

**HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN DAN KONSUMSI ZAT GIZI
DENGAN STATUS ANEMIA SISWI SMK NEGERI
DI KECAMATAN TABANAN KABUPATEN TABANAN**



Oleh :

I DEWA GEDE ANDRE GUNAWAN
NIM. P07131216033

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

**HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN DAN KONSUMSI ZAT GIZI
DENGAN STATUS ANEMIA SISWI SMK NEGERI
DI KECAMATAN TABANAN KABUPATEN TABANAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan di Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Denpasar**

**Oleh :
I DEWA GEDE ANDRE GUNAWAN
NIM. P07131216033**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN DAN KONSUMSI ZAT GIZI
DENGAN STATUS ANEMIA SISWI SMK NEGERI
DI KECAMATAN TABANAN KABUPATEN TABANAN**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



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

Pembimbing Pendamping,



A.A. Gde Raka Nayanaya, SST., M.Kes.
NIP.195704011985011001

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



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

NIP. 196703161990032002

PENELITIAN DENGAN JUDUL:

**HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN DAN KONSUMSI ZAT GIZI
DENGAN STATUS ANEMIA SISWI SMK NEGERI
DI KECAMATAN TABANAN KABUPATEN TABANAN**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 11 MEI 2020**

TIM PENGUJI :

1. I Made Rodja Suantara, SKM, M.Kes (Ketua) (.....)
2. Ni Made Dewantari, SKM, M.FOR (Anggota I) (.....)
3. Ida Ayu Eka Padmini, SKM., M.Kes. (Anggota II) (.....)

**Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi**

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : I Dewa Gede Andre Gunawan
NIM : P07131216033
Program Studi : Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2020
Alamat : Jalan Gn. Tambora B 11, Buleleng, Bali.

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Ketersediaan Pangan dan Konsumsi Zat Gizi dengan Status Anemia Siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah **benar karya saya sendiri atau bukan plagiat karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya 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, 11 Mei 2020

METERAI
TEMPEL
TGL. 20
00A78AHF473498679
6000
ENAM RIBURUPIAH

buat pernyataan

I Dewa Gede Andre Gunawan

NIM. P07131216033

HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN DAN KONSUMSI ZAT GIZI DENGAN STATUS ANEMIA SISWI SMK NEGERI DI KECAMATAN TABANAN KABUPATEN TABANAN

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja merupakan anemia yang banyak disebabkan karena kurangnya asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin, yaitu zat besi (Fe), vitamin C dan tembaga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross-sectional* di SMK Negeri 1 Tabanan pada Januari – Maret 2020. Populasi dari penelitian ini adalah siswi kelas X SMK Negeri 1 Tabanan dan sampel berjumlah 83 orang. Data status anemia sampel dikumpulkan dengan mengukur kadar hemoglobin menggunakan Hb meter, ketersediaan pangan diperoleh menggunakan *form food record* dan konsumsi zat gizi diperoleh melalui wawancara menggunakan *form recall* 1x24 jam. Data dianalisis secara deskriptif dan analitik menggunakan uji *Korelasi Pearson dan Spearman*. Sebanyak 96,4% sampel tidak anemia, 77,1% memiliki ketersediaan pangan dengan kategori tersedia, 54,2% memiliki tingkat konsumsi energi kurang, 32,5% memiliki tingkat konsumsi protein kurang, 88,0% memiliki tingkat konsumsi zat besi sangat kurang, 96,4% memiliki tingkat konsumsi asam folat sangat kurang dan 78,3% memiliki tingkat konsumsi vitamin B12 sangat kurang. Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa pada variabel ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi yang mempengaruhi status anemia sampel memperoleh *p value > α* ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada hubungan antara ketersediaan pangan dengan konsumsi zat gizi dan tidak ada hubungan antara konsumsi zat gizi dengan status anemia sampel.

Kata kunci : *ketersediaan pangan, konsumsi zat gizi dan status anemia*

**RELATIONSHIP OF FOOD AVAILABILITY AND
NUTRITION CONSUMPTION WITH ANEMIA STATUS
OF STATE VOCATIONAL SCHOOL STUDENTS
IN TABANAN DISTRICT, TABANAN REGENCY**

ABSTRACT

Anemia is one of the health problems in the whole world, especially in developing countries where an estimated 30% of the world's population suffer from anemia. Anemia occurs in many people, especially in adolescents and pregnant women. Anemia in adolescents is anemia which is mostly caused by lack of nutrition intake needed for the formation of hemoglobin, namely iron (Fe), vitamin C and copper. The purpose of this study is to determine the relationship of food availability and nutrition consumption with anemia status of State Vocational School students in Tabanan District, Tabanan Regency. This study was an observational study with a cross-sectional approach at SMK Negeri 1 Tabanan in January - March 2020. The population of this study was X grade students of SMK Negeri 1 Tabanan and a sample of 83 people. Anemia status data samples were collected by measuring hemoglobin levels using Hb meters, food availability was obtained using a food record form and nutrition consumption was obtained through interviews using a 1x24 hour recall form. Data were analyzed descriptively and analytically using the Pearson and Spearman Correlation test. A total of 96.4% of the sample were not anemic, 77.1% had food availability in the available category, 54.2% had a low energy consumption level, 32.5% had a low protein consumption level, 88.0% had a very high iron consumption level less, 96.4% had very less consumption of folic acid and 78.3% had very less consumption of vitamin B12. Based on the results of the analysis, it is known that the variable food availability and nutrition consumption that affects the anemia sample status gets p value $> \alpha$ ($p > 0,05$) which means there is no relationship between food availability and nutrition consumption and there is no relationship between nutrition consumption and anemia sample status.

Keywords: food availability, nutrition consumption and anemia status

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN KETERSEDIAAN PANGAN DAN KONSUMSI ZAT GIZI DENGAN STATUS ANEMIA SISWI SMK NEGERI DI KECAMATAN TABANAN KABUPATEN TABANAN

Oleh : *I Dewa Gede Andre Gunawan* (NIM. P07131216033)

Anemia pada remaja merupakan anemia yang banyak disebabkan karena kurangnya asupan zat gizi yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin, yaitu zat besi (Fe), vitamin C dan tembaga. Zat besi diperlukan untuk membentuk bagian heme dari hemoglobin, vitamin C juga merupakan unsur esensial untuk pembentukan hemoglobin dan tembaga diperlukan untuk absorpsi besi dari traktus gastrointestinal. Anemia ditandai dengan gejala letih, lesu, pucat, tidak bertenaga, kurang selera makan dan tangan dan kaki dingin. Gejala-gejala tersebut harus segera diatasi agar tidak menimbulkan dampak yang lebih serius terhadap kualitas sumber daya manusia. Dampak anemia pada remaja antara lain menurunnya kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan, menurunkan kemampuan fisik, menurunkan daya tahan tubuh dan produktivitas kerja serta kebugaran yang menurun. (Savitri, dkk, 2015)

Menurut World Health Organization (WHO, 2013), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2012), prevalensi penyakit anemia sebanyak 75,9% pada remaja putri. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT, 2012) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 50,5%. Data di Provinsi Bali dan Kabupaten Tabanan untuk prevalensi anemia remaja belum ada. Anemia dapat menyebabkan lekas lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar rendah dan dapat menurunkan produktivitas kerja. Di samping itu juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah

terkena infeksi. Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja jika tidak tertangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah (Robertus, 2014 dalam Indriani, 2017). Selain konsumsi zat gizi, ketersediaan pangan (*food availability*) dapat menentukan akses bagaimana asupan zat gizi pada seseorang terutama remaja putri. (Qusna, Laksmi, Martha, 2017).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah menghitung proporsi anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan, mengidentifikasi ketersediaan pangan rumah tangga siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan, mengukur konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan, menganalisis hubungan ketersediaan pangan dengan konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan dan menganalisis hubungan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross-sectional* di SMK Negeri 1 Tabanan pada Januari – Maret 2020. Populasi dari penelitian ini adalah siswi kelas X SMK Negeri 1 Tabanan dan sampel berjumlah 83 orang. Sampel pada penelitian ini adalah siswi di SMK Negeri 1 Tabanan dengan kriteria inklusi yaitu bersedia menjadi sampel dengan bersedia menandatangani persetujuan setelah penjelasan (PSP), merupakan siswi yang terdaftar di SMK Negeri 1 Tabanan dan siswi berusia 15-17 tahun, sedangkan kriteria eksklusi yaitu siswi yang tidak hadir saat penelitian dan siswi tidak sedang mengalami menstruasi. Karakteristik sampel dibagi menjadi 2 yaitu umur dan jurusan. Umur sampel terbanyak adalah berumur 16 tahun yaitu 47 sampel (56,6%) dan jurusan sampel terbanyak adalah jurusan AKL yaitu 39 sampel (47,0%).

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, sebanyak 96,4% sampel tidak anemia, 77,1% memiliki ketersediaan pangan dengan kategori tersedia, 54,2% memiliki

tingkat konsumsi energi kategori kurang, 32,5% memiliki tingkat konsumsi protein kategori kurang, 88,0% memiliki tingkat konsumsi zat besi kategori sangat kurang, 96,4% memiliki tingkat konsumsi asam folat kategori sangat kurang dan 78,3% memiliki tingkat konsumsi vitamin B12 kategori sangat kurang. Dari 19 sampel yang memiliki ketersediaan pangan dengan kategori tidak tersedia, 10 sampel (22,2%) memiliki konsumsi energi yang dikategorikan kurang, terdapat 7 sampel (29,2%) memiliki konsumsi protein yang dikategorikan sangat kurang, terdapat 17 sampel (23,3%) memiliki konsumsi zat besi yang dikategorikan sangat kurang, 19 sampel (23,8%) memiliki konsumsi asam folat yang dikategorikan sangat kurang dan 12 sampel (18,5%) memiliki konsumsi vitamin B12 yang dikategorikan sangat kurang. Dari 64 sampel dengan kategori tersedia, 35 sampel (77,8%) memiliki konsumsi energi yang dikategorikan kurang, 23 sampel (85,2%) memiliki konsumsi protein yang dikategorikan kurang, 56 sampel (76,7%) memiliki konsumsi zat besi yang dikategorikan sangat kurang, 61 sampel (76,3%) memiliki konsumsi asam folat yang dikategorikan sangat kurang dan 53 sampel (81,5%) memiliki konsumsi vitamin B12 yang dikategorikan sangat kurang.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan bahwa dari 17 sampel yang memiliki konsumsi energi sangat kurang 16 sampel (20,0%) tidak mengalami anemia. Dari 45 sampel yang memiliki konsumsi energi kurang, 44 sampel (55,0%) tidak mengalami anemia. Dari 17 sampel yang memiliki konsumsi energi normal, 16 sampel (20,0%) tidak mengalami anemia. Dari 4 sampel yang memiliki konsumsi energi lebih, 4 sampel (5,0%) tidak mengalami anemia. Dari 24 sampel yang memiliki konsumsi protein sangat kurang, 22 sampel (27,5%) tidak mengalami anemia. Dari 27 sampel yang memiliki konsumsi protein kurang, 27 sampel (33,8%) tidak mengalami anemia. Dari 21 sampel yang memiliki konsumsi protein normal, 21 sampel (26,3%) tidak mengalami anemia. Dari 11 sampel yang memiliki konsumsi protein lebih, 10 sampel (12,5%) tidak mengalami anemia. Dari 73 sampel yang memiliki konsumsi zat besi sangat kurang, 71 sampel (88,8%) tidak mengalami anemia. Dari 7 sampel yang memiliki konsumsi zat besi kurang, 6 sampel (7,5%) tidak mengalami anemia. Dari 1

sampel yang memiliki konsumsi zat besi normal, 1 sampel (1,2%) tidak mengalami anemia. Dari 2 sampel yang memiliki konsumsi zat besi lebih, 2 sampel (2,5%) tidak mengalami anemia. Dari 80 sampel yang memiliki konsumsi asam folat sangat kurang, 77 sampel (96,4%) tidak mengalami anemia. Dari 1 sampel yang memiliki konsumsi asam folat kurang, 1 sampel (1,2%) tidak mengalami anemia. Dari 2 sampel yang memiliki konsumsi asam folat normal, 2 sampel (2,5%) tidak mengalami anemia. Dari 65 sampel yang memiliki konsumsi vitamin B12 sangat kurang, 63 sampel (78,8%) tidak mengalami anemia. Dari 7 sampel yang memiliki konsumsi vitamin B12 kurang, 7 sampel (8,7%) tidak mengalami anemia. Dari 5 sampel yang memiliki konsumsi vitamin B12 normal, 4 sampel (5,0%) tidak mengalami anemia. Dari 6 sampel yang memiliki konsumsi vitamin B12 lebih, 6 sampel (7,3%) tidak mengalami anemia.

Proporsi anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah 3,6%. Ketersediaan pangan siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah 77,1% tersedia dan 22,9% tidak tersedia. Konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah sebagai berikut, konsumsi energi 20,5 sangat kurang, 54,2% kurang, 20,5% normal dan 4,8% lebih, konsumsi protein, 28,9% sangat kurang, 32,5% kurang, 25,3% normal dan 13,3% lebih, konsumsi Fe, 88,0% sangat kurang, 8,4% kurang, 1,2% normal dan 2,4% lebih, konsumsi asam folat, 96,4% sangat kurang, 1,2% kurang dan 2,4% normal, konsumsi vitamin B12, 78,3% sangat kurang, 8,4% kurang, 6,0% normal dan 7,2% lebih. Tidak ada hubungan yang bermakna antara ketersediaan pangan dan konsumsi zat gizi pada siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan dan tidak ada hubungan yang bermakna antara konsumsi zat gizi dan status anemia pada siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

Diharapkan bagi sekolah SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan melakukan upaya promotif dan preventif karena masih terdapat masalah anemia dan bagi siswi diharapkan mengkonsumsi makanan yang sudah disediakan di rumah serta memperhatikan konsumsi makanan yang dapat mencegah anemia seperti daging, telur,

hati, sayur berwarna hijau dan buah serta bagi keluarga tetap memperhatikan ketersediaan pangan atau makanan di lingkungan rumah tangga.

Daftar bacaan : 47 (2002 – 2019)