



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig1127>

HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN DAN KONSUMSI ZAT GIZI DENGAN STATUS ANEMIA SISWI SMK NEGERI DI KECAMATAN TABANAN KABUPATEN TABANAN

I Dewa Gede Andre Gunawan¹, Ida Ayu Eka Padmiari¹, Anak Agung Gde Raka Kayanaya¹,

¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar

email Penulis Korespondensi (K): andregunawan452@gmail.com

ABSTRACT

Anemia in adolescents is anemia which is mostly caused by lack of nutrition intake needed for the formation of hemoglobin, namely iron (Fe), vitamin C and copper. The purpose of this study is to determine the relationship of food availability and nutrition consumption with anemia status of State Vocational School students in Tabanan District, Tabanan Regency. This study was an observational study with a cross-sectional approach at SMK Negeri 1 Tabanan in January - March 2020. The population of this study was X grade students of SMK Negeri 1 Tabanan and a sample of 83 people. Anemia status data samples were collected by measuring hemoglobin levels using Hb meters, food availability was obtained using a food record form and nutrition consumption was obtained through interviews using a 1x24 hour recall form. Data were analyzed descriptively and analytically using the Pearson and Spearman Correlation test. A total of 96.4% of the sample were not anemic, 77.1% had food availability in the available category, 54.2% had a low energy consumption level, 32.5% had a low protein consumption level, 88.0% had a very high iron consumption level less, 96.4% had very less consumption of folic acid and 78.3% had very less consumption of vitamin B12. Based on the results of the analysis, it is known that the variable food availability and nutrition consumption that affects the anemia sample status gets p value > α ($p > 0,05$) which means there is no relationship between food availability and nutrition consumption and there is no relationship between nutrition consumption and anemia sample status.

Keywords: food availability, nutrition consumption and anemia status

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization* (WHO, 2013), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%⁽¹⁾. Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2012), prevalensi penyakit anemia sebanyak 75,9% pada remaja putri⁽²⁾. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT, 2012) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 50,5%⁽³⁾. Data di Provinsi Bali dan Kabupaten Tabanan untuk prevalensi anemia remaja belum ada. Anemia dapat menyebabkan lekas lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar rendah dan dapat menurunkan produktivitas kerja. Di samping itu juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi. Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja jika tidak tertangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah (Robertus, 2014 dalam Indriani, 2017)⁽⁴⁾.

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia. Oleh karena itu, sasaran program penanggulangan anemia gizi telah dikembangkan yaitu mencapai remaja putri SMP, SMA, dan sederajat, serta wanita diluar sekolah sebagai upaya strategis dalam upaya memutus simpul siklus masalah gizi. Anemia adalah keadaan dimana massa eritrosit dan atau massa hemoglobin yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Adapun hemoglobin (Hb) merupakan suatu protein yang berfungsi sebagai alat angkut oksigen. Batas Hb sangat dipengaruhi oleh: umur, jenis kelamin, ketinggian tempat tinggal dari permukaan laut, pola makan dan lain-lain. Adapun kriteria anemia pada wanita dewasa tidak hamil menurut WHO adalah Hb < 12 g/dl (Bakta, 2009 dalam Pramatha, 2016)⁽⁵⁾.

Konsumsi makanan merupakan faktor penyumbang terbesar yang mempengaruhi kadar hemoglobin dalam darah. Makanan adalah sumber zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, salah satunya berperan dalam pembentukan hemoglobin. Peranan zat gizi yang penting pada dasarnya tidak diperhatikan secara serius oleh masyarakat, khususnya remaja. Remaja merupakan masa terjadinya transisi dari masa anak-anak menjadi dewasa. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung cepat yang menyebabkan peningkatan kebutuhan zat gizi. Pertumbuhan dan perkembangan tersebut akan terganggu jika kebutuhan gizinya tidak tercukupi. Kebutuhan gizi yang tidak tercukupi pada remaja terjadi karena ketidakseimbangan asupan zat gizi pada konsumsi makanan. Konsumsi makanan remaja saat ini dipengaruhi oleh ketersediaan pangan dalam rumah tangga, lingkungannya, seperti teman dan media dalam memilih makanan yang cenderung mengikuti tren. Ditambah dengan kebiasaan makan yang salah seperti tidak menyukai atau pantang terhadap suatu jenis makanan tertentu, sering mengonsumsi makanan siap saji, jarang sarapan dan kebiasaan minum teh. Anemia pada remaja merupakan anemia yang banyak disebabkan karena kurangnya asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin, yaitu energi, protein, zat besi (Fe), dan vitamin C. Energi diperlukan untuk pemberi tenaga, protein sebagai alat angkut zat besi ke seluruh tubuh, zat besi diperlukan untuk membentuk bagian heme dari hemoglobin, vitamin C juga merupakan unsur esensial untuk pembentukan hemoglobin (Savitri, dkk, 2015)⁽⁶⁾.

Ketersediaan pangan (*food availability*) dapat menentukan akses bagaimana asupan zat gizi pada seseorang terutama remaja putri (Qusna, dkk, 2017)⁽⁷⁾. Status anemia pada remaja dipengaruhi oleh ketersediaan pangan, yang ditunjang dengan ketahanan pangan yang mencukupi. Ketersediaan pangan yang cukup dapat mempengaruhi konsumsi zat gizi pada remaja putri. Latar belakang tersebut mendorong penulis untuk mengkaji lebih lanjut hubungan ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

Tujuan

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan. Sedangkan tujuan khusus pada penelitian ini menghitung proporsi anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan, mengidentifikasi ketersediaan pangan rumah tangga siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan, mengukur konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan, menganalisis hubungan ketersediaan pangan dengan konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan dan menganalisis hubungan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

METODE

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 1 Tabanan selama 3 bulan, dari bulan Januari 2020 hingga Maret 2020. Jenis penelitian observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dari penelitian ini yaitu siswi kelas X SMK Negeri 1 Tabanan dan sampel berjumlah 83 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling*. Pengumpulan data

dilakukan dengan cara langsung menggunakan form identitas sampel dan form *recall* 24 jam, untuk ketersediaan pangan dengan membagikan *form food record* untuk diisi langsung oleh siswi 2 hari sebelum *recall* dan untuk kadar Hb diukur menggunakan *Hb Meter merk Easy Touch*. Identitas sampel diolah dengan menggunakan table frekuensi yang dibedakan berdasarkan umur dan jurusan, data ketersediaan pangan dengan melihat hasil *form food record* dan bandingkan dengan hasil *recall* serta dikategorikan. Data konsumsi energi dan zat gizi dibagi menjadi 5 yaitu karbohidrat, protein, zat besi, asam folat dan vitamin B12. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan keterkaitan antar variable dianalisis menggunakan tabel silang.

HASIL

Tabanan adalah sebuah kecamatan yang juga merupakan pusat pemerintahan (ibu kota) Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali, Indonesia dengan luas 51,40 Km². Kecamatan Tabanan terdiri dari 12 Desa. Berdasarkan proyeksi BPS tahun 2016, jumlah penduduk dapat mencapai 73.870 jiwa yang terdiri dari 36.840 laki-laki dan 37.030 perempuan.

Sarana dan prasarana kesehatan 3 puskesmas, 5 Puskesmas Pembantu, dan 86 posyandu dan untuk pendidikan yang ada di Tabanan tahun 2016 meliputi TK 34 buah, SD 46 buah, SMP 8 Buah, SMA 5 buah, SMK 10 buah dan kademi/ perguruan tinggi 3 buah. Satu – satunya SMK Negeri yang terletak di Kecamatan Tabanan adalah SMK Negeri 1 Tabanan yang berlokasi di Jalan Diponegoro 11, Delod Peken, Kecamatan Tabanan. SMK Negeri 1 Tabanan berdiri pada tanggal 1 Agustus 1962. SMK Negeri 1 Tabanan terdiri dari 4 jurusan yaitu Akutansi Keuangan dan Lembaga (AKL), Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran (OTKP), Bisnis Daring dan Pemasaran (BDP) dan Teknik Komputer Jaringan (TKJ) yang terdiri dari kelas X, XI dan XII. Jumlah siswi SMK kelas X adalah 312 siswi.

Setelah dilakukan pengumpulan data pada sampel, didapatkan data karakteristik sebagai berikut :

Tabel 1.
Sebaran Karakteristik Sampel

Karakteristik	Jumlah	
	f	%
Umur (Tahun)	33	39,8
15	47	56,6
16	3	3,6
17		
Total	83	100,0
Jurusan	39	47,0
AKL (Akutansi Keuangan dan Lembaga)	20	
OTKP (Otomatisasi dan Tata Kelola Perkantoran)	16	24,1
BDP (Bisnis Daring dan Pemasaran)	8	19,3
TKJ (Teknik Komputer Jaringan)		9,6
Total	83	100,0

Berdasarkan tabel 2 diatas, dari 83 sampel umur sampel terbanyak adalah berumur 16 tahun yaitu 47 sampel (56,6%), sedangkan paling sedikit berumur 17 tahun yaitu 3 sampel (3,6%). Umur sampel terendah berumur 15 tahun, umur tertinggi berumur 17 tahun dan rata-rata sampel berumur 15,64 tahun. Apabila berdasarkan jurusan, dari 83 sampel jurusan sampel terbanyak adalah jurusan AKL yaitu 39 sampel (47,0%), sedangkan paling sedikit jurusan TKJ yaitu 8 sampel (9,6%). Hasil pengumpulan data berdasarkan status anemia menyatakan bahwa dari 83 sampel sebagian besar sampel yaitu 80 sampel (96,4%) statusnya tidak anemia. Sisanya 3 sampel (3,6%) statusnya anemia. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

Tabel 2.
Sebaran Sampel menurut Status Anemia

Status Anemia	Jumlah	
	f	%
Anemia	3	3,6
Tidak Anemia	80	96,4
Total	83	100,0

Hasil pengumpulan data berdasarkan ketersediaan pangan menyatakan bahwa dari 83 sampel sebagian besar sampel yaitu 64 sampel (77,1%) termasuk kategori tersedia. Sisanya 19 sampel (22,9%) termasuk kategori tidak tersedia. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3.
Sebaran Sampel menurut Ketersediaan Pangan

Ketersediaan Pangan	Jumlah	
	f	%
Tidak Tersedia	19	22,9
Tersedia	64	77,1
Total	90	100,0

Dari 83 sampel, 45 sampel (54,2%) memiliki konsumsi energi kurang, 27 sampel (32,5%) memiliki konsumsi protein kurang, 73 sampel (88,0%) memiliki konsumsi Fe sangat kurang, 80 sampel (96,4%) memiliki tkonsumsi asam folat sangat kurang, 65 sampel (78,3%) memiliki konsumsi vitamin B12 sangat kurang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

Tabel 4.
Sebaran Sampel menurut Konsumsi Energi dan Zat Gizi

Energi dan Zat Gizi	Kategori	Jumlah	
		f	%
Energi	Sangat Kurang	17	20,5
	Kurang	45	54,2
	Normal	17	20,5
	Lebih	4	4,8
Total		83	100,0
Protein	Sangat Kurang	24	28,9
	Kurang	27	32,5
	Normal	21	25,3
	Lebih	11	13,3
Total		83	100,0
Zat Besi	Sangat Kurang	73	88,0
	Kurang	7	8,4
	Normal	1	1,2
	Lebih	2	2,4
Total		83	100,0
Asam Folat	Sangat Kurang	80	96,4
	Kurang	1	1,2
	Normal	2	2,4
Total		83	100,0
Vitamin B12	Sangat Kurang	65	78,3
	Kurang	7	8,4
	Normal	5	6,0
	Lebih	6	7,2
Total		83	100,0

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan ini dapat dilihat dari nilai p value yang menunjukkan $> 0,05$ setelah diuji menggunakan uji *Korelasi Spearman*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5 berikut.

Tabel 5.
Sebaran Ketersediaan Pangan dan Konsumsi Zat Gizi

Ketersediaan Pangan	Konsumsi Zat Gizi								Jumlah	Nilai p	
	Sangat Kurang		Kurang		Normal		Lebih				
	f	%	f	%	f	%	f	%			
Energi											
Tidak Tersedia	5	29,4	10	22,2	4	23,5	0	0,0	19	22,9	0,413
Tersedia	12	70,6	35	77,8	13	76,5	4	100,0	64	77,1	
Total	17	100,0	45	100,0	17	100,0	4	100,0	83	100,0	
Protein											
Tidak Tersedia	7	29,2	4	14,8	6	28,6	2	18,2	19	22,9	0,733
Tersedia	17	70,8	23	85,2	15	71,4	9	81,8	64	77,1	
Total	24	100,0	27	100,0	21	100,0	11	100,0	83	100,0	
Zat Besi											
Tidak Tersedia	17	23,2	1	14,3	0	0,0	1	50,0	19	22,9	0,857
Tersedia	56	76,7	6	85,7	1	100,0	1	50,0	64	77,1	
Total	73	100,0	7	100,0	1	100,0	2	100,0	83	100,0	
Asam Folat											
Tidak Tersedia	19	23,8	0	0,0	0	0,0	-	-	19	22,9	0,343
Tersedia	61	76,3	1	100,0	2	100,0	-	-	64	77,1	
Total	80	100,0	1	100,0	2	100,0	-	-	83	100,0	
Vitamin B12											
Tidak Tersedia	12	18,5	3	42,9	1	20,0	3	50,0	19	22,9	0,067
Tersedia	53	81,5	4	57,1	4	80,0	3	50,0	64	77,1	
Total	65	100,0	7	100,0	5	100,0	6	100,0	83	100,0	

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi zat gizi dan Status Anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan ini dapat dilihat dari nilai p value yang menunjukkan $> 0,05$ setelah diuji menggunakan uji *Korelasi Pearson*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 6 berikut.

Tabel 6.
Sebaran Konsumsi Zat Gizi dan Status Anemia

Konsumsi Zat Gizi	Status Anemia				Jumlah		Nilai p
	Anemia		Tidak Anemia		f	%	
	f	%	f	%			
Energi							
Sangat Kurang	1	33,3	16	20,0	17	20,5	0,828
Kurang	1	33,3	44	55,0	45	54,2	
Normal	1	33,3	16	20,0	17	20,5	
Lebih	0	0,0	4	5,0	4	4,8	
Total	3	100,0	80	100,0	83	100,0	
Protein							
Sangat Kurang	2	66,7	22	27,5	24	28,9	0,694
Kurang	0	0,0	27	33,8	27	32,5	
Normal	0	0,0	21	26,3	21	25,3	
Lebih	1	33,3	10	12,5	11	13,3	
Total	3	100,0	80	100,0	83	100,0	
Zat Besi							
Sangat Kurang	2	66,7	71	88,8	73	88,0	0,637
Kurang	1	33,3	6	7,5	7	8,4	
Normal	0	0,0	1	1,2	1	1,2	
Lebih	0	0,0	2	2,5	2	2,4	
Total	3	100,0	80	100,0	83	100,0	
Asam Folat							
Sangat Kurang	3	100,0	77	96,3	80	96,4	0,746
Kurang	0	0,0	1	1,2	1	1,2	
Normal	0	0,0	2	2,5	2	2,4	
Total	3	100,0	80	100,0	83	100,0	
Vitamin B12							
Sangat Kurang	2	66,7	63	78,8	65	78,3	0,634
Kurang	0	0,0	7	8,7	7	8,4	
Normal	1	33,3	4	5,0	5	6,0	
Lebih	0	0,0	6	7,5	6	7,3	
Total	3	100,0	64	100,0	83	100,0	

PEMBAHASAN

Proporsi anemia pada siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah sebagian besar sampel yaitu 80 sampel (96,4%) statusnya tidak anemia. Sisanya 3 sampel (3,6%) statusnya anemia, ini artinya status anemia siswi baik karena prevalensi kejadian anemia rendah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ayu, 2016) dimana prevalensi anemia 40,6%⁽⁸⁾ dan sejalan pula dengan penelitian (Eka, dkk, 2019) dimana prevalensi anemia 22,6% di Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali⁽⁹⁾.

Konsumsi Zat Gizi pada penelitian ini meliputi energi, protein, zat besi, asam folat dan vitamin B12. Berdasarkan hasil penelitian, 45 sampel (54,2%) memiliki konsumsi energi kurang, ini artinya sebagian besar siswi SMK kekurangan asupan energi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Qusna, dkk, 2017) yang menyatakan 37 sampel (86,0%) memiliki tingkat konsumsi energi kurang⁽¹⁰⁾. Konsumsi protein pada penelitian ini, 27 sampel (32,5%) memiliki konsumsi protein kurang. Hal ini disebabkan siswi jarang mengkonsumsi bahan makanan sumber protein seperti daging merah dan ikan. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Qusna, dkk 2017) yang menyatakan 20 sampel (46,5%) memiliki tingkat konsumsi protein kurang⁽¹¹⁾. Konsumsi zat besi pada penelitian ini, 73 sampel (88,0%) memiliki konsumsi zat besi sangat kurang. Hal ini dikarenakan siswi masih sering mengkonsumsi bahan makanan penghambat penyerapan zat besi seperti teh dan kurang mengkonsumsi bahan makanan

sumber vitamin C seperti buah dan sayur. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rahmah dan Ririn, 2016) yang menyatakan 60 sampel (82,2%) memiliki kecukupan konsumsi zat besi kurang⁽¹²⁾.

Konsumsi asam folat pada penelitian ini, 65 sampel (78,3%) memiliki konsumsi asam folat sangat kurang. Hal ini dikarenakan siswi kurang mengkonsumsi bahan makanan sumber asam folat seperti hati ayam, hati sapi dan daging. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rahmah dan Ririn, 2016) yang menyatakan 71 sampel (97,2%) memiliki kecukupan asam folat kurang⁽¹³⁾ dan untuk konsumsi vitamin B12 pada penelitian ini, 65 sampel (78,3%) memiliki konsumsi vitamin B12 sangat kurang. Hal ini dikarenakan siswi kurang mengkonsumsi bahan makanan sumber vitamin B12 seperti ikan, daging dan susu. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Reka, dkk, 2016) yang menyatakan 46 sampel (65,7) memiliki tingkat kecukupan vitamin B12 kurang⁽¹⁴⁾.

Ketersediaan pangan pada siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan sudah baik, hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan 77,1% sampel memiliki ketersediaan pangan dengan kategori yang tersedia. Menurut (Qusna, dkk, 2017) ketersediaan makanan atau pangan disini juga sangat penting dalam akses asupan gizi pada remaja putri⁽¹⁵⁾.

Setelah dilakukan uji *Korelasi Spearman* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi dengan nilai p value $> 0,05$. Menurut (Ariani, 2018) peningkatan produksi atau ketersediaan pangan tidak selalu menjamin terpenuhinya konsumsi pangan masyarakat atau rumah tangga⁽¹⁶⁾ dan menurut (Suryana, 2014) bahwa terjadi kesenjangan yang cukup lebar antara rata-rata ketersediaan pangan yang lebih dari cukup dan rata-rata pangan yang benar-benar dikonsumsi masyarakat yang ternyata masih di bawah rekomendasi. Ketersediaan pangan yang memadai pada tingkat makro tidak serta merta dapat meningkatkan kualitas konsumsi dan status gizi masyarakat⁽¹⁷⁾.

Setelah dilakukan uji *Korelasi Pearson* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi zat gizi dan Status Anemia dengan nilai p value $> 0,05$. Tidak adanya hubungan antara konsumsi energi, protein, zat besi, asam folat dan vitamin B12 dengan status anemia siswi.

SIMPULAN DAN SARAN

Proporsi anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah 3,6%. Ketersediaan pangan siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah 77,1% tersedia dan 22,9% tidak tersedia. Konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah sebagai berikut, konsumsi energi 20,5% sangat kurang, 54,2% kurang, 20,5% normal dan 4,8% lebih, konsumsi protein, 28,9% sangat kurang, 32,5% kurang, 25,3% normal dan 13,3% lebih, konsumsi Fe, 88,0% sangat kurang, 8,4% kurang, 1,2% normal dan 2,4% lebih, konsumsi asam folat, 96,4% sangat kurang, 1,2% kurang dan 2,4% normal, konsumsi vitamin B12, 78,3% sangat kurang, 8,4% kurang, 6,0% normal dan 7,2% lebih. Tidak ada hubungan yang bermakna antara ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi pada siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan dan tidak ada hubungan yang bermakna antara konsumsi zat gizi dan status anemia pada siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

Diharapkan bagi sekolah SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan melakukan upaya promotif dan preventif karena masih terdapat masalah anemia dan bagi siswi diharapkan mengkonsumsi makanan yang sudah disediakan di rumah serta memperhatikan konsumsi makanan yang dapat mencegah anemia seperti daging, telur, hati, sayur berwarna hijau dan buah serta bagi keluarga tetap memperhatikan ketersediaan pangan atau makanan di lingkungan rumah tangga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada Ida Ayu Eka Padmiari, SKM., M.Kes. selaku pembimbing utama yang telah banyak memberi bimbingan, saran dan koreksi dalam penyusunan skripsi ini. Anak Agung Gde Raka Kayanaya, SST., M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan koreksi dalam penyusunan skripsi ini. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar, Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar, Ketua Program Studi Gizi dan Dietetika yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan skripsi ini dan kedua orang tua saya yang telah memberikan sarana dan prasarana dalam penyusunan skripsi ini serta semua pihak yang sudah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. 2013. Worldwide Prevalence of Anemia.
2. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI). 2012."Konsumsi Zat Gizi Mikro Pada Anak". Jakarta
3. Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT). 2012."Pedoman Penanggulangan Anemia Gizi untuk Remaja Putri dan Wanita Usia Subur". Jakarta
4. Indriani,Aisyah.2017.Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Kasihan.
5. Pramatha,Alit.2016."Perbedaan Kadar Hemoglobin pada Kelompok Wanita Vegetarian dan Non Vegetarian" dalam Inti Sari Medis Volume 7, September - Desember (hlm 1-5). Denpasar:Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
6. Savitri, Fatmawati, Christianto.2015."Hubungan Asupan Zat Besi, Vitamin C dan Tembaga dengan Kadar Hemoglobin pada Mahasiswa Angkatan 2014 Fakultas Kedokteran Universitas Riau" Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau, 2(2), pp. 1–16.
7. Qusna, Laksmi, Martha.2017."Hubungan Ketersediaan Pangan dengan Asupan Zat Gizi dengan Kadar Hemoglobin Santriwati Saat Puasa Ramadhan" dalam Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 5 Nomor 4, Oktober 2017. Tersedia online: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm> (9 April 2019)
8. Ayu,Efriana.2016. "Hubungan Asupan Protein, Vitamin C dan Asam Folat dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Sukoharjo". Naskah Publikasi, Prodi Gizi, FIK UMS.2016
9. Eka, Pande, Ariati.2019."Dampak Sosialisasi Tablet Tambah Darah (TTD) terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kejadian Anemia pada Siswi di Kabupaten Karangasem, Provinsi Bali" dalam Jurnal Sangkareang Mataram Volume 5 Nomor 3, September 2019 (hlm 13-16).
10. Qusna, Laksmi, Martha.2017."Hubungan Ketersediaan Pangan dengan Asupan Zat Gizi dengan Kadar Hemoglobin Santriwati Saat Puasa Ramadhan" dalam Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 5 Nomor 4, Oktober 2017. Tersedia online: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm> (9 April 2019)
11. Qusna, Laksmi, Martha.2017."Hubungan Ketersediaan Pangan dengan Asupan Zat Gizi dengan Kadar Hemoglobin Santriwati Saat Puasa Ramadhan" dalam Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 5 Nomor 4, Oktober 2017. Tersedia online: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm> (9 April 2019)
12. Rahmah, Ririn.2016."Hubungan Kecukupan Zat Gizi dan Konsumsi Makanan Penghambat Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Lansia". Departemen Gizi,FKM UNAIR.2016.
13. Rahmah, Ririn.2016."Hubungan Kecukupan Zat Gizi dan Konsumsi Makanan Penghambat Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Lansia". Departemen Gizi,FKM UNAIR.2016.
14. Reka, Widajanti, Achadi.2016."Hubungan Asupan Zat Besi, Asam Folat, Vitamin B12 dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin Siswa di SMP Negeri 2 Tawangharjo Kabupaten Grobogan" Jurnal Kesehatan Masyarakat, 4(4), FKM UNDIP Semarang.2016.
15. Qusna, Laksmi, Martha.2017."Hubungan Ketersediaan Pangan dengan Asupan Zat Gizi dengan Kadar Hemoglobin Santriwati Saat Puasa Ramadhan" dalam Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 5 Nomor 4, Oktober 2017. Tersedia online: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm> (9 April 2019)

16. Ariani, Mewa. 2016. "Upaya Peningkatan Akses Pangan Masyarakat Mendukung Ketahanan Pangan". IARRD PRESS : Jakarta.
17. Suryana, Achmad. 2014. "Menuju Ketahanan Pangan Indonesia Berkelanjutan 2025 : Tantangan dan Penanganannya". Pusat Sosial Ekonomi dan Kebijakan Pertanian. 2014.