

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI PROTEIN DAN ZAT BESI
DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN ANEMIA
PADA WUS VEGETARIAN
PASRAMAN SRI SRI RADHA RASESVARA BADUNG**



Oleh :
MUHAMMAD ABROR FAIZAL MAGHRIBI
NIM. P07131215030

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV
DENPASAR
2019**

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI PROTEIN DAN ZAT BESI
DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN ANEMIA
PADA WUS VEGETARIAN
PASRAMAN SRI SRI RADHA RASESVARA BADUNG**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

**Oleh :
MUHAMMAD ABROR FAIZAL MAGHRIBI
NIM. P07131215030**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV
DENPASAR
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI PROTEIN DAN ZAT BESI DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN ANEMIA PADA WUS VEGETARIAN PASRAMAN SRI SRI RADHA RASESVARA BADUNG

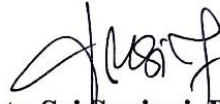
TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.M.Kes
NIP. 196404171986032023

Pembimbing Pendamping,



Pande Putu Sri Sugiani, DCN., M.Kes
NIP. 196412271989032002

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, 



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes
NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL:

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI PROTEIN DAN ZAT BESI
DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN ANEMIA
PADA WUS VEGETARIAN
PASRAMAN SRI SRI RADHA RASESVARA BADUNG**


TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 10 MEI 2019

TIM PENGUJI:

1. Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes (Ketua)
2. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM, M.Kes (Anggota)
3. Pande Putu Sri Sugiani, DCN., M.Kes (Anggota)



**Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi**

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, *rs*



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes
NIP. 196703161990032002

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Abror Faizal Maghribi
NIM : P07131215030
Program Studi : D-IV
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2018/2019
Alamat : Jl.Raya Batu Bulan Gg.I Batan Ancak No.3

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dan Zat Besi dengan Kekurangan Energi Kronis dan Anemia Pada WUS Vegetarian Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 8 Mei 2019
Yang membuat pernyataan



Muhammad Abror Faizal Maghribi
NIM.P07131215030

HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI PROTEIN DAN ZAT BESI DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN ANEMIA PADA WUS VEGETARIAN PASRAMAN SRI SRI RADHA RASESVARA BADUNG

ABSTRAK

Vegetarian adalah kelompok yang memiliki resiko tinggi terkena anemia dan kekurangan energi kronis (KEK), ini dikarenakan konsumsi zat besi dan protein pada kelompok vegetarian dinilai kurang untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan protein pada tubuh. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi protein dan zat besi dengan KEK dan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Jenis penelitian *Observasional* dengan desain *Cross Sectional* dan menggunakan teknik *Purposive Sampling* yang berjumlah 33 orang. Data dikumpulkan dengan metode wawancara dan pengukuran lingkaran lengan atas dan kadar hemoglobin. Data disajikan dengan tabel frekuensi dan tabel silang kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi Square*. Berdasarkan hasil analisis, ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi protein dengan KEK pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi protein dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi zat besi dengan KEK pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi zat besi dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. ada hubungan yang bermakna antara KEK dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung.

Kata Kunci : Tingkat Konsumsi Protein dan Zat Besi, KEK, Anemia

*THE CORRELATION OF PROTEIN AND IRON CONSUMPTION'S LEVEL
WITH CHRONIC ENERGY DEFICIENCY AND ANEMIA IN VEGETARIAN
WOMEN OF CHILDBEARING AGE AT PASRAMAN SRI SRI RADHA
RASESVARA BADUNG*

ABSTRACT

Vegetarians are a group that has a high risk of anemia and chronic energy deficiency (CED), This is because the consumption of iron and protein in the vegetarian group is considered less to meet the needs of iron and protein in the body. The purpose of the study was to determine the correlation of protein and iron consumption's level with chronic energy deficiency and anemia in vegetarian women of childbearing age at Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. This type of research is observational with Cross Sectional design and uses Purposive Sampling techniques, amounting to 33 people. Data were collected by interview method and measurement of upper arm circumference and hemoglobin level. Data is presented with frequency tables and cross tables then analyzed using Chi Square test. Based on the results of the analysis, there was a significant correlation between the level of protein consumption with CED in vegetarian WCA at Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. There was no significant correlation between the level of protein consumption and anemia in vegetarian WCA at Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. There was no significant correlation between the level of consumption of iron with CED at vegetarian WCA at Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. There was a significant correlation between iron consumption levels and anemia in vegetarian WCA at Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. There was a significant correlation between CED and anemia in vegetarian WCA at Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung.

Keywords : Proteins and Iron Consumption's level, CED, Anemia

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI PROTEIN DAN ZAT BESI DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN ANEMIA PADA WUS VEGETARIAN PASRAMAN SRI SRI RADHA RASESVARA BADUNG

Oleh : Muhammad Abror Faizal Maghribi (NIM : P07131215030)

Vegetarian adalah kelompok yang memiliki resiko tinggi terkena anemia dan kekurangan energi kronis (KEK), ini dikarenakan konsumsi zat besi dan protein pada kelompok vegetarian dinilai kurang untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan protein pada tubuh. Penelitian ini dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 3 Maret 2019 di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung dengan alamat Jalan Tanah Putih Gang Tanah Ayu, Blumbungan, Sibang Gede, Abiansemal, Badung. Sampel penelitian ini adalah wanita usia subur vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung yang berjumlah 33 orang.

Hasil penelitian yang diperoleh yaitu, sebagian besar sampel tingkat konsumsi proteinnya normal sebanyak 14 orang (42,4%) dan tingkat konsumsi zat besinya normal sebanyak 23 orang (69,7%).

Kekurangan energi kronis adalah keadaan dimana wanita mengalami kekurangan gizi (kalori dan protein) yang berlangsung lama atau menahun yang dilihat dari pengukuran LILA <23,5 cm. Terdapat lebih banyak sampel yang tidak KEK yaitu sebanyak 22 orang (66,7%). Anemia merupakan suatu kondisi tubuh yang terjadi ketika sel-sel darah merah dan/atau hemoglobin dalam darah berada dibawah nilai normal dengan kadar normal hemoglobin adalah 12 gr/dL. Terdapat lebih banyak sampel yang tidak anemia yaitu sebanyak 26 orang (78,8%).

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji statistik *chi square* didapatkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi protein dengan KEK pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung, ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi protein dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung, ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi zat besi dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung, dan ada hubungan yang bermakna

antara kekurangan energi kronis dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Selain itu berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan *fisher exact test* didapatkan tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat konsumsi zat besi dengan KEK pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung.

Jadi dapat disimpulkan dari penelitian yang saya lakukan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi protein dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Ada hubungan antara tingkat konsumsi zat besi dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Ada hubungan antara tingkat konsumsi protein dengan KEK pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung. Tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi zat besi dengan KEK pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung dan ada hubungan antara KEK dengan anemia pada WUS vegetarian di Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung.

Daftar Bacaan : 50 (1996-2016)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dan Zat Besi dengan Kekurangan Energi Kronis dan Anemia Pada WUS Vegetarian Pasraman Sri Sri Radha Rasesvara Badung” tepat pada waktunya. Skripsi ini merupakan salah syarat untuk menyelesaikan pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi Poltekkes.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat masukan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM.M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan koreksi dalam penyusunan skripsi ini.
2. Pande Putu Sri Sugiani, DCN.,M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan koreksi dalam penyusunan skripsi ini.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Semua pihak yang sudah membantu dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini yang masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dalam penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Denpasar, Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	III
HALAMAN PENGESAHAN	IV
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	V
ABSTRAK	VI
<i>ABSTRACT</i>	VII
RINGKASAN PENELITIAN	VIII
KATA PENGANTAR	X
DAFTAR ISI.....	XI
DAFTAR TABEL.....	XIII
DAFTAR GAMBAR	XIV
DAFTAR LAMPIRAN.....	XV
BAB I.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat	8
BAB II.....	9
A. Anemia	9
B. Kekurangan Energi Kronis	16
C. Konsumsi	17
D. Tingkat Konsumsi	18
E. Cara Mengukur Tingkat Konsumsi.....	24
F. Vegetarian	25
BAB III	32
A. Kerangka Konsep.....	32
B. Hipotesis Penelitian	33
C. Variabel Penelitian.....	34
D. Definisi Operasional	35

BAB IV	36
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	36
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	36
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	36
D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data	38
E. Cara Pengolahan Dan Analisis Data	41
F. Etika Penelitian	43
BAB V	44
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan.....	55
BAB VI	61
A. Simpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Definisi Operasional	35
2. Distribusi Sampel Menurut Umur	45
3. Distribusi Sampel Menurut Riwayat Vegetarian.....	47
4. Distribusi Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Protein	48
5. Distribusi Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Zat Besi.....	49
6. Distribusi Sampel Menurut LILA.....	50
7. Distribusi Sampel Menurut Anemia	51
8. Distribusi Sampel menurut LILA berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein	51
9. Distribusi Sampel menurut Kadar Hb berdasarkan Tingkat Konsumsi Protein ...	52
10. Distribusi Sampel menurut LILA berdasarkan Tingkat Konsumsi Zat Besi.....	53
11. Distribusi Sampel menurut Kadar Hb berdasarkan Tingkat Konsumsi Zat Besi .	54
12. Distribusi Sampel menurut Kadar Hb berdasarkan LILA	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Faktor yang Mempengaruhi Anemia dan KEK	32
2. Distribusi Sampel Menurut Pendidikan	45
3. Distribusi Sampel Menurut Pekerjaan	46
4. Distribusi Sampel Menurut Jenis Vegetarian	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Ijin Penelitian	66
2. Persetujuan Setelah Penjelasan	69
3. Kuisisioner Penelitian.....	73
4. Dokumentasi Penelitian	76