

NAMA :

UMUR :

KELAS :

No. Telpon :

Alamat lengkap :

Untuk pertanyaan di bawah ini , beri tanda **X** untuk jawaban yang kamu pilih

PENGETAHUAN MENGENAI ANEMIA

1. Menurut kamu apakah itu anemia?
 1. Kurangnya kadar Hb dalam darah
 2. Darah rendah
 3. Kurang darah
 4. Tidak tahu
2. Menurut kamu apa saja penyebab anemia? **(jawaban boleh lebih dari satu)**
 1. Penyakit seperti cacangan, malaria dan TBC
 2. Menstruasi
 3. Kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi atau Fe
 4. Perdarahan
 5. Kurangnya konsumsi makanan yang mengandung protein
 6. Terlalu banyak makanan berlemak
 7. Tidak tahu
3. Menurut kamu bagaimana cara mengetahui anemia? **(jawaban boleh lebih dari satu)**
 1. Periksa darah untuk mengetahui kadar Hb
 2. Melihat ciri-ciri fisik (kulit dan telapak tangan pucat)
 3. Merasa sering pusing
 4. Mata sering berkunang-kunang
 5. Mengecek apakah ada bintik-bintik merah di kulit
 6. Sering merasa mual
 7. Tidak tahu
4. Menurut kamu apa saja sumber **zat besi** yang berasal dari makanan ? **(jawaban boleh lebih dari satu)**
 1. Daging
 2. Ikan
 3. Hati
 8. daun singkong
 9. bayam
 10. jambu

4. Ayam
 5. Telur
 6. Kentang
 7. Kacang tanah
 11. tomat
 12. jeruk
 13. wortel
 14. Tidak tahu
5. Menurut kamu gejala apa saja yang ditimbulkan oleh anemia? **(jawaban boleh lebih dari satu)**
1. Pusing
 2. Mata berkunang-kunang
 3. Kelopak mata dan kulit menjadi pucat
 4. Lesu
 5. Lemah
 6. Letih
 7. Lelah
 8. Lalai
 9. Berat badan turun
 10. Bintik-bintik merah di kulit
 11. Rasa pahit di mulut
 12. Tidak Tahu
6. Menurut kamu apa dampak anemia terhadap prestasi belajar?
1. Tidak pengaruh
 2. Menurun
 3. Meningkatkan
 4. Tidak tahu
7. Menurut kamu apakah anemia dapat dicegah?
1. Ya
 2. Tidak (**lanjut ke pertanyaan no.9**)
 3. Tidak Tahu (**lanjut ke pertanyaan no.9**)
8. Menurut kamu bagaimana caranya untuk mencegah anemia? **(jawaban boleh lebih dari satu)**
1. Makan sayur dan buah yang banyak mengandung vitamin C
 2. Menjaga diri dan lingkungan agar bebas cacingan
 3. Mengonsumsi ayam, hati dan telur
 4. Minum Tablet Tambah Darah (TTD)
 5. Berolah raga secara teratur
 6. Mengurangi makanan berlemak
 7. Tidak Tahu
9. Menurut kamu apakah anemia dapat diobati?
1. Ya
 2. Tidak (**Pertanyaan no.10 tidak dijawab**)
 3. Tidak Tahu (**Pertanyaan no. 10 tidak dijawab**)
10. Menurut kamu bagaimanakah cara mengobati anemia? **(jawaban boleh lebih dari satu)**
1. Mengobati cacingan, malaria dan penyakit TBC
 2. Meningkatkan Konsumsi Makanan yang mengandung zat besi
 3. Menambah pemasukan zat besi dengan minum tablet besi
 4. Olahraga secara teratur
 5. Istirahat yang cukup

6. Tidak mengonsumsi makanan berlemak terlalu banyak
7. Tidak Tahu

SIKAP MENGENAI ANEMIA

Beri tanda **X** untuk jawaban yang kamu pilih

No	Keterangan	Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju
1	Remaja perlu mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi				
2	Tidak perlu makan sayur-sayuran hijau				
3	Makan pagi bermanfaat bagi setiap orang				
4	Setiap orang seharusnya makan makanan bergizi seimbang (4 sehat 5 sempurna)				
5	Senang makan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C				
6	Perlunya mengonsumsi daging				
7	Tidak merasa perlu untuk mendapatkan informasi mengenai anemia				
8	Jika kita sudah menemukan gejala anemia maka diamkan saja				
9	Setujukah anda bahwa anemia adalah masalah kesehatan yang berbahaya				
10	Setujukah anda bahwa anemia bisa mengganggu kondisi belajar				
11	Merasa khawatir jika terkena anemia				
12	Setujukah anda bahwa Tablet Tambah Darah bisa mencegah anemia				
13	Menjaga kebersihan diri agar bebas cacingan				

KEBIASAAN MAKAN PAGI

Beri tanda **X** untuk jawaban yang kamu pilih

1. Apakah kamu makan pagi di rumah sebelum berangkat sekolah?
 1. Selalu (**lanjut ke pertanyaan no.4**)
 2. Kadang-kadang, seminggu =kali
 3. Tidak pernah
2. Apakah alasan kamu tidak suka makan pagi? (**jawaban boleh lebih dari satu**)
 1. Tidak menyukai makanan pagi hari
 2. Terburu-buru berangkat sekolah
 3. Merasa mual jika makan pagi
 4. Malas
 5. Dan lain-lain.....
3. (**Pertanyaan no.1 yang menjawab selalu dan kadang-kadang**) Makanan dan minuman apa saja yang biasa kamu makan ketika pagi hari?

1. Nasi	6. Buah-buahan
2. Roti	7. Susu
3. Mie	8. Teh
4. Nasi Goreng	9. Air putih
5. Sayur-sayuran	10. Dan lain-lain, sebutkan
4. Apakah kamu jajan pagi sebelum mulai belajar di sekolah?
 1. Selalu
 2. Kadang-kadang (seminggu = kali)
 3. Tidak pernah
5. (**Pertanyaan no.4 yang menjawab selalu dan kadang-kadang**) Jajan makanan apa saja ketika sebelum mulai belajar di sekolah?

1. Nasi goreng	5. Soft drink
2. Nasi uduk	6. Teh
3. Roti	7. Kopi
4. Chiki	8. Dan lain-lain sebutkan.....

KEBIASAAN JAJAN

1. Apakah kamu suka jajan?
 1. Ya
 2. Tidak (**lanjut ke pertanyaan no.6**)
2. Apakah alasan utama kamu jajan?

1. Ikut-ikutan teman	4. Tidak membawa bekal
2. Menghabiskan uang jajan	5. Lapar dan haus
3. Tidak suka makanan dirumah	6. Alasan lain

3. Kapan saja kamu jajan dalam 1 hari? (jawaban boleh lebih dari satu)

1. Pagi sebelum belajar di sekolah	4. Pulang Sekolah
2. Istirahat 1	5. Di Rumah, Sebutkan berapa kali

3. Istirahat 2
4. Jenis jajanan apa yang biasa kamu beli (makanan dan minuman)?
 1.
 2.
 3.
 4.
 5.
5. Berapakah uang jajan yang dikeluarkan untuk jajan dalam 1 hari?
6. Apakah orangtuamu pernah melarangmu jajan?
 1. Ya
 2. Tidak

MENSTRUASI

1. Apakah kamu sudah menstruasi?
 1. Sudah menstruasi
 2. Belum menstruasi (tidak lanjut ke pertanyaan berikutnya)
2. Kapan mulai menstruasi pertama kali?

umur :

kelas :
3. Apakah menstruasi kamu teratur atau tidak ?
 1. Sebulan sekali
 2. 2 bulan sekali
 3. 3 bulan sekali
 4. Tidak tentu, sebutkan.....
4. Berapa hari biasanya kamu menstruasi? hari