020

Hubungan Pola Makan Dan Kebiasaan Minum Kopi Dengan Kejadian Anemia
Pada Remaja Putri SMK Di Kota Padang

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang penting karena dapat menurunkan konsentrasi belajar dan prestasi akademik. Remaja putri rentan mengalami anemia akibat meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan. Pola makan yang tidak seimbang dan kebiasaan mengonsumsi kopi dapat memengaruhi penyerapan zat besi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan kebiasaan minum kopi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK di Kota Padang. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional melibatkan sebanyak 222 responden, yang dipilih menggunakan teknik total sampling dan random sampling. Data Hemoglobin diperoleh dari puskesmas yang diambil menggunakan alat *Easy Touch GCHb*, pengumpulan data pola makan diukur menggunakan *Semi Quantitative food frequency questionnaire (SQ-FFQ)* dan kebiasaan minum kopi menggunakan kuesioner kebiasaan minum kopi. Analisis menggunakan uji chi-square ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia (64,4%), memiliki pola makan tidak baik (56,3%), serta memiliki kebiasaan konsumsi kopi kategori normal (68,9%). terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dan kebiasaan minum kopi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMK di Kota Padang. Remaja putri disarankan untuk menerapkan pola makan seimbang dengan asupan zat besi yang cukup serta membatasi konsumsi kopi sebagai upaya pencegahan anemia defisiensi besi.

Kata Kunci : Anemia, Pola Makan, Kebiasaan Minum Kopi, Remaja putri

Daftar Pustaka : 91 (2014-2025)

FAKULTAS KEPERAWATAN

ANDALAS UNIVERSITY

Thesis, January 2026

Name : Diah Maharani Putri

NIM : 2211313020

The Relationship Between Dietary Patterns and the Coffee Drinking Habits with the Incidence of Anemia Among Female Vocational High School Students in Padang City

ABSTRACT

Anemia among adolescent girls remains an important public health problem because it can reduce concentration, physical endurance, and academic performance. Adolescent girls are vulnerable to anemia due to increased iron requirements during growth, unbalanced dietary patterns, and coffee-drinking habits that may inhibit iron absorption. This study aimed to determine the relationship between dietary patterns and coffee-drinking habits with anemia incidence among female vocational high school students in Padang City. This quantitative study used a cross-sectional design involving 222 respondents. Anemic respondents were selected using total sampling based on health center records, while non-anemic respondents were selected using random sampling. Hemoglobin data were obtained from health center documentation using the Easy Touch GCHb device. Dietary patterns were measured using the Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), and coffee-drinking habits were assessed using a questionnaire. Data were analyzed using the chi-square test ($\alpha = 0.05$). The results showed that 64.4% of respondents experienced anemia, 56.3% had poor dietary patterns, and 68.9% had normal coffee-drinking habits. There was a significant relationship between dietary patterns and coffee-drinking habits with anemia incidence. These findings emphasize the importance of balanced nutrition and limiting coffee consumption among adolescent girls.

Keywords : Anemia, Dietary Pattern, Coffee-drinking Habits, Adolescent Girls

Bibliography : 91 (2014-2025)