

# HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI, ASAM FOLAT, VITAMIN B12 DAN VITAMIN C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN SISWA DI SMP NEGERI 2 TAWANGHARJO KABUPATEN GROBOGAN

ARENDA REKA NARIMA SAPTYASIH – 25010112140362

(2016 - Skripsi)

Anemia merupakan penurunan jumlah massa eritrosit atau massa hemoglobin sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer. Terganggunya pembentukan sel darah merah bisa disebabkan makanan yang dikonsumsi kurang mengandung zat gizi terutama zat-zat gizi penting seperti besi, asam folat, vitamin B12, protein dan vitamin C. Prevalensi Anemia di Kabupaten Grobogan pada Tahun 2015 sebesar 30,9%. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan vitamin C dengan kadar hemoglobin siswa di SMP Negeri 2 Tawangharjo Kabupaten Grobogan. Jenis penelitian yang digunakan bersifat observasional dengan pendekatan cross-sectional. Pengumpulan data dilakukan dengan recall 24 jam selama 2 hari berturut-turut dan nilai kadar hemoglobin diperoleh dari pengambilan darah vena dengan metode Sahli dan dikoreksi dengan metode Sianmethemoglobin. Jumlah sampel sebanyak 70 sampel diambil menggunakan teknik stratified random sampling dilakukan secara acak dengan undian. Uji hubungan yang digunakan adalah korelasi Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan vitamin C subyek penelitian sebagian besar asupan termasuk kategori kurang. Asupan zat besi 67,1%, asupan asam folat 77,1%, asupan vitamin B12 65,7%, asupan vitamin C 52,9% dan sebanyak 75,7% yang menderita anemia. Hasil uji korelasi hubungan asupan zat besi, asam folat, vitamin B12 dengan kadar hemoglobin diperoleh nilai  $p < 0,05$  dan hasil uji korelasi hubungan asupan vitamin C dengan kadar hemoglobin diperoleh nilai  $p > 0,05$ . Ada hubungan asupan zat besi, asam folat, vitamin B12 dengan kadar hemoglobin siswa di SMP Negeri 2 Tawangharjo Kabupaten Grobogan. Dan tidak ada hubungan asupan vitamin C dengan kadar hemoglobin siswa di SMP Negeri 2 Tawangharjo Kabupaten Grobogan.

**Kata Kunci:** Zat Besi, Asam Folat, Vitamin B12, Vitamin C, Kadar Hemoglobin, Siswa SMP