

**HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, DAN VITAMIN C
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL
DI KECAMATAN PERCUT SEI TUAN**

SKRIPSI



AISYAH SAUQI SAFNA SIREGAR

P01031219108

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

2023

**HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, DAN VITAMIN C
DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL
DI KECAMATAN PERCUT SEI TUAN**

Skripsi Ini Di Ajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program
Studi Sarjana Terapan Di Jurusan Gizi dan Dietetika Politeknik Kesehatan
Kemenkes Medan



AI SYAH SAUQI SAFNA SIREGAR

P01031219108

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

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Asupan Protein, Zat Besi, Dan Vitamin
C Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di
Kecamatan Percut Sei Tuan

Nama Mahasiswa : Aisyah Sauqi Safna Siregar

Nomor Induk Mahasiswa : P01031219108

Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui :

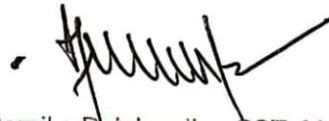


Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

Pembimbing Utama



Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes
Penguji I



Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes
Penguji II

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi



Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
196906231990032001

Tanggal Lulus : 15 Juni 2023

ABSTRAK

AISYAH SAUQI SAFNA SIREGAR “HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI, DAN VITAMIN C DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI KECAMATAN PERCUT SEI TUAN” (DIBAWAH BIMBINGAN MAHDIAH)

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau kapasitas pembawa oksigen (hemoglobin) tidak mencukupi dalam memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Status gizi makro seperti energi dan protein, serta kekurangan zat gizi mikro seperti zat besi maka akan menyebabkan anemia gizi. protein, mempunyai peran sebagai katalisator dalam sintesis heme di dalam hemoglobin terutama zat gizi besi yang merupakan salah satu komponen pembentukan hemoglobin dan membentuk sel darah merah. Vitamin C juga mempunyai peran dalam pembentukan hemoglobin dalam darah. vitamin C sebagai zat pendukung penyerapan dan kalsium sebagai penghambat penyerapan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pemberian asupan protein, zat besi, dan vitamin C, terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Jenis penelitian yang dilakukan adalah *observasional* dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di tiga desa Kecamatan Percut Sei Tuan berjumlah 103 ibu hamil. Penentuan sampel dilakukan secara *purposive sampling* berjumlah 41 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan metode *food recall*. Analisis data menggunakan uji *chi square* dengan $p \leq 0.05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan protein ibu hamil yang baik sebesar 63.4%, sedangkan tingkat asupan protein ibu hamil yang tidak baik sebesar 36.6%. asupan zat besi ibu hamil yang baik sebesar 22.0%, sedangkan tingkat asupan zat besi ibu hamil yang tidak baik sebesar 78.0%. asupan vitamin C ibu hamil yang baik sebesar 39.1%, sedangkan tingkat asupan vitamin C ibu hamil yang tidak baik sebesar 60.9%.

Terdapat hubungan tidak bermakna antara protein dengan anemia pada ibu hamil ($p=0,552$), ada hubungan bermakna antara zat besi dengan anemia pada ibu hamil ($p=0,015$), ada hubungan bermakna antara konsumsi tablet besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil ($p=0,035$).

Kata Kunci: protein, zat besi, vitamin C, anemia ibu hamil

ABSTRACT

AISYAH SAUQI SAFNA SIREGAR "CORRELATION OF PROTEIN, IRON AND VITAMIN C INTAKE WITH THE INCIDENCE OF ANAEMIA IN PREGNANT WOMEN IN PERCUT SEI TUAN SUB DISTRICT" (CONSULTANT : MAHDIAH)

Anaemia is a condition where the number of red blood cells or oxygen-carrying capacity (haemoglobin) is insufficient to meet the body's physiological needs. Macronutrient status such as energy and protein, as well as a lack of micronutrients such as iron will cause nutritional anemia. Protein, has a role as a catalyst in the synthesis of heme in haemoglobin, especially the nutrient iron which is one of the components for the formation of haemoglobin and forms red blood cells. Vitamin C also has a role in the formation of haemoglobin in the blood. vitamin C as an absorption support agent and calcium as an absorption inhibitor.

The aim of this study was to determine the correlation between protein, iron and vitamin C intake on the incidence of anaemia in pregnant women. The type of research carried out was observational with a cross sectional research design. The population of this study was all pregnant women in three villages in Percut Sei Tuan sub district, totaling 103 pregnant women. The sample was determined using purposive sampling, totaling 41 people. Data collection was carried out using the food recall method. Data analysis used the chi square test with $p \leq 0.05$.

The results of the study showed that the protein intake of pregnant women was good at 63.4%, while the level of protein intake for pregnant women was not good at 36.6%. Good iron intake for pregnant women is 22.0%, while the level of iron intake for pregnant women is not good is 78.0%. Good intake of vitamin C for pregnant women was 39.1%, while the level of vitamin C intake for pregnant women that was not good was 60.9%.

There was a non-significant correlation between protein and anaemia in pregnant women ($p=0.552$), there was significant correlation between iron and anaemia in pregnant women ($p=0.015$), there was a significant correlation between consumption of iron tablets and the incidence of anaemia in pregnant women ($p= 0.035$).

Keywords: Protein, Iron, Vitamin C, Anemia in Pregnant Women



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, yang dengan judul **“Hubungan Asupan Protein, Zat Besi, dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Kecamatan Percut Sei Tuan”**.

Dalam penyusunan Skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar - besarnya 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.
3. Dr. Mahdiah DCN, M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Ir. Zuraidah Nasution, M.Kes selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
6. Kedua orang tua, abang dan kakak yang selalu memberikan dukungan dan kasih sayang serta doa-doa yang telah diberikan.
7. Teman-teman yang senantiasa memberikan dukungan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik guna perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini. Atas perhatiannya penulis mengucapkan terimakasih.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Ibu hamil	8
1. Pengertian Ibu hamil	8
2. Kebutuhan Ibu hamil	8
B. Anemia	10
1. Pengertian Anemia	10
2. Tingkat Anemia	11
3. Gejala Anemia	11
4. Dampak Kejadian Anemia.....	12
5. Pencegahan dan Penanggulangan Anemia.....	13
C. Protein	14
1. Pengertian Protein	14
2. Fungsi Protein.....	15
3. Sumber Protein	16
4. Hubungan Asupan Protein terhadap Anemia.....	16
D. Zat Besi	17

1. Pengertian Zat Besi	17
2. Fungsi Zat Besi	17
3. Sumber Zat Besi	18
4. Hubungan Asupan Zat Besi terhadap Anemia	18
E. Vitamin C	19
1. Pengertian Vitamin C	19
2. Fungsi Vitamin C	20
3. Sumber Vitamin C	20
4. Hubungan Asupan Vitamin C terhadap Anemia	21
F. Kerangka Teori	22
G. Kerangka Konsep	22
H. Definisi Operasional	23
I. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
B. Jenis dan Desain Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel	26
D. Jenis Data dan Cara Pengumpulan Data	28
E. Pengolahan dan Analisis Data	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil	32
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
2. Karakteristik Sampel	33
3. Hubungan Asupan Protein Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil	37
4. Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil	38
5. Hubungan Asupan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil	39
B. Pembahasan	40
1. Hubungan Asupan Protein Dengan Kejadian Anemia	

Pada Ibu Hamil.....	40
2. Hubungan Asupan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil.....	41
3. Hubungan Asupan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil.....	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Defenisi Operasional	23
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Indikator Umum Sampel	33
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Asupan Protein	35
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Asupan Zat Besi	36
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Asupan Vitamin C	36
Tabel 6. Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Anemia.....	37
Tabel 7. Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Anemia.....	38
Tabel 8. Hubungan Asupan Vitamin C dengan Kejadian Anemia	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian	22
Gambar 2. Kerangka Konsep	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel	49
Lampiran 2. Lembar Bukti Bimbingan	53
Lampiran 3. Lembar Identitas Responden.....	55
Lampiran 4. Formulir <i>Food Recall</i> 24 Jam	56
Lampiran 5. Lembar Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden	59
Lampiran 6. Dokumentasi	50
Lampiran 7. Uji Statistik	64
Lampiran 8. Surat Penelitian	70
Lampiran 9. Etichal Clearance	79
Lampiran 10. Surat Pernyataan.....	80
Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup.....	81