

HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, VITAMIN C, FITAT DAN TANIN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN CALON PENDONOR DARAH LAKI-LAKI (STUDI DI UNIT DONOR DARAH PMI KOTA SEMARANG)

RINI INDAH SETYANINGSIH – 25010114130211

(2018 - Skripsi)

Pada tahun 2017, sebanyak 95,26% dari 21.098 calon pendonor gagal mendonorkan darahnya karena kadar hemoglobin tidak memenuhi syarat. Status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan asupan protein, zat besi, vitamin C, air, fitat, dan tanin terhadap kadar hemoglobin. Metode penelitian adalah *explanatory research* dengan *desain cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan yaitu Purposive sampling dengan subjek penelitian berjumlah 46 orang calon pendonor darah laki-laki di UDD PMI Kota Semarang. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan kuesioner terstruktur dan asupan makanan diperoleh dengan FFQ Semikuantitatif. Uji normalitas menggunakan *Shapiro-wilk*. Analisis data menggunakan uji korelasi dan *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan responden memiliki rerata IMT $26,6 \pm 4,57 \text{ kg/m}^2$ dan kadar hemoglobin $15,2 \pm 1,48 \text{ g/dL}$. Responden memiliki rerata tingkat kecukupan protein $44,4 \pm 22,25\%$, zat besi $78,4 \pm 32,71\%$, dan vitamin C $20,6 \pm 6,94\%$, serta asupan fitat $1056,7 \pm 227,89 \text{ mg}$ dan tanin $2 \pm 1,6 \text{ mg}$. Ada hubungan antara tingkat kecukupan protein ($r=0,466$ $p=0,000$), zat besi ($r=0,423$ $p=0,003$), vitamin C ($r=0,352$ $p=0,017$), dan asupan tanin ($r=-0,555$ $p=0,000$) dengan kadar hemoglobin. Tidak ada hubungan antara asupan fitat ($r=0,008$ $p=0,957$) dengan kadar hemoglobin. Disimpulkan bahwa tingkat kecukupan protein, zat besi, vitamin C, dan asupan tanin berhubungan dengan kadar hemoglobin

Kata Kunci: donor darah, kadar hemoglobin, asupan gizi, laki-laki