

## LAMPIRAN

### A. Surat Izin Penelitian



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 C Malang 65112. Telepon (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746  
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613  
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang, Telepon (0341) 427847  
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 48 Bilar. Telepon (0342) 801043  
- Kampus IV : Jalan KH. Wahid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095  
Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)



Nomor : DP.02.01/5.0/ 0865 /2019  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Malang, 20 Maret 2019

Kepada Yth.  
Kepala Bakesbangpol Kabupaten Malang  
Di Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Karya Tulis Ilmiah, maka bersama ini kami hadapkan mahasiswa Program Studi D-III Gizi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang yang bernama:

No.	Nama/NIM	Data yang Diambil
1.	Deby Anna Mareta NIM .1603000048	- Tingkat Konsumsi - Kadar Hemoglobin - Data Pengetahuan dan Sikap

Mohon kiranya mahasiswa tersebut di izinkan untuk melakukan Penelitian, pada:

Tanggal : 25 Maret 2019 s/d 04 Mei 2019  
Waktu : 08.00 – selesai  
Tempat : PPSQ Asy-Syadzili Pakis

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

α Ketua Jurusan Gizi

Tapriadi, SKM.MPd  
NIP. 196411071988121001

**Tembusan disampaikan kepada Yth :**

1. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang
2. Kepala Puskesmas Kecamatan Pakis
3. Kepala Pengasuh PPSQ Asy-Syadzili Pakis

## B. Surat Ijin Penelitian Bakesbangpos



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. KH. Agus Salim No. 7 Telp. (0341) 366260 Fax. (0341) 366260  
Email: [bakesbangpol@malangkab.go.id](mailto:bakesbangpol@malangkab.go.id) - Website: <http://www.malangkab.go.id>  
M A L A N G - 6 5 1 1 9

### SURAT KETERANGAN

NOMOR : 072/ 44 /35.07.207/2019

Untuk melakukan Survey/Research/Penelitian/KKN/PKL/Magang

Menunjuk : Surat Dari Ketua Jurusan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Nomor:  
DP.02.01/5.0/0865/2019 Tanggal: 20 Maret 2019 Perihal: Ijin Penelitian

Dengan ini Kami **TIDAK KEBERATAN** dilaksanakan Ijin Penelitian oleh;

Nama / Instansi : Deby Anna Mareta  
Alamat : Jl. Besar Ijen No. 77C Malang  
Thema/Judul/Survey/Research : Pengaruh Penyuluhan Tentang Anemia Terhadap  
Pengetahuan, Sikap Dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi (Fe  
Dan Fit. C) Santri Putri Kelas VIII Di PPSQ Asy-Syadzili  
Pakis  
Daerah/tempat kegiatan : Di PPSQ Asy-Syadzili Pakis Kabupaten Malang  
Lamanya : 25 Maret - 4 Mei 2019  
Pengikut :  
Dengan Ketentuan :

1. Mentaati Ketentuan - Ketentuan / Peraturan yang berlaku
2. Sesampainya ditempat supaya melapor kepada Pejabat Setempat
3. Setelah selesai mengadakan kegiatan harap segera melapor kembali ke Bupati  
Malang Cq. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Malang
4. Surat Keterangan ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas

Malang, 20 Maret 2019

An. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK  
KABUPATEN MALANG

sekretaris  
  
**GATOT YUDHA SETIAWAN, AP., MM**  
Pembina Tingkat I  
NIP. 19740326 199311 1 001

Tembusan :  
Yth. Sdr.

1. Ketua Jurusan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang;
2. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Malang;
3. Kepala Puskesmas Wilayah Kerja Kec. Pakis Kab. Malang;
4. Kepala PPSQ Asy-Syadzili Pakis Kab. Malang;
5. Mhs/Ybs;
6. Arsip.

C. Surat Ijin penelitian Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG  
DINAS KESEHATAN



Jln. Parji No.120 Kepanjen Telp (0341) 393730-391621, Fax. (0341)393734  
Email : dinkes@malangkab.go.id website : http://dinkes.malangkab.go.id

**KEPANJEN**

Kepanjen, 9 April 2019

Nomor : 072/1920 /35.07.103/2019  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Perihal : Penelitian

Kepada :  
Yth. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes  
Kemenkes Malang  
Di -

**TEMPAT**

Menjawab Surat dari Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang, Nomor DP.02.01/5.0/0865/2019, tanggal 20 Maret 2019 tentang Penelitian, dengan ini kami TIDAK KEBERATAN dilaksanakan Kegiatan tersebut oleh :

Nama : Deby Anna Mareta  
NIM : 1603000048  
Judul : *Pengaruh Penyuluhan tentang Anemia Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi (Fe & Ft. C)*  
Tempat Kegiatan : Puskesmas Pakis Kab. Malang  
Waktu Kegiatan : 25 Maret - 04 Mei 2019

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Mentaati peraturan / ketentuan yang berlaku
2. Sesampainya ditempat kegiatan untuk melaporkan dan berkoordinasi kepada Pejabat yang terkait.
3. Melakukan *inform consent* secara tertulis sebelum dilakukan kegiatan kepada yang bersangkutan
4. Harus memegang asas rahasia (tanpa nama / identitas responden)
5. Mempresentasikan dan menyampaikan hasil penelitian di tempat penelitian.
6. Setelah selesai melaksanakan kegiatan untuk melaporkan kembali kepada Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang Cq. Diklat Litbang Dinas Kesehatan Kab Malang.
7. Surat ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

  
Kepala Dinas Kesehatan  
GIZI  
KESEHATAN  
Dr. R.A. RATIH MAHARANI, M.M.R.S  
Pembina  
NIP. 19670928 200003 2 003

Tembusan Yth:

1. Kepala UPT Puskesmas Pakis Kab. Malang
2. Sdr. Deby Anna Mareta

D. Informed Consent

**INFORMED CONSENT  
(PERNYATAAN PERSETUJUAN PARTISIPASI DALAM PENELITIAN )**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :  
Tanggal lahir :  
Umur :  
Alamat :

Dengan ini menyatakan bahwa saya **bersedia/tidak bersedia\*)** secara sukarela untuk ikut serta dalam Penelitian Karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh Pemberian Penyuluhan tentang Anemia terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi (Fe dan Vit. C) Santri Putri Kelas VIII di PPSQ Asy-Syadzili Pakis” yaitu Pengambilan Data Kadar Hemoglobin Darah dan Pemberian Penyuluhan tentang Anemia Gizi Besi dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

	Malang ,..... 20.....
Peneliti,	Responden,
.....	.....

\*) Coret salah satu

## E. Satuan Penyuluhan

### SATUAN PENYULUHAN

1. Judul Krgiatan : Penyuluhan Keseshatan
2. Topik : Anemia
3. Sub Topik : Anemia Pada Remaja
4. Tujuan
  - a. Tujuan Umum  
Setelah dilaksanakan penyuluhan diharapkan dapat menegtahui cara mengatasi terjadinya anemia
  - b. Tujuan Khusus
    - Peserta dapat memahami pengertian anemia
    - Peserta dapat mengetahui penyebab anemia
    - Peserta dapat mengetahui tanda-tanda anemia
    - Peserta dapat mengetahui dampak anemia
    - Peserta dapat mengetahui cara menanggulangi anemia
5. Perencanaan Penyuluhan
  - a. Waktu
    - Hari : jum'at
    - Tanggal : 12 April 2019
    - Jam : 10.00 WIB
  - b. Sasaran : Santri putri PPSQ Asy-Syadzili Pakis
  - c. Tempat : Asrama 2 PPSQ Asy-Syadzili Pakis
  - d. Metode : Ceramah
  - e. Media : *Leaflet*

## 6. Kegiatan Proses Penyuluhan

Tahap kegiatan	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Kegiatan peserta	Media
Pendahuluan	5 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salam dan mengucapkan selamat pagi. "Assalamualaikum Wr.Wb, Sekamat Pagi adek-adek santri semuanya! Bagaimana Kabarnya?"</li> <li>- Memperkenalkan diri. "Perkenalkan nama saya Deby anna Mareta, Mahasiwa Pltekkes Kemenkes Malang Jurusan Gizi"</li> <li>- Menjelaskan tujuan penyuluhan dan tema penyuluhan. "Sebelum masuk pada acara hari ini terlebih dahulu saya akan menjelaskan tujuan saya datang kesini yaitu untuk memberikan penyuluhan tentang anemia kepada adek-adek semua. Apakah adek-adek sudah pernah mendapatkan penyuluhan anemia ?"</li> <li>- Menanyakan tentang anemia sesuai pengertian santri. "Sebelum memulainya saya ingin bertanya menurut adek-adek apa sih arti dari anemia? Ada yang tau?"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjawab salam dan ucapan selamat pagi.</li> <li>- Mendengarkan dan menyimak yang disampaikan.</li> </ul>	Lisan
Penyajian	40 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjelaskan materi penyuluhan mengenai pengertian, penyebab, tanda-tanda, dampak dan cara menanggulangi anemia. "Baik disini saya akan mulai menjelaskan materi anemia. 1. Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) tidak mencukupi kebutuhan fisiologis tubuh. Anemia juga dapat</li> </ul>	Mendengarkan dan menyimak yang disampaikan	Lisan dan leaflet

menyebabkan turunya kinerja otak dan hilangnya produktivitas kerja. Anemia terjadi ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) tidak mencukupi kebutuhan fisiologi tubuh. Menurut WHO (2011) dikatakan anemia bila :

Tabel 1. Klasifikasi Anemia menurut Kelompok Umur

Populasi	Non Anemia (g/dL)	Anemia (g/dL)		
		Ringan	Sedang	Berat
Anak 6-59 bulan	11	10,0 - 10,9	7,0 - 9,9	< 7,0
Anak 5-11 tahun	11,5	11,0 - 11,4	8,0 - 10,9	< 8,0
Anak 12-14 tahun	12	11,0 - 11,9	8,0 - 10,9	< 8,0
Perempuan tidak hamil ( $\geq$ 15)	12	11,0 - 11,9	8,0 - 10,9	< 8,0

			tahun)						
			Ibu hamil	11	10,0 - 10,9	7,0 - 9,9	< 7,0		
			Laki-laki ≥ 15 tahun.	13	11,0 - 12,9	8,0- 10,9	< 8,0		
		<p>2. Menurut Kementerian Kesehatan (2018), anemia terjadi karena berbagai sebab, seperti defisiensi besi, defisiensi asam folat, vitamin B12 dan protein. Secara langsung anemia terutama disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang dari kehilangan darah baik secara akut atau menurun. Menurut Kementerian Kesehatan (2018) ada 3 penyebab anemia, yaitu:</p> <p>a. Defisiensi zat gizi</p> <p>Rendahnya asupan zat gizi baik hewani dan nabati yang merupakan pangan sumber zat besi yang berperan penting untuk pembuatan hemoglobin sebagai komponen dari sel darah merah/eritrosit. Zat gizi lain berperan penting dalam pembuatan hemoglobin antara lain asam folat dan vitamin B12. Pada penderita penyakit infeksi kronis seperti TBC,</p>							



		<p>HIV/AIDS, dan keganasan seringkali disertai anemia, karena kekurangan asupan zat gizi atau akibat dari infeksi itu sendiri.</p> <p>b. Perdarahan (Loss of blood volume)</p> <p>Perdarahan karena kecacangan dan trauma atau luka yang mengakibatkan kadar Hb menurun. Perdarahan karena menstruasi yang lama dan berlebihan.</p> <p>c. Hemolitik</p> <p>Perdarahan pada penderita malaria kronis perlu diwaspadai karena terjadi hemolitik yang mengakibatkan penumpukan zat besi (hemosiderosis) di organ tubuh, seperti hati dan limpa. Pada penderita Thalasemia, kelainan darah terjadi secara genetik yang menyebabkan anemia karena sel darah merah/eritrosit cepat pecah, sehingga mengakibatkan akumulasi zat besi dalam tubuh.</p> <p>3. Tanda-tanda anemia</p> <p>Tanda anemia karena jumlah sel darah merah yang rendah menyebabkan berkurangnya pengiriman oksigen</p>		
--	--	---	--	--

		<p>kesetiap jaringan dalam tubuh. Anemia bisa membuat buruk hampir semua kondisi medis lainnya yang mendasari (Proverawati, 2011). Tanda- tanda anemia yang mungkin terjadi adalah sebagai berikut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lesu, lemah, letih, lalai, dan lelah (5L)</li> <li>- Sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang.</li> <li>- Gejala lebih lanjut adalah kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat.</li> </ul> <p>4. Dampak dari anemia mungkin tidak dapat langsung terlihat, tetapi dapat berlangsung lama dan mempengaruhi kehidupan remaja selanjutnya. Anemia pada remaja perempuan dapat berdampak panjang untuk dirinya dan juga untuk anak yang ia lahirkan kelak. Pastikan kebutuhan zat besi remaja terpenuhi pada saat ini untuk mencapai pertumbuhan yang optimal. Dampak dari anemia adalah:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terganggunya pertumbuhan dan perkembangan</li> </ul>		
--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"><li>- Kelelahan</li><li>- Meningkatkan kerentanan terhadap infeksi karena sistem kekebalan tubuh yang menurun</li><li>- Menurunkan fungsi dan daya tahan tubuh</li><li>- Lebih rentan terhadap keracunan</li><li>- Terganggunya fungsi kognitif</li><li>- Produktivitas menurun</li><li>- Mengantuk dan tidak fokus saat menerima pelajaran</li></ul> <p>Akibat Jangka panjang anemia defisiensi besi pada remaja putri adalah apabila remaja putri nantinya hamil, maka ia tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya serta pada masa kehamilannya anemia ini dapat meningkatkan frekuensi komplikasi, risiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR, dan angka kematian perinatal. Pencegah kejadian anemia defisiensi besi, pada remaja putri maka perlu dibekali dengan pengetahuan tentang anemia</p>		
--	--	--	--	--

		<p>defisiensi besi itu sendiri .</p> <p>5. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 88 Tahun 2014 bahwa untuk mencegah terjadinya anemia gizi besi pada wanita subur dan remaja putri dengan memberikan tablet penambah darah. Selain itu ada cara lain untuk bisa mencegah terjadinya anemia gizi besi yaitu menurut Kemenkes (2018), terdapat 3 cara untuk menanggulangi anemia:</p> <p>a. Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi</p> <p>Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi dengan pola makan bergizi seimbang, yang terdiri dari aneka ragam makanan, terutama sumber pangan hewani yang kaya zat besi (besi heme) seperti hati ayam, ikan telur, daging dalam jumlah yang cukup sesuai dengan AKG. Selain itu juga perlu meningkatkan pangans umber nabati yang kaya zat besi (besi non-heme) seperti sayuran berwarna hijau, kacang-kacangan, dan tempe. Untuk membantu penyerapan zat besi dari sumber nabati perlu mengonsumsi buah-buahan yang mengandung Vitamin C seperti jeruk,</p>		
--	--	---	--	--

		<p>jambu, tomat. Penyerapan zat besi dapat dihambat oleh zat lain, seperti tanin pada teh, fosfor, serat, kalsium dan fitat.</p> <p>b. Fortifikasi bahan makanan dengan zat besi</p> <p>Fortifikasi bahan makanan yaitu menambahkan satu atau lebih zat gizi kedalam pangan untuk meningkatkan nilai gizi pada pangan tersebut. Penambahan zat gizi dilakukan pada industry pangan, untuk itu disarankan membaca label kemasan untuk mengetahui apakah bahan makanan tersebut sudah difortifikasi dengan zat besi. Makanan yang sudah difortifikasi di Indonesia antara lain tepung terigu, beras, minyak goreng, mentega dan beberapa snack.</p> <p>c. Suplementasi zat besi</p> <p>Pada keadaan dimana zat besi dari makanan tidak mencukupi kebutuhan terhadap zat besi, perlu didapat dari suplementasi zat besi. Salah satunya dengan memberikan tablet tambah darah untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara cepat dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi di dalam tubuh.</p>		
--	--	---	--	--

		<p>Baik mungkin itu materi yang dapat saya sampaikan buat adek-adek santri semua.”</p>		
Diskusi	10 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Santri diberikan kesempatan untuk bertanya tentang materi yang belum paham “baik kita masuk ke sesi diskusi ya dek, bagi adek-adek yang belum memahami materi yang saya sampaikan tadi boleh untuk bertanya.”</li> <li>- Penyuluh memberikan kuis kepada santri dengan memberikan pertanyaan dan jika benar akan diberikan hadiah. “Selanjutnya aka nada kuis yang dek, ada 3 soal yang harus adek-adek jawab dan akan emndapatkan hadiah dari saya. <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah yang dimaksud dengan anemia?</li> <li>2. Pada kadar haemoglobin berapakah remaja putri dikatakan tidak anemia?</li> <li>3. Apakah tanda-tanda remaja putri yang terkena anemia?”</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengajukan pertanyaan</li> <li>- Menjawab kuis yang diberikan oleh penyuluh</li> </ul>	Lisan
Penutup	5 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyimpulkan hasil kegiatan penyuluhan. “Baik adek-adek, saya akan menyimpulkan materi yang kitab has hari ini ya. Jadi, anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobins seseorang kurang dari batas normal. Batas normal kadar haemoglobin bagi remaja putri adalah 12 g/dL. Tanda-tanda terjadinya adnemia adalah 5L yaitu letih, lesu, lemah, lunglai dan lalai. Selain itu ada tnada-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mendengarkan dan menyimak</li> <li>- Menjawab salam</li> </ul>	Lisan

		<p>tanda lain yaitu mata berkunang-kunang dan pucat. Dampak dari anemia diantara lain adalah menurunnya produktivitas belajar, mengantuk, tidak focus saat belajar, daya tahan tubuh menurun dan sering sakit. Sementara dampak jangka Panjangnya adalah resiko saat saat kehamilan. Cara menanggulangi anemia dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan sumber zat besi, minum tablet tambah darah, dan fortifikasi makanan.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menutup penyuluhan dengan ucapan terimakasih, dan salam.</li> </ul> <p>“Cukup sekian penyuluhan pada hari ini, terimakasih atas waktu dan kesempatan yang telah diberikan, semoga bermanfaat bagi adek-adek semua. Baik cukup sekian Wassalamualikum Wr.Wb”</p>		
--	--	--	--	--

**F. Nilai Pengetahuan dan Tingkat Konsumsi Responden**

**1. Kelompok Kasus**

Kode Res.	Pengetahuan		Tingkat Konsumsi (%)											
			Energi			Protein			Zat Besi			Vitamin C		
	Pretest	Posttest	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3
A1	80	100	67,8	63,3	39,8	62,3	49,1	44,4	36,5	16,5	19,2	55,8	10,7	63,1
A2	86,6	86,6	27,5	51,3	37	30,1	41	48,1	10,7	19,6	17,7	9,2	43,2	44,6
A3	100	100	47,8	29,7	44,6	42,9	26,8	42,5	19,2	11,9	10	16	6,4	28,9
A4	100	100	43	63,2	57,4	31,2	48,3	45,2	16,2	26,5	21,9	97,8	116,9	85,8
A5	100	100	31,9	22,4	21,3	25,7	17,1	27,4	11,9	8,8	11,5	11,2	5,1	45,4
A6	73,3	86,6	53,5	55,5	45,6	40,3	45,2	38,8	11,9	30,4	30,7	16	47,4	43,8
A7	80	80	66,4	40,6	34,2	52,2	44,3	35,7	36,1	14,6	24,2	59,2	43,2	75,3
A8	80	93,3	47,9	36,3	50,2	29,9	36,4	42,3	9,2	18,5	21,5	26,9	36,6	51,1
A9	60	93,3	49,5	65,8	38,7	41,7	48,3	32,9	16,1	26,9	21,1	56,1	53,5	49,5
A10	100	100	32,2	28,7	39,5	32	24,8	21,9	14,6	11,2	16,2	10,7	4,9	25,2
A11	66,6	73,3	81,6	52,1	49,1	82,8	53	39,1	8,4	23	20	138,7	43,2	28,6



## 2. Kelompok Komtrol

Kode Res.	Pengetahuan		Tingkat Konsumsi (%)											
			Energi			Protein			Zat Besi			Vitamin C		
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3	Mgg 1	Mgg 2	Mgg 3
B1	80	93,3	30	29,8	37,5	29,1	22,5	47,5	10	8,8	13,8	12,7	3,6	30,3
B2	33,3	66,6	48,1	32,9	37,9	39,6	35,2	44,1	40,7	20	16,5	34,1	6,1	25,7
B3	53,3	66,6	30,6	49	38,8	21,7	40,4	23,8	8,4	24,2	13,4	32,3	48,7	25,4
B4	66,6	93,3	26,8	59,6	38,3	22,2	55,7	31,7	13,5	31,1	11,1	41,5	48,4	22,8
B5	73	86,6	32	40,8	36,9	27,4	38,1	32,9	9,2	21,5	16,5	13,2	40,1	36,9
B6	73	80	29,3	25,2	16,8	21,7	17,8	14,6	9,2	5	6,5	21,8	1,2	32,3
B7	66,6	73	44,4	26,9	41,3	44,3	17,9	26,2	11,1	3,8	11,5	10,5	154,9	21,8
B8	86,6	100	48,4	34,5	44,9	45,4	30,1	45,1	18,1	12,8	19,6	13,7	0,4	44,6
B9	80	93,3	42,9	27,3	35,3	32,5	24,6	26,5	17,7	7,3	13,8	47,2	8,1	3-6
B10	73,3	93,3	49,9	40,3	32,3	37,8	34,9	40	17,3	17,7	9,6	43,1	35,7	30,2
B11	100	93,3	52,1	44,7	18,9	51,2	39,9	27,5	13,8	19,6	13,4	24,6	195,6	4

## G. Nilai Sikap

### 1. Kelompok Kasus

#### a. Pretest

No	Nilai <i>pretest</i>					Nilai penafsiran
	SSS	SS	S	TS	STS	
1	3	1	7			2.36
2		4	3	1	3	2.00
3	5	3	3			2.73
4	6	1	4			2.45
5	2	2	7			2.36
6	6	1	4			2.64
7	4	4	2	1		2.64
8		5	5	1		2.36
9	1		3	4	3	1.45
10	1	1	3	4	2	1.64
11	6	2	3			2.73
12	6	2	2	1		2.64
13	2	1	3	2	3	1.82
14	8	2	1			2.91
15	9		2			2.82

#### b. Posttest

No	Nilai <i>post</i>					Nilai Penafsiran
	SSS	SS	S	TS	STS	
1	4	1	4	1	1	2.33
2		4	1	2	4	1.82
3	2	5	2	1		2.36
4	5	4	2			2.82
5	4	2	5			2.55
6	7	2	2			2.82
7	6	3	2			2.82
8	5	5	1			2.91
9		2	2	7		1.55
10		1	3	5	2	1.45
11	3	5	3			2.73
12	4	4	3			2.73
13		4	3	2	2	2.00
14	5	3	3			2.73
15	7	2	2			2.82

2. Kelompok Kontrol

a. *Pretest*

No	Nilai <i>Pretest</i>					Nilai Penafsiran
	SSS	SS	S	TS	STS	
1	3		8			2.33
2	2	4	4		1	2.45
3	3	2	6			2.73
4	3	5	3			2.73
5		4	7			2.36
6	5	3	3			2.73
7	4	3	4			2.64
8		4	7			2.36
9		4	4	2	1	2.1
10	3	3	5			2.55
11	3	3	5			2.55
12	4	4	3			2.73
13	2	2	4	2	1	2.1
14	4	2	5			2.55
15	6	2	3			2.73

b. *Posttest*

No	Nilai <i>Posttest</i>					Nilai Penafsiran
	SSS	SS	S	TS	STS	
1	4	2	2	3		2.33
2	3	5				2.45
3	2	4	3	2		2.36
4	5	5	1			2.91
5	4	5	2			2.82
6	7	2	2			2.81
7	5	3	3			2.73
8	5	4	2			2.82
9	1	2	2	6		1.73
10	1	2	1	4	3	1.64
11	2	5	4			2.55
12	6	2	3			2.73
13	2	2	3	3	1	2
14	7	2	2			2.82
15	7	3	1			2.91

**H. Kuesioner Pengetahuan dan Sikap**

No. Kode Responden : .....

**KUESIONER**



**IDENTITAS :**

Nama Pondok : .....  
Nama Siswa : .....  
Kelas : .....  
Umur : .....

Malang, .....  
2019

Enumerator,

Siswa,

(.....)

(.....)

Diketahui,  
Guru UKS PPSQ Asy-Syadzili

(.....)

1. Apakah pengertian dari anemia ?
  - a. Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar tekanan darah lebih rendah dari normal
  - b. Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar gula darah dalam darah lebih rendah dari normal
  - c. Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar haemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari batas normal
  - d. Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar trombosit dalam darah lebih rendah dari normal
  
2. Menurut anda, kadar haemoglobin normal remaja putri adalah ?
  - a. 9 g/dl
  - b. 10 g/dl
  - c. 11 g/dl
  - d. 12 g/dl
  
3. Salah satu penyebab anemia adalah ?
  - a. Kekurangan lemak
  - b. Kekurangan zat besi
  - c. Kekurangan fosfor
  - d. Kekurangan kalsium
  
4. Remaja putri adalah golongan yang sering menderita anemia dikarenakan berbagai faktor salah satu nya adalah ?
  - a. Remaja putri mengalami pubertas
  - b. Remaja putri mengalami pertumbuhan dan perkembangan
  - c. Remaja putri mengalami menstruasi
  - d. Remaja putri sangat aktif
  
5. Di bawah ini yang termasuk dalam anemia gizi yang disebabkan karena kekurangan asupan zat gizi khususnya zat besi (Fe) dan Vitamin C adalah ?
  - a. Thalasemia
  - b. Defisiensi zat besi

- c. Hemolitik
  - d. Perdarahan
6. Tanda-tanda anemia dibawah ini, kecuali ?
- a. Bibir pucat
  - b. Letih
  - c. Mata berkunang-kunang
  - d. Kuku Panjang
7. Dampak yang terjadi bila terkena anemia bagi para pelajar adalah ?
- a. Giat belajar
  - b. Tidak terlambat
  - c. Produktivitas menurun
  - d. Pertumbuhan dan perkembangan meningkat pesat
8. Akibat jangka panjang bila terjadi defisiensi zat besi pada remaja putri adalah ?
- a. Beresiko melahirkan bayi BBLR
  - b. Beresiko melahirkan bayi *overweight*
  - c. Berisiko susah hamil
  - d. Beresiko mual saat hamil
9. Bagaimana cara menanggulangi anemia melalui makanan?
- a. Mengonsumsi makanan tinggi gula
  - b. Mengonsumsi makanan tinggi zat besi
  - c. Mengonsumsi makanan rendah garam
  - d. Mengonsumsi makanan rendah lemak
10. Di bawah ini yang termasuk makanan tinggi zat besi adalah ?
- a. Tahu dan tempe
  - b. Ketimun dan kangkong
  - c. Hati ayam dan bayam
  - d. Jagung dan kol

11. Di bawah ini yang membantu dalam penyerapan zat besi adalah ?
- Vitamin K dan Vitamin C
  - Protein dan Fosfor
  - Zinc dan Kalsium
  - Protein dan Vitamin C
12. Makanan yang mengandung Vitamin C tinggi adalah ?
- Susu dan roti
  - Tahu dan nasi
  - Jeruk dan jambu biji
  - Bayam dan kol
13. di bawah ini minuman yang dapat yang mengakibatkan anemia jika dikonsumsi dalam jangka Panjang adalah ?
- susu dan kopi
  - teh dan kopi
  - sirup dan susu
  - teh dan sirup
14. makanan yang mengandung protein tinggi adalah ?
- tempe dan telur
  - kacang Panjang dan sawi
  - roti dan wortel
  - bayam dan ayam
15. Untuk menjaga kesehatan remaja putri harus mengkonsumsi makanan yang ?
- Makanan yang pedas dan asin
  - Makanan yang tinggi karbohidrat saja
  - Makanan yang seimbang
  - Makanan yang banyak mengandung gula

### Kuisiener Sikap

No.	Pernyataan	SSS	SS	S	TS	STS
1	Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar tekanan darah lebih rendah dari batas normal.					
2	Remaja putri dikatakan <b>tidak anemia</b> jika kadar Hb nya < 12 g/d.					
3	Terdapat berbagai macam penyebab anemia salah satunya adalah defisiensi zat besi.					
4	Faktor-faktor yang mempengaruhi remaja putri terkena anemia adalah kurangnya asupan zat gizi, menstruasi, dan pendarahan.					
5	Anemia gizi yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi khususnya zat besi dan Vitamin C.					
6	Tanda – tanda anemia adalah bibir pecah, mata berkunang-kunang, letih, lesu dan lemah.					
7	Produktivitas menurun adalah salah satu dampak anemia.					
8	Akibat jangka Panjang dari anemia terhadap remaja putri adalah dapat berisiko memiliki gangguan kehamilan dan melahirkan bayi BBLR					
9	Ada banyak cara menanggulangi anemia salah satunya adalah dengan mengonsumsi makanan yang tinggi lemak.					
10	Mengonsumsi minuman bersoda setiap dapat meningkatkan haemoglobin dan merupakan sumber					



	zat besi					
11	Penyerapat zat besi akan lebih maksimal dengan bantuan protein dan Vitamin C					
12	Jeruk dan jambu biji merupakan sumber Vitamin C yang dapat meningkatkan penyerapan Vitamin C di usus.					
13	The dan kopi merupakan makanan yang dapat meningkatkan kadar haemoglobin dalam darah.					
14	Sumber makanan protein tinggi dapat diperoleh melalui makanan nabati dan hewani yaitu tempe dan telur.					
15	Makanan seimbang merupakan salah satu pondasi pola hidup sehat bagi seorang remaja putri.					

## I. Hasil Uji SPSS

### 1. Pengaruh pengetahuan sebelum diberi media

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 SEBELUM	84.2273	11	14.39250	4.33950
Pair 1 SESUDAH	92.1545	11	9.36508	2.82368

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 SEBELUM & SESUDAH	11	.628	.039

**Paired Samples Test**

	Paired Differences			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
Pair 1 SEBELUM - SESUDAH	-7.92727	11.20991	3.37992	-15.45820

**Paired Samples Test**

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)
	95% Confidence Interval of the Difference			
	Upper			

Pair 1	SEBELUM - SESUDAH	-39635	-2.345	10	.041
--------	-------------------	--------	--------	----	------

## 2. Pengaruh pengetahuan sesudah diberikan media

### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 SEBELUM	71.4273	11	17.40960	5.24919
Pair 1 SESUDAH	85.4455	11	11.94264	3.60084

### Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 SEBELUM & SESUDAH	11	.806	.003

### Paired Samples Test

	Paired Differences			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
Pair 1 SEBELUM - SESUDAH	-14.01818	10.51920	3.17166	-21.08508

### Paired Samples Test

	Paired Differences	t	df	Sig. (2-tailed)
	95% Confidence Interval of the Difference			

		Upper			
Pair 1	SEBELUM - SESUDAH	-6.95128	-4.420	10	.001

**3. Perbedaan pemberian perlakuan kelompok kasus dan kelompok kontrol sebelum diberikan pendampingan gizi**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI LEAFLAT DAN PENYULUHAN	11	84.2273	14.39250	4.33950
LEAFLET TANPA PENYULUHAN	11	71.4273	17.40960	5.24919

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
	F	Sig.	t	df
NILAI Equal variances assumed	.000	.985	1.879	20
Equal variances not assumed			1.879	19.317

**Independent Samples Test**

	t-test for Equality of Means			
	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower

NILAI	Equal variances assumed	.075	12.80000	6.81068	-1.40682
	Equal variances not assumed	.075	12.80000	6.81068	-1.43910

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Upper	
NILAI	Equal variances assumed		27.00682
	Equal variances not assumed		27.03910

**4. Perbedaan pemberian perlakuan kelompok kasus dan kelompok kontrol setelah diberikan pendampingan gizi**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI LEAFLAT DAN PENYULUHAN	11	92.1000	9.35564	2.82083
LEAFLET TANPA PENYULUHAN	11	85.3909	11.90147	3.58843

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
	F	Sig.	t	df

NILAI	Equal variances assumed	1.224	.282	1.470	20
	Equal variances not assumed			1.470	18.944

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
NILAI	Equal variances assumed	.157	6.70909	4.56442	-2.81212
	Equal variances not assumed	.158	6.70909	4.56442	-2.84627

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Upper	
NILAI	Equal variances assumed	16.23030	
	Equal variances not assumed	16.26445	

**5. Pengaruh tingkat sikap sebelum dan sesudah diberikan pendampingan gizi kelompok kasus**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	2.3700	15	.44701	.11542

POST	2.4293	15	.49497	.12780
------	--------	----	--------	--------

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRE & POST	15	.880	.000

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 PRE - POST	-.05933	.23554	.06082	-.18977	.07110

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 PRE - POST	-.976	14	.346

**6. Pengaruh Tingkat sikap sebelum dan sesudah diberi media kelompok control**

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRE	2.5093	15	.22053	.05694
Pair 1 POST	2.5073	15	.42093	.10868

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRE & POST	15	.567	.027

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 PRE - POST	.00200	.34716	.08964	-.19025	.19425

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 PRE - POST	.022	14	.983

**7. Perbedaan pemberian perlakuan sebelum diberikan media pada kelompok kasus dan kontrol**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI KASUS	15	2.3700	.44701	.11542
NILAI KONTROL	15	2.5093	.22053	.05694



**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
NILAI	Equal variances assumed	4.874	.036	-1.083	28
	Equal variances not assumed			-1.083	20.434

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
NILAI	Equal variances assumed	.288	-.13933	.12870	-.40296
	Equal variances not assumed	.292	-.13933	.12870	-.40743

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
NILAI	Equal variances assumed	.12429
	Equal variances not assumed	.12876

**8. Perbedaan pemberian perlakuan sesudah diberikan media pada kelompok kasus dan control**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI KASUS	15	2.4293	.49497	.12780
NILAI KONTROL	15	2.5073	.42093	.10868

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
	F	Sig.	t	df
NILAI Equal variances assumed	.625	.436	-.465	28
NILAI Equal variances not assumed			-.465	27.296

**Independent Samples Test**

	t-test for Equality of Means			
	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
NILAI Equal variances assumed	.646	-.07800	.16776	-.42165
NILAI Equal variances not assumed	.646	-.07800	.16776	-.42205

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
NILAI	Equal variances assumed	.26565
	Equal variances not assumed	.26605

**9. Pengaruh tingkat konsumsi energi sebelum diberikan pendampingan gizi pada kelompok kasus**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	50.0091	11	16.94110	5.10793
	POST	41.5818	11	9.53371	2.87452

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE & POST	11	.297	.375

**Paired Samples Test**

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference

				Lower	Upper
Pair 1	PRE - POST	8.42727	16.79203	5.06299	-2.85376 19.70831

**Paired Samples Test**

		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PRE - POST	1.664	10	.127

**10. Pengaruh tingkat konsumsi energi sebelum diberikan pendampingan gizi pada kelompok kontrol**

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRE	39.5000	11	9.72985	2.93366
POST	34.4455	11	8.80765	2.65561

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRE & POST	11	-.016	.962

**Paired Samples Test**

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference

					Lower	Upper
Pair 1	PRE - POST	5.05455	13.23113	3.98933	-3.83425	13.94334

**Paired Samples Test**

		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PRE - POST	1.267	10	.234

**11. Perbedaan perlakuan terhadap tingkat konsumsi energi**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI KASUS	11	84.4545	128.64894	38.78912
NILAI KONTROL	11	34.4364	8.81014	2.65636

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
NILAI	Equal variances assumed	4.021	.059	1.286	20
	Equal variances not assumed			1.286	10.094

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
NILAI	Equal variances assumed	.213	50.01818	38.87997	-31.08401
	Equal variances not assumed	.227	50.01818	38.87997	-36.50279

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Upper	
NILAI	Equal variances assumed	131.12037	
	Equal variances not assumed	136.53915	

**12. Pengaruh tingkat konsumsi protein sebelum diberikan pendampingan gizi pada kelompok kasus**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	42.8273	11	17.16794	5.17633
	POST	38.0182	11	7.99210	2.40971

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRE & POST	11	.174	.610

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 PRE - POST	4.80909	17.63454	5.31701	-7.03795	16.65613

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 PRE - POST	.904	10	.387

**13. Pengaruh tingkat konsumsi protein sebelum diberikan pendampingan gizi pada kelompok kontrol**

**Paired Samples Statistics**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRE	33.9000	11	10.43657	3.14674
POST	32.7182	11	10.35199	3.12124

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRE & POST	11	.329	.323

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 PRE - POST	1.18182	12.03743	3.62942	-6.90503	9.26867

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 PRE - POST	.326	10	.751

**14. Perbedaan perlakuan terhadap tingkat konsumsi protein**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI KASUS	11	40.1091	9.92970	2.99392
NILAI KONTROL	11	33.0182	6.73585	2.03093

**Independent Samples Test**



		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
NILAI	Equal variances assumed	.501	.487	1.960	20
	Equal variances not assumed			1.960	17.595

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
NILAI	Equal variances assumed	.064	7.09091	3.61777	-.45562
	Equal variances not assumed	.066	7.09091	3.61777	-.52229

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
NILAI	Equal variances assumed	14.63744
	Equal variances not assumed	14.70411

**15. pengaruh tingkat konsumsi zat besi sebelum diberikan pendampingan gizi pada kelompok kasus**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	16.4273	11	8.30772	2.50487
	POST	19.4545	11	5.73190	1.72823

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE & POST	11	.095	.781

**Paired Samples Test**

		Paired Differences				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pair 1	PRE - POST	-3.02727	9.63526	2.90514	-9.50033	3.44578

**Paired Samples Test**

		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PRE - POST	-1.042	10	.322

**16. pengaruh tingkat konsumsi zat besi sesudah diberikan pendampingan gizi pada kelompok kontrol**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	15.3636	11	9.14311	2.75675
	POST	13.2455	11	3.58702	1.08153

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE & POST	11	.374	.257

**Paired Samples Test**

		Paired Differences				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pair 1	PRE - POST	2.11818	8.48019	2.55687	-3.57889	7.81525

**Paired Samples Test**

		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PRE - POST	.828	10	.427

**17. perbedaan pemberian perlakuan terhadap tingkat konsumsi zat besi**

**Group Statistics**

SASARAN		N	Mean	Std. Deviation
TINGKATKONSUMSI	LEAFLAT DAN PENYULUHAN	11	18.2455	4.61397
	LEAFLET TANPA PENYULUHAN	11	14.2273	4.02171

**Group Statistics**

SASARAN		Std. Error Mean
TINGKATKONSUMSI	LEAFLAT DAN PENYULUHAN	1.39116
	LEAFLET TANPA PENYULUHAN	1.21259

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	t
TINGKATKONSUMSI	Equal variances assumed	.639	.433	2.177
	Equal variances not assumed			2.177

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means		
		df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
TINGKATKONSUMSI	Equal variances assumed	20	.042	4.01818

Equal variances not assumed	19.634	.042	4.01818
-----------------------------	--------	------	---------

### Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
			Lower	Upper
TINGKATKONSUMSI	Equal variances assumed	1.84546	.16862	7.86774
	Equal variances not assumed	1.84546	.16402	7.87235

### 18. pengaruh tingkat konsumsi vitamin C sebelum diberikan media pada kelompok kasus

#### Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	45.2364	11	41.97450	12.65579
	POST	47.3909	11	20.52045	6.18715

#### Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE & POST	11	.352	.288

#### Paired Samples Test

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference

					Lower	Upper
Pair 1	PRE - POST	-2.15455	39.70006	11.97002	-28.82541	24.51632

**Paired Samples Test**

		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	PRE - POST	-.180	10	.861

**19. pengaruh tingkat konsumsi vitamin C sesudah diberikan pendampingan gizi pada kelompok kontrol**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	26.7909	11	13.53658	4.08143
	POST	27.6909	11	10.21092	3.07871

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PRE & POST	11	-.186	.584

**Paired Samples Test**

		Paired Differences				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Pair 1	PRE - POST	-.90000	18.41054	5.55099	-13.26837	11.46837

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1      PRE - POST	-.162	10	.874

**20. Perbedaan perlakuan terhadap tingkat konsumsi vitamin C**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation
LEAFLAT DAN PENYULUHAN	11	43.3182	26.36615
LEAFLET TANPA PENYULUHAN	11	34.5818	18.63066

**Group Statistics**

SASARAN	Std. Error Mean
LEAFLAT DAN PENYULUHAN	7.94969
LEAFLET TANPA PENYULUHAN	5.61736

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
	F	Sig.	t
Equal variances assumed	1.131	.300	.898
Equal variances not assumed			.898

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means		
		df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
TINGKATKONSUMSI	Equal variances assumed	20	.380	8.73636
	Equal variances not assumed	17.993	.381	8.73636

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means		
		Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
			Lower	Upper
TINGKATKONSUMSI	Equal variances assumed	9.73408	-11.56857	29.04130
	Equal variances not assumed	9.73408	-11.71472	29.18745

**21. Pengaruh tingkat kadar haemoglobin sebelum dan sesudah diberikan pendampingan gizi kelompok kontrol**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PRE	10.1000	11	1.45877	.43983
	POST	14.9182	11	3.14192	.94732

**Paired Samples Correlations**



	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRE & POST	11	-.206	.543

**Paired Samples Test**

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 PRE - POST	-4.81818	3.72688	1.12370	-7.32193	-2.31443

**Paired Samples Test**

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 PRE - POST	-4.288	10	.002

**22. Perbedaan perlakuan pada kadar haemoglobin sebelum diberikan pendampingan gizi pada kelompok kasus dan kontrol**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI KASUS	11	10.5545	.96785	.29182
NILAI KONTROL	11	10.1000	1.45877	.43983

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
	F	Sig.	t	df	
NILAI	Equal variances assumed	1.112	.304	.861	20
	Equal variances not assumed			.861	17.375

**Independent Samples Test**

	t-test for Equality of Means				
	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	
NILAI	Equal variances assumed	.399	.45455	.52784	-.64650
	Equal variances not assumed	.401	.45455	.52784	-.65727

**Independent Samples Test**

	t-test for Equality of Means	
	95% Confidence Interval of the Difference	
	Upper	
NILAI	Equal variances assumed	1.55559
	Equal variances not assumed	1.56636

**23. Perbedaan perlakuan pada kadar haemoglobin sesudah diberikan pendampingan gizi pada kelompok kasus dan kontrol**

**Group Statistics**

SASARAN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
NILAI KASUS	11	13.3182	1.82089	.54902
NILAI KONTROL	11	13.6455	2.39598	.72242

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
	F	Sig.	t	df
NILAI Equal variances assumed	.205	.656	-.361	20
NILAI Equal variances not assumed			-.361	18.662

**Independent Samples Test**

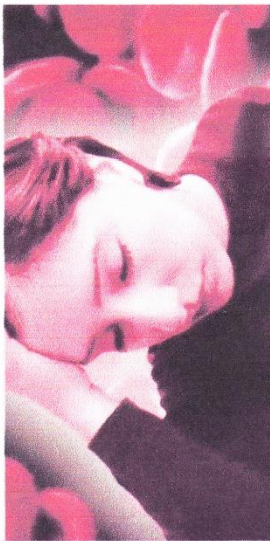
	t-test for Equality of Means			
	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
NILAI Equal variances assumed	.722	-.32727	.90736	-2.22000
NILAI Equal variances not assumed	.722	-.32727	.90736	-2.22873

**Independent Samples Test**

		t-test for Equality of Means
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
NILAI	Equal variances assumed	1.56545
	Equal variances not assumed	1.57419

## J. Dokumentasi





# ANEMIA

Nama : .....  
 Umur : .....  
 Tinggi Badan : .....  
 Berat Badan : .....  
 Alamat : .....  
 Tanggal : .....  
 Konsultasi Gizi : .....

## CONTOH MENU SEHARI

WAKTU	MENU
PAGI	Nasi Telur dadar Semur daging Ketimun+tomat iris
SELINGAN Jam 10.00	Bubur kacang hijau
SIANG	Nasi Ikan bumbu kuning Ayam goreng Tempe bacem Sayur Asem Pepaya
SELINGAN Jam 16.00	Susu
MALAM	Nasi Telur balado Sup sayuran Pisang
SELINGAN Jam 21.00	Telur 1/2 masak



### Bahan Makanan yang dianjurkan

- Sumber Karbohidrat** Nasi, mie, roti, macaroni, dan hasil olah tepung-tepungan lain
- Sumber Protein Hewani** Daging sapi, ayam, ikan, telur, susu, dan hasil olahannya
- Sumber Protein Nabati** Tempe, tahu, dan kacang-kacangan.
- Sayuran** Bayam, buncis, daun singkong, kacang panjang (direbus dan ditumis)
- Buah** buah segar, buah kaleng, buah kering dan jus buah
- Sumber Lemak** Minyak goreng, mentega, margarin, santan encer
- Minuman** Madu, sirup, teh dan kopi encer

### Bahan Makanan yang tidak dianjurkan

- Bumbu tajam
- Minuman rendah energi
- Santan kental
- Makanan yang dimasak dengan banyak minyak dan santan kental



## Apa itu ANEMIA?

Anemia merupakan sebuah keadaan dimana terjadi penurunan jumlah eritrosit atau kadar hemoglobin pada darah



## Penyebab Anemia

1. Penghancuran sel darah merah yang berlebihan (anemia hemolitik)
2. Kehilangan darah
3. Produksi sel darah merah yang tidak optimal

## Tanda Anemia

1. 5L (Lesu, lemah, letih, lelah, lalai)
2. Keluhan pusing dan mata berkunang-kunang.
3. elompok mata, bibir, lidah, kuku, kulit dan telapak tangan pucat.
4. Denyut jantung tidak normal.

## TUJUAN DIET

1. Meningkatkan asupan makanan sumber Fe sehingga tidak terjadi anemia
2. Mencapai dan mempertahankan tekanan darah normal
3. Mencapai dan mempertahankan BB dan status gizi yang optimal sehingga tidak terjadi malnutrisi
4. Memperbaiki pola makan yang salah
5. Mengurangi/ mencegah timbulnya faktor resiko lain/ penyakit baru pada saat kehamilan/ setelah melahirkan.
6. Memenuhi kebutuhan energi dan protein yang meningkat untuk mencegah dan mengurangi kerusakan jaringan tubuh.

## Akibat Anemia

- 1) Menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar
- 2) Mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak optimal.
- 3) Menurunkan kemampuan fisik olahragawati
- 4) Menurunkan kekebalan tubuh
- 5) Rambut rontok

## APA ITU DIET UNTUK PENDERITA ANEMIA?

Diet untuk penderita anemia adalah pengaturan makan dengan prinsip Tinggi Energi Tinggi Protein yang disesuaikan dengan kondisi seseorang.

## SYARAT DIET ANEMIA

- 1) Energi tinggi, yaitu 40-45 kkal/kg BB.
- 2) Protein tinggi, yaitu 2,0-2,5 gr/kg BB.
- 3) Lemak cukup, yaitu 10-25% dari kebutuhan energi total.
- 4) Karbohidrat cukup, yaitu sisa dari kebutuhan energi total.
- 5) Vitamin dan mineral cukup terutama pemberian Fe, asam folat, dan vit B12 serta vit C
- 6) Pemberian makan disesuaikan dengan kebutuhan.

