

P-ISSN: 2962-0325

E-ISSN: 2964-7819

Journal

Ilmu Kesehatan dan Gizi



PRIN

PUSAT RISET & INOVASI NASIONAL



JURNAL ILMU KESEHATAN DAN GIZI
VOLUME 3 NOMOR 2 APRIL 2025

FOKUS DAN RUANG LINGKUP JURNAL

Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi, adalah terbitan berkala nasional yang memuat artikel penelitian (research article) di bidang kesehatan dan Gizi. Jurnal Gizi dan Kesehatan diharapkan dapat menjadi media untuk menyampaikan temuan dan inovasi ilmiah di bidang gizi dan kesehatan kepada para praktisi di bidang gizi, baik yang bergerak di bidang pendidikan gizi maupun yang bergerak di bidang pelayanan gizi di rumah sakit dan puskesmas, serta para praktisi gizi di dinas kesehatan maupun institusi-institusi lain. Jurnal ini terbit 1 tahun 4 kali (Januari, April, Juli dan Oktober)

Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi. Artikel yang dipublikasikan di Journal of Educational Innovation and Public Health, meliputi hasil penelitian ilmiah asli (prioritas), artikel tinjauan ilmiah yang baru (bukan prioritas), atau komentar atau kritik terhadap artikel Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi. Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi, menerima naskah atau artikel dari berbagai akademisi dan peneliti baik nasional maupun internasional.

Artikel yang dipublikasikan di jurnal adalah artikel yang telah melalui proses review oleh Mitra Bebestari (*peer-review*). Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi hanya menerima artikel yang berasal dari hasil penelitian asli (prioritas prioritas), dan artikel tinjauan ilmiah yang baru (nonprioritas). Keputusan penerimaan atau tidak artikel ilmiah dalam jurnal ini adalah hak Dewan Redaksi berdasarkan rekomendasi Reviewer Partner.

INFORMASI INDEKSASI JURNAL

Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi dengan E-ISSN : 2964-7819 dan P-ISSN : 2962-0325: <https://prin.or.id/index.php/jig> adalah peer-reviewed journal yang sudah terindeks di beberapa pengindeks bereputasi, antara lain: Google Scholar; Garuda Rujukan Digital (GARUDA); Copernicus; Dimensions; Connecting Research and Researchers (ORCID); DOI Crossref.



**JURNAL ILMU KESEHATAN DAN GIZI
VOLUME 3 NOMOR 2 APRIL 2025**

TIM EDITOR

Editor in chief/ Ketua Dewan Editor

Dr Hj Gemy Nastity Handayany SSi MSi Apt ; Universitas Islam Negeri Alauddin
Makassar, Indonesia

Editorial Board/ Anggota Dewan Editor

Ns. Tuti Anggarawati, M.Kep. ; STIKES Kesdam IV Diponegoro Semarang

Ns. Ni Made Diah Pusparini Pendet, M.Kep, Sp.Kep.M.B ; STIKES Kesdam IX /
Udayana Bali

Zahara Fadilla, S.Si., M.Si ; STIKES Kesetiakawanan Sosial Indonesia, Indonesia

Ns. Silvia Dewi Mayasari Riu. S.Kep.,M.Kep ; Universitas Muhammadiyah Manado
apt Monica Kristiani, M.Sc ; Politeknik Katolik Mangunwijaya Semarang

Ns. Elizabeth Ari Setyarini. S.Kep.,M.Kes.AIFO ; Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santo
Borromeus

Suparyati, M. Kes ; Akademi Analis Kesehatan Pekalongan

apt. Mazaya Fadhila, S.Far., M.Si. ; Akademi Farmasi Dwi Farma Bukittinggi

Meri, SKM., M. Imun ; Universitas Bakti Tunas Husada

Dr.Ns. Anita Dyah Listyarini,M.Kep,Sp.Kep.Kom ; Institut Teknologi Kesehatan
Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Reviewer / Mitra Bestari

Fitrianingsih, M.Si.Med ; Akademi Analis Kesehatan Pekalongan

Ns. Bayu Dwi Setyo. S.Kep.,M.Kep ; Universitas Muhammadiyah Manado

apt Paulina Maya Octasari, M.Sc ; Politeknik Katolik Mangunwijaya Semarang

Friska Sinaga.S.Kep.,Ners.,MNS ; Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santo Borromeus

Ns. Endro Haksara, S.Kep.,M.Kep. ; STIKES Kesdam IV Diponegoro Semarang

Ns. Ni Made Sri Muryani, M.Kep ; STIKES Kesdam IX / Udayana Bali

Aulia Mutiara Hikmah, S.Si., M.Si ; STIKES Kesetiakawanan Sosial Indonesia, Indonesia

Renatalia Fika, M.Pd ; Akademi Farmasi Dwi Farma Bukittinggi

Pramonodjati. STP., M.Kes. ; Universitas Duta Bangsa Surakarta, Indonesia

Penerbit:

JURNAL ILMU KESEHATAN DAN GIZI

Pusat Riset dan Inovasi Nasional Lembaga Pengembangan Kinerja Dosen

Alamat: Perum. Bumi Pucang Gading, Jl. Watu Nganten 1 No. 1-6 Desa Batusari Kec. Mranggen,
Jawa Tengah

Email : info@lpkd.or.id

**JURNAL ILMU KESEHATAN DAN GIZI
VOLUME 3 NOMOR 2 APRIL 2025**

KATA PENGANTAR

Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi, adalah terbitan berkala nasional yang memuat artikel penelitian (research article) di bidang kesehatan dan Gizi. Jurnal Gizi dan Kesehatan diharapkan dapat menjadi media untuk menyampaikan temuan dan inovasi ilmiah di bidang gizi dan kesehatan kepada para praktisi di bidang gizi, baik yang bergerak di bidang pendidikan gizi maupun yang bergerak di bidang pelayanan gizi di rumah sakit dan puskesmas, serta para praktisi gizi di dinas kesehatan maupun institusi-institusi lain. Jurnal ini terbit 1 tahun 4 kali (Januari, April, Juli dan Oktober)

Reviewer memberikan penilaian tentang orisinalitas, kejelasan presentasi, kontribusi pada bidang/sains. Jurnal ini menerbitkan *artikel penelitian*, artikel ulasan/*tinjauan pustaka*, laporan kasus dan *artikel konsep/kebijakan*, di semua J Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi, Desain dan Media menerima artikel dalam bahasa Inggris dan Indonesia. Artikel yang akan diterbitkan adalah karya asli dan belum pernah diterbitkan. Artikel entri akan ditinjau oleh tim peninjau internal dan eksternal. Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi, Bahasa dan Pendidikan menerima artikel dalam bahasa Inggris dan Indonesia.

Dewan Redaksi akan berusaha untuk terus meningkatkan kualitas jurnal sehingga dapat menjadi salah satu referensi yang cukup penting dalam pengembangan ilmu pengetahuan. Penghargaan besar dan terima kasih kepada para *Reviewer* bersama dengan anggota Dewan Redaksi dan semua pihak yang terlibat dalam penerbitan jurnal ini.

Salam

Pemimpin Redaksi

**JURNAL ILMU KESEHATAN DAN GIZI
VOLUME 3 NOMOR 2 APRIL 2025**

DAFTAR ISI

Fokus Dan Ruang Lingkup Jurnal	I
Tim Editor	II
Kata Pengantar	III
Daftar Isi	IV

Dampak Positif Fitokimia Zeaxanthine Terhadap Kesehatan Hal 01-12

Mata dan Penyakit Degeneratif

Rahma Wulaningrum, Universitas Airlangga, Indonesia

Pengaruh Pemberian Buah Beri Kaya Antosianin Terhadap LDL pada Hal 13-21

Manusia : Meta-Analisis Uji Coba Terkontrol Acak

Destriana Putri Ayu Ningtyas, Universitas Airlangga, Indonesia

Hubungan Faktor Internal dengan Pola Pemberian ASI di Pukesmas Hal 22-36

Putat Jaya Surabaya

Elsenja Putri Pawaris, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro saat Sarapan dengan Konsentrasi Hal 37-50

Siswa SMAN 1 Grogol, Kediri

Alya Rifqi Ghifari, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Cleonara Yanuar Dini, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup pada Remaja SMK Hal 51-58

Lindawati Lindawati, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Wigyo Susanto, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Dwi Heppy Rochmawati, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Hubungan Tingkat Kecemasan dan Intensitas Nyeri Haid dengan Hal 59-64

Konsentrasi Belajar Remaja Putri

Putri Rismawati, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Nutrisia Nu'im Haiya, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Iwan Ardian, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Intan Rismatul Azizah, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Siklus Menstruasi pada Remaja Hal 65-89

Putri di MAN 1 Kota Semarang

Yoelanda Anestasya Putri Widodo, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Apriliani Yulianti Wuriningsih, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Hernandia Distinarista, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Pengaruh Permainan Monopoli Terhadap Pengetahuan Kesehatan Gigi Hal 90-99

dan Mulut pada Anak Sekolah Dasar di SDN Bangetayu Wetan 02

Septina Dwi Monika, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Indra Tri Astuti, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Kurnia Wjiayanti, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Pengaruh Substitusi Puree Kersen (*Muntingia calabura* L.) dan Hal 100-114

Penambahan Wortel (*Daucus carota*) Terhadap Daya Terima Permen

Jelly pada Anak Sekolah

Siti Fatimatus Shadiyah, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Veni Inderawati, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Lansia Hal 115-127

dalam Pengendalian Hipertensi di Puskesmas Kedungmundu

Risa Kisnawati, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Moch. Aspihan, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Iskim Luthfa, Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Hubungan Keseimbangan Tubuh dengan Resiko Jatuh pada Lansia Hal 128-137

di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang

Lisa Septi Meilinda Putri, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Iskim Luthfa, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Moch.Aspihan, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Validasi SQ-FFQ dengan Estimated Food Record untuk Menilai Hal 138-146

Asupan Zat Gizi dan Keragaman Pangan pada Mahasiswa

Jesica Yudhis Saputri, Universitas Airlangga, Indonesia

Validasi SQ-FFQ dengan Estimated Food Record untuk Menilai Jumlah Hal 147-156

Asupan Buah Sayur dan Zat Gizi Mikro Mahasiswa

Adelia Listy Nursabrina, Universitas Airlangga, Indonesia

Efek Senyawa Immunomodulator dari Rumput Laut pada Hewan : Hal 157-170

Literature Review

Alinda Syifa Fumizuki, Universitas Airlangga, Indonesia

Pengaruh Pemberian Naringenin terhadap Penghambatan Pertumbuhan Hal 171-181

Sel Kanker : Literature Review

Haura Khairunnisa, Universitas Airlangga, Indonesia

Pengaruh Konsumsi Kopi Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Hal 182-193

Ikhwanul Muslimin, Universitas Airlangga, Indonesia

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia, Kebiasaan Makan Hal 194-218

dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Fakultas Teknik Universitas

Negeri Surabaya

Ari Wahyuni, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Choirul Anna Nur Afifah, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Pengaruh Budaya Makan terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Remaja

Syamsopyan Ishak, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Adila, Indonesia
Suherman Rate, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Adila, Indonesia
Afiska Prima Dewi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Adila, Indonesia
Ritma Dewanti, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Adila, Indonesia
Hernianti Herman, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Adila, Indonesia

Validasi Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire terhadap Estimated Food Record untuk Menilai Konsumsi Total Buah dan Sayur pada Mahasiswa

Noviana Ardiyanti, Universitas Airlangga, Indonesia
Rian Diana, Universitas Airlangga, Indonesia

Nigella Sativa dalam Menurunkan Manifestasi Klinis COVID-19 melalui Efek Imunomodulator

Salwa Naura Kamila, Universitas Airlangga, Indonesia

Pengaruh Edukasi Gizi tentang Pencegahan Hipertensi melalui Media Permainan Kartu terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja di SMAN 1 Krian

Chika Awalia Rachmawati, Universitas Negeri surabaya, Indonesia
Rita Ismawati, Universitas Negeri surabaya, Indonesia