

**HUBUNGAN POLA MAKAN MENGGUNAKAN
FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)
DENGAN KADAR HEMOGLOBIN
PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 05 JEMBER**

SKRIPSI



**Oleh :
Siti Noerfadilah
NIM 23104094**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2025**

**HUBUNGAN POLA MAKAN MENGGUNAKAN
FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)
DENGAN KADAR HEMOGLOBIN
PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 05 JEMBER**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



Oleh :
Siti Noerfadilah
NIM 23104094

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

Hasil penelitian ini telah diperiksa oleh pembimbing
dan telah disetujui untuk mengikuti seminar skripsi pada
Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi

Jember, 30 April 2025
Pembimbing Utama



Yuni Handayani, S.ST., M.Kes
NIDN. 0704068402

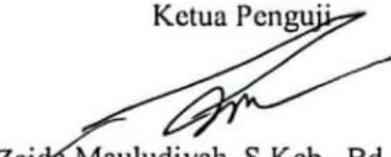
LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

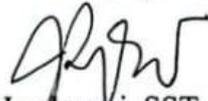
Skripsi yang berjudul *Hubungan Pola Makan Menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ) dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMKN 05 Jember* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Kesehatan pada :

Nama : Siti Noerfadilah
NIM : 23104094
Hari : Kamis
Tanggal : 19 Mei 2025
Tempat : Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji
Ketua Penguji


Zaida Mauludiyah, S.Keb., Bd., M.keb
NIDN. 0727108707

Anggota Penguji I


Ririn Handayani, SST., M.Keb
NIDN. 0723088901

Anggota Penguji II


Yuni Handayani, S.ST., M.Kes
NIDN. 0704068402

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

HUBUNGAN POLA MAKAN MENGGUNAKAN *FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)* DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 05 JEMBER

The Relationship Of Eating Patterns Using Food Frequency Questionnaire (FFQ) With Hemoglobin Levels In Adolescent Women At Vocational School 05 Jember

Siti Noerfadilah¹, Yuni Handayani^{2*}, Zaida Mauludiyah³, Ririn Handayani⁴
^{1,2,3,4}Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
e-mail : ¹diel88mdwf@gmail.com ²yunih579@uds.ac.id ³dazaida5@gmail.com
⁴ririnhandayani89@uds.ac.id

*korespondensi Penulis: yunih579@uds.ac.id

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar Belakang: Anemia adalah sebuah kondisi medis yang karakteristiknya adalah adanya penurunan jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam tubuh, sehingga tubuh tidak dapat membawa oksigen yang cukup ke jaringan tubuh. Penyebab anemia gizi adalah ketidakseimbangan antara konsumsi bahan makanan sumber zat besi yang masuk ke dalam tubuh melalui makanan tidak mencukupi kebutuhan, hal ini dipengaruhi oleh pola makan. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan di kalangan remaja, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan pola makan menggunakan *food frequency questionnaire (FFQ)* dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMKN 05 Jember. **Metode:** Penelitian ini menggunakan *desain cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri Jurusan Pengawasan Mutu Pertanian di SMKN 05 Jember. Pengambilan sample menggunakan tehnik *purposive sampling*, yaitu yang sesuai dengan kriteria inklusi, sedangkan pengumpulan datanya menggunakan *food frequency questionnaire* dan pemeriksaan hemoglobin menggunakan alat pemeriksaan hb digital *Easy Touch*, yang kemudian dianalisis dengan uji *Chi Square* menggunakan *software SPSS*. **Hasil:** didapatkan hasil nilai $p\text{-value} = 0,000 \leq \alpha = 0,05$. **Kesimpulan:** ada hubungan antara pola makan dengan kadar hemoglobin remaja putri di SMKN 05 Jember. **Saran:** setelah dilakukan penelitian diatas diharapkan mampu memberikan wawasan baru untuk seluruh pihak terkait, sehingga bisa dijadikan dasar mengambil kebijakan dalam menanggapi kasus anemia pada remaja. Maka dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi pada remaja tentang pola makan yang benar.

Kata Kunci: Pola Makan, Kadar Hemoglobin, Remaja