

**PENGARUH POLA MAKAN REMAJA PUTRI
TERHADAP KEJADIAN ANEMIA
STUDI LITERATUR
SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh :

Anggi Anraini

NPM : 20700110

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

2024

**PENGARUH POLA MAKAN REMAJA PUTRI
TERHADAP KEJADIAN ANEMIA
(STUDI LITERATUR)**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

Anggi Angraini

NPM: 20700110

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal:.....

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,

**Dr. Dra. Dorta Simamora, M.Si
NIK : 11543 ET**

**Rini Purbowati, S.Si, M.Si
NIK :**

Penguji,

**Prof. Dr. Suhartati, dr., MS.
NIK :**

**PENGARUH POLA MAKAN REMAJA PUTRI
TERHADAP KEJADIAN ANEMIA
(STUDI LITERATUR)**

**HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI**

Oleh:

Anggi Angraini

NPM: 20700110

Telah diuji pada

Hari :

Tanggal :

dan dinyatakan lulus oleh:

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,

**Dr. Dra. Dorta Simamora, M.Si
NIK : 11543 ET**

**Rini Purbowati, S.Si, M.Si
NIK :**

Penguji,

**Prof. Dr. Suhartati, dr., MS.
NIK ;**

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah SWT, hanya kepada Engkau lah tempat memohon kemudahan dan petunjuk, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Studi Literatur tentang Pengaruh Pola Makan Remaja Putri Terhadap Kejadian Anemia”. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Karena hal tersebut, dengan kerendahan hati penulis, ingin mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya dalam membantu penulis menyelesaikan proposal skripsi ini, diantaranya kepada :

1. Allah SWT karena atas berkat rahmat, petunjuk, serta perlindungan dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Dr. H. Widodo Ario Kentjono, dr., Sp. THT-KL (K) selaku menjabat sebagai Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Prof. Dr. Kuntaman, dr.,MS.,Sp.MK(K) selaku sebagai Dekan Universitas Wijaya Kusuma Surabaya
4. Prof. H. Didik Sarudji M.Sc selaku sebagai dosen pembimbing utama yang dengan sabar dan telah meluangkan waktu untuk memberi bimbingan serta memberikan masukan, saran serta arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Dr. Dra. Dorta Simamora, M.Si selaku dosen pembimbing utama yang dengan sabar dan telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, masukan, dan juga arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.
6. Rini Purbowati, S.Si, M.Si selaku dosen pembimbing pendamping dan juga bersedia untuk memberikan ilmu, masukan, saran, membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.

7. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS. selaku sebagai dosen penguji yang juga ikut serta dalam memberikan masukan, saran, arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Penulis mengucapkan rasa terima kasih setulus-tulusnya kepada orang tua tercinta. Ayahanda Firdausi dan ibunda Rosyana, yang senantiasa mendoakan penulis, juga selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada seluruh keluarga besar penulis yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, doa dalam kelancaran penyusunan skripsi ini
10. Kepada teman teman tercinta penulis yang selalu hadir dalam membantu menyusun, menyediakan jasa dan tenaga dalam membantu penyusunan skripsi ini.
11. Dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberi dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berterima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berperan dalam penyelesaian skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Semoga hasil skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan Ilmu Kedokteran. AMIN

Surabaya, Mei 2024



Anggi Angraini

DAFTAR ISI

| | |
|---|----|
| B A B I | 8 |
| PENDAHULUAN | 8 |
| A. Latar Belakang..... | 8 |
| B. Rumusan Masalah..... | 12 |
| C. Tujuan Penelitian | 12 |
| 1. Tujuan Umum | 12 |
| 2. Tujuan khusus | 12 |
| D. Manfaat Hasil Penelitian | 12 |
| 1. Bagi Peneliti..... | 12 |
| 2. Bagi Institusi..... | 13 |
| 3. Bagi Masyarakat | 13 |
| TINJAUAN PUSTAKA..... | 14 |
| A. Pola Makan..... | 14 |
| 1. Definisi Pola Makan..... | 14 |
| 2. Asupan Gizi | 14 |
| 3. Keseimbangan Kualitas Makanan..... | 19 |
| 4. Pengetahuan atau pemahaman tentang asupan gizi | 19 |
| 5. Metabolisme besi terhadap penyerapan nutrisi pada manusia..... | 20 |
| B. Anemia | 21 |
| 1. Definisi Anemia | 21 |
| 2. Etiologi Anemia | 21 |
| 3. Gejala dan dampak anemia pada remaja putri | 22 |
| 4. Klasifikasi Anemia..... | 23 |
| 5. Komplikasi Anemia..... | 23 |
| 6. Pencegahan Anemia | 23 |
| C. Anemia Pada Remaja..... | 23 |
| 1. Faktor Resiko | 23 |
| D. Pengaruh Rendahnya (posisi) Asupan Makanan Terhadap Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri..... | 25 |
| E. Pengaruh Variasi asupan Gizi Terhadap Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri..... | 25 |
| F. Pengaruh Tingkat Pengetahuan Tentang Kecukupan Asupan Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja putri..... | 26 |

| | |
|--|----|
| B A B III..... | 27 |
| METODE DAN PENDEKATAN MASALAH | 27 |
| A. Metode | 27 |
| B. Pendekatan Masalah | 27 |
| C. Teknik Pengumpulan Data | 30 |
| D. Kriteria Inklusi Dan Eksklusi | 31 |
| E. Tahapan Literatur Review | 31 |
| F. Definisi Beberapa Istilah Penting | 32 |
| 1. Pola Makan | 32 |
| 2. Asupan (porsi) Gizi | 33 |
| 3. Remaja Putri | 33 |
| 4. Variasi Asupan Gizi | 33 |
| 5. Anemia | 33 |
| 6. Pengetahuan Tentang Gizi | 34 |
| B A B IV | 35 |
| HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 35 |
| A. Hasil Literatur Review | 35 |
| B. Pembahasan | 40 |
| 1. Pengaruh Pola Makan Remaja Putri Terhadap Kejadian Anemia | 40 |
| B A B V | 50 |
| KESIMPULAN DAN SARAN | 50 |
| A. Kesimpulan..... | 50 |
| B. Saran | 51 |
| DAFTAR PUSTAKA | 52 |