



HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA WANITA USIA SUBUR

**Tinjauan Asupan Makronutrien di Wilayah Kerja Puskesmas
Berangas Kabupaten Barito Kuala**

Skripsi
Diajukan guna memenuhi
sebagian syarat memperoleh derajat Sarjana Kedokteran
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh
Andhika Rais Ahmad
2110911310021

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

Desember 2024

PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
WANITA USIA SUBUR**

Tinjauan di Wilayah Kerja Puskesmas Berangas Kabupaten Barito Kuala

Andhika Rais Ahmad, NIM: 2110911310021

Telah dipertahankan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Hari Kamis, Tanggal 12 Desember 2024

Pembimbing I

Nama : Dr. dr. Istiana, M.Kes
NIP : 197601011999032001

Pembimbing II

Nama : dr. Widya Nursantari, M.Kes
NIP : 198904252023212046

Penguji I

Nama : dr. Juhairina, M.Kes., Sp.GK
NIP : 197905162006042012

Penguji II

Nama : Dr. dr. Renny Aditya, M.Kes., Sp. OG.,
Subsp.Obginsos(K)
NIP : 197911232006042001

Banjarmasin, Desember 2024

Mengetahui,

Program Studi Kedokteran Program Sarjana




[Signature]
Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed
NIP 197203071997021002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 25 November 2024



Andhika Rais Ahmad

ABSTRAK

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA WANITA USIA SUBUR

Tinjauan Asupan Makronutrien di Wilayah Kerja Puskesmas Berangas Kabupaten Barito Kuala

Andhika Rais Ahmad

Anemia adalah kondisi kekurangan sel darah merah atau hemoglobin yang berakibat terhadap kemampuan darah untuk mengangkut oksigen ke tubuh. Wanita usia subur dikatakan anemia ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darahnya dibawah 12 g/dL. Faktor yang menyebabkan anemia bervariasi antar daerah atau lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada wanita usia subur di wilayah kerja Puskesmas Berangas Kecamatan Alalak, Kabupaten Barito Kuala. Metode penelitian ini merupakan penelitian observatif analitik menggunakan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *cluster sampling* pada 4 (empat) desa di wilayah kerja Puskesmas Berangas dan didapatkan 143 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara terpimpin dan pemeriksaan Hb. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 29,37% responden mengalami anemia, sebagian besar responden mengalami kekurangan asupan lemak (38,4%), dan asupan karbohidrat (38,4,0%) tetapi kelebihan asupan protein (48,2%). Analisis statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan (asupan karbohidrat, lemak, dan protein) dengan kejadian anemia, dengan nilai p 0,372 (karbohidrat), 0,531 (lemak), dan 0,651 (protein).

Kata-kata kunci: asupan makronutrien, anemia, wanita usia subur

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS AND THE INCIDENT OF ANEMIA IN WOMEN OF CHILDBEARING AGE

***Review of Macronutrient Intake in Berangas Health Center Working Area
Barito Kuala Regency***

Andhika Rais Ahmad

Anemia is a condition characterized by a deficiency of red blood cells or hemoglobin, which affects the blood's ability to transport oxygen to the body. Women of childbearing age are said to be anemic when their hemoglobin (Hb) levels in the blood are below 12 g/dL. The factors causing anemia vary between regions or environments. This study aims to determine the relationship between dietary patterns and the incidence of anemia in women of childbearing age in the working area of Puskesmas Berangas, Alalak District, Barito Kuala Regency. This research is an analytical observational study using a cross-sectional design. The sampling was conducted using cluster sampling in 4 (four) villages within the working area of Puskesmas Berangas, resulting in 143 respondents. Data collection was conducted through guided interviews and Hb examinations. The results showed that 29.37% of respondents had anemia, the majority of respondents had a deficiency in fat intake (38.4%), and carbohydrate intake (38.4%) but an excess in protein intake (48.2%). Statistical analysis indicated no significant relationship between dietary patterns (carbohydrate, fat, and protein intake) and the incidence of anemia, with p-values of 0.372 (carbohydrate), 0.531 (fat), and 0.651 (protein).

Keywords: *macronutrien intake, anemia, women of childbearing age*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA WANITA USIA SUBUR TINJAUAN ASUPAN MAKRONUTRIEN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BERANGAS KABUPATEN BARITO KUALA”** tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCAM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordiantor Program Studi Kedokteran Program Sarjana Dr. dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing Dr. dr. Istiana, M.Kes dan dr. Widya Nursantari, M.Kes yang telah berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Kedua dosen penguji dr. Juhairina, M.Kes, Sp.GK dan Dr. dr. Renny Aditya, M.Kes, Sp.OG, Subsp. Obginsos (K) yang telah memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.
5. Seluruh pihak keluarga yang tak henti-hentinya memberikan doa, dukungan, semangat, perhatian dalam keadaan apapun.
6. Satu-satunya, Zahra Nur Al Hasya Annisa yang selalu setia menemani setiap langkah kehidupan dan memberikan dukungan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Rekan satu tim penelitian skripsi Afif Fakhri dan Daris Nur Akmal atas kerjasama dan kebersamaan dalam membantu penelitian dan penulisan skripsi ini.
8. Serta semua pihak atas sumbangan pikiran dan bantuan yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarmasin, Desember 2024

Penulis.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
F. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Anemia	7
B. Pola Makan.....	13
C. Wanita Usia Subur	19

D. Hubungan Pola Makan Dengan Anemia Pada Wanita	
Usia Subur.....	19
BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS	21
A. Landasan Teori.....	21
B. Hipotesis.....	25
BAB IV METODE PENELITIAN	26
A. Rancangan Penelitian.....	26
B. Populasi dan Sampel Penelitian	26
C. Instrumen Penelitian.....	28
D. Variabel Penelitian	29
E. Definisi Operasional.....	30
F. Prosedur Penelitian.....	32
G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	34
H. Cara Analisis Data.....	35
I. Waktu dan Tempat Penelitian	35
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Data Demografi.....	36
B. Karakteristik Responden	38
C. Analisis Univariat.....	39
D. Analisis Bivariat.....	41
BAB VI PENUTUP	49
A. Simpulan	49
B. Saran.....	49

DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	56