

PERBEDAAN KECUKUPAN BESI, *ENHANCER FACTORS* (PROTEIN, VITAMIN C) DAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA SEBELUM DAN SETELAH SUPLEMENTASI BESI SELAMA 1 BULAN (STUDI PADA SISWI KELAS XI SMA MTA SURAKARTA TAHUN 2017)

IKA PARYANTI – 25010113120166

(2017 - Skripsi)

Anemia remaja putri dikarenakan kecukupan besi kurang, peningkatan kebutuhan besi dan menstruasi. Pemberian suplemen besi untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Tujuan penelitian untuk menganalisis perbedaan kecukupan besi, *enhancer factors* (kecukupan protein & vitamin C) dan kadar hemoglobin sebelum dan setelah suplementasi besi selama 1 bulan. Metode penelitian *quasi eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-post test*. Intervensi berupa suplementasi besi dengan jenis, jumlah dan dosis yang sama. Pengukuran sebelum dan setelah suplementasi dengan pengukuran sewaktu. Populasi penelitian yaitu Siswi Kelas XI yang tinggal di asrama SMA MTA Surakarta sebanyak 46 siswi. Jumlah sampel sebanyak 32 siswi dengan teknik *quota sampling* (pengambilan sampel secara kuota). Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* dan uji *Paired sample t test*. Hasil penelitian diperoleh rerata kecukupan besi sebelum suplementasi sebesar 43,6% dan setelah suplementasi menjadi 23,6%; rerata kecukupan protein sebelum 104,6% dan setelah 101,4% dan rerata kecukupan vitamin C sebelum 42,3% dan setelah 34,7%. Rerata kadar hemoglobin sebelum 11,29 g/dL dan setelah 11,07 g/dL. Uji *Wilcoxon signed rank test* pada kecukupan besi antara sebelum dan setelah suplementasi diperoleh nilai  $p=0,597$ ; kecukupan protein  $p=0,340$  ( $p>0,05$ ) dan kecukupan vitamin C  $p=0,043$  ( $p<0,05$ ). Uji *Paired sample t test* pada kadar hemoglobin  $p=0,253$  ( $p>0,05$ ). Kesimpulannya yaitu tidak ada perbedaan kecukupan besi, kecukupan protein dan kadar hemoglobin sebelum dan setelah suplementasi besi pada siswi. Ada perbedaan kecukupan vitamin C sebelum dan setelah suplementasi besi pada siswi. Saran bagi penelitian selanjutnya agar melakukan cara pengukuran yang valid (pengukuran setelah menstruasi/keadaan hormon yang stabil) dan jangka waktu penelitian lebih dari 1 bulan

**Kata Kunci:** suplementasi besi, kecukupan besi, kadar hemoglobin, anemia, siswi