

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI DENGAN STATUS GIZI DAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA
PUTRI USIA 13-15 TAHUN DARI KELUARGA NELAYAN (Studi di MTs. Mathla'ul Anwar Kecamatan
Pemalang, Kabupaten Pemalang)

DINA MILA AULIA – 25010113120175

(2017 - Skripsi)

Remaja putri kehilangan zat besi lebih banyak dibanding remaja laki-laki karena mengalami menstruasi. Kejadian anemia pada remaja putri usia sekolah di Pemalang pada tahun 2010 sebesar 32,28%, tahun 2012 sebesar 10,96% dan tahun 2014 sebesar 20,46%. Pada tahun 2013 prevalensi kurus pada remaja usia 13-15 tahun di Pemalang sebesar 8%. Pemalang memiliki kawasan pesisir yang ditinggali nelayan. Produksi ikan laut di Pemalang pada tahun 2015 sebanyak 7.106.778 kg. Konsumsi ikan pada keluarga nelayan diharapkan dapat menjadi sumber protein dan zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangan remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara asupan zat gizi dengan skor z IMT/U dan kadar hemoglobin pada remaja putri dari keluarga nelayan di Kabupaten Pemalang. Penelitian ini menggunakan rancangan cross-sectional. Responden penelitian adalah 56 remaja putri dari keluarga nelayan yang belajar di MTs. Mathlaul Anwar Pemalang. Data dikumpulkan dengan menggunakan metode recall konsumsi makanan, pengukuran antropometri dan pengukuran kadar hemoglobin. Analisis data dilakukan dengan uji Pearson Correlation, Rank Spearman dan Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi normal (80,4%), anemia (48,2%), tingkat kecukupan energi lebih (51,8%), tingkat kecukupan protein lebih (51,86%), asupan besi kurang (62,5%), vitamin A kurang (46,4%), dan vitamin C kurang (91,1%). Ada korelasi antara tingkat kecukupan energi ($r=0,295$; $p=0,027$) dengan skor z IMT/U. Tidak ada korelasi antara tingkat kecukupan protein ($r=0,021$; $p=0,879$) dengan skor z IMT/U. Ada korelasi antara asupan besi ($r=0,267$; $p=0,047$) dengan kadar hemoglobin. Tidak ada korelasi antara tingkat kecukupan energi ($r=-0,103$; $p=0,450$), tingkat kecukupan protein ($r=-0,005$; $p=0,975$), asupan vitamin A ($r=0,046$; $p=0,736$), dan asupan vitamin C ($r=0,167$, $p=0,220$) dengan kadar hemoglobin. Sekolah perlu memperhatikan persediaan makanan di kantin terutama menu sayur dan buah karena asupan vitamin yang masih kurang.

Kata Kunci: asupan zat gizi, status gizi, kadar hemoglobin, remaja dan nelayan