

**HUBUNGAN KONSUMSI ZINC DENGAN *STUNTING* DAN  
ANEMIA GIZI PADA SISWI SMP NEGERI 2 UBUD  
KABUPATEN GIANYAR**



**Oleh :**

**DEWA AYU TRISNA DEWI**

**NIM. P07131216054**

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

**HUBUNGAN KONSUMSI ZINC DENGAN *STUNTING* DAN  
ANEMIA GIZI PADA SISWI SMP NEGERI 2 UBUD  
KABUPATEN GIANYAR**

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

**Oleh :**

**DEWA AYU TRISNA DEWI  
P07131216054**

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

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN KONSUMSI ZINC DENGAN *STUNTING* DAN  
ANEMIA GIZI PADA SISWI SMP NEGERI 2 UBUD  
KABUPATEN GIANYAR**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

**Pembimbing Utama,**

**Pembimbing Pendamping,**

  
**Ir. I Made Purnadhibrata, M.Kes.**  
**NIP. 195609271981021002**

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

**Mengetahui**  
**Ketua Jurusan Gizi**  
**Departemen Kesehatan Kemenkes Denpasar,**  
  
**Dr. Komang Wiardani, SST., M.Kes.**  
**NIP. 196703161990032002**

**PENELITIAN DENGAN JUDUL**

**HUBUNGAN KONSUMSI ZINC DENGAN *STUNTING* DAN  
ANEMIA GIZI PADA SISWI SMP NEGERI 2 UBUD  
KABUPATEN GIANYAR**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : Senin**

**TANGGAL : 11 Mei 2020**

**TIM PENGUJI :**

1. I Ketut Kencana, SKM. M.Pd (Ketua) (.....)
2. IG.A.Ari Widarti,DCN,M.Kes (Anggota I) (.....)
3. Ir. I Made Purnadhibrata, M.Kes (Anggota II) (.....)

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Gizi**

**Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar,**



*(Handwritten signature)*

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

**NIP. 196703161990032002**

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dewa Ayu Trisna Dewi  
NIM : P07131216054  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi  
Tahun Akademik : 2020  
Alamat : Jalan Kapten Dipta No. 36 Gianyar

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Konsumsi *Zinc* dengan *Stunting* dan Anemia Gizi pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud Kabupaten Gianyar 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, 20 Mei 2020

Yang membuat pernyataan



Dewa Ayu Trisna Dewi

NIM. P07131216054

# HUBUNGAN KONSUMSI *ZINC* DENGAN *STUNTING* DAN ANEMIA GIZI PADA SISWI SMP NEGERI 2 UBUD KABUPATEN GIANYAR

## ABSTRAK

Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri. Anemia disebabkan oleh defisiensi berbagai nutrisi di dalam tubuh karena keberadaannya saling mempengaruhi dan dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga meningkatkan risiko sakit. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi *zinc* dengan *stunting* dan anemia gizi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Ubud Kabupaten Gianyar.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross-sectional* di SMP Negeri 2 Ubud pada bulan Januari 2020. Populasi dari penelitian ini adalah siswi kelas VII dan sampel berjumlah 83 orang. Data antropometri diperoleh dengan mengukur tinggi badan sampel menggunakan *microtoise*, data tingkat konsumsi mineral *zinc* diperoleh dengan metode wawancara dengan form *recall 2x24 jam*, data anemia diperoleh dengan mengukur kadar hemoglobin menggunakan alat *Easy Touch GcHb* sampel. Data dianalisis secara deskriptif dan analitik menggunakan uji *chis square*.

Sebanyak 88,2% sampel tidak anemia, 96,5% memiliki konsumsi *zinc* yang tercukupi, dan 92,9% memiliki status gizi tidak *stunting*. Hasil uji analisis menunjukkan tidak ada hubungan antara konsumsi *zinc* dengan *stunting* ( $p=0,627$ ), tidak ada hubungan antara *stunting* dengan anemia gizi ( $p=0,699$ ).

Kata kunci : anemia, konsumsi *zinc*, *stunting*.

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN ZINC CONSUMPTION AND STUNTING AND NUTRITIONAL ANEMIA AMONG FEMALE STUDENTS AT SMP NEGERI 2 UBUD IN GIANYAR REGENCY**

## **ABSTRACT**

Women have the highest risk of anemia, especially in young women. Anemia is caused by the deficiency of various nutrients in the body because its interplay influences one another and can decrease the body's resistance, thereby increasing the risk of illness. The purpose of this study was to determine the relationship of zinc consumption with stunting and nutritional anemia in adolescent girls in SMP Negeri 2 Ubud, Gianyar Regency.

This study was an observational study with a cross-sectional approach at SMP Negeri 2 Ubud in January 2020. The population of this study was VII grade students and a sample of 83 people. Anthropometric data was obtained by measuring sample height using microtoise, zinc mineral consumption level data was obtained by interview method with 2x24 hour recall form, anemia data was obtained by measuring hemoglobin levels using the Easy Touch GcHb sample tool. Data were analyzed descriptively and analytically using chi square test.

A total of 88.2% of the sample were not anemic, 96.5% had an adequate consumption of zinc, and 92.9% had a non-stunting nutritional status. The results of the analysis test showed there was no relationship between zinc consumption and stunting ( $p = 0.627$ ), there was no relationship between stunting and nutritional anemia ( $p = 0.699$ ).

**Keywords:** anemia, zinc consumption, stunting.

**RINGKASAN PENELITIAN**  
**HUBUNGAN KONSUMSI ZINC DENGAN *STUNTING* DAN**  
**ANEMIA GIZI PADA SISWI SMP NEGERI 2 UBUD**  
**KABUPATEN GIANYAR**

Oleh : Dewa Ayu Trisna Dewi (Nim. P07131216054)

Di Indonesia masih terdapat berbagai macam masalah gizi. Pada kasus kekurangan gizi, remaja menghadapi risiko lebih besar dibandingkan orang dewasa, karena masa remaja adalah masa pertumbuhan seseorang. Kekurangan konsumsi makanan baik secara kuantitatif maupun kualitatif, akan menyebabkan gangguan proses metabolisme tubuh, yang mengarah pada timbulnya suatu penyakit. Salah satu zat gizi mikro yang erat kaitannya dengan *stunting* dan anemia adalah *zinc*. *Zinc* dalam tubuh akan sangat mempengaruhi kekebalan tubuh, apabila kekurangan asupan *zinc* dampaknya adalah keterlambatan pertumbuhan (Almatsier, 2005). Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014). Berdasarkan Data Riskesdas tahun 2016 di Provinsi Bali, prevalensi anemia sebanyak 27,1%. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2013). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi *zinc* dengan *stunting* dan anemia gizi pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud, Kabupaten Gianyar.

Anemia adalah suatu keadaan kekurangan sel-sel darah merah atau hemoglobin dalam darah yang dapat disebabkan oleh hilangnya darah secara cepat atau karena terlalu lambatnya produksi sel-sel darah merah tersebut. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2013). *Stunting* adalah keadaan dimana tinggi badan berdasarkan umur rendah, atau keadaan dimana tubuh anak lebih pendek dibandingkan dengan anak – anak lain seusianya (MCN, 2009). *Zinc* merupakan logam esensial yang dibutuhkan manusia dalam jumlah kecil yaitu kurang dari 100 mg/hari, yang sangat berperan dalam metabolisme tubuh (Mulyaningsih, 2009).



Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas yaitu konsumsi *zinc* dan *stunting*, sedangkan variabel terikat adalah anemia. Anemia dikategorikan menjadi anemia dan tidak anemia, *stunting* dikategorikan menjadi *stunting* dan tidak *stunting*, serta konsumsi *zinc* dikategorikan menjadi tercukupi dan tidak tercukupi.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross-sectional* di SMP Negeri 2 Ubud pada bulan Januari 2020. Populasi dari penelitian ini adalah siswi kelas VII dan sampel berjumlah 85 orang dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *propotional random sampling*. Data antropometri diperoleh dengan mengukur tinggi badan sampel menggunakan *microtoise*, data tingkat konsumsi mineral *zinc* diperoleh dengan metode wawancara dengan form *recall* 2x24 jam, data anemia diperoleh dengan mengukur kadar hemoglobin menggunakan alat *Easy Touch GcHb*. Data dianalisis secara deskriptif dan analitik menggunakan uji *chis square*.

Hasil penelitian diperoleh 88,2% sampel tidak anemia, 96,5% memiliki konsumsi *zinc* yang tercukupi, dan 92,9% memiliki status gizi tidak *stunting*. Hasil uji analisis menunjukkan tidak ada hubungan antara konsumsi *zinc* dengan *stunting* ( $p=0,627$ ), tidak ada hubungan antara *stunting* dengan anemia gizi ( $p=0,699$ ).

Diharapkan selalu memberikan edukasi gizi mengenai anemia gizi, *stunting* dan konsumsi *zinc* melalui sekolah agar siswi semakin memahami mengenai bahaya anemia, *stunting* dan kekurangan konsumsi *zinc*. Disarankan agar siswi mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung sumber *zinc* misalnya, daging sapi, kerang, kepiting, udang, hati sapi, hati ayam, telur ayam, kentang, jamur, dan labu kuning. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih lanjut mengenai konsumsi *zinc* karena dapat dilihat dari prevalensi konsumsi *zinc* berada dalam kategori tidak tercukupi yaitu 96,5%.

Daftar bacaan : 26 (2001-2018)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa, Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat rahmat-Nya. Penelitian ini yang berjudul “Hubungan Konsumsi *Zinc* dengan *Stunting* dan Anemia Gizi Pada Siswi SMP Negeri 2 Ubud Kabupaten Gianyar” dapat tersusun sesuai dengan rencana.

Tersusunnya penelitian ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Ir. I Made Purnadhibrata, M.Kes dan Ibu Ida Ayu Eka Padmiari, SKM., M.Kes. yang telah membimbing dan memberikan arahan dalam pembuatan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat selesai tepat pada waktunya.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan, dorongan dan membantu kelancaran penyelesaian skripsi ini.
4. Dosen dan staf yang turut membantu dalam membuat skripsi ini.
5. Kedua Orang Tua dan Keluarga yang telah memberikan biaya serta dukungan dalam pembuatan skripsi ini.
6. Teman-teman yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan skripsi ini.

Denpasar, Mei 2020

Penyusun

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>RINGKASAN PENELITIAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>5</b>
A. Remaja Putri .....	5
1. Pengertian Remaja Putri.....	5
2. Masalah Remaja Putri .....	5
B. Anemia .....	7
1. Pengertian Anemia.....	7
2. Faktor-faktor Penyebab Anemia .....	8
3. Tanda dan Gejala Anemia .....	12
4. Dampak Anemia .....	12
5. Cara Pengukuran Anemia .....	13
6. Klasifikasi Anemia .....	13
7. Penatalaksanaan Anemia .....	14

C.	<i>Stunting</i> .....	15
1.	Pengertian <i>Stunting</i> .....	15
2.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Stunting</i> .....	16
3.	Cara Pengukuran <i>Stunting</i> .....	17
4.	Tanda dan Gejala <i>Stunting</i> .....	18
5.	Dampak <i>Stunting</i> .....	18
6.	Zat Gizi Mikro yang Berperan untuk Menghindari <i>Stunting</i> .....	19
D.	Konsumsi <i>Zinc</i> .....	20
1.	Pengertian <i>Zinc</i> .....	20
2.	Fungsi <i>Zinc</i> .....	21
3.	Cara Pengukuran Konsumsi <i>Zinc</i> .....	21
4.	Penentuan Kadar <i>Zinc</i> .....	23
5.	Absorpsi <i>Zinc</i> .....	24
6.	Akibat Kekurangan <i>Zinc</i> .....	25
7.	Akibat Kelebihan <i>Zinc</i> .....	25
<b>BAB III KERANGKA KONSEP</b> .....		26
A.	Kerangka Konsep .....	26
B.	Definisi Operasional .....	27
C.	Hipotesis .....	28
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b> .....		29
A.	Jenis Penelitian .....	29
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
1.	Tempat.....	29
2.	Waktu Penelitian .....	29
C.	Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
1.	Populasi .....	29
2.	Sampel Penelitian .....	30
D.	Jenis dan Teknik Pengumpulan data .....	31
1.	Jenis Data Yang Dikumpulkan .....	31

2.	Cara Pengumpulan Data .....	32
3.	Tenaga Pengumpul Data .....	32
4.	Instrumen dan Alat Pengumpul Data .....	33
E.	Pengolahan dan Analisis data .....	33
1.	Pengolahan Data .....	33
2.	Analisis data .....	34
F.	Prosedur Pelaksanaan Penelitian .....	35
1.	Tahap Persiapan .....	35
2.	Tahap Pelaksanaan .....	35
3.	Tahap Penyelesaian .....	35
G.	Etika Penelitian .....	35
 <b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>37</b>
A.	Hasil Penelitian .....	37
B.	Pembahasan .....	42
 <b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>46</b>
A.	Simpulan .....	46
B.	Saran .....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>47</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>50</b>

## DAFTAR TABEL

Nomor		Halaman
1	Kadar Normal Hemoglobin .....	8
2	Klasifikasi Anemia Berdasarkan Batasan Hemoglobin.....	14
3	Kategori dan ambang batas status gizi anak berdasarkan indeks TB/U..	17
4	Angka Kecukupan Mineral <i>Zinc</i> (Zn).....	24
5	Distribusi Sampel Berdasarkan Kelompok Umur .....	38
6	Distribusi Sampel Berdasarkan Anemia Gizi .....	38
7	Distribusi Sampel Berdasarkan Kecukupan Mineral <i>Zinc</i> .....	39
8	Distribusi Sampel Berdasarkan Pengukuran TB/U .....	40
9	Hubungan Konsumsi <i>Zinc</i> dengan <i>Stunting</i> .....	40
10	Hubungan <i>Stunting</i> dengan Anemia Gizi .....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1	Surat Izin Provinsi Bali .....	51
2	Surat Izin Kabupaten .....	52
3	<i>Ethical Clearance</i> .....	53
4	Persetujuan Setelah Penjelasan .....	54
5	Formulir Identitas Sampel .....	57
6	Formulir <i>Food Recall</i> 24 jam .....	58
7	Perhitungan Sampel .....	59
8	Prosedur Pengukuran Kadar Hemoglobin.....	60
9	Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian.....	61