

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN
ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, VITAMIN C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN
SISWI SMK TRI SAKTI LUBUK PAKAM**

SKRIPSI



AGNES MARINI CYNTHIA BARBARA

P01031219107

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN
ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, VITAMIN C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN
SISWI SMK TRI SAKTI LUBUK PAKAM**

Skripsi diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Studi
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**AGNES MARINI CYNTHIA BARBARA
P01031219107**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2023**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

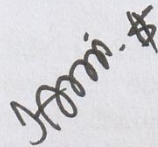
Judul : Hubungan Pengetahuan, Sikap dan
Asupan Protein, Zat Besi, Vitamin C
Dengan Kadar Hemoglobin Siswi SMK
Tri Sakti Lubuk Pakam

Nama Mahasiswi : Agnes Marini Cynthia Barbara

Nomor Induk Mahasiswi : P01031219107

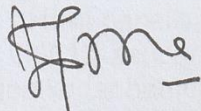
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :



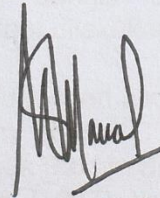
Rohani Retnauli Simanjuntak, S.Gz, M.Gizi

Pembimbing Utama



Dini Lestrina, DCN, M.Kes

Penguji I



Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes

Penguji II

Mengetahui :



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP. 196908231990032001

Tanggal Lulus : 9 Mei 2023

ABSTRAK

AGNES MARINI CYNTHIA BARBARA “HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, VITAMIN C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN SISWI SMK TRI SAKTI LUBUK PAKAM”
(DIBAWAH BIMBINGAN ROHANI RETNAULI SIMANJUNTAK)

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang tidak pernah usai di dunia. Data *Global Nutrition Report* tahun 2016 menyatakan bahwa 32,8% remaja putri di dunia mengalami anemia. Prevalensi anemia remaja putri di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 48,9%. Anemia pada saat remaja akan berpengaruh besar pada saat kehamilan dan persalinan.

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap dan asupan protein, zat besi, vitamin C dengan kadar hemoglobin siswi SMK Tri Sakti Lubuk Pakam.

Penelitian dilakukan di SMK Tri Sakti Lubuk Pakam dari bulan Juni 2022 - Januari 2023. Jenis penelitian *observasional* dengan rancangan *cross sectional*. Pemilihan sampel dilakukan secara *purposive sampling* dengan populasi sebanyak 100 siswi dan yang memenuhi kriteria inklusi 90 sampel. Pengumpulan data pengetahuan, sikap menggunakan kuesioner sedangkan data asupan protein, zat besi, vitamin C menggunakan *Food Recall (3 x 24 hours)* tidak berturut-turut. Proses pengumpulan data kadar Hemoglobin dilakukan dengan pengambilan darah menggunakan *easy touch* GCHB. Analisis data dilakukan dengan uji *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan asupan protein ($p = 0,001$), asupan zat besi ($p = 0,001$), asupan vitamin C ($p = 0,001$) dengan kadar hemoglobin siswi SMK Tri Sakti Lubuk Pakam dan tidak ada hubungan pengetahuan ($p = 0,322$), sikap ($p = 0,067$) dengan kadar hemoglobin siswi SMK Tri Sakti Lubuk Pakam.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Asupan Protein, Asupan Zat Besi, Asupan Vitamin C, Kadar Hemoglobin

ABSTRACT

AGNES MARINI CYNTHIA BARBARA "CORRELATION OF KNOWLEDGE, ATTITUDE AND INTAKE OF PROTEIN, IRON, VITAMIN C WITH HAEMOGLOBIN LEVELS OF STUDENTS AT SMK TRI SAKTI LUBUK PAKAM" (CONSULTANT: ROHANI RETNAULI SIMANJUNTAK)

Anaemia is a public health problem that never ends in the world. Data from the 2016 Global Nutrition Report stated that 32.8% of adolescent girls in the world experience anaemia. The prevalence of anaemia among female adolescents in Indonesia in 2018 was 48.9%. Anaemia during adolescence will have a major influence on pregnancy and childbirth.

The aim of the study was to determine the correlation between knowledge, attitudes and intake of protein, iron, vitamin C with haemoglobin levels of female students at SMK Tri Sakti Lubuk Pakam.

The research was conducted at SMK Tri Sakti Lubuk Pakam from June 2022 - January 2023. This type of research was observational with a cross sectional design. Sample selection was carried out using purposive sampling with a population of 100 female students and those who met the inclusion criteria were 90 samples. Data collection on knowledge, attitudes used a questionnaire while data on intake of protein, iron, vitamin C used Food Recall (3 x 24 hours) not consecutively. The process of collecting Haemoglobin level data is carried out by taking blood using the easy touch GCHB. Data analysis was carried out using the chi-square test.

The results showed that there was correlation between protein intake ($p = 0.001$), iron intake ($p = 0.001$), vitamin C intake ($p = 0.001$) with haemoglobin levels in SMK Tri Sakti Lubuk Pakam students and there was no correlation between knowledge ($p = 0.322$), attitude ($p = 0.067$) with haemoglobin levels of students at SMK Tri Sakti Lubuk Pakam.

Keywords: Knowledge, Attitude, Protein Intake, Iron Intake, Vitamin C Intake, Haemoglobin Level



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Asupan Protein, Zat Besi, Vitamin C Dengan Kadar Hemoglobin Siswi SMK Tri Sakti Lubuk Pakam”**.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Riris Oppusunggu S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
2. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Medan.
3. Rohani Retnauli Simanjuntak, S.Gz, M.Gizi selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
4. Dini Lestrina, DCN, M.Kes selaku dosen penguji I yang telah banyak memberikan masukan dan saran kepada penulis.
5. Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes selaku dosen penguji II yang telah banyak memberikan masukan dan saran kepada penulis.
6. Bapak Monang Sihalohe dan Ibu Evi Indrawaty serta adik Yohanes Andrew. Terima kasih atas dukungan dan doa tulus selama ini yang tidak dapat terbalas.
7. Teman-teman seperjuangan Poltekkes Medan Jurusan Gizi Lubuk Pakam stambuk 2019 yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik guna penyempurnaan skripsi ini. Atas perhatiannya penulis ucapkan terima kasih.

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Hemoglobin.....	6
1. Definisi Hemoglobin.....	6
2. Fungsi Hemoglobin.....	6
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kadar Hemoglobin	7
4. Cara Pengukuran Hemoglobin	9
B. Anemia.....	10
1. Definisi Anemia.....	10
2. Tanda dan Gejala Anemia	11
3. Dampak Anemia	11
4. Cara dan Penanggulangan Anemia.....	11
C. Remaja	13
1. Definisi Remaja.....	13
2. Penggolongan Remaja	13
3. Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri	14
D. Pengetahuan	14
1. Definisi Pengetahuan.....	14
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	16
3. Indikator Pengukuran Pengetahuan	17
4. Hubungan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin	17

E.	Sikap.....	17
1.	Definisi Sikap.....	17
2.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap.....	18
3.	Indikator Pengukuran Sikap.....	19
4.	Hubungan Sikap dengan Kadar Hemoglobin.....	20
F.	Asupan Zat Gizi	20
1.	Definisi Asupan Zat Gizi.....	20
2.	Indikator Pengukuran Asupan Zat Gizi	20
G.	Protein	21
1.	Definisi Protein.....	21
2.	Fungsi Protein.....	21
3.	Sumber Protein.....	22
4.	Hubungan Asupan Protein Dengan Kadar Hemoglobin....	22
H.	Zat Besi.....	23
1.	Definisi Zat Besi.....	23
2.	Fungsi Zat Besi.....	23
3.	Sumber Zat Besi.....	23
4.	Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Kadar Hemoglobin ..	24
I.	Vitamin C	24
1.	Definisi Vitamin C	24
2.	Fungsi Vitamin C	25
3.	Sumber Vitamin C.....	25
4.	Hubungan Asupan Vitamin C Dengan Kadar Hemoglobin	25
J.	Kerangka Teori	26
K.	Kerangka Konsep	27
L.	Definisi Operasional.....	27
M.	Hipotesis.....	28
BAB III	METODE PENELITIAN.....	30
A.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
B.	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	30
C.	Populasi dan Sampel.....	30
1.	Populasi.....	30
2.	Sampel	30
D.	Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data.....	31
1.	Data Primer.....	31
2.	Data Sekunder.....	32

E.	Pengolahan dan Analisis Data	32
1.	Pengolahan Data	32
2.	Analisis Data.....	34
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	35
B.	Karakteristik Sampel.....	35
1.	Umur.....	35
2.	Kelas.....	36
C.	Hasil Penelitian	36
1.	Kadar Hemoglobin	36
2.	Pengetahuan	37
3.	Sikap.....	37
4.	Asupan Protein	38
5.	Asupan Zat Besi	38
6.	Asupan Vitamin C	39
7.	Hubungan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin.....	40
8.	Hubungan Sikap dengan Kadar Hemoglobin.....	40
9.	Hubungan Asupan Protein dengan Kadar Hemoglobin	41
10.	Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin ...	42
11.	Hubungan Asupan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin	42
D.	Pembahasan.....	43
1.	Karakteristik Sampel.....	43
2.	Kadar Hemoglobin	44
3.	Hubungan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin.....	45
4.	Hubungan Sikap dengan Kadar Hemoglobin.....	48
5.	Hubungan Asupan Protein dengan Kadar Hemoglobin	49
6.	Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin...	51
7.	Hubungan Asupan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin	52
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	54
	DAFTAR PUSTAKA.....	56

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Batas Normal Kadar Hemoglobin.....	6
2. Angka Kecukupan Gizi Protein	22
3. Angka Kecukupan Gizi Zat Besi.....	24
4. Angka Kecukupan Gizi Vitamin C	25
5. Definisi Operasional.....	27
6. Distribusi Frekuensi Umur.....	35
7. Distribusi Frekuensi Kelas.....	36
8. Distribusi Frekuensi Kategori Kadar Hemoglobin.....	37
9. Distribusi Frekuensi Kategori Pengetahuan	37
10. Distribusi Frekuensi Kategori Sikap	38
11. Distribusi Frekuensi Kategori Asupan Protein	38
12. Distribusi Frekuensi Kategori Asupan Zat Besi	39
13. Distribusi Frekuensi Kategori Asupan Vitamin C.....	39
14. Hubungan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin.....	40
15. Hubungan Sikap dengan Kadar Hemoglobin	40
16. Hubungan Asupan Protein dengan Kadar Hemoglobin.....	41
17. Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin	42
18. Hubungan Asupan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin.....	42

DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Kerangka Teori Penelitian.....	26
2. Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. Master Tabel Penelitian	61
2. Hasil Pengolahan Data SPSS.....	83
3. Informed Consent	89
4. Formulir Data Responden	91
5. Kuesioner Pengetahuan	92
6. Kuesioner Sikap.....	96
7. Formulir Food Recall 24 Hour	98
8. Data Riwayat Hidup	102
9. Bukti Bimbingan Skripsi	103
10. Persetujuan KEPK Tentang Pelaksanaan Penelitian Bidang Kesehatan	106
11. Surat Izin Penelitian	107
12. Surat Balasan Izin Mengadakan Penelitian.....	108
13. Pernyataan Keaslian Skripsi	109
14. Dokumentasi Penelitian	110