

## DAFTAR PUSTAKA

- Abriha, A., Yesuf, M. E., & Wassie, M. M. (2014). Prevalence and associated factors of anemia among pregnant women of Mekelle town: A cross sectional study. *BMC Research Notes*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/1756-0500-7-888>
- Adiyani, K., Heriyani, F., & Rosida, L. (2018). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin. *HOMEOSTATIS: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dokter*, 1(1), 1–7.
- Agustia, J., Margareth, W., & Marbun, R. M. (2024). Hubungan Siklus Menstruasi, Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dan Asupan Vitamin C Dengan Status Anemia Pada Siswi SMAN 27 Jakarta. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 2(1), 44–63.
- Agustina, R., Nadiya, K., Andini, E. A., Setianingsih, A. A., Sadariskar, A. A., Prafiantini, E., Wirawan, F., Karyadi, E., & Raut, M. K. (2020). Associations of meal patterning, dietary quality and diversity with anemia and overweight-obesity among Indonesian school-going adolescent girls in West Java. *PLOS ONE*, 15(4), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231519>
- Aiman, U., Nadila, D., & Rakhman, A. (2021). Pelatihan Pengukuran Antropometri Di Kelurahan Lambara. *Jurnal Dedikatif Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 12–17.
- Akib, A., & Sumarmi, S. (2017). Kebiasaan Makan Remaja Putri yang Berhubungan dengan Anemia: Kajian Positive Deviance. *Amerta Nutrition*, 1(2), 105–116.
- Al-alimi, A. A., Bashanfer, S., & Morish, M. A. (2018). Prevalence of Iron Deficiency Anemia among University Students in Hodeida Province, Yemen. *Anemia*, 2018, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2018/4157876>
- Alaydrus, S. M. (2023). Implementasi Antropometri dalam Arsitektur. *Arsitekno*, 10(2), 49–57.
- Alfianingsih, L., & Purwito, D. (2024). Status Gizi Pola Makan, Pola Menstruasi dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(6), 550–563. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.10646142>
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Amiruddin, M., Nuddin, A., & Hengky, H. K. (2019). Pola Konsumsi Sebagai Faktor Risiko Kejadian Penyakit Asam Urat pada Masyarakat Pesisir Teluk Pare-pare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(2), 240–249. <https://doi.org/10.31850/makes.v2i2.147>
- Amirullah, A., Andreas Putra, A. T., & Daud Al Kahar, A. A. (2020). Deskripsi Status Gizi Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun Pada Masa Covid-19. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 16–27. <https://doi.org/10.37985/murhum.v1i1.3>

- Andriana, Aldriana, N., & Andria. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada mahasiswi di Universitas Pasir Pengaraian. *Jurnal Maternity and Neonatal*, 2(5), 271–179.
- Angelina, R. (2023a). Pola Asuh Orang Tua, Aktifitas Fisik Remaja dengan Status Nutrisi. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 13(1), 56–65. <https://doi.org/10.57267/jisym.v13i1.215>
- Angelina, R. (2023b). Pola Asuh Orang Tua, Aktifitas Fisik Remaja dengan Status Nutrisi. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 13(1), 56–65. <https://doi.org/10.57267/jisym.v13i1.215>
- Anggoro, S. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Siswi SMA. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3), 341–350.
- Ansari, M. H., Heriyani, F., & Noor, M. S. (2020). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 18 Banjarmasin. *Homeostatis*, 3(2), 209–216.
- Arima, L. A. T., Murbawani, E. A., & Wijayanti, H. S. (2019). Hubungan Asupan Zat Besi Heme, Zat Besi Non-heme dan Fase Menstruasi dengan Serum Feritin Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 8(2), 87–94. <https://doi.org/10.14710/jnc.v8i2.23819>
- Armuyanti, L. Y., Damayanti, P. A. R., & Damayanti, P. A. R. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Singaraja. *Jurnal Media Kesehatan*, 14(1), 75–87. <https://doi.org/10.33088/jmk.v14i1.630>
- Astuti, D., & Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi dengan Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), 314–327. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.832>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377–1386.
- Badan Pusat Statistik. (2023a). *Persentase Penduduk Miskin Menurut Kabupaten, 2021-2023*. BPS Provinsi Sulawesi Barat.
- Badan Pusat Statistik. (2023b). *Profil Kemiskinan di Indonesia, Maret 2023*. BPS.
- Baha, M, H, Sitti Patimah, Sumiaty, Fatmah Afrianty Gobel, & Andi Nurlinda. (2021). Hubungan Konsumsi Zat Besi, Protein, Vitamin C dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kabupaten Majene. *Window of Public Health Journal*, 2(4), 657–669. <https://doi.org/10.33096/woph.v2i4.258>
- Baihaqi, D. A. K., Yuliantini, E., & Yulianti, R. (2023). Pengaruh edukasi anemia menggunakan Monopoly Gizi Anemia (MONOGIA) terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri Kota Bengkulu. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 5(1), 259–266. <https://doi.org/10.30867/gikes.v5i1.1439>

- Barbara, M. A. D., & Karlina, I. (2020). Gambaran Anemia Berdasarkan Gizi dan Lama Menstruasi di SMAN 1 Parongpong 2019. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 9(2), 1–13. <https://doi.org/10.54350/jkr.v9i2.28>
- Barde, S., Upendra, S., & Devi, S. (2015). Influence of body mass index on menstrual irregularities in adolescent girls. *International Journal of Medical and Health Sciences*, 4(2), 213–216.
- Barus, E. (2022). Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri. *Jurnal Mutiara Kebidanan*, 8(2), 36–47.
- Boimau, F. S., Takaeb, A. E. L., & Nur, M. L. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Kupang Tengah. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 185–192. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i1.3158>
- Brown, M. J., Ameer, M. A., Daley, S. F., & Beier, K. (2024). Vitamin B6 Deficiency. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470579/>
- Cheung, Y. T., Chan, D. F. Y., Lee, C. K., Tsoi, W. C., Lau, C. W., Leung, J. N. S., So, J. C. C., Wong, C. L. P., Tsang, S. T. Y., Chu, Y. Y. L., & Li, C. K. (2023). Iron Deficiency among School-Aged Adolescents in Hong Kong: Prevalence, Predictors, and Effects on Health-Related Quality of Life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032578>
- Cholifah, N., Rusnoto, R., Himawan, R., & Trisnawati, T. (2020). Hubungan Siklus Menstruasi dan Indek Massa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMK Islam Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), 302–307. <https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.865>
- Ciancarelli, I., Morone, G., Iosa, M., Cerasa, A., Calabrò, R. S., Iolascon, G., Gimigliano, F., Tonin, P., & Tozzi Ciancarelli, M. G. (2022). Influence of Oxidative Stress and Inflammation on Nutritional Status and Neural Plasticity: New Perspectives on Post-Stroke Neurorehabilitative Outcome. *Nutrients*, 15(1), 108. <https://doi.org/10.3390/nu15010108>
- Critchley, H. O. D., Maybin, J. A., Armstrong, G. M., & Williams, A. R. W. (2020). Physiology of the Endometrium and Regulation of Menstruation. *Physiological Reviews*, 100(3), 1149–1179. <https://doi.org/10.1152/physrev.00031.2019>
- Crome, P., McCormick, L., & Stottmbchb, D. J. (2007). Anaemia in elderly patients. *Clinical Medicine*, 7(5), 501–504. <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.7-5-501>
- Damanik, A. H., Simanungkalit, S. F., & Arini, F. A. (2019). GAMBARAN IMT/U, ASUPAN ZAT BESI (FE), DAN INHIBITOR ZAT BESI (FE) DENGAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH 7 SAWANGAN, DEPOK TAHUN 2018. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(3), 255–263. <https://doi.org/10.35842/mr.v14i3.201>

- Dambhare, D. G., Wagh, S. V., & Dudhe, J. Y. (2011). Age at Menarche and Menstrual Cycle Pattern among School Adolescent Girls in Central India. *Global Journal of Health Science*, 4(1), 105–111. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v4n1p105>
- Das, J. K., Salam, R. A., Thornburg, K. L., Prentice, A. M., Campisi, S., Lassi, Z. S., Koletzko, B., & Bhutta, Z. A. (2017). Nutrition in adolescents: Physiology, metabolism, and nutritional needs. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1393(1), 21–33. <https://doi.org/10.1111/nyas.13330>
- Dineti, A., Maryani, D., Purnama, Y., Asmariyah, A., & Dewiani, K. (2022). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Pesisir Kota Bengkulu. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 86–91. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4503>
- Dwi Pramardika, D. & Fitriana. (2019). Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Puteri Wilayah Puskesmas Bengkuring Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 7(2), 58–66. <https://doi.org/10.36998/jkmm.v7i2.60>
- Eriyani, Y., Muchtar, F., & Yunawati, I. (2023). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH ALIYAH BAHRUL MUBARAK TORONIPA. *Jurnal Nursing Update*, 14(3), 269–279.
- Farinendya, A., Muniroh, L., & Buanasita, A. (2019). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 3(4), 298–304. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i4.2019.298-304>
- Fatmawati, Nasruddin, N. I., Suharni, Setyawati, N. F., Yunawati, I., Supyati, Kuntari, A., Afriani, Y., Gunawan, D. C. D., Kusumawati, E., Dewanti, R., Prasetyaningrum, Y. I., Dewi, D. P., Nelini, Harleli, & Khasana, T. M. (2023). *Survei Konsumsi Gizi*. Eureka Media Aksara.
- Febriani, A. Y. U., & Sijid, S. T. A. (2021). *Review: Anemia Defisiensi Besi*. November, 137–142.
- Febriani, R. T. (2019). Body Image dan Peran Keluarga Remaja Status Gizi Lebih di Kota Malang. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)*, 5(2), 72–78.
- Fitriany, J., & Saputri, A. I. (2018). Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal Averrous*, 4(2), 1–14.
- Gebre, A., & Mulugeta, A. (2015). Prevalence of Anemia and Associated Factors among Pregnant Women in North Western Zone of Tigray, Northern Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2015, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2015/165430>
- Gibson, R. S. (2005). *Principles of Nutritional Assessment—2nd Ed*. Oxford University Press.
- Gultom, M. M., Fitriangga, A., & Ilmiawan, M. I. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Usia Menarche dengan Pola Siklus Menstruasi Siswi SMA di Pontianak. *Cermin Dunia Kedokteran*, 48(12), 696–699.

- Handini, K. N., Ilmi, I. M. B., Simanungkalit, S. F., & Octaria, Y. C. (2023). Hubungan Pengetahuan Anemia, Pola Tidur, Pola Makan, Inhibitor, dan Enhancer dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Kota Tangerang Selatan. *Amerta Nutrition*, 7(2), 147–154.
- Hébert, P. C., Van Der Linden, P., Biro, G., & Hu, L. Q. (2004). Physiologic Aspects of Anemia. *Critical Care Clinics*, 20(2), 187–212. <https://doi.org/10.1016/j.ccc.2004.01.001>
- Herbison, A. E. (2020). A simple model of estrous cycle negative and positive feedback regulation of GnRH secretion. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 57(1), 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2020.100837>
- Herlianty, M. P. (2016). *Penilaian Status Gizi Secara Klinis*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hidayati, B. N., Salfarina, A. L., & Ariyanti, M. (2023). Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Pesisir Pantai Desa Malaka Tahun 2022. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i1.29>
- Hidayati, Kusumawati, E., Lusiana, N., & Mustika, I. (2024). Iron Deficiency Anemia and Body Mass Index in Adolescent Menstrual Cycle. *Medical Studies and Health Journal (SEHAT)*, 1(1), 64–75.
- Hutasuhut, P. A., & Hafiza, N. (2023). Perkembangan Fisik Anak Akhir dan Perkembangan Psikososial pada Masa Remaja. *Jurnal Al-Qalam*, 24(2), 98–102.
- Ilmi, A. F., & Selasmi, E. W. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 6 Tangerang Selatan. *Edu Masda Journal*, 3(2), 175–180. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v3i2.39>
- Intantiyana, M., Widajanti, L., & Rahfiludin, M. Z. (2018). Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Putri Gizi Lebih di SMA Negeri 9 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 404–412.
- Irianti, B. (2019). Hubungan Volume Darah pada Saat Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswa Akademi Kebidanan Internasional Pekanbaru Tahun 2014. *Ensiklopedia of Journal*, 1(2), 257–261.
- Islamy, A., & Farida, F. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Tingkat III. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 13–18. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.13-18>
- Jaelani, M., Simanjuntak, B. Y., & Yuliantini, E. (2017). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 358–368. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.625>

- Janah, M., & Ningsih, S. (2021). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Indonesian Journal on Medical Science*, 8(1), 39–44. <https://doi.org/10.55181/ijms.v8i1.255>
- Juliantara, R., & Nugroho, P. S. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua dan Status Pekerjaan Orang Tua Terhadap Gizi Kurang Pada Remaja di SMPN 8 Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(3), 2031–2037.
- Kalsum, U., & Halim, R. (2016). Kebiasaan Sarapan Pagi Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMA Negeri 8 Muaro Jambi. *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Sains*, 18(1), 9–19.
- Kaur, M., Singh, A., Bassi, R., & Kaur, H. (2015). Nutritional status and anemia in medical students of SGRDIMSAR Amritsar. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 5(1), 35–49. <https://doi.org/10.5455/njppp.2015.5.180720141>
- Kemendes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan No. 25 tahun 2014*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2018a). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Provinsi Sulawesi Barat Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2018b). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kiswara, R. M., Mifbakhuddin, M., & Prasetio, D. B. (2020). Penggunaan Alat Pelindung Diri pada Perawat Rawat Jalan dan Rawat Inap. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 47–51. <https://doi.org/10.26714/jkmi.15.2.2020.47-51>
- Kristianti, S., & Wibowo, T. A. (2014). Hubungan Anemia dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Imogiri, Bantul, Yogyakarta Tahun 2013. *Jurnal Studi Pemuda*, 3(1), 33–38.
- Kumalasari, D., Kameliawati, F., Mukhlis, H., & Kristanti, D. (2019). Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(1), 187–192. <https://doi.org/10.30604/jika.v1i1.4>
- Kumar, A., Sharma, E., Marley, A., Samaan, M. A., & Brookes, M. J. (2022). Iron deficiency anaemia: Pathophysiology, assessment, practical management. *BMJ Open Gastroenterology*, 9(1), 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjgast-2021-000759>
- Kurniati, I. (2020). Anemia Defisiensi Zat Besi (Fe). *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 4(1), 18–33.
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 3(1), 1293–1298.
- Laraswati, N. L. E. (2022). *Hubungan Pola Konsumsi Inhibitor dan Enhancer Zat Besi, Kebiasaan Sarapan dan Siklus Menstruasi dengan Gejala Anemia Remaja Putri SMA IT Daarul Rahman III Tahun 2022* [Skripsi]. UPN Veteran Jakarta.

- Larson, N., & Story, M. (2009). A Review of Environmental Influences on Food Choices. *Annals of Behavioral Medicine*, 38(S1), 56–73. <https://doi.org/10.1007/s12160-009-9120-9>
- Leech, R. M., Worsley, A., Timperio, A., & McNaughton, S. A. (2015). Understanding meal patterns: Definitions, methodology and impact on nutrient intake and diet quality. *Nutrition Research Reviews*, 28(1), 1–21. <https://doi.org/10.1017/S0954422414000262>
- Lestari, G. I. (2014). Analisis Hubungan Anemia dengan Perdarahan Postpartum di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 7(2), 65–75.
- Lewa, A. F. (2016). Hubungan Asupan Protein, Zat Besi dan Vitamin C dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 2 Model Palu. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 3(1), 26–31.
- Lutfitasari, A. (2021). Hubungan status gizi dengan status anemia pada mahasiswa putri. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 51. <https://doi.org/10.26714/jk.10.1.2021.51-60>
- Lutsenko, O. I. (2019). *Menstrual Cycle*. BoD – Books on Demand.
- Maharani, A., & Syarif, C. (2022). Manajemen Pendidikan Karakter dalam Pembinaan Akhlak Peserta Didik. *Jurnal Edumaspul*, 6(1), 763–769.
- Manjilala. (2016). *Penilaian Status Gizi Secara Biokimia*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Margiyanti, N. J. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan, Body Image dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231–237. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.341>
- Mascitelli, L., & Goldstein, M. R. (2011). Inhibition of iron absorption by polyphenols as an anti-cancer mechanism. *QJMed*, 104(5), 459–461. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcq239>
- Memorisa, G., & Aminah, S. (2020). Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 165–171.
- Milman, N. (2011). *Anemia—Still a major health problem in many parts of the world!* 369–377. <https://doi.org/10.1007/s00277-010-1144-5>
- More, S., Shivkumar, V. B., Gangane, N., & Shende, S. (2013). Effects of iron deficiency on cognitive function in school going adolescent females in rural area of central India. *Anemia*, 2013, 1–5. <https://doi.org/10.1155/2013/819136>
- Mufidah, Kunang, A., & Sumarni. (2024). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma terhadap Peningkatan Hemoglobin pada Remaja Putri di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung. *Jurnal Ners*, 8(1), 324–329.

- Muhayarah. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi Pola Makan dan Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Prakonsepsi. *Indonesia Journal of Midwifery Sciences*, 2(3), 430–437.
- Naz, M. S. G., Farahmand, M., Dashti, S., & Tehrani, F. R. (2022). Factors Affecting Menstrual Cycle Developmental Trajectory in Adolescents: A Narrative Review. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.5812/ijem.120438>
- Nofianti, I. G. A. T. P., Juliasih, K., & Wahyudi, I. W. G. (2021a). Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Widya Biologi*, 12(1), 59–66.
- Nofianti, I. G. A. T. P., Juliasih, N. K., & Wahyudi, I. W. G. (2021b). Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMP NEGERI 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. *Jurnal Widya Biologi*, 12(01), 58–66. <https://doi.org/10.32795/widyabiologi.v12i01.1324>
- Nugraheni, A., Sumiyarsi, I., Mulyani, S., Musfiroh, M., & Cahyanto, E. B. (2020). Pemantauan Status Gizi dan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(1), 13–17. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i1.37776>
- Nurhayati, N., Perdani, A. L., & Trismiyana, E. (2019). Iron Deficiency Anemia and Current State of Knowledge Among Adolescent Girls, Lampung-Indonesia. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 2(1), 20–24. <https://doi.org/10.33024/minh.v2i1.878>
- Nurjannah, S. N., & Putri, E. A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan. *Journal of Midwifery Care*, 1(02), 125–131. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i02.266>
- Oktovina Rizky Indrasari, & Ekawati Sutikno. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, 10(3), 128–132.
- Pamela, D. D. A., Nurmala, I., & Ayu, R. S. (2022). Faktor Risiko dan Pencegahan Anemia pada Wanita Usia Subur di Berbagai Negara. *IKESMA*, 18(3), 161–170. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v18i3.26510>
- Panjaitan, W. S., Kusnandar, K., Hikmayani, N. H., & Sudikno, S. (2023). Pendidikan Anemia Gizi Melalui Games Ular Tangga Meningkatkan Asupan Gizi pada Remaja Putri. *Jurnal Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 33(3), 34–46.
- Par'I, H. M., Wiyono, S., & Harjatmo, T. P. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Pebrina, M. (2016). Hubungan Status Gizi dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Siswi Remaja di SMAN 12 Padang Tahun 2015. *Jurnal Medika Saintika*, 7(2), 35–45.



- Pibriyanti, K., Mardhatillah, M., Luthfiya, L., Damayanti, A. Y., Mufida, I., Handayani, C. K., & Fernandes, R. I. (2023). Hubungan Status gizi, Anemia, Faktor Stress dan Kualitas Tidur dengan Siklus Menstruasi Remaja di Pesantren. *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 4(1), 14–19. <https://doi.org/10.47065/jharma.v4i1.2918>
- Qomarasari, D., & Mufidaturrosida, A. (2022a). Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 3 Cibeber. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 6(2), 43–50. <https://doi.org/10.36409/jika.v6i2.150>
- Qomarasari, D., & Mufidaturrosida, A. (2022b). Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 3 Cibeber. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 6(2), 43–50. <https://doi.org/10.36409/jika.v6i2.150>
- Rahma, B. (2021). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dan Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sman 12 Kota Bekasi. *Jurnal Health Sains*, 2(4), 432–443. <https://doi.org/10.46799/jhs.v2i4.151>
- Ramzi, M., Haghpanah, S., Malekmakan, L., Cohan, N., Baseri, A., Alamdari, A., & Zare, N. (2011). Anemia and Iron Deficiency in Adolescent School Girls in Kavar Urban Area, Southern Iran. *Iran Red Crescent Med J.*, 13(2), 128–133.
- Rini, P. (2022). Menu Seimbang dan Manfaat Tablet Zat Besi sebagai Upaya Mencegah Kejadian pada Remaja Putri di SMA. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 175–180.
- Riyanto, S., & Hatmawan, A. A. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*. Penerbit Deepublish.
- Rodriguez-Martinez, A., Zhou, B., Sophiea, M. K., Bentham, J., Paciorek, C. J., Iurilli, M. L., Carrillo-Larco, R. M., Bennett, J. E., Di Cesare, M., Taddei, C., Bixby, H., Stevens, G. A., Riley, L. M., Cowan, M. J., Savin, S., Danaei, G., Chirita-Emandi, A., Kengne, A. P., Khang, Y.-H., ... Ezzati, M. (2020). Height and body-mass index trajectories of school-aged children and adolescents from 1985 to 2019 in 200 countries and territories: A pooled analysis of 2181 population-based studies with 65 million participants. *The Lancet*, 396(10261), 1511–1524. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31859-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31859-6)
- Roflin, E., Liberty, I. A., & Pariyana. (2021). *Populasi, Sampel, Variabel dalam Penelitian Kedokteran*. PT Nasya Expanding Management.
- Sari, D., Abdullah, A. D., Rahmayani, D., & Mubarak, M. H. (2023). Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Remaja Putri siswi di MTs DDI Lapeo Tentang Anemia di Kecamatan Campalagian Kabupaten Polewali Mandar. *Nutrition Science and Health Research*, 2(1), 9–13.
- Sari, J. S., Fitria, F., & Esitra, E. (2020). Faktro-faktor yang Memengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Suplemen Zat Besi: Systematic Literature Review.

- PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(1), 18–24.  
<https://doi.org/10.20961/placentum.v8i1.35836>
- Sari, Y. M., & Amelia, A. (2023). Relationship Between Menstruation Duration and Nutritional Status to the Incidence of Anemia in Adolescent Women in 2021. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 8(3), 1216–1220.
- Satriani, Hadju, V., & Nilawati, A. (2019). Hubungan Faktor Pendidikan dan Faktor Ekonomi Orang Tua dengan Kejadian Anemia pada Remaja Usia 12-18 Tahun di Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto. *Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 4(2), 56–64.
- Sembiring, D. (2017). *Hubungan Body Image dan Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor dan Enhancer Fe) dengan Status Anemia Remaja Putri di SMA NEGERI 1 Lubuk Pakam* [Skripsi]. Politeknik Kesehatan Medan.
- Shaw, J. G., & Friedman, J. F. (2011). Iron deficiency anemia: Focus on infectious diseases in lesser developed countries. *Anemia*, 2011. <https://doi.org/10.1155/2011/260380>
- Sholicha, C. A., & Muniroh, L. (2019a). Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C dan Pola Menstruasi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMAN 1 Manyar Gresik. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 147. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.147-153>
- Sholicha, C. A., & Muniroh, L. (2019b). Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C dan Pola Menstruasi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMAN 1 Manyar Gresik. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 147–153. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.147-153>
- Sholihah, N., Andari, S., & Wirjatmadi, B. (2019). Hubungan Tingkat Konsumsi Protein, Vitamin C, Zat Besi dan Asam Folat dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 4 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(3), 135–141. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.135-141>
- Silalahi, V. (2021a). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 1–10. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.213>
- Silalahi, V. (2021b). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 1–10. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.213>
- Simanungkalit, S. F., & Simarmata, O. S. (2019a). Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang Berhubungan dengan Status Anemia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(3), 175–182. <https://doi.org/10.22435/bpk.v47i3.1269>
- Simanungkalit, S. F., & Simarmata, O. S. (2019b). Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Remaja Putri yang Berhubungan dengan Status Anemia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(3), 175–182. <https://doi.org/10.22435/bpk.v47i3.1269>

- Sitasari, A., Susilo, J., Hidayat, N., Laiya, R., Siswati, T., Auliya, H., Ardiansyah, S., Siburian, U. D., Nugraheni, S. A., Wijanarka, A., & Sari, P. (2022). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Soliman, A., Ghanem, A., & Hammad, E.-S. (2022). Effect of Dietary Pattern on the Presence of Iron Deficiency Anemia among Adolescent Girls. *Bulletin of the National Nutrition Institute of the Arab Republic of Egypt*, 59(1), 154–180. <https://doi.org/10.21608/bnni.2022.252844>
- Stoody, E. E., Obbagy, J., Pannucci, T., Fu, S., Rahavi, E., Altman, J., Adler, M., Brown, C., Scanlon, K. S., Jesus, J. D., Olson, R., Perrine, C., Quam, J., Piercy, K., Vargas, A., Lerman, J., DeSilva, D., & Anderson-Villaluz, D. (2020). *Dietary Guidelines for Americans 2020–2025, Ninth Edition*. U.S Department of Agriculture.
- Story, M., Neumark-Sztainer, D., & French, S. (2002). Individual and Environmental Influences on Adolescent Eating Behaviors. *Journal of the American Dietetic Association*, 102(3), 40–51.
- Suazini, E. R. (2019). Hubungan Usia Menarche dengan Siklus Menstruasi pada Remaja. *Midwife's Research*, 7(2), 188–195.
- Sudikno, S., & Sandjaja, S. (2020). Usia Menarche Perempuan Indonesia Semakin Muda: Hasil Analisis RISKESDAS 2010. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 163–171. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2568>
- Suhartini, S., & Ahmad, A. (2018). ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI PADA SISWI KELAS VII SMPN 2 DESA TAMBAK BAYA KECAMATAN CIBADAK KABUPATEN LEBAK TAHUN 2017. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 5(1), 72–82. <https://doi.org/10.36743/medikes.v5i1.48>
- Sung, E. S., Choi, C. K., Kim, N. R., Kim, S. A., & Shin, M.-H. (2018). Association of Coffee and Tea with Ferritin: Data from the Korean National Health and Nutrition Examination Survey (IV and V). *Chonnam Medical Journal*, 54(3), 178–183. <https://doi.org/10.4068/cmj.2018.54.3.178>
- Sunuwar, D. R., Singh, D. R., Chaudhary, N. K., Pradhan, P. M. S., Rai, P., & Tiwari, K. (2020). Prevalence and factors associated with anemia among women of reproductive age in seven South and Southeast Asian countries: Evidence from nationally representative surveys. *PLOS ONE*, 15(8), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236449>
- Supariasa, I. D. nyoman. (2016). *Penilaian Status Gizi Secara Antropometri*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Supariasa, I. D. nyoman, Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi Edisi 2*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suraya, R., Maharani, A., Ahmadi, D. A., Anggita, D., Witriani, E., Hannari, M. I., Rizqi, P. M. S., Refiana, R., Annisa, R., Dewi, S., & Hasanah, U. (2024). Gambaran

- Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia Gizi di SMP Negeri 30 Medan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 1095–1101.
- Surijati, K. A., Hapsari, P. W., & Rubai, W. L. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Banyumas. *Nutriology : Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, 2(1), 95–100. <https://doi.org/10.30812/nutriology.v2i1.1242>
- Suryadinata, P. Y. A., Suega, K., Wayan, I., & Gde Dharmayuda, T. (2022). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Defisiensi Besi: A Systematic Review. *Jurnal Medika Udayana*, 11(2), 6–12. <https://doi.org/10.24843/MU.2022.V11.i02.P02>
- Susantini, P., & Bening, S. (2023). Konsumsi Inhibitor dan Enhancer Zat Besi Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri Di Kota Semarang. *Jurnal Gizi*, 12(1), 12–19.
- Suwarni, T. (2015). Faktor Determinan yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi. *IJMS - Indonesian Journal On Medical Science*, 2(1), 33–38.
- Teji, K., Dessie, Y., Assebe, T., & Abdo, M. (2016). Anaemia and nutritional status of adolescent girls in Babile District, Eastern Ethiopia. *Pan African Medical Journal*, 24(1), 1–10.
- Temme, E. H. M., & Van Hoydonck, P. G. A. (2002). Tea consumption and iron status. *European Journal of Clinical Nutrition*, 56(5), 379–386. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1601309>
- Thamrin, H., & Masnilawati, A. (2021). Hubungan antara Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Protein, Zat Besi, dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin pada Mahasiswi Kebidanan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(April), 30–33.
- Thiyagarajan, D. K., Basit, H., & Jeanmonod, R. (2022). Physiology, Menstrual Cycle. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK500020/>
- Thomas, F. B., Falko, J. M., & Zuckerman, K. (1976). Inhibition of Intestinal Iron Absorption by Laundry Starch. *Gastroenterology*, 71(6), 1028–1032. [https://doi.org/10.1016/S0016-5085\(76\)80053-4](https://doi.org/10.1016/S0016-5085(76)80053-4)
- Triana, A., & Saputri, E. M. (2024). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia*, 1(1), 81–86.
- Tribakti, I., Kurnia, H., Lestaluhu, S. A., Lestari, D., Wirawan, S., Siswati, T., Faraswati, R., Putra, E. S., Nurcahyani, I. D., Puspasari, K., & Wijianto. (2023). *Ilmu Gizi Klinik*. PT Global Eksekutif Teknologi.
- Ulfa, R. (2021). Variabel Penelitian dalam Penelitian Pendidikan. *Al-Fathonah : Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 1(1), 342–351.

- Vieth, J. T., & Lane, D. R. (2014). Anemia. *Emergency Medicine Clinics of North America*, 32(3), 613–628. <https://doi.org/10.1016/j.emc.2014.04.007>
- Villasari, A. (2021). *Fisiologi Menstruasi*. Strada Press.
- Wahyudi, W. (2019). Optimasi Klasifikasi Status Gizi Balita Berdasarkan Indeks Antropometri Menggunakan Algoritma C4.5 Adaboost Classification. *Jurnal Ilmiah Komputerisasi Akuntansi*, 12(2), 45–51.
- Wahyuniar, L., & Karyadi, L. (2020). Pengaruh Iklan Makanan/Minuman/Suplemen Vitamin-Mineral di TV Terhadap Pola Konsumsi Remaja di Wilayah Jakarta Timur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 11(1), 95–113. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v11i1.152>
- Wandani, Z., Sulistyowati, E., & Indria, D. (2021). Pengaruh Status Pendidikan, Ekonomi, dan Pola Asuh Orang Tua terhadap Status Gizi Anak Balita di Kecamatan Pujon Kabupaten Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 9(1), 1–9.
- Warda, Y., & Fayasari, A. (2021). Konsumsi pangan dan bioavailabilitas zat besi berhubungan dengan status anemia remaja putri di Jakarta Timur. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 135–146. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i2.198>
- Wardiha, M. W., Putri, P. S. A., Agustiningtyas, R. S., & Rakhman, J. (2018). *Air Minum & Sanitasi, Bagaimana Memetakannya? - Studi Kasus: 12 Permukiman Tradisional NTB & NTT*. Penerbit ANDI.
- Watts, A. W., Valente, M., Tu, A., & Mâsse, L. C. (2017). Eating Away from Home: Influences on the Dietary Quality of Adolescents with Overweight or Obesity. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 78(4), 166–171. <https://doi.org/10.3148/cjdpr-2017-010>
- WHO. (2021). *Anaemia in women and children*. World Health Organization. [https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia\\_in\\_women\\_and\\_children](https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children)
- Wibowo, C. D. T., Notoatmojo, H., & Rohmani, A. (2013). Hubungan Antara Status Gizi dengan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 3 Semarang. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1(2), 1–5.
- Widiasari, P. R. (2020). *Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Wityadarda, C., Astuti, Y., Mafaza, R., Sholehah, L., Wulandari, K., Khoirul, A., Abidin, Z., Qomariyah, U., Suprihartini, C., Ekaningrum, A. Y., Fajarwaty, T., Humayrah, W., & Kusmayadi, A. (2023). *Dasar Ilmu Gizi*. PT Sada Kurnia Pustaka.
- World Health Organization (WHO). (1995). *Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry*. World Health Organization (WHO). <https://www.mdpi.com/2072-6643/15/1/108>

- Yolandiani, R. P., Fajria, L., & Putri, Z. M. (2020). *Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja*. Universitas Andalas.
- Yuliadharma, D. A., Ilmi, I. M. B., Maryusman, T., & Arini, A. (2023). *Hubungan Kualitas Tidur, Konsumsi Enhancer dan Inhibitor Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMAN 3 Cibinong* [Disertasi]. UPN Veteran Jakarta.
- Yunita, F. A., Parwatiningsih, S. A., Hardiningsih, M., Nurma Yuneta, A. E., Kartikasari, M. N. D., & Ropitasari, M. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia di SMP 18 Surakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 8(1), 36–47. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i1.38632>
- Yusinta, D. H., Pradigdo, S. F., & Rahfiludin, M. Z. (2019). Hubungan Body Image dengan Pola Konsumsi dan Status Gizi Remaja Putri di SMPN 12 Semarang. *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 7(2), 47–53.
- Yusinta, A. N., & Adriyanto, A. (2018). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Amerta Nutrition*, 2(2), 147–154. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.147-154>
- Yusuf, R. N., & Ibrahim. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kadar Kolesterol pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory*, 1(2), 50–56.

**LAMPIRAN****Lampiran 1. Informed Consent****INFORMED CONSENT  
(Lembar Persetujuan Responden)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Dengan ini menyatakan telah mendapat penjelasan dari peneliti tentang penelitian yang berjudul "**Hubungan Antara Status Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Siswi MAN 1 Polman**", sehingga saya bersedia untuk ikut berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian tersebut. Demikian lembar persetujuan ini saya buat dengan sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Polman,..... 2024

Responden

(.....)

## Lampiran 2. Kuesioner Penelitian

### KUESIONER PENELITIAN HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI MAN 1 POLEWALI MANDAR

#### A. Identitas Reponden

No. Responden:

1. Nama :
2. Tanggal lahir :
3. Umur :
4. Kelas :
5. No. Handphone :
6. Alamat :

#### B. Identitas Orang Tua

1. Pekerjaan orang tua
  - Ayah :
  - Ibu :
2. Pendidikan terakhir orang tua
  - Ayah :
  - Ibu :

#### C. Data Status Gizi

1. Berat Badan : kg
2. Tinggi Badan : cm
3. Kadar Hb : g/dL

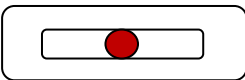
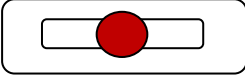
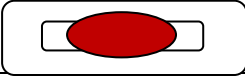
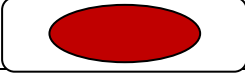

#### D. Data Siklus Menstruasi

**Petunjuk pengisian:** Kuesioner ini terdiri dari beberapa pertanyaan, responden diminta untuk menjawab pertanyaan tersebut sesuai dengan kondisi atau perasaan selama kurung waktu tiga bulan terakhir.

1. Umur berapa pertama kali anda mengalami menstruasi?  
..... tahun
2. Apakah menstruasi anda teratur dalam 3 bulan terakhir?  
a. Ya                                      b. Tidak
3. Tanggal berapa anda mengalami menstruasi?  
Siklus I : .....  
Siklus II : .....  
Siklus III : .....
4. Berapa hari biasanya anda mengalami menstruasi dalam 3 bulan terakhir?  
Bulan I : ..... hari  
Bulan II : ..... hari  
Bulan III : ..... hari
5. Berdasarkan tabel dibawah ini, anda diminta mengidentifikasi berapa banyak darah yang dikeluarkan (pilih gambarnya) dan berapa banyak pembalut yang



biasanya anda gunakan dalam sehari (tulis jumlahnya) mulai dari hari pertama sampai hari terakhir haid pada periode haid terakhir.

Banyaknya darah dalam pembalut	Waktu	Hari								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Pagi-sore									
	Malam									
	Pagi-sore									
	Malam									
	Pagi-sore									
	Malam									
	Pagi-sore									
	Malam									
	Pagi-sore									
	Malam									

6. Apakah anda mengonsumsi tablet Fe atau tablet tambah darah (TTD) pada saat menstruasi?
  - a. Ya
  - b. Tidak
7. Jika Ya, berapa kali anda mengonsumsi tablet Fe atau tablet tambah darah (TTD) pada saat menstruasi?
 

..... kali/hari
8. Apakah anda mengonsumsi tablet Fe atau tablet tambah darah (TTD) satu kali selama 1 minggu secara teratur?
  - a. Ya
  - b. Tidak

(Ba'dulu, 2023)

## FORM FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)

**Nama responden** :

**Kelas** :

Formulir FFQ digunakan untuk mengetahui gambaran asupan makanan (pelancar dan penghambat penyerapan zat besi) responden, yang dilihat dari jenis makanan dan frekuensi konsumsi responden dalam 1 bulan terakhir.

**Petunjuk pengisian** : berilah tanda ceklis (v) pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan konsumsi pangan anda dalam 1 bulan terakhir.

Nama Makanan	Berat(g)	Porsi S	Frekuensi Konsumsi					
			> 3 x/H	1 x/H	3-6 x/M	1-2 x/M	1-3 x/B	Tidak pernah
<b>Makanan <i>Enhancer</i> Penyerapan Zat Besi</b>								
<b>Sumber Karbohidrat</b>								
Nasi Putih	200	1 prg sdg						
Nasi Goreng	200	1 prg sdg						
Roti	70	2 lmr						
Kentang Rebus	200	2 bj sdg						
Kentang Goreng	100	1 prg						
Singkong	100	1 ptg bsr						
Ubi	150	1 bh sdg						
Sagu	100	1 prg kcl						
Jagung Rebus	180	1 bonggol						
Mi Instan	80	1 bgks						
<b>Sumber Protein Hewani</b>								
Daging Sapi	50	1 ptg sdg						
Daging Ayam	60	1 ptg						
Daging Kambing	40	1 ptg sdg						
Telur	55	1 btr						

Ikan Kakap	45	1 ptg sdg						
Ikan Cakalang	45	1 ptg sdg						
Ikan Bandeng	45	1 ptg sdg						
Ikan Baronang	180	1 ekor sdg						
Ikan Tongkol	60	1 ptg						
Ikan Nila	40	1 ekor sdg						
Ikan Tenggiri	55	1 ptg						
Ikan Kembung	60	1 ekor sdg						
Ikan Kaleng	70	1 ptg sdg						
Cumi-Cumi	30	1 ekor						
Kerang	90	½ gls						
kepiting	50	1/3 gls						
Udang	35	4 ekor sdg						
Ikan Kering	20	1 ekor						
<b>Sumber Protein Nabati</b>								
Tahu	110	1 ptg sdg						
Tempe	50	2 ptg sdg						
Kacang tanah	10	1 sdm						
Kacang hijau	55	5 sdm						
Kacang merah	10	1 sdm						
<b>Sumber Lemak</b>								
Kulit ayam	45	1 ptg sdg						
Hati Ayam	30	1 bh sdg						
Bakso	15	1 bh sdg						
Mie pangsit	100	1 mangkok						
Nugget	20	1 bh						
Sosis	30	1 bh						
Margarin	5	1 sdt						
Santan	50	¼ gls						
Gorengan	50	1 bh						
Coto	100	1 mangkok						
Konro	100	1 mangkok						
<b>Sayuran</b>								
Bayam	50	1 prg						
Kacang Panjang	50	1 prg						
Daun Singkong	50	1 prg						

Kangkung	50	1 prg						
Daun Kelor	50	1 prg						
Sawi	50	1 prg						
Kol	50	1/8 ptg sdg						
Wortel	12	1 ptg bsr						
Labu Siam	50	1 bh kcl						
Terong	50	1 bh						
Tauge	10	1 sdm						
<b>Buah-Buahan</b>								
Alpukat	130	1 bh sdg						
Anggur	120	10 bh						
Apel	100	1 bh sdg						
Belimbing	150	1 bh						
Duku/Langsat	100	10 bh						
Durian	30	1 bj						
Jambu Air	140	5 bh sdg						
Jambu Biji	250	1 bh sdg						
Jeruk Bali	60	1 ruas						
Jeruk	100	1 bh sdg						
Kedondong	50	1 bh sdg						
Mangga	250	1 bh sdg						
Melon	100	1 ptg bsr						
Buah Naga	80	1 ptg sdg						
Nanas	100	1 ptg sdg						
Nangka	25	1 bh sdg						
Pepaya	100	1 ptg sdg						
Pisang	100	1 bh						
Manggis	30	1 bh sdg						
Rambutan	50	5 bh						
Salak	40	1 bh sdg						
Semangka	100	1 ptg						
Sirsak	100	1 ptg						
Strawberry	100	6 bh						
<b>Makanan <i>Inhibitor</i> Penyerapan Zat Besi</b>								
<b>Minuman Manis</b>								
Kopi	200	1 gls						

Teh manis	100	1 cangkir						
Teh kotak	250	1 kotak						
Teh botol sosro	250	1 botol						
Teh pucuk harum	350	1 botol						
Lainnya (tuliskan)								

Sumber: Buku porsimetri, kemenkes

### Lampiran 3. Rekapitulasi Frekuensi Konsumsi Makanan

#### Rata-rata Frekuensi Konsumsi Makanan Sumber Zat Besi

No.	Nama Makanan	Jml	Frekuensi konsumsi						Total	Skor Rata-rata
			>3x/H	1x/H	3-6x/M	1-2x/M	1-3x/B	TP		
			3	1	0,64	0,21	0,06	0		
1	Tempe	n	60	69	55	39	8	8	239	1,23
		Skor	180	69	35,2	8,19	0,48	0	292,87	
2	Tahu	n	38	56	63	42	26	14	239	0,92
		Skor	114	56	40,32	8,82	1,56	0	220,7	
3	Telur	n	30	73	68	43	17	8	239	0,91
		Skor	90	73	43,52	9,03	1,02	0	216,57	
4	Bayam	n	6	51	35	42	34	71	239	0,43
		Skor	18	51	22,4	8,82	2,04	0	102,26	
5	Daun kelor	n	8	33	38	40	24	96	239	0,38
		Skor	24	33	24,32	8,4	1,44	0	91,16	
6	Kangkung	n	6	21	50	42	48	72	239	0,35
		Skor	18	21	32	8,82	2,88	0	82,7	
7	Daging ayam	n	0	24	50	58	65	42	239	0,30
		Skor	0	24	32	12,18	3,9	0	72,08	
8	Udang	n	4	13	43	49	69	61	239	0,28
		Skor	12	13	27,52	10,29	4,14	0	66,95	
9	Ikan bandeng	n	7	8	27	25	42	130	239	0,23
		Skor	21	8	17,28	5,25	2,52	0	54,05	
10	Sawi	n	2	10	26	45	51	105	239	0,19
		Skor	6	10	16,64	9,45	3,06	0	45,15	
11	Cumi-cumi	n	0	11	31	40	75	82	239	0,18
		Skor	0	11	19,84	8,4	4,5	0	43,74	
12	Ikan nila	n	2	13	23	24	50	127	239	0,17
		Skor	6	13	14,72	5,04	3	0	41,76	
13	Daun singkong	n	1	8	21	34	43	132	239	0,14
		Skor	3	8	13,44	7,14	2,58	0	34,16	
14	Kacang tanah	n	1	8	18	20	56	136	239	0,13
		Skor	3	8	11,52	4,2	3,36	0	30,08	
15	Ikan cakalang	n	2	9	16	17	36	159	239	0,13
		Skor	6	9	10,24	3,57	2,16	0	30,97	
16	Ikan kakap	n	4	5	5	13	18	194	239	0,10
		Skor	12	5	3,2	2,73	1,08	0	24,01	

17	Ikan tongkol	n	0	6	17	12	25	179	239	0,09
		Skor	0	6	10,88	2,52	1,5	0	20,9	
18	Kacang hijau	n	1	2	14	14	56	152	239	0,08
		Skor	3	2	8,96	2,94	3,36	0	20,26	
19	Ikan tenggiri	n	0	5	6	8	18	202	239	0,05
		Skor	0	5	3,84	1,68	1,08	0	11,6	
20	Ikan kembung	n	0	4	5	10	16	204	239	0,04
		Skor	0	4	3,2	2,1	0,96	0	10,26	
21	Ikan baronang	n	0	2	6	8	19	204	239	0,04
		Skor	0	2	3,84	1,68	1,14	0	8,66	
22	Daging sapi	n	0	0	0	0	76	163	239	0,02
		Skor	0	0	0	0	4,56	0	4,56	
23	Daging kambing	n	0	0	0	0	15	224	239	0,00
		Skor	0	0	0	0	0,9	0	0,9	
24	Hati ayam	n	0	0	0	0	16	223	239	0,00
		Skor	0	0	0	0	0,96	0	0,96	
25	Kerang	n	0	0	0	0	0	239	239	0,00
		Skor	0	0	0	0	0	0	0	
26	Kacang merah	n	0	0	0	0	0	239	239	0,00
		Skor	0	0	0	0	0	0	0	

#### Rata-rata Frekuensi Konsumsi Makanan Sumber *Enhancer* Zat Besi

No.	Nama Makanan	Jml	Frekuensi konsumsi					Total	Skor Rata-rata	
			>3x/H	1x/H	3-6x/M	1-2x/M	1-3x/B			TP
1	Pisang	Skor	3	1	0,64	0,21	0,06	0	239	0,38
		n	8	26	41	53	64	47		
2	Rambutan	Skor	18	23	33,28	10,08	4,5	0	239	0,37
		n	6	23	52	48	75	35		
3	Duku/langsat	Skor	18	23	27,52	9,24	4,08	0	239	0,34
		n	6	23	43	44	68	55		
4	Wortel	Skor	9	34	23,68	8,19	2,7	0	239	0,32
		n	3	34	37	39	45	81		
5	Mangga	Skor	6	21	23,68	4,83	4,56	0	239	0,25
		n	2	21	37	23	76	80		
6	Terong	Skor	12	15	17,92	8,19	2,7	0	239	0,23
		n	4	15	28	39	45	108		

7	Semangka	n	3	7	27	36	68	98	239	0,19
		Skor	9	7	17,28	7,56	4,08	0	44,92	
8	Durian	n	0	14	26	39	94	66	239	0,19
		Skor	0	14	16,64	8,19	5,64	0	44,47	
9	Pepaya	n	1	15	23	34	76	90	239	0,19
		Skor	3	15	14,72	7,14	4,56	0	44,42	
10	Labu siam	n	2	8	18	38	51	122	239	0,15
		Skor	6	8	11,52	7,98	3,06	0	36,56	
11	Buah naga	n	2	7	18	26	74	112	239	0,14
		Skor	6	7	11,52	5,46	4,44	0	34,42	
12	Jeruk	n	0	11	16	32	74	106	239	0,14
		Skor	0	11	10,24	6,72	4,44	0	32,4	
13	Apel	n	1	5	13	36	96	88	239	0,12
		Skor	3	5	8,32	7,56	5,76	0	29,64	
14	Jambu air	n	0	7	7	18	46	161	239	0,08
		Skor	0	7	4,48	3,78	2,76	0	18,02	
15	Nangka	n	0	3	11	14	49	162	239	0,07
		Skor	0	3	7,04	2,94	2,94	0	15,92	
16	Jambu biji	n	0	5	8	6	61	159	239	0,06
		Skor	0	5	5,12	1,26	3,66	0	15,04	
17	Alpukat	n	0	2	9	17	59	152	239	0,06
		Skor	0	2	5,76	3,57	3,54	0	14,87	
18	Anggur	n	0	1	4	32	72	130	239	0,06
		Skor	0	1	2,56	6,72	4,32	0	14,6	
19	Melon	n	0	3	9	13	45	169	239	0,06
		Skor	0	3	5,76	2,73	2,7	0	14,19	
20	Nanas	n	0	4	6	14	49	166	239	0,06
		Skor	0	4	3,84	2,94	2,94	0	13,72	
21	Salak	n	0	0	9	13	54	163	239	0,05
		Skor	0	0	5,76	2,73	3,24	0	11,73	
22	Kedondong	n	0	4	3	12	46	174	239	0,05
		Skor	0	4	1,92	2,52	2,76	0	11,2	
23	Manggis	n	0	0	0	0	28	211	239	0,01
		Skor	0	0	0	0	1,68	0	1,68	
24	Jeruk bali	n	0	0	0	0	26	213	239	0,01
		Skor	0	0	0	0	1,56	0	1,56	
25	Belimbing	n	0	0	0	0	0	239	239	0,00



		Skor	0	0	0	0	0	0	0	
26	Sirsak	n	0	0	0	0	0	239	239	0,00
		Skor	0	0	0	0	0	0	0	
27	Strawberry	n	0	0	0	0	0	239	239	0,00

**Rata-rata Frekuensi Konsumsi Makanan Sumber *Inhibitor* Zat Besi**

No.	Nama Makanan	Jml	Frekuensi konsumsi						Total	Skor Rata-rata
			>3x/H	1x/H	3-6x/M	1-2x/M	1-3x/B	TP		
			Skor	3	1	0,64	0,21	0,06		
1	Teh manis	n	16	82	41	42	37	21	239	0,70
		Skor	48	82	26,24	8,82	2,22	0	167,28	
2	Teh Pucuk harum	n	9	42	34	28	48	78	239	0,42
		Skor	27	42	21,76	5,88	2,88	0	99,52	
3	Teh kotak	n	10	27	32	38	49	83	239	0,37
		Skor	30	27	20,48	7,98	2,94	0	88,4	
4	Kopi	n	3	36	27	25	38	110	239	0,29
		Skor	9	36	17,28	5,25	2,28	0	69,81	
5	Teh botol sosro	n	5	12	14	21	44	143	239	0,18

## Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
Jl. Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,  
e-mail : fkm.unhas@gmail.com, website: https://fkm.unhas.ac.id/

Nomor : 01981/UN4.14.8/PT.01.04/2024  
Lampiran:  
Hal : Izin Penelitian

1 Maret 2024

Yang Terhormat  
Kepala Sekolah MAN 1 Polewali Mandar  
Di – Tempat

Dengan hormat, Kami sampaikan bahwa mahasiswa Prodi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin bermaksud untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi.

Sehubungan dengan itu, kami mohon bantuan Bapak/Ibu dapat memberikan izin penelitian kepada:

Nama Mahasiswa : Nur Fadilah Ruspa Haq  
Stambuk : K021201045  
Program Studi : Ilmu Gizi  
Departemen : Ilmu Gizi  
Judul Penelitian : Hubungan antara Status Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Siswi MAN 1 Polewali Mandar  
Lokasi Penelitian : MAN 1 Polewali Mandar  
Pembimbing Skripsi : 1. Dr. Healthy Hidayanty, SKM., M.Kes  
2. Dr. dr. Burhanuddin Bahar, MS  
Waktu Penelitian : Maret - April 2024

Atas bantuan dan kerjasama yang baik, kami sampaikan banyak terima kasih.

Ketua Program Studi S1 Ilmu Gizi



Dr. Abdul Salam, SKM., M.Kes  
NIP. 198205042010121008

Tembusan:  
1. Dekan FKM Unhas (Sebagai Laporan)  
2. Ketua Departemen Ilmu Gizi  
3. Arsip

## Lampiran 5. Kode Etik Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**  
Jln.Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,  
E-mail : [fkm.unhas@gmail.com](mailto:fkm.unhas@gmail.com), website: <https://fkm.unhas.ac.id/>

### REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor : 1131/UN4.14.1/TP.01.02/2024

Tanggal: 06 Mei 2024

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No. Protokol	14324041065	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	<b>Nur Fadilah Ruspa Haq</b>	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	<b>Hubungan antara Status Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Siswi MAN 1 Polewali Mandar</b>		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	14 Maret 2024
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	14 Maret 2024
Tempat Penelitian	<b>MAN 1 Polewali Mandar</b>		
Judul Review	<input checked="" type="checkbox"/> Exempted <input type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku <b>06 Mei 2024</b> Sampai <b>06 Mei 2025</b>	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan	 06 Mei 2024
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM.,M.Kes	Tanda tangan	 06 Mei 2024

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporkan penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan

## Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian



Pengukuran Kadar Hb



Pengukuran Berat Badan



Pengukuran Tinggi Badan



Pengisian Kuesioner

## RIWAYAT HIDUP



### A. Data Pribadi

Nama : Nur Fadilah Ruspa Haq  
 NIM : K021201045  
 Tempat, Tanggal Lahir : Polman, 20 Juni 2002  
 Agama : Islam  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Alamat : Jl. Bontobila Raya, Batua, Kec. Manggala  
 E-mail : nfadila394@gmail.com

### B. Riwayat Pendidikan

SD Negeri 051 Lampa (2008-2014)  
 SMP Negeri 1 Wonomulyo (2014-2017)  
 MAN 1 Polewali Mandar (2017-2020)

### C. Riwayat Organisasi

Pengurus Forum Mahasiswa Gizi (Formazi) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin periode 2022-2023

### D. Riwayat Kegiatan

- Peserta Pendanaan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) Skema PKMPM Edukasi Gizi melalui Demo dan Lomba Inovasi Jajanan sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Desa Taeng Tahun 2021
- Kegiatan Pengabdian Inisiatif Pemetaan Sosial dan Pendampingan Percepatan Pencegahan Stunting (INI MASA PENTING) yang diselenggarakan oleh Asosiasi Institusi Pendidikan Tinggi Gizi Indonesia (AIPGI) tahun 2022
- Kegiatan Pengabdian Masyarakat bersama Mahasiswa Program Studi Doktor Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin tanggal 14 Ramadhan 1445 H (24 Maret 2024)
- Panitia Kaderisasi FORMA Tahun 2022
- Panitia Pramunas XIV & LKMM Ikatan Lembaga Mahasiswa Gizi Indonesia (ILMAGI) Tahun 2022