

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Sapoeetra (2017). Merawat Tubuh di Usia Senja. Mitra Pustaka.
- Ahmed, F., Khan, M. R., & Akhtaruzzaman, M. (2017). Efforts needed to combat anemia: Experience from a rural area of Bangladesh. *Iranian Journal of Public Health*, 46(10), 1416-1417.
- Akhtar, S., Ahmed, A., Randhawa, M. A., & Atukorala, S. (2013). Prevalence of vitamin A deficiency in South Asia: causes, outcomes, and possible remedies. *Journal of Health, Population, and Nutrition*, 31(4), 413.
- Almatsier (2017). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Penerbit PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2021). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Rineka Cipta.
- Arisman (2020). Gizi Dalam Daur Kehidupan. Penerbit PT. Raja Grafindo Persada.
- Ariyani (2021). Hubungan Antara Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 10(1), 15-20.
- Artal, R., & O'Toole, M. (2003). Guidelines of the American College of Obstetricians and Gynecologists for exercise during pregnancy and the postpartum period. *British Journal of Sports Medicine*, 37(1), 6-12.
- Bagus Ida (2019). Penatalaksanaan persalinan preterm. EGC.
- Carpenito, L. (2019). Nursing Care Plans and Documentation. Wolters Kluwer Health.
- Dedi Subardja (2021). Stop Smoking: 7 Langkah Mudah Berhenti Merokok. PT. Pustaka Baru Press.
- Farah (2021). Rahasia Perawatan Kehamilan dengan Metode Yoga. CV. Angkasa.
- Fatmah (2020). Psikologi Kesehatan. Penerbit CV. Citra Aditya Bakti.
- Feuer, L. M. (2018). Compliance in Health Care. Springer.
- Haider, B. A., Olofin, I., Wang, M., Spiegelman, D., Ezzati, M., & Fawzi, W. W. (2017). Anaemia, prenatal iron use, and risk of adverse pregnancy outcomes: systematic review and meta-analysis. *BMJ*, 346, f3443.
- Hidayat, A. A. (2017). Pengantar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Salemba Medika.

- Hörnell, A., Lagström, H., Lande, B., Thorsdottir, I., & collaborators, N. N. (2016). Protein intake from 0 to 18 years of age and its relation to health: a systematic literature review for the 5th Nordic Nutrition Recommendations. *Food & Nutrition Research*, 60(1), 32527.
- Jannah & Widajaka (2017). *Memahami Tanda-Tanda Bahaya Kehamilan*. Salemba Medika.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia (2020). Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Khaskheli, M., Baloch, S., & Sheeba, A. (2016). Impact of nutritional education on knowledge and haemoglobin status of pregnant women. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 32(6), 1429–1433.
- Konis, S. (2017). Penerapan Model Pendidikan Kesehatan Dalam Upaya Peningkatan Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Menjalani Diet Rendah Garam. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
- Lalage (2018). *Keperawatan Maternitas*. Salemba Medika.
- Manuaba, I. (2019). *Ilmu Kebidanan*. EGC.
- Maulana, A. S. (2018). *Ilmu Gizi dan Diet*. Buku Kedokteran EGC.
- Milman, N. (2006). Prepartum dietary iron prophylaxis: effects on maternal hematologic status and iron balance. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 83(3), 647-650.
- Milman, N., Bergholt, T., Eriksen, L., Hertz, J., & Lindbæk, M. (2012). Iron prophylaxis during pregnancy—how much iron is needed? A randomized dose–response study of 20–80 mg ferrous iron daily in pregnant women. *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica*, 91(5), 563-570.
- Nisar, Y. B., Dibley, M. J., & Mir, A. M. (2015). Factors associated with non-use of antenatal iron and folic acid supplements among Pakistani women: a cross sectional household survey. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1), 271.
- Nita & Dwi (2018). *Perawatan Bayi Baru Lahir*. Mitra Wacana Media.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

- Nursalam. (2018). Konsep dan Penerapan Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Disertasi. Penerbit Salemba Medika.
- Oetoro (2018). Gizi dalam Daur Kehidupan. Kencana.
- Pantikawati (2020). Promosi Kesehatan Pada Ibu Hamil. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Petry, N., Olofin, I., Hurrell, R. F., Boy, E., Wirth, J. P., Moursi, M., ... & Rohner, F. (2016). The proportion of anemia associated with iron deficiency in low, medium, and high human development index countries: a systematic analysis of national surveys. *Nutrients*, 8(11), 693.
- Pribadi, S., Kusuma, H., & Setyorini, H. (2020). Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Penerbit Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati. (2021). Hematologi Klinik. Penerbit CV Andi Offset.
- Puji, H. M. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Genuk Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 9(1), 101-106.
- Pusat Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan Republic Indonesia (2021). Buku Pegangan Siswa Pemberdayaan Siswa untuk Perubahan Perilaku. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rahman, M. M., Abe, S. K., Rahman, M. S., Kanda, M., Narita, S., Bilano, V., ... & Shibuya, K. (2017). Maternal anemia and risk of adverse birth and health outcomes in low-and middle-income countries: systematic review and meta-analysis. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 106(1), 145-163.
- Rahmati, S., Delpisheh, A., Azami, M., Hafezi Ahmadi, M. R., & Sayehmiri, K. (2016). Maternal Anemia during pregnancy and infant low birth weight: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Reproductive BioMedicine*, 14(8), 509-516.
- Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar). (2020). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2020. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sarwono, P. (2017). Kebidanan. Binarupa Aksara.
- Savitry, A., Arifin, M. S., Asnawaty, S. (2017). Penyuluhan Gizi dan Tatalaksana Anemia Gizi. Penerbit Prestasi Pustaka.
- Sharma, S. (2020). Maternal Anemia during Pregnancy and its Impact on Child Health. *Journal of Nutrition Research*, 8(1), 3-14.

- Simsek, Y., Celen, S., Uygur, D., & Eyi, E. G. Y. (2015). The effect of social support on the adherence of pregnant women with iron deficiency anemia to their iron supplementation program. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 28(18), 2198-2202.
- Soekidjo. (2017). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Raja Grafindo Persada.
- Stevens, G. A., Finucane, M. M., De-Regil, L. M., Paciorek, C. J., Flaxman, S. R., Branca, F., ... & Ezzati, M. (2013). Global, regional, and national trends in haemoglobin concentration and prevalence of total and severe anaemia in children and pregnant and non-pregnant women for 1995–2011: a systematic analysis of population-representative data. *The Lancet Global Health*, 1(1), e16-e25.
- Sudoyo, A. W., Setiyohadi, B., Alwi, I., Setiati, S., & Simadibrata, M. (Eds.). (2020). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Interna Publishing.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sulastri (2017). *Gizi & Kesehatan Masyarakat*. Pustaka Baru Press.
- Sulistyoningsih (2021). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Pada Orang Dewasa*. Jurusan Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren.
- Suparyanto (2020). *Usia dan Pendidikan berhubungan dengan Tingkat Pengetahuan tentang Diabetes Mellitus Tipe 2 di Lingkungan Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2*. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*.
- WHO (2020). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. World Health Organization.
- Widyanti (2018). *Penentuan Waktu Cacingan (Ascaris Lumbricoides) dalam Tinja Anak Sekolah Dasar di Kecamatan X*. UIN Sunan Kalijaga.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Worldwide Prevalence of Anaemia 1993-2005: WHO Global Database on Anaemia*. Retrieved from <https://apps.who.int/ghodata/>.
- Zerfu, T. A., Ayele, H. T., & Micronutrient Initiative. (2013). Micronutrients and pregnancy; Effect of supplementation on pregnancy and pregnancy outcomes: A systematic review. *Nutrition Journal*, 12(1), 20.
- Zulaikha, A., & Umu, N. (2020). *Faktor Risiko Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Dalam Perspektif Status Gizi Dan Pola Makan*. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 15(1), 19-30.

Lampiran

**FORMULIR PERSETUJUAN  
(INFORMED CONSENT)**

Yang bertandatangan di bawah ini

Code Responden : \_\_\_\_\_  
 Umur : \_\_\_\_\_  
 Jenis Kelamin : \_\_\_\_\_  
 Pekerjaan : \_\_\_\_\_  
 Pendidikan Terakhir : \_\_\_\_\_  
 Alamat : \_\_\_\_\_

Saya setuju untuk mengambil bagian sebagai responden dalam penelitian ini, di mana:

1. Saya sudah membaca lampiran tentang penjelasan formulir ini dan saya memahami sepenuhnya setelah peneliti menjelaskan kepada saya: tujuan, metode, teknik, prosedur, pengujian dan manfaat penelitian.
2. Saya memahami peran serta saya dalam penelitian ini adalah memberikan informasi atas : pertanyaan maupun pernyataan yang diberikan.
3. Saya memahami bahwa setiap informasi rahasia yang saya berikan hanya diketahui oleh peneliti dan tidak akan mengungkapkan kepada pihak lain manapun.
4. Saya memahami bahwa saya bebas untuk menarik diri dari ambil bagian dalam penelitian ini setiap saat.

Dan setelah mendapat kesempatan untuk bertanya, maka dengan penuh kesadaran akan menjadi responden penelitian dan tanpa keterpaksaan menyatakan (bersedia/tidak bersedia\*) ikut dalam penelitian.

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

Kediri,.....2023  
 Peneliti,

Responden

Erika Sihite  
 NIM : 2281A0938

Saksi

\*) Coret bila tidak perlu

## Lampiran

***INFORMED CONSENT***

- Judul Penelitian : Pengaruh aktifitas fisik, pola makan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada ibu hamil TM 3 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Pembuang II
- Tujuan Penelitian : Peneliti ingin mengetahui pengaruh aktifitas fisik, pola makan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada ibu hamil TM 3 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Pembuang II
- Metode : Deskriptif dengan metode kuantitatif
- Teknik : Pengumpulan data dengan cara pengisian kuisioner.
- Prosedur : Lembar kuesioner untuk menganalisis pengaruh aktifitas fisik, pola makan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada ibu hamil TM 3 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Pembuang II dengan menggunakan uji validitas serta uji reliabilitas.
- Pengujian : Analisa data dengan menggunakan “*Regresi Linear*” dimana pada proses perhitungan dibantu menggunakan *Statistic Product And Solution Servis (SPSS).*).
- Manfaat Penelitian : Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai pengembangan dan penyempurnaan ilmu pengetahuan yang dapat dimanfaatkan oleh pelajar serta khususnya penulis.

Lampiran

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth,  
Ibu  
Di Tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan pelaksanaan Penelitian untuk menyelesaikan tugas akhir Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Keperawatan Institut Ilmu Kesehatan Strada Indonesia, saya:

Nama : Erika Sihite

NIM : 2281A0938

Judul Penelitian : Pengaruh aktifitas fisik, pola makan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada ibu hamil TM 3 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Pembuang II

Melalui surat ini peneliti bermaksud mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu agar berkenan meluangkan waktu menjadi responden untuk kelancaran dalam pelaksanaan penelitian ini, saya sebagai peneliti menjamin kerahasiaan identitas Bapak/Ibu sebagai responden.

Apabila Bapak/Ibu setuju terlibat menjadi responden dalam penelitian ini diharapkan untuk mengisi lembar persetujuan (*Informed Consent*) yang telah peneliti sediakan. Atas kesediaan Bapak/Ibu menjadi responden peneliti ucapkan terima kasih.

Kediri, .....

Hormat Saya,

Erika Sihite.

Lampiran

### KUESIONER PENELITIAN

#### PENGARUH AKTIFITAS FISIK, POLA MAKAN DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TM 3 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUALA PEMBUANG II

##### Petunjuk pengisian

Bacalah beberapa pernyataan di bawah ini, lalu pilihlah satu pilihan yang tersedia di sampingnya dengan memberikan tanda *checklist* (V) pada kolom yang tersedia, dengan keterangan sebagai berikut:

| No. | Aktifitas Fisik                                                                                                                                 | Iya | Tidak |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|
| 1   | Apakah Anda melakukan aktivitas fisik ringan seperti berjalan kaki atau senam hamil secara teratur selama kehamilan trimester ketiga?           |     |       |
| 2   | Apakah Anda merasa nyaman saat melakukan aktivitas fisik selama kehamilan trimester ketiga?                                                     |     |       |
| 3   | Apakah Anda memiliki pembatasan khusus dari dokter atau bidan terkait aktivitas fisik selama kehamilan?                                         |     |       |
| 4   | Apakah Anda merasa bahwa aktivitas fisik membantu Anda merasa lebih bugar dan energik selama kehamilan?                                         |     |       |
| 5   | Apakah Anda merasa bahwa aktivitas fisik membantu mengurangi ketidaknyamanan fisik seperti nyeri punggung atau kaki bengkak?                    |     |       |
| 6   | Apakah Anda merasa bahwa aktivitas fisik membantu Anda mempertahankan berat badan yang sehat selama kehamilan?                                  |     |       |
| 7   | Apakah Anda telah mendiskusikan jenis dan intensitas aktivitas fisik yang aman dengan penyedia perawatan kesehatan selama kehamilan?            |     |       |
| 8   | Apakah Anda memiliki rutinitas atau jadwal tetap untuk berolahraga selama kehamilan?                                                            |     |       |
| 9   | Apakah Anda merasa terdorong untuk melakukan aktivitas fisik karena dukungan dari keluarga atau teman?                                          |     |       |
| 10  | Apakah Anda merasa bahwa aktivitas fisik selama kehamilan adalah bagian penting dari menjaga kesehatan dan kesejahteraan Anda serta calon bayi? |     |       |

Sumber: Puji, H. M. (2020)

| No. | Pola Makan                                                                                                     | Iya | Tidak |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|
| 1   | Apakah Anda mengonsumsi makanan yang mengandung sumber protein, seperti daging, ikan, atau telur, setiap hari? |     |       |
| 2   | Berapa porsi buah-buahan yang Anda konsumsi setiap                                                             |     |       |

|    |                                                                                                                   |  |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|    | hari selama kehamilan trimester 3?                                                                                |  |  |
| 3  | Berapa porsi sayuran yang Anda konsumsi setiap hari selama kehamilan trimester 3?                                 |  |  |
| 4  | Apakah Anda memperhatikan asupan gizi harian yang direkomendasikan selama kehamilan?                              |  |  |
| 5  | Apakah Anda menghindari makanan tinggi gula dan makanan cepat saji selama kehamilan?                              |  |  |
| 6  | Berapa kali sehari Anda mengonsumsi makanan utama, seperti sarapan, makan siang, dan makan malam?                 |  |  |
| 7  | Apakah Anda mengonsumsi sumber kalsium, seperti susu atau produk susu, secara teratur selama kehamilan?           |  |  |
| 8  | Apakah Anda memastikan bahwa makanan yang Anda makan telah dimasak dengan baik untuk menghindari infeksi makanan? |  |  |
| 9  | Apakah Anda merasa cukup minum air putih sepanjang hari selama kehamilan?                                         |  |  |
| 10 | Apakah Anda telah mencari informasi atau nasihat khusus tentang pola makan selama kehamilan trimester 3?          |  |  |

Sumber: Ariyani (2021)

| No. | Kepatuhan                                                                                                                           | Iya | Tidak |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|
| 1   | Apakah Anda telah diberi resep tablet Fe oleh tenaga medis untuk dikonsumsi selama kehamilan?                                       |     |       |
| 2   | Apakah Anda mengonsumsi tablet Fe sesuai dengan petunjuk atau resep yang diberikan oleh tenaga medis?                               |     |       |
| 3   | Apakah Anda mengonsumsi tablet Fe setiap hari seperti yang direkomendasikan oleh tenaga medis?                                      |     |       |
| 4   | Apakah Anda merasa nyaman dengan penggunaan tablet Fe, seperti tidak mengalami efek samping yang signifikan?                        |     |       |
| 5   | Apakah Anda telah mendiskusikan dengan tenaga medis jika Anda memiliki masalah atau kendala dalam mengonsumsi tablet Fe?            |     |       |
| 6   | Apakah Anda memahami pentingnya konsumsi tablet Fe dalam mencegah atau mengatasi anemia selama kehamilan?                           |     |       |
| 7   | Apakah Anda merasa bahwa tablet Fe membantu Anda menjaga tingkat zat besi yang cukup dalam tubuh selama kehamilan?                  |     |       |
| 8   | Apakah Anda mendapatkan dukungan atau informasi tambahan tentang manfaat dan pentingnya tablet Fe dari tenaga medis atau ahli gizi? |     |       |
| 9   | Apakah Anda menjaga konsistensi dalam mengonsumsi tablet Fe, termasuk saat berpergian atau menghadapi perubahan jadwal harian?      |     |       |

|    |                                                                                                                                         |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 10 | Apakah Anda memahami bahwa konsumsi tablet Fe dapat membantu mencegah komplikasi kehamilan yang berhubungan dengan defisiensi zat besi? |  |  |
| 11 | Apakah Anda merasa bahwa konsumsi tablet Fe adalah investasi dalam kesehatan Anda sendiri dan kesehatan bayi yang dikandung?            |  |  |
| 12 | Apakah Anda merasa bahwa konsumsi tablet Fe membantu Anda menjaga tingkat energi dan kesejahteraan selama kehamilan?                    |  |  |
| 13 | Apakah Anda ingin menerima informasi lebih lanjut tentang pentingnya kepatuhan dalam konsumsi tablet Fe selama kehamilan?               |  |  |

Sumber: Zulaikha, A., & Umu, N. (2020)





### DATA PENELITIAN

| Aktifitas Fisik |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |       |        |          |
|-----------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-------|--------|----------|
| No.             | Q1 | Q2 | Q3 | Q4 | Q5 | Q6 | Q7 | Q8 | Q9 | Q10 | Total | Persen | Kategori |
| 1               | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1   | 4     | 40%    | Rendah   |
| 2               | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 7     | 70%    | Sedang   |
| 3               | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0   | 7     | 70%    | Sedang   |
| 4               | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 8     | 80%    | Tinggi   |
| 5               | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1   | 7     | 70%    | Sedang   |
| 6               | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0   | 4     | 40%    | Rendah   |
| 7               | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0   | 4     | 40%    | Rendah   |
| 8               | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1   | 7     | 70%    | Sedang   |
| 9               | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1   | 6     | 60%    | Sedang   |
| 10              | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 9     | 90%    | Tinggi   |
| 11              | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1   | 4     | 40%    | Rendah   |
| 12              | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0   | 5     | 50%    | Rendah   |
| 13              | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1   | 5     | 50%    | Rendah   |
| 14              | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1   | 4     | 40%    | Rendah   |
| 15              | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0   | 7     | 70%    | Sedang   |
| 16              | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 8     | 80%    | Tinggi   |
| 17              | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1   | 6     | 60%    | Sedang   |
| 18              | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0   | 5     | 50%    | Rendah   |
| 19              | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1   | 6     | 60%    | Sedang   |
| 20              | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1   | 5     | 50%    | Rendah   |
| 21              | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0   | 5     | 50%    | Rendah   |
| 22              | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 5     | 50%    | Rendah   |
| 23              | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1   | 3     | 30%    | Rendah   |
| 24              | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0   | 3     | 30%    | Rendah   |
| 25              | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1   | 7     | 70%    | Sedang   |
| 26              | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1   | 6     | 60%    | Sedang   |
| 27              | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1   | 3     | 30%    | Rendah   |
| 28              | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0   | 5     | 50%    | Rendah   |
| 29              | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0   | 7     | 70%    | Sedang   |
| 30              | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1   | 5     | 50%    | Rendah   |

| Pola Makan |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |       |        |          |
|------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-------|--------|----------|
| No.        | Q1 | Q2 | Q3 | Q4 | Q5 | Q6 | Q7 | Q8 | Q9 | Q10 | Total | Persen | Kategori |
| 1          | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1   | 4     | 40%    | Kurang   |
| 2          | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 7     | 70%    | Cukup    |
| 3          | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0   | 7     | 70%    | Cukup    |
| 4          | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 8     | 80%    | Baik     |
| 5          | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1   | 7     | 70%    | Cukup    |
| 6          | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0   | 4     | 40%    | Kurang   |
| 7          | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0   | 4     | 40%    | Kurang   |
| 8          | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1   | 7     | 70%    | Cukup    |
| 9          | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1   | 6     | 60%    | Cukup    |
| 10         | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 9     | 90%    | Baik     |
| 11         | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1   | 4     | 40%    | Kurang   |
| 12         | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1   | 7     | 70%    | Cukup    |
| 13         | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1   | 5     | 50%    | Kurang   |
| 14         | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1   | 4     | 40%    | Kurang   |
| 15         | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 8     | 80%    | Baik     |
| 16         | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 8     | 80%    | Baik     |
| 17         | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1   | 6     | 60%    | Cukup    |
| 18         | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 6     | 60%    | Cukup    |
| 19         | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1   | 6     | 60%    | Cukup    |
| 20         | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1   | 5     | 50%    | Kurang   |
| 21         | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1   | 7     | 70%    | Cukup    |
| 22         | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 5     | 50%    | Kurang   |
| 23         | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1   | 3     | 30%    | Kurang   |
| 24         | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0   | 3     | 30%    | Kurang   |
| 25         | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 8     | 80%    | Baik     |
| 26         | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1   | 6     | 60%    | Cukup    |
| 27         | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1   | 3     | 30%    | Kurang   |
| 28         | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0   | 5     | 50%    | Kurang   |
| 29         | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 8     | 80%    | Baik     |
| 30         | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1   | 5     | 50%    | Kurang   |

| Kepatuhan |    |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |       |        |             |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-------|--------|-------------|
| No.       | Q1 | Q2 | Q3 | Q4 | Q5 | Q6 | Q7 | Q8 | Q9 | Q10 | Q11 | Q12 | Q13 | Total | Persen | Kategori    |
| 1         | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1   | 1   | 1   | 0   | 9     | 69%    | Tidak Patuh |
| 2         | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1   | 0   | 1   | 1   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |
| 3         | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 1   | 0   | 1   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |
| 4         | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0   | 1   | 1   | 1   | 8     | 62%    | Tidak Patuh |
| 5         | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 13    | 100%   | Patuh       |
| 6         | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0   | 0   | 1   | 1   | 6     | 46%    | Tidak Patuh |
| 7         | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1   | 1   | 0   | 0   | 5     | 38%    | Tidak Patuh |
| 8         | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0   | 1   | 0   | 0   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |
| 9         | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0   | 0   | 1   | 0   | 5     | 38%    | Tidak Patuh |
| 10        | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0   | 0   | 1   | 1   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |
| 11        | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0   | 0   | 1   | 1   | 6     | 46%    | Tidak Patuh |
| 12        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 13    | 100%   | Patuh       |
| 13        | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1   | 0   | 1   | 0   | 8     | 62%    | Tidak Patuh |
| 14        | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1   | 1   | 1   | 0   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |
| 15        | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 0   | 0   | 1   | 1   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |
| 16        | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1   | 0   | 1   | 0   | 6     | 46%    | Tidak Patuh |
| 17        | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0   | 1   | 1   | 0   | 5     | 38%    | Tidak Patuh |
| 18        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 13    | 100%   | Patuh       |
| 19        | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 0   | 0   | 6     | 46%    | Tidak Patuh |
| 20        | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0   | 0   | 1   | 0   | 6     | 46%    | Tidak Patuh |
| 21        | 1  | 1  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 1   | 0   | 1   | 1   | 10    | 77%    | Tidak Patuh |
| 22        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1   | 1   | 1   | 1   | 13    | 100%   | Patuh       |
| 23        | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1   | 1   | 1   | 1   | 9     | 69%    | Tidak Patuh |
| 24        | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0   | 0   | 0   | 1   | 4     | 31%    | Tidak Patuh |
| 25        | 0  | 0  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0  | 1   | 1   | 0   | 1   | 6     | 46%    | Tidak Patuh |
| 26        | 1  | 1  | 0  | 0  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 0   | 1   | 0   | 1   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |
| 27        | 1  | 1  | 1  | 0  | 1  | 0  | 1  | 1  | 0  | 0   | 0   | 1   | 1   | 8     | 62%    | Tidak Patuh |
| 28        | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 1   | 1   | 1   | 1   | 8     | 62%    | Tidak Patuh |
| 29        | 1  | 0  | 0  | 0  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 1   | 1   | 1   | 1   | 9     | 69%    | Tidak Patuh |
| 30        | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0  | 0   | 1   | 0   | 0   | 7     | 54%    | Tidak Patuh |

| Kejadian Anemia |      |               |
|-----------------|------|---------------|
| No.             | HB   | Keterangan    |
| 1               | 7,8  | Anemia Sedang |
| 2               | 10,2 | Anemia Ringan |
| 3               | 10,5 | Anemia Ringan |
| 4               | 10,8 | Anemia Ringan |
| 5               | 10,5 | Anemia Ringan |
| 6               | 6,8  | Anemia Berat  |
| 7               | 9,8  | Anemia Sedang |
| 8               | 10,3 | Anemia Ringan |
| 9               | 10,2 | Anemia Ringan |
| 10              | 10,4 | Anemia Ringan |
| 11              | 10,2 | Anemia Ringan |
| 12              | 10,4 | Anemia Ringan |
| 13              | 7,8  | Anemia Sedang |
| 14              | 9,1  | Anemia Sedang |
| 15              | 9,5  | Anemia Sedang |
| 16              | 10,1 | Anemia Ringan |
| 17              | 7,1  | Anemia Sedang |
| 18              | 8,8  | Anemia Sedang |
| 19              | 9,5  | Anemia Sedang |
| 20              | 6,9  | Anemia Berat  |
| 21              | 8,1  | Anemia Sedang |
| 22              | 10,7 | Anemia Ringan |
| 23              | 9,5  | Anemia Sedang |
| 24              | 7,8  | Anemia Sedang |
| 25              | 10,9 | Anemia Ringan |
| 26              | 10,6 | Anemia Ringan |
| 27              | 8,9  | Anemia Sedang |
| 28              | 9,6  | Anemia Sedang |
| 29              | 9,8  | Anemia Sedang |
| 30              | 7    | Anemia Sedang |

## HASIL UJI STATISTIK

### Aktifitas Fisik

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Rendah | 16        | 53.3    | 53.3          | 53.3               |
|       | Sedang | 11        | 36.7    | 36.7          | 90.0               |
|       | Tinggi | 3         | 10.0    | 10.0          | 100.0              |
|       | Total  | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

### Pola Makan

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Baik   | 6         | 20.0    | 20.0          | 20.0               |
|       | Cukup  | 11        | 36.7    | 36.7          | 56.7               |
|       | Kurang | 13        | 43.3    | 43.3          | 100.0              |
|       | Total  | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

### Kepatuhan

|       |             | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Patuh       | 4         | 13.3    | 13.3          | 13.3               |
|       | Tidak Patuh | 26        | 86.7    | 86.7          | 100.0              |
|       | Total       | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

### Kejadian Anemia

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Anemia Berat  | 2         | 6.7     | 6.7           | 6.7                |
|       | Anemia Ringan | 13        | 43.3    | 43.3          | 50.0               |
|       | Anemia Sedang | 15        | 50.0    | 50.0          | 100.0              |
|       | Total         | 30        | 100.0   | 100.0         |                    |

### Aktifitas Fisik \* Kejadian Anemia Crosstabulation

|                 |        |            |      | Kejadian Anemia |               |               |       |
|-----------------|--------|------------|------|-----------------|---------------|---------------|-------|
|                 |        |            |      | Anemia Berat    | Anemia Ringan | Anemia Sedang | Total |
| Aktifitas Fisik | Rendah | Count      | 2    | 3               | 11            | 16            |       |
|                 |        | % of Total | 6.7% | 10.0%           | 36.7%         | 53.3%         |       |
|                 | Sedang | Count      | 0    | 7               | 4             | 11            |       |
|                 |        | % of Total | 0.0% | 23.3%           | 13.3%         | 36.7%         |       |
|                 | Tinggi | Count      | 0    | 3               | 0             | 3             |       |
|                 |        | % of Total | 0.0% | 10.0%           | 0.0%          | 10.0%         |       |
| Total           |        | Count      | 2    | 13              | 15            | 30            |       |
|                 |        | % of Total | 6.7% | 43.3%           | 50.0%         | 100.0%        |       |

### Pola Makan \* Kejadian Anemia Crosstabulation

|            |        |            | Kejadian Anemia |               |               |        |
|------------|--------|------------|-----------------|---------------|---------------|--------|
|            |        |            | Anemia Berat    | Anemia Ringan | Anemia Sedang | Total  |
| Pola Makan | Baik   | Count      | 0               | 4             | 2             | 6      |
|            |        | % of Total | 0.0%            | 13.3%         | 6.7%          | 20.0%  |
|            | Cukup  | Count      | 0               | 7             | 4             | 11     |
|            |        | % of Total | 0.0%            | 23.3%         | 13.3%         | 36.7%  |
|            | Kurang | Count      | 2               | 2             | 9             | 13     |
|            |        | % of Total | 6.7%            | 6.7%          | 30.0%         | 43.3%  |
| Total      |        | Count      | 2               | 13            | 15            | 30     |
|            |        | % of Total | 6.7%            | 43.3%         | 50.0%         | 100.0% |

### Kepatuhan \* Kejadian Anemia Crosstabulation

|           |             |            | Kejadian Anemia |               |               |        |
|-----------|-------------|------------|-----------------|---------------|---------------|--------|
|           |             |            | Anemia Berat    | Anemia Ringan | Anemia Sedang | Total  |
| Kepatuhan | Patuh       | Count      | 0               | 3             | 1             | 4      |
|           |             | % of Total | 0.0%            | 10.0%         | 3.3%          | 13.3%  |
|           | Tidak Patuh | Count      | 2               | 10            | 14            | 26     |
|           |             | % of Total | 6.7%            | 33.3%         | 46.7%         | 86.7%  |
| Total     |             | Count      | 2               | 13            | 15            | 30     |
|           |             | % of Total | 6.7%            | 43.3%         | 50.0%         | 100.0% |

### Descriptive Statistics

|                 | Mean    | Std. Deviation | N  |
|-----------------|---------|----------------|----|
| Kejadian Anemia | 91.1000 | 20.07804       | 30 |
| Aktifitas Fisik | 5.5667  | 1.59056        | 30 |
| Pola Makan      | 5.8333  | 1.72374        | 30 |
| Kepatuhan       | 7.7333  | 2.49044        | 30 |

### Correlations

|                     |                 | Kejadian Anemia | Aktifitas Fisik | Pola Makan | Kepatuhan |
|---------------------|-----------------|-----------------|-----------------|------------|-----------|
| Pearson Correlation | Kejadian Anemia | 1.000           | .369            | .371       | .176      |
|                     | Aktifitas Fisik | .369            | 1.000           | .941       | -.013     |
|                     | Pola Makan      | .371            | .941            | 1.000      | .142      |
|                     | Kepatuhan       | .176            | -.013           | .142       | 1.000     |
| Sig. (1-tailed)     | Kejadian Anemia | .               | .023            | .022       | .176      |
|                     | Aktifitas Fisik | .023            | .               | .000       | .473      |
|                     | Pola Makan      | .022            | .000            | .          | .227      |
|                     | Kepatuhan       | .176            | .473            | .227       | .         |
| N                   | Kejadian Anemia | 30              | 30              | 30         | 30        |
|                     | Aktifitas Fisik | 30              | 30              | 30         | 30        |
|                     | Pola Makan      | 30              | 30              | 30         | 30        |
|                     | Kepatuhan       | 30              | 30              | 30         | 30        |

### Variables Entered/Removed<sup>a</sup>

| Model | Variables Entered                                   | Variables Removed | Method |
|-------|-----------------------------------------------------|-------------------|--------|
| 1     | Kepatuhan, Aktifitas Fisik, Pola Makan <sup>b</sup> | .                 | Enter  |

a. Dependent Variable: Kejadian Anemia

b. All requested variables entered.

### Model Summary<sup>b</sup>

| Model | R                 | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | .811 <sup>a</sup> | .869     | .801              | 819.33291                  |

a. Predictors: (Constant), Kepatuhan, Aktifitas Fisik, Pola Makan

b. Dependent Variable: Kejadian Anemia

**ANOVA<sup>a</sup>**

| Model |            | Sum of Squares | df | Mean Square | F     | Sig.              |
|-------|------------|----------------|----|-------------|-------|-------------------|
| 1     | Regression | 1972.906       | 3  | 657.635     | 8.760 | .000 <sup>b</sup> |
|       | Residual   | 9717.794       | 26 | 373.761     |       |                   |
|       | Total      | 11690.700      | 29 |             |       |                   |

a. Dependent Variable: Kejadian Anemia

b. Predictors: (Constant), Kepatuhan, Aktifitas Fisik, Pola Makan

**Coefficients<sup>a</sup>**

| Model |                 | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients | t     | Sig. |
|-------|-----------------|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|------|
|       |                 | B                           | Std. Error | Beta                      |       |      |
| 1     | (Constant)      | 2.513                       | 3.900      |                           | 2.985 | .005 |
|       | Aktifitas Fisik | .992                        | 1.429      | .408                      | .694  | .001 |
|       | Pola Makan      | .680                        | 1.924      | .440                      | .667  | .001 |
|       | Kepatuhan       | 1.764                       | 1.619      | .487                      | .732  | .000 |

a. Dependent Variable: Kejadian Anemia

**Residuals Statistics<sup>a</sup>**

|                                   | Minimum | Maximum  | Mean    | Std. Deviation | N  |
|-----------------------------------|---------|----------|---------|----------------|----|
| Predicted Value                   | 73.5461 | 106.2235 | 91.1000 | 8.24811        | 30 |
| Std. Predicted Value              | 2.128   | 1.834    | .000    | 1.000          | 30 |
| Standard Error of Predicted Value | 4.048   | 11.781   | 6.708   | 2.237          | 30 |
| Adjusted Predicted Value          | 2.3814  | 2.7983   | 2.8089  | 8.60921        | 30 |
| Residual                          | .45786  | .74319   | .00000  | .30564         | 30 |
| Std. Residual                     | 4.162   | 1.073    | .000    | .947           | 30 |
| Stud. Residual                    | 4.258   | 1.121    | .007    | .983           | 30 |
| Deleted Residual                  | .22849  | .65507   | .29114  | .78521         | 30 |
| Stud. Deleted Residual            | 7.590   | 1.127    | .105    | 1.520          | 30 |
| Mahal. Distance                   | .305    | 9.802    | 2.900   | 2.680          | 30 |
| Cook's Distance                   | .000    | .212     | .020    | .040           | 30 |
| Centered Leverage Value           | .011    | .338     | .100    | .092           | 30 |

a. Dependent Variable: Kejadian Anemia

## Dokumentasi Penelitian

