

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI (PROTEIN, ZAT BESI, VITAMIN C) DAN POLA MENSTRUASI DENGAN
KADAR HEMOGLOBIN (Studi Pada Remaja Putri di SMK Negeri 10 Semarang)

AYU SILVIA – 25010115120056

(2019 - Skripsi)

Anemia adalah kondisi tubuh dimana fungsi pengangkutan dan penyediaan oksigen bagi jaringan tubuh terganggu akibat penurunan kadar hemoglobin di bawah batas normal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada hubungan asupan zat gizi (protein, zat besi, vitamin C) dan pola menstruasi dengan kadar hemoglobin. Penelitian ini dilakukan pada bulan april-juli 2019, pada 70 remaja putri yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, dengan cara purposive sampling di SMK Negeri 10 Semarang. Data dianalisis dengan uji korelasi Rank Spearman, Pearson Product Moment, dan Chi Square. Hasil uji menunjukkan ada hubungan asupan protein, asupan zat besi, siklus menstruasi, lama menstruasi dengan kadar hemoglobin. Tetapi tidak ada hubungan asupan vitamin C dengan kadar hemoglobin

Kata Kunci: Asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, siklus menstruasi, lama menstruasi, kadar hemoglobin, remaja putri