

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, 2022

Vega Aurellia Putri

Asupan Protein dan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri
+ halaman + tabel, lampiran

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin di bawah dari nilai standar rujukan. Salah satu ciri utama yang dapat dilihat dari pengidap anemia yaitu mudah kelelahan, lemah, pusing, sesak napas, dan lain-lain. Angka kejadian anemia di Indonesia menurut Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh asupan protein dan zat besi pada remaja putri pengidap anemia.

Rancangan penelitian ini menggunakan studi kepustakaan (*library research*). Data dikumpulkan dengan cara mencari melalui *google scholar* dengan menggunakan kata kunci dan didapat sejumlah 4 jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis data yang digunakan adalah analisis isi untuk mendapatkan inferensi yang valid dan dapat diteliti ulang berdasarkan konteksnya.

Hasil penelitian dengan uji *chi square* diperoleh terdapat tiga jurnal yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan anemia dengan hasilnya adalah ($\rho = 0,149$, $\rho = 1,000$, $\rho = 0,28$), dan juga antara asupan zat besi dengan anemia yang dimana hasilnya adalah ($\rho = 0,084$, $\rho = 0,28$, $\rho = 1,000$), lalu terdapat dua jurnal yang menyatakan adanya hubungan bermakna antara asupan protein dengan anemia, dan juga antara asupan zat besi dengan anemia. Selain itu, rata-rata asupan yang kurang mencukupi hasilnya adalah 68,8% untuk asupan protein, dan 83,8% untuk asupan zat besi.

Disarankan pada penelitian berikutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kategori asupan protein dan zat besi, tanpa meneliti faktor-faktor apa saja yang berpengaruh terhadap asupan protein dan asupan dari zat besi tersebut.

Daftar bacaan : 60 (2006-2021)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGPUR
NUTRITION DEPARTMENT
Final Report, 2022**

Vega Aurellia Putri

The Correlation between Consumption Level of Protein, and Iron with Anemia among Adolescent Girls

+ pages + tables, attachments

ABSTRACT

Anemia is a condition in which the number of red blood cells or the amount of hemoglobin is below the reference standard value. One of the main characteristics that can be seen in people with anemia is easy to fatigue, weakness, dizziness, shortness of breath, and others. The incidence of anemia in Indonesia according to Riskesdas 2018, the prevalence of anemia in adolescents is 32%. This study aims to determine the effect of protein and iron intake in young women with anemia.

This research design uses library research. The data was collected by searching through Google Scholar using several keywords and obtaining five journals that matched the inclusion and exclusion criteria. The data analysis used is content analysis to obtain valid inferences and can be re-researched based on the context.

The results of the study with the chi-square test were obtained there were three journals that said that there was no correlation between protein intake and anemia with the results being ($\rho = 0.149$, $\rho = 1.000$, $\rho = 0.28$), and also between iron intake and anemia where the results were ($\rho = 0.084$, $\rho = 0.28$, $\rho = 1.000$), then there were two journals that stated that there was a correlation between protein intake and anemia, and also between iron intake and anemia. In addition, the average insufficient intake namely 68.8% for protein intake, and 83.8% for iron intake.

It can be concluded that protein intake is not correlated with anemia, then iron intake is also not correlated with anemia. It is recommended in subsequent studies to conduct further research on the categories of protein and iron intake, without examining what factors affect protein intake and iron intake.

Keywords : protein level, iron adolescent girls, and anemia

Reading lists : 60 (2006-2021)