

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN ANEMIA PADA
REMAJA DI POSYANDU REMAJA DESA KROMONG KECAMATAN NGUSIKAN,
KABUPATEN JOMBANG**



YUNI WULANDARI

NIM : 202508001

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJKERTO
2026**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : YUNI WULANDARI
NIM : 202508001
Prodi : S1 KEBIDANAN
Fakultas : FIKES
Judul : HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI JUNK FOOD DENGAN ANEMIA
PADA REMAJA DI POSYANDU REMAJA DESA KROMONG KECAMATAN NGUSIKAN,
KABUPATEN JOMBANG

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 9/10/2026



YUNI WULANDARI
202508001

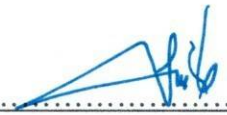
LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program

Judul : Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Junk Food* Dengan
Anemia Pada Remaja Di Posyandu Remaja Desa
Kromong, Kecamatan Ngusikan, Kabupaten
Jombang
Nama : Yuni Wulandari
NIM : 202508001
Pada Tanggal : 24 Agustus 2026

Oleh :

Pembimbing I
Lida Khalimatus S, S.SiT.,Bd.,M.Kes
NIK 162.601.103

()

Pembimbing II
Asirotul Ma'rifah.SST.,BD.,M.Kes
NIK 162.061.091

()



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : YUNI WULANDARI
NIM : 202508001
Program Studi : Ilmu Kebidanan
Pada Tanggal : 24 Agustus 2026
Judul Skripsi : "HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI JUNK FOOD DENGAN ANEMIA PADA REMAJA DI POSYANDU REMAJA DESA KROMONG KECAMATAN NGUSIKAN, KABUPATEN JOMBANG"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Indra Yulianti, SST., Bd., M. Kes. (.....)
Penguji 1 : Lida Khalimatus Sa'diya, SSiT., Bd., M. Kes. (.....)
Penguji 2 : Asirotul Ma'rifah, SST, Bd., M.Kes. (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto
Tanggal : 8 September 2026
Ka. Prodi Ilmu Kebidanan

Indra Yulianti, SST., Bd., M. Kes.
NIK : 162.601.106

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, atas segala rahmat, karunia, serta petunjuk-Nya sehingga penulis diberikan kesehatan, kekuatan, dan kesempatan untuk menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Junk Food* dengan Anemia pada Remaja di Posyandu Remaja Desa Kromong Kecamatan Ngusikan Kabupaten Jombang.”** Rahmat dan pertolongan-Nya menjadi penopang dalam setiap proses yang dilalui selama penyusunan karya ilmiah ini hingga dapat terselesaikan dengan baik.

Penyusunan Skripsi ini dilaksanakan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Proses penyusunan karya ilmiah ini tidak terlepas dari keterbatasan pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan penulis. Berbagai dukungan, arahan, serta bimbingan dari berbagai pihak telah membantu penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Dr. Indah Lestari, S.Kep., Ners., M.Kes.**, selaku Plt. Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. **Dr. Lilik Ma’rifatul Azizah, S.Kep., Ns., M.Kes.**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. **Indra Yulianti, SST., Bd., M.Kes.**, selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto sekaligus Dosen Penguji Skripsi yang telah memberikan motivasi, arahan, masukan, dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan Skripsi ini.

4. **Lida Khalimatus S., S.SiT., Bd., M.Kes.,** selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, serta masukan yang sangat berarti selama proses penyusunan Skripsi ini.
5. **Asirotul Ma'rifah, SST., Bd., M.Kes.,** selaku Dosen Pembimbing II yang dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, saran, arahan, dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
6. **Pimpinan dan seluruh pihak Posyandu Remaja Desa Kromong Kecamatan Ngusikan Kabupaten Jombang,** yang telah memberikan izin, kesempatan, serta membantu penulis selama proses pelaksanaan penelitian dan pengumpulan data.
7. **Seluruh dosen dan staf karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto** yang telah memberikan ilmu, bantuan, dan dukungan selama penulis menempuh pendidikan hingga menyelesaikan Skripsi ini.
8. **Seluruh responden penelitian di Posyandu Remaja Desa Kromong Kecamatan Ngusikan Kabupaten Jombang** yang telah bersedia berpartisipasi dan memberikan informasi yang diperlukan dalam penelitian ini.
9. **Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu,** yang telah memberikan doa, dukungan, bantuan, dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih memiliki kekurangan dan belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima kritik dan saran yang membangun sebagai bahan perbaikan di masa mendatang. Penulis berharap Skripsi ini dapat memberikan manfaat, menambah wawasan, serta menjadi salah satu sumber informasi bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kebidanan.

Mojokerto, 08 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER UTAMA	i
HALAMAN COVER DALAM	ii
LEMBARAN PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.3.1 Tujuan Umum	2
1.3.2 Tujuan Khusus.....	2
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Manfaat Teoritis	3
1.4.2 Manfaat Praktis	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1 Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i>	4

2.1.1	Pengertian <i>Junk Food</i>	4
2.1.2	Ciri-ciri <i>Junk food</i>	4
2.1.3	Jenis-jenis <i>Junk Food</i>	4
2.1.4	Kandungan Gizi <i>Junk Food</i>	5
2.1.5	Dampak Konsumsi <i>Junk food</i> Terhadap Kesehatan.....	5
2.1.6	Pola Konsumsi <i>Junk food</i> Pada Remaja.....	6
2.1.7	Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi <i>Junk food</i> pada Remaja ..	6
2.1.8	Pengukuran Kebiasaan Konsumsi <i>Junk Food</i>	7
2.2	Anemia pada Remaja	9
2.2.1	Pengertian Anemia	9
2.2.2	Klasifikasi Anemia.....	9
2.2.3	Jenis Anemia	10
2.2.4	Nilai Normal Hemoglobin Pada Remaja.....	10
2.2.5	Tanda dan Gejala Anemia	11
2.2.6	Dampak Anemia Pada Remaja.....	11
2.2.7	Faktor Penyebab Anemia pada Remaja.....	11
2.2.8	Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja.....	12
2.3	Remaja	12
2.3.1	Pengertian Remaja	12
2.3.2	Tujuan Penetapan Batas Usia Remaja.....	13
2.3.4	Kebutuhan Gizi pada Remaja.....	14
2.3.5	Kerentanan Remaja Terhadap Masalah Gizi.....	15

2.4	Penggunaan Hb Check dan Cara Mengetahui Anemia dari Alat Tersebut	15
2.5	Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk food</i> dengan Anemia pada Remaja di Posyandu Remaja.....	17
2.6	Kerangka Teori.....	21
2.7	Kerangka Konseptual.....	22
BAB III METODE PENELITIAN		23
3.1	Desain/Rancangan Penelitian.....	23
3.2	Populasi, Sampling, dan Sampel.....	23
3.2.1	Populasi	23
3.2.2	Sampling.....	23
3.2.3	Sampel.....	24
3.3	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	24
3.3.1	Identifikasi Variabel.....	24
3.3.2	Definisi Operasional	25
3.4	Pengumpulan Data	26
3.4.1	Instrumen Penelitian	26
3.4.2	Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	28
3.4.3	Prosedur Penelitian	29
3.5	Teknik Pengolahan Data	31
3.5.1	<i>Editing</i> (Pengecekan Data)	31
3.5.2	<i>Coding</i> (Pemberian Kode)	31
3.5.3	<i>Scoring</i>	32

3.5.4	<i>Tabulating</i>	33
3.5.5	Uji Validitas dan Reabilitas	33
3.6	Teknik Analisa Data	35
3.6.1	Analisis Univariat	36
3.6.2	Analisis Bivariat	36
3.7	Etika Penelitian	36
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		38
4.1	Hasil Penelitian	38
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	38
4.1.2	Data Umum	39
4.1.3	Data Khusus	40
4.2.3	Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk food</i> dengan Anemia	41
4.2	Pembahasan	42
4.2.1	Kebiasaan Konsumsi <i>Junk food</i> pada Remaja di Posyandu Kromong	42
4.3.2	Kejadian Anemia pada Remaja di Posyandu Remaja Desa Kromong	43
4.3.3	Hubungan Kebiasaan Konsumsi <i>Junk food</i> dengan Anemia pada Remaja di Posyandu Remaja Desa Kromong Kecamatan Ngusikan Kabupaten Jombang	44
BAB 5 PENUTUP		46
5.1	Kesimpulan	46
5.2	Saran	47

DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN-LAMPIRAN	51



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Izin Studi Pendahuluan.....	76
Lampiran 2 Lembar Surat Balasan Penelitian.....	77
Lampiran 3 Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent).....	78
Lampiran 4 Kisi-Kisi Lembar Observasi Penelitian.....	79
Lampiran 5 Lembar Observasi Penelitian.....	80
Lampiran 6 Uji Validitas Dan Reabilitas.....	83
Lampiran 7 SOP Pemeriksaan HB.....	85
Lampiran 8 Waktu Penelitian.....	88
Lampiran 9 Tabulasi Data Awal Penelitian.....	89
Lampiran 10 Hasil Penyebaran Lembar Observasi/Kuesioner.....	90
Lampiran 11 Output SPSS Versi 27.0.....	92
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	94
Lampiran 13 : hasil similarity proposal.....	97
Lampiran 14 hasil similarity skripsi.....	98
Lampiran 15 : Lembar Bimbingan Proposal.....	99
Lampiran 16 : lembar revisi ujian proposal.....	106
Lampiran 17: lembar bimbingan skripsi.....	108
Lampiran 18 : Lembar Revisi Ujian Skripsi.....	118

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2022). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Brown, J. E. (2021). *Nutrition through the life cycle*. Belmont: Wadsworth Cengage Learning.
- Cappellini, M. D. (2020). Iron deficiency anaemia revisited. *Journal of Internal Medicine*, 287(2), 153–170.
- Contento, I. R. (2022). *Nutrition education: Linking research, theory, and practice*. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
- Gibney, M. J. (2022). *Public health nutrition*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri dan wanita usia subur*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman gizi seimbang*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Malik, V. S. (2021). Sugar-sweetened beverages and health outcomes. *Annual Review of Nutrition*, 41(1), 1–24.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- O’Leary, F. (2020). Vitamin B12 deficiency in health and disease. *Nutrients*, 12(9), 1–15.
- Santrock, J. W. (2020). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education.

Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

UNICEF. (2022). *Adolescent development and nutrition*. New York: UNICEF.

Wibowo, A., & Suryani, D. (2021). Penerapan prinsip etika dalam penelitian kesehatan pada remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 145–152.

Willett, W. (2023). *Nutritional epidemiology*. New York: Oxford University Press.

World Health Organization. (2021). *Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity*. Geneva: WHO.

World Health Organization. (2022). *Adolescent health and development*. Geneva: WHO.

World Health Organization. (2023). *Anaemia in adolescents: guidelines and prevention strategies*. Geneva: WHO.

World Health Organization. (2025). *Guideline: daily iron supplementation in adult women and adolescent girls*. Geneva: WHO.

