

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI FAST FOOD DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1
KOTA BENGKULU TAHUN 2026**



DISUSUN OLEH:

GHINANTRI SHOBIYAH HASNA

P01740322020

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
TAHUN 2026**

HALAMAN JUDUL

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI FAST FOOD DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1
KOTA BENGKULU TAHUN 2026**

**Skripsi Ini Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar
Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb)**



Disusun Oleh :

Ghinantri Shobiyah hasna
P01740322020

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 KOTA BENGKULU TAHUN 2026

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan oleh:

GHINANTRI SHOBIYAH HASNA

P01740322020



Skripsi Ini Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim

Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan

Pada 26 Juni 2026

Oleh

Pembimbing Skripsi

Pembimbing I

Nispi Yulyana, SST., M.Keb
NIP: 197807212008012022

Pembimbing II

Suci Sholihat., SST., M.Keb
NIP: 1990122262020122006

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI FAST FOOD DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 KOTA BENGKULU TAHUN 2026

Yang Dipersiapkan Oleh:

GHINANTRI SHOBIYAH HASNA
P01740322020

Skripsi Ini Telah Diuji dan Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji Poltekkes
Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan
Pada Tanggal 30 Juni 2026

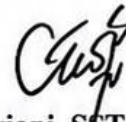
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Ketua Dewan Penguji



Ratna Dewi, SKM., MPH
NIP: 197810142001122001

Penguji I



Rolita Efriani, SST., M.Keb
NIP: 199308272020122010

Penguji II



Nispi Yulvana, SST., M.Keb
NIP: 197807212008012022

Penguji III



Suci Sholihat, SST., M.Keb
NIP: 1990122262020122006

Mengesahkan

**Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



Lusi Andriani, SST., M.Kes
NIP: 198008192002122002

**SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT
DAN MEMALSUKAN DATA**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ghinantri Shobiyah Hasna
Tempat/Tanggal Lahir : Bengkulu, 12 November 2003
NIM : P01740322020
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “ Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMKN 1 Kota Bengkulu Tahun 2026 ”

1. Adalah benar-benar hasil karya saya sendiri (tidak hasil plagiasi)
2. Tidak didasarkan pada data palsu

Apabila pada kemudian hari terbukti bahwa pernyataan saya tidak benar, saya bersedia menanggung resiko dan siap diperkarakan sesuai dengan aturan yang berlaku.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Bengkulu, Juni 2026
Yang menyatakan,

Ghinantri Shobiyah Hasna
P01740322020

BIODATA



Nama : Ghinantri Shobiyah Hasna

Tempat, Tanggal Lahir : Bengkulu, 12 November 2003

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Jl. Sutoyo 7 Tanah Patah Kota Bengkulu

Anak Ke : 3

Riwayat Pendidikan : 1. Paud Anita Kota Bengkulu

2. SDN 15 Kota Bengkulu

3. MTsN 1 Kota Bengkulu

4. SMKN 1 Kota Bengkulu

MOTTO

“Perjalanan Yang Kamu Anggap Berat Itu Adalah Perjalanan Menuju
Doamu Sendiri”

“Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali
Allah berjanji bahwa : fa inna ma'al usri yusra, inna ma'al usri yusra”

(QS. AL-Insyirah 94: 5-6)

PERSEMBAHAN :

Alhamdulillahirobbilalamin, segala puji bagi Allah SWT karena berkat dan rahmatnya yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, dan kemudahan dalam menjalani kehidupan.

Skripsi ini ku persembahkan :

1. Teristimewa dengan penuh cinta kedua orang tua saya, Ayahanda Dan Ibunda, dua orang yang selalu mengusahakan sekuat tenaga untuk anak bungsunya ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya. Kepada cinta pertama saya yaitu ayahanda, terima kasih atas setiap cucuran keringat dan kerja keras yang engkau tukarkan sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai ditahap ini, dan terima kasih telah menjadi contoh untuk selalu menjadi seorang anak perempuan yang kuat. Untuk pintu surga saya yaitu ibunda, terima kasih atas segala sumber kekuatan, motivasi, pesan, doa yang senantiasa dilangitkan untuk anaknya, serta kasih sayang tanpa batas yang tak pernah lekang oleh waktu, atas kesabaran dan pengorbanan yang selalu

mengiringi perjalanan hidup anakmu. Terima kasih atas segala hal yang ayah dan ibu berikan yang tak terhitung jumlahnya, *Nyawaku nyala karnamu*.

2. Kepada dosen pembimbing penulis, bunda Nispi Yulyana, SST., M.Keb selaku pembimbing 1 dan bunda Suci Sholihat, SST., M.Keb selaku pembimbing 2, Terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan bunda meluangkan waktu di tengah kesibukan, atas bimbingan, kesabaran, arahan, serta ilmu yang berharga selama proses penyusunan skripsi ini sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah senantiasa melimpahkan Kesehatan, keberkahan, serta balasan terbaik untuk setiap kebaikan yang bunda berikan.
3. Sahabat penulis sejak SMP, Revina Astriany sahabatku tersayang, teman yang telah menjadi seperti saudara, yang senantiasa bersedia menjadi wadah tangis dan tawa, memberikan motivasi, selalu memberikan dukungan dan selalu setia kebersamai serta memberikan semangat kepada penulis dalam melalui proses selama penulisan skripsi ini, serta tidak pernah berhenti meyakinkan penulis untuk tetap bertahan dan berjuang hingga segala proses skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Rekan seperjuangan, Cristy Tiara Herri, Terima kasih telah senantiasa membantu penulis pada tahap penelitian hingga proses penyelesaian skripsi. Meskipun setelah ini menjalani kehidupan masing-masing yang berbeda dan kesibukan yang berbeda, Terima kasih atas dukungan dan selalu setia kebersamai serta memberikan semangat kepada penulis.

5. Last but not least, diri saya sendiri. Ghinantri Shobiyah hasna, atas komitmen dan tanggung jawab dalam menyelesaikan apa yang telah dimulai. Proses yang dijalani tidak selalu mudah, namun dengan keteguhan, keberanian, dan keyakinan, penulis mampu bertahan. Kepercayaan bahwa setiap usaha akan menghasilkan kebaikan menjadi penguat dalam setiap tahap yang dilalui, meskipun diwarnai dengan kelelahan dan berbagai hambatan. Seluruh perjuangan yang ditempuh membuahkan hasil yang nyata, doa-doa yang dipanjatkan terjawab secara bertahap. Pengalaman ini menjadi pembelajaran berharga bahwa proses dan pertumbuhan diri merupakan hal yang patut disyukuri dan dihargai.



**Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Jurusan
Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu**

Skripsi, Juli 2026

Ghinantri Shobiyah Hasna

**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI FAST FOOD DENGAN KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 KOTA BENGKULU TAHUN
2026**

XVIII+59 Halaman, 11 Tabel, 4 Bagan, 16 Lampiran

ABSTRAK

Anemia masih menjadi masalah gizi utama pada remaja putri, dengan prevalensi global mencapai lebih dari 35% dan angka kejadian di Kota Bengkulu tergolong tinggi. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kejadian anemia adalah kebiasaan konsumsi *fast food*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 1 Kota Bengkulu.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang berjumlah 500 orang, dengan sampel sebanyak 90 responden yang dihitung menggunakan rumus Lemeshow dan diambil secara proporsional pada tiap kelas. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 90 responden, sebanyak 25 orang (27,8%) mengalami anemia, 74 orang (82,2%) tidak pernah mengonsumsi *fast food*, sedangkan 16 orang (17,8%) berada pada kategori sering mengonsumsi *fast food*. Hasil uji chi square diperoleh nilai p value = 0,001 (<0,05), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 1 Kota Bengkulu.

Disarankan bagi pihak sekolah dan puskesmas untuk meningkatkan edukasi gizi serta pemberian tablet tambah darah secara berkala guna menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri

Kata Kunci: *Fast food*, Anemia, Remaja Putri

35 Daftar Pustaka : 2017-2025

**Applied Bachelor of Midwifery Study Program, Department of
Midwifery, Poltekkes Kemenkes Bengkulu**

Thesis, July 2026

Ghinantri Shobiyah Hasna

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FAST FOOD CONSUMPTION HABITS
AND THE INCIDENCE OF ANEMIA AMONG ADOLESCENT GIRLS AT
SMKN 1 KOTA BENGKULU IN 2026**

XVIII+59 Pages, 11 Tables, 4 Charts, 16 Appendices

ABSTRACT

Anemia remains a major nutritional problem among adolescent girls, with a global prevalence exceeding 35% and a relatively high incidence in Kota Bengkulu. One factor suspected to be related to the incidence of anemia is *fast food* consumption habits. This study aims to determine the relationship between *fast food* consumption habits and the incidence of anemia among adolescent girls at SMKN 1 Kota Bengkulu.

This study is a quantitative analytic research with a *cross-sectional* approach. The population consisted of all grade X and XI female students, totaling 500 people, with a sample of 90 respondents calculated using the Lemeshow formula and taken proportionally in each class. Data were analyzed using the *Chi Square* test.

The results showed that of the 90 respondents, 25 people (27.8%) experienced anemia, 74 people (82.2%) never/rarely consumed fast food, while 16 people (17.8%) fell into the frequent and very frequent consumption categories. The chi square test result obtained a p value = 0.001 (<0.05), indicating a significant relationship between fast food consumption habits and the incidence of anemia among adolescent girls at SMKN 1 Kota Bengkulu.

It is recommended that schools and community health centers improve nutrition education and provide regular iron supplementation tablets to reduce the incidence of anemia among adolescent girls

Keywords: *Fast food*, Anemia, Adolescent Girls

35 References ; 2017-2025

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian anemia Pada Remaja Putri Di SMKN 1 Kota Bengkulu Tahun 2026.

skripsi ini merupakan tugas akhir yang diajukan untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Prodi Kebidanan Program Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Ibu Linda, SST., M.Kes. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu.
2. Ibu Elvi Destariyani, SST., M.Kes. selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Ibu Lusi Andriani, SST., M.Keb. selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Ibu Nispi Yulyana, SST., M.Keb. selaku Pembimbing I yang banyak memberikan dukungan, masukan, arahan, saran, waktu, serta motivasi untuk terus semangat mengerjakan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan.

5. Ibu Suci Sholihat, SST., M.Keb. selaku Pembimbing II yang banyak memberikan dukungan, masukan, arahan, saran, waktu, serta motivasi untuk terus semangat mengerjakan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan.
6. Ibu Ratna Dewi, SKM., MPH. selaku Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan arahan dan saran kepada penulis.
7. Ibu Rolita Efriani, SST., M.Keb. selaku Penguji I yang telah memberikan arahan dan saran kepada penulis.
8. Terkhusus kedua orang tua, keluarga, sahabat, serta orang-orang disekitar penulis yang telah membantu memberikan doa, dukungan, dan motivasi yang sangat luar biasa kepada penulis.



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Bengkulu, Juni 2026
Yang menyatakan

Ghinantri Shobiyah Hasna

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
BIODATA	vi
MOTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
 BAB II TINJAUAN TEORI.....	 10
A. Konsep Dasar Teori Remaja.....	10
B. Konsep Dasar Teori Anemia	12
C. Konsep Dasar Teori Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>)	17
D. Kerangka Teori	22
E. Kerangka Konsep.....	23
F. Hipotesis.....	23

BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Desain Penelitian	24
B. Variabel Penelitian.....	25
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
D. Populasi dan Sampel.....	26
E. Definisi Operasional	30
F. Instrumen Penelitian.....	30
G. Teknik Pengumpulan Data	33
H. Pengolahan Data	33
I. Analisis Data	34
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 37
A. Jalannya Penelitian	37
B. Hasil Penelitian	38
C. Pembahasan	42
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	55
 DAFTAR PUSTAKA	 57

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Derajat Anemia Berdasarkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri	14
Tabel 3.1 Perhitungan Sampel	28
Tabel 3.2 Definisi Operasional	29
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Instrumen Kuesioner FFQ	31
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kuesioner FFQ.....	32
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Kelas pada Remaja Putri di SMKN 1 Kota Bengkulu.....	38
Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Kota Bengkulu	39
Tabel 4.3 Distribusi Karakteristik Distribusi Frekuensi Kebiasaan Konsumsi Fast food pada Remaja Putri di SMKN 1 Kota Bengkulu.....	40
Tabel 4.4 Indikator Item Fast food dengan Frekuensi Konsumsi Tertinggi ($\geq 5-6$ kali/minggu).....	40
Tabel 4.5 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast food dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Kota Bengkulu	41

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	22
Bagan 2.2 Kerangka Konsep.....	23
Bagan 3.1 Desain Penelitian	24
Bagan 3.2 Variabel Penelitian.....	25



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Organisasi Penelitian
Lampiran 2	: Surat Persetujuan
Lampiran 3	: Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 4	: Lembar Observasi HB
Lampiran 5	: Surta Ethical Exempration
Lampiran 6	: Surat Izin Penelitian Dari Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Lampiran 7	: Surat Izin Penelitian Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
Lampiran 8	: Surat Izin Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu
Lampiran 9	: Surat Izin Penelitian SMKN 1 Kota Bengkulu
Lampiran 10	: Surat Selesai Penelitian
Lampiran 11	: Master Tabel Data Responden Dan Katagori Anemia
Lampiran 12	: Master Tabel Data Responden Dan Kategori Fast Food
Lampiran 13	: Hasil Uji Validitas Dan Realibilitas Kuesioner
Lampiran 14	: Hasil Uji SPSS
Lampiran 15	: Lembar Bimbingan
Lampiran 16	: Dokumentasi Penelitian