

HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI, PROTEIN DAN VITAMIN C DENGAN
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK N 1 PENGASIH

Ina Prabaningtyas¹, Dwiana Estiwidani², Munica Rita Hernayanti³

¹²³Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
MJ III/304, Jl. Mangkuyudan, Mantrijeron, Kota Yogyakarta
Email : inaprabaningtyas@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia disebabkan kekurangan zat gizi makro dan mikro yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. Prevalensi anemia menurut Riskesdas dari tahun 2013 hingga 2018 mengalami kenaikan angka sekitar 23,9% menjadi 27,2%. Upaya yang dilakukan untuk menanggulangi anemia dengan mengkonsumsi makanan yang kaya zat besi, vitamin C dan sumber protein.

Tujuan: Mengetahui hubungan asupan zat besi, protein dan vitamin c dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Pengasih.

Metode: Penelitian ini bersifat observasional dengan pendekatan *Cross sectional*, menggunakan data primer dengan kuesioner yang dibagikan menggunakan *google form*. Jumlah sampel 87 responden, pengambilan data dimulai pada tanggal 16 Juni – 18 Juni 2020. Analisa data dilakukan menggunakan uji *chi-square*.

Hasil: Mayoritas remaja putri memiliki asupan zat besi kategori kurang (60,9%), asupan protein kategori kurang (56,3%), asupan vitamin C kategori kurang (89,7%) dan kejadian anemia (59,8%). Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna secara statistik antara asupan zat besi dengan kejadian anemia (*p-value* sebesar 0,000) dan asupan protein (*p-value* sebesar 0,012) sedangkan pada asupan vitamin C (*p-value* sebesar 0,322) tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara asupan zat besi dan asupan protein kejadian anemia pada remaja putri, sedangkan pada vitamin C tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 1 Pengasih tahun 2020

Kata Kunci: Anemia, asupan, remaja putri.

CORRELATION OF IRON INTAKE, PROTEIN AND VITAMIN C WITH THE
CASE ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS IN PENGASIH VOCATIONAL HIGH
SCHOOL

Ina Prabaningtyas¹, Dwiana Estiwidani², Munica Rita Hernayanti³

¹²³Department of Midwifery Poltekkes Yogyakarta Ministry of Health

MJ III / 304, Jl. Mangkuyudan, Mantrijeron, Yogyakarta City

Email: inaprabaningtyas@gmail.com

ABSTRACT

Background: Anemia is caused by a deficiency of macro and micro nutrients that play a role in the formation of hemoglobin. The prevalence of anemia according to Riskesdas from 2013 to 2018 has increased, increasing the number around 23.9% to 27.2%. Efforts are made to overcome anemia by consuming foods rich in iron, vitamin C and a source of protein

Aim: To know correlation of iron intake, protein and vitamin C with the case anemia in adolescent girls in Pengasih Vocational High School

Method: This research was observational with *cross sectional design*. Primary data with a questionnaire distributed used *google form*. Total sample of 87 respondents, data collection began on June 16 to June 18, 2020. Data analysis used *chi-square test*

Results: The majority of adolescent girls have less iron intake (60,9%), less protein intake (56,3%), less vitamin C intake (89.7%) and the case anemia (59,8%). The analysis showed that there was a statistically significant correlation between iron intake with anemia (p-value of 0,000) and protein intake (p-value of 0.012) while that in vitamin C intake (p-value of 0.322) there was no significant correlation statistically significant.

Conclusion: There was a correlation of Iron intake and protein with the case anemia in adolescent girls, while that in vitamin C intake there was no significant correlation statistically significant in Pengasih Vocational High School.

Keywords: Anemia, intake, adolescent girls.