

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
IDENTITAS TIM PENGUJI	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SKEMA.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Kerangka Konsep	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Siswi Sekolah Menengah Atas.....	7
1. Definisi Siswi	7
2. Karakteristik Siswi	7
3. Kebutuhan Gizi Siswi	8
B. Anemia pada Siswi	9
1. Definisi Anemia	9
2. Klasifikasi Anemia	9
3. Diagnosis Anemia	12
4. Tatalaksana Anemia.....	12
C. Hemoglobin	14
1. Definisi Hemoglobin.....	14
2. Fungsi Hemoglobin.....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Hemoglobin pada Siswi	15
4. Metode Pengukuran Hemoglobin Darah.....	26

D. Zat Besi	21
1. Definisi Zat Besi.....	21
2. Sumber Zat Besi.....	21
3. Manfaat Zat Besi	22
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Absorpsi Zat Besi	22
E. Karakteristik Vitamin C.....	24
F. Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	25
1. Definisi Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	25
2. Karakteristik Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	26
3. Kandungan Gizi Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>)	29
4. Manfaat Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	30
5. Cara Pengolahan Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	31
6. Aneka Olahan Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	32
G. Bayam Hijau (<i>Amaranthus hybridus L.</i>).....	33
1. Klasifikasi Bayam Hijau (<i>Amaranthus hybridus L.</i>)	33
2. Kandungan Gizi Bayam Hijau (<i>Amaranthus hybridus L.</i>).....	33
3. Manfaat Bayam Hijau (<i>Amaranthus hybridus L.</i>)	34
4. Cara Pengolahan Bayam Hijau (<i>Amaranthus hybridus L.</i>).....	34
H. Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	35
1. Klasifikasi Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	35
2. Kandungan Gizi Wortel (<i>Daucus carota L.</i>)	35
3. Manfaat Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	36
4. Cara Pengolahan Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	36
5. Aneka Olahan Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
A. Jenis dan Desain penelitian	38
B. Waktu dan Tempat Penelitian	38
C. Populasi dan Sampel.....	38
1. Populasi	38
2. Sampel.....	39
D. Variabel Penelitian.....	39
E. Definisi Operational Variabel.....	40
F. Pemberian Snack berbasis Ikan Gabus dan Sayur (Siomay, Nugget, dan Ekado)	41
G. Hipotesis.....	41
H. Instrumen Penelitian	42
I. Metode Pengumpulan Data	43
J. Pengolahan dan Analisis Data	45
K. Etika Penelitian	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil	48
1. Gambaran Umum SMA Negeri 1 Singosari	48
2. Pelaksanaan Penelitian.....	48
3. Analisis Univariat.....	50
4. Analisis Bivariat.....	53
B. Pembahasan	58
1. Hasil Uji Statistik Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Intervensi Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari	58
2. Gambaran Asupan Fe dan Vitamin C Sebelum dan Sesudah	

Intervensi pada Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari	59
3. Gambaran Asupan Makan Sebelum dan Sesudah Intervensi pada Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari.....	62
4. Pengaruh Pemberian Snack Berbasis Ikan Gabus (<i>Channa Striata</i>) dan Sayuran terhadap Asupan Fe, Vitamin C, Dan Kadar Hemoglobin Pada Siswi Anemia Di Sma Negeri 1 Singosari	63
C. Keterbatasan Penelitian.....	66
 BAB V PENUTUP	 68
A. Kesimpulan.....	68
B. Saran.....	69
 DAFTAR PUSTAKA.....	 70
 LAMPIRAN-LAMPIRAN	 75
 DOKUMENTASI.....	 112

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Kebutuhan Energi dan Zat Gizi Siswi menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG) Tahun 2019.....	9
Tabel 2. Batas Normal Kadar Hemoglobin	14
Tabel 3. Definisi Operasional Variabel.....	40
Tabel 4. Nilai Gizi Snack Ikan Gabus per Porsi.....	41
Tabel 5. Hasil Uji Deskriptive terhadap Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	50
Tabel 6. Hasil Uji Statistik <i>Kolmogorv-smimov</i> terhadap Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	51
Tabel 7. Hasil Uji Deskriptive terhadap Asupan Fe.....	52
Tabel 8. Hasil Uji Deskriptive terhadap Asupan Vitamin C.....	52
Tabel 9. Hasil Uji Statistik <i>Kolmogorv-smimov</i> terhadap Asupan Fe dan Vitamin C Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	53
Tabel 10. Hasil Uji Statistik <i>Paired T-Test</i> terhadap Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Intervensi Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari.....	54
Tabel 11. Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon</i> terhadap Asupan Fe Sebelum dan Sesudah Intervensi Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari.....	55
Tabel 12. Hasil Uji Statistik <i>Wilcoxon</i> terhadap Asupan Vitamin C Sebelum dan Sesudah Intervensi Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari	56
Tabel 13. Hasil Asupan Makan berdasarkan Food Record Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari.....	57

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1. Hemoglobin pada Penderita Anemia	9
Gambar 2. Struktur Vitamin C	24
Gambar 3. Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	25
Gambar 4. <i>Channa micropeltes</i>	27
Gambar 5. <i>Channa argus</i>	27
Gambar 6. <i>Channa pulchra</i>	28
Gambar 7. <i>Channa aurantipectoralis</i>	28
Gambar 8. <i>Channa striata</i>	29
Gambar 9. Bayam (<i>Amaranthus hybridus L.</i>)	33
Gambar 10. Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	35

DAFTAR SKEMA

	Hal
Skema 1. Kerangka Konsep Kerangka Konsep Penelitian tentang Pengaruh Pemberian Snack berbasis Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>) dan Sayur terhadap Asupan Fe, Vitamin C, dan Kadar Hemoglobin pada Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari.....	5
Skema 2. Pengolahan Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	32
Skema 3. Cara Pengolahan Bayam (<i>Amaranthus hybridus L.</i>).....	34
Skema 4. Cara Pengolahan Wortel (<i>Daucus carota L.</i>).....	36
Skema 5. Alur Penelitian	38

DAFTAR LAMPIRAN

Hal

Lampiran 1.	Hasil Pre dan Post-Test Pengukuran Hb Responden.....	76
Lampiran 2.	Hasil Uji Statistik Pre dan Post-Test Pengukuran Asupan Recall Makanan 24 Jam Responden.....	78
Lampiran 3.	Hasil Uji Statistik data Hb Responden.....	81
Lampiran 4.	Data Asupan Fe dan Vitamin C berdasarkan Hasil Recall Makanan 24 Jam Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	84
Lampiran 5.	Hasil Data Asupan Makan berdasarkan Food Record Responden.....	88
Lampiran 6.	Penjelasan Sebelum Persetujuan untuk Mengikuti Penelitian(PSP).....	91
Lampiran 7.	Informed Consent.....	93
Lampiran 8.	Kuisisioner Penelitian.....	94
Lampiran 9.	Formulir <i>Food Recall</i> 24 Jam.....	96
Lampiran 10.	Resep Pembuatan Produk Makanan Tinggi Fe.....	97
Lampiran 11.	Biaya Pembuatan Snack berbasis Ikan Gabus (<i>Channa striata</i>).....	106
Lampiran 12.	Tabel Penyajian Data.....	108
Lampiran 13.	Form Pemantauan Food Record.....	109
Lampiran 14.	Etika Penelitian.....	111
Lampiran 15.	Daftar Nama Responden.....	112