

HUBUNGAN KEBIASAAN DIET, PANTANGAN MAKAN DAN TINGKAT KONSUMSI ZAT GIZI
(PROTEIN, Fe dan VITAMIN C) DENGAN KADAR Hb PADA SISWI KELAS 3 SMU NEGERI I
MAGELANG

RATNA DEWI HASTININGRUM -- E2A097045
(2001 - Skripsi)

Anemia gizi yang merupakan kondisi rendahnya kadar Hb merupakan salah satu masalah kesehatan di Indonesia. Konsumsi seseorang akan mempengaruhi pemenuhan zat gizi dalam tubuh. Protein, zat besi dan vitamin C adalah zat gizi yang berpengaruh dengan kadar hemoglobin dalam darah.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan diet, pantangan makan dan konsumsi zat gizi, (meliputi konsumsi protein, zat besi dan vitamin C) dan kadar Hb. Penelitian ini termasuk penelitian survei explanatory dengan pendekatan cross sectional, dengan populasi kelas 3 SMU yang berjumlah 134 orang. Sampel diambil dengan systematic random sampling dengan kriteria inklusi remaja putrid usia 16-19 th, mempunyai siklus haid teratur dan pada saat penelitian tidak sedang haid, mempunyai kebiasaan memakai alas kaki. Sampel berjumlah 57 orang. Analisa data dilakukan dengan analisa deskriptif dan analisa bivariat. Dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji kolmogorov smirnov. Uji statistik adalah korelasi product moment untuk data yang berdistribusi normal dan uji korelasi rank spearman untuk data yang berdistribusi tidak normal.

Hasil uji statistik yang dilakukan menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan diet dan kadar Hb, pantangan makan dan kadar Hb maupun tingkat konsumsi zat gizi dan kadar Hb.

Disarankan perlunya kerja sama antara pihak sekolah dengan dinkes kota untuk memberikan suplementasi tablet besi bagi siswi yang menderita anemia. Perlunya penambahan materi tentang gizi termasuk anemia dalam mata pelajaran sekolah dan bagi peneliti lain agar melakukan penelitian lanjutan dengan memperbesar populasi dan sampel penelitian.

Kata Kunci: KADAR HB, KEBIASAAN DIET, PANTANGAN MAKAN, KONSUMSI ZAT GIZI