

**HUBUNGAN ANTARA KONTRIBUSI ENERGI, PROTEIN, FE,
VITAMIN C DAN ASAM FOLAT MAKAN SIANG DENGAN
KADAR HEMOGLOBIN PADA TENAGA KERJA WANITA
DI HOTEL TJAMPUHAN UBUD**



Oleh :

I GUSTI AYU INDRAYANTI RATNA PRAMESTI
NIM. P07131216061

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

**HUBUNGAN ANTARA KONTRIBUSI ENERGI, PROTEIN, FE,
VITAMIN C DAN ASAM FOLAT MAKAN SIANG DENGAN
KADAR HEMOGLOBIN PADA TENAGA KERJA WANITA
DI HOTEL TJAMPUHAN UBUD**

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

Oleh :

**I GUSTI AYU INDRAYANTI RATNA PRAMESTI
NIM.P07131216061**

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

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KONTRIBUSI ENERGI, PROTEIN, FE,
VITAMIN C DAN ASAM FOLAT MAKAN SIANG DENGAN
KADAR HEMOGLOBIN PADA TENAGA KERJA WANITA
DI HOTEL TJAMPUHAN UBUD**

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Ni Made Dewantari.SKM..M.FOr
NIP : 196505021989032001

Pembimbing Pendamping :



Ni Made Yuni Gumala.SKM..M.Kes
NIP : 196506161988032001

Mengetahui

**Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**



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

SKRIPSI DENGAN JUDUL

**HUBUNGAN ANTARA KONTRIBUSI ENERGI, PROTEIN, FE,
VITAMIN C DAN ASAM FOLAT MAKAN SIANG DENGAN
KADAR HEMOGLOBIN PADA TENAGA KERJA WANITA
DI HOTEL TJAMPUHAN UBUD**


3,

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 15 MEI 2020

TIM PENGUJI

- | | | |
|---------------------------------------|-----------|---|
| 1. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes. | (Ketua) |  |
| 2. Ida Ayu Eka Padmiari, SKM., M.Kes. | (Anggota) | |
| 3. Ni Made Dewantari, SKM., M.FOr. | (Anggota) | |

Mengetahui
Ketua Jurusan Gizi
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : I Gusti Ayu Indrayanti Ratna Pramesti

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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : I Gusti Ayu Indrayanti Ratna Pramesti

NIM : P07131216061

Tempat/Tanggal lahir : Semarang,11 Oktober 1998

Prodi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Jurusan : Gizi

Alamat Rumah : Br.Dinas Padangaji Kawan, Kec.Selat, Kab.Karangasem

Nomor Telp/Hp/email: 085857480213/ ayura720@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul Hubungan Antara Kontribusi Energi, Protein, Fe, Vitamin C Dan Asam Folat Makan Siang Dengan Kadar Hemoglobin Pada Tenaga Kerja Wanita Di Hotel Tjampuhan,Ubud, bebas dari plagiarism dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari diketemukan seluruh atau sebagian skripsi dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarism, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa paksaan dari siapa pun juga, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dibuat di : Denpasar
Pada tanggal : 21 Mei 20

**Hubungan Antara Kontribusi Energi, Protein, Fe,
Vitamin C Dan Asam Folat Makan Siang Dengan**

Kadar Hemoglobin Pada Tenaga Kerja Wanita Di Hotel Tjampuhan Ubud

ABSTRAK

Tenaga kerja wanita umumnya beresiko terkena anemia gizi besi, selain kurangnya asupan zat besi ke dalam tubuh yang merupakan faktor penyebab terjadinya anemia, pada umumnya mengalami menstruasi setiap bulannya. Anemia defisiensi besi dapat menimbulkan dampak pada tenaga kerja wanita antara lain cepat lelah, berpengaruh terhadap produktivitas kerja, dan sistem kekebalan tubuh menurun.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan hubungan antara kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat makan siang dengan kadar hemoglobin pada tenaga kerja wanita di hotel Tjampuhan Ubud.

Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional dengan jumlah sampel 40 orang, Pengumpulan data meliputi kadar Hb yang menggunakan data sekunder. Data Kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat diperoleh menggunakan google form yang dibantu dengan metode recall 2x24 jam dan diolah menggunakan program nutri survey 2007. Untuk mengetahui hubungan antara kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat makan siang dengan kadar hemoglobin digunakan uji statistik korelasi pearson.

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat makan siang dengan kadar hemoglobin ($p > 0,05$) di Hotel Tjampuhan Ubud.

Kata Kunci: Kontribusi zat gizi makan siang, Hb, Tenaga Kerja Wanita.

***The Relationship Between the Contributions of Energy, Protein, Fe,
Vitamin C and Folic Acid Lunch with
the levels of hemoglobin Women Workers
in Tjampuhan Hotel Ubud***

ABSTRAK

Women workers are generally at risk of developing iron nutrient anemia, in addition to lack of iron intake into the body which is a factor that causes anemia, generally menstruating every month. Iron deficiency anemia can have an impact on female labor, among others, fatigue, effects on work productivity, and decreased immune system.

The purpose of this study was to prove the relationship between the contribution of energy, protein, Fe, vitamin C and folic acid lunch with hemoglobin levels in women workers at the Tjampuhan Ubud hotel.

This study used a cross sectional study design with a sample of 40 people. Data collection included Hb levels using secondary data. Data on the contribution of energy, protein, Fe, vitamin C and folic acid were obtained using Google Form, assisted with 2x24 hour recall method and processed using the 2007 Nutrition Survey program. To find out the relationship between the contribution of energy, protein, Fe, vitamin C and folic acid lunch with hemoglobin levels used Pearson correlation statistics test.

There is no significant relationship between the contribution of energy, protein, Fe, vitamin C and folic acid lunch with hemoglobin levels ($p>0.05$) at Tjampuhan Hotel Ubud.

Keywords: *Contribution of nutrition for lunch, HB, Women Workers.*

RINGKASAN PENELITIAN

Hubungan Antara Kontribusi Energi, Protein, Fe,
Vitamin C dan Asam Folat Makan Siang Dengan
Kadar Hemoglobin Pada Tenaga Kerja Wanita
Di Hotel Tjampuhan Ubud

Oleh: I Gusti Ayu Indrayanti Ratna Pramesti (NIM. P07131216061)

Gizi merupakan salah satu aspek kesehatan kerja yang memiliki peran penting dalam peningkatan produktivitas kerja. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan antara kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat makan siang dengan kadar hemoglobin pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud. Penelitian ini dilakukan pada seluruh tenaga kerja wanita yang menjadi tenaga kerja tetap ataupun tenaga kerja kontrak di Hotel Tjampuhan Ubud. Waktu penelitian yaitu 4 bulan dari peninjauan awal hingga pengumpulan data yaitu pada bulan Januari hingga April 2020. Sampel penelitian sebanyak 40 sampel yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengukuran kadar Hb dilakukan dengan metode *Hemocue*, dan kontribusi zat gizi makan siang sampel dikumpulkan dengan metode Recall 2x24 jam dan menganalisis zat gizi dari makanan yang dikonsumsi menggunakan *nutrisurvey 2007*. Untuk mengetahui hubungan antara kontribusi energi, protein, Fe, vitamin C dan asam folat makan siang dengan kadar hemoglobin digunakan uji statistik korelasi *pearson*.

Hasil penelitian dari 40 sampel diketahui, 29 sampel (72,5%) dengan kadar Hb normal dan 11 sampel (27,5%) dengan kadar Hb kurang, dengan nilai kadar Hb terendah adalah 11 mg/dl dan nilai kadar Hb tertinggi adalah 13 mg/dl. Hasil penelitian dari 40 sampel diketahui Kontribusi Energi Makan Siang sampel yaitu 40 sampel (100%) dalam kategori tidak terpenuhi. Tidak ditemukan Kontribusi energi terpenuhi. Kontribusi Protein Makan Siang yaitu 8 sampel (20%) kontribusi protein makan siang dalam kategori terpenuhi dan 32 sampel (80%) dalam kategori tidak terpenuhi. Kontribusi zat besi makan siang sampel yaitu 40 sampel (100%) kontribusi zat besi makan siang dalam kategori tidak terpenuhi. Kontribusi vitamin C makan siang sampel

yaitu 40 sampel (100%) kontribusi vitamin C makan siang dalam kategori tidak terpenuhi. Kontribusi asam folat makan siang sampel yaitu 1 sampel (2,5%) kontribusi asam folat makan siang dalam kategori terpenuhi dan 39 sampel (97,5%) dalam kategori tidak terpenuhi.

Hasil uji korelasi pearson kontribusi energi dengan kadar Hb menunjukkan p-value sebesar 0,527 yang bernilai lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi sangat lemah yaitu $-0,108$ antara kontribusi energi dengan kadar Hb pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.

Hasil uji korelasi pearson kontribusi protein dengan kadar Hb menunjukkan p-value sebesar 0,753 yang bernilai lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi sangat lemah yaitu $0,051$ antara kontribusi protein dengan kadar Hb pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.

Hasil uji korelasi pearson kontribusi Fe dengan kadar Hb menunjukkan p-value sebesar 0,169 yang bernilai lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi lemah yaitu $-0,222$ antara kontribusi Fe dengan kadar Hb pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.

Hasil uji korelasi pearson kontribusi vitamin C dengan kadar Hb menunjukkan p-value sebesar 0,133 yang bernilai lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi lemah yaitu $0,241$ antara kontribusi vitamin C dengan kadar Hb pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.

Hasil uji korelasi pearson kontribusi asam folat dengan kadar Hb menunjukkan p-value sebesar 0,612 yang bernilai lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi sangat lemah yaitu $0,083$ antara kontribusi asam folat dengan kadar Hb pada tenaga kerja wanita di Hotel Tjampuhan Ubud.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunianya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kontribusi Energi, Protein, Fe, Vitamin C dan Asam Folat Makan Siang Dengan Kadar Hemoglobin Pada Tenaga Kerja Wanita Di Hotel Tjampuhan Ubud” dengan baik dan tepat pada waktunya.

Penyusunan Skripsi ini, tentunya tidak lepas dari bantuan beberapa pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini, penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada pihak-pihak yang disebutkan di bawah ini:

1. Ni Made Dewantari, SKM., M.FOr selaku pembimbing utama dan Ni Made Yuni Gumala, SKM., M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan arahan dan masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar, Ketua Jurusan Gizi, Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetik beserta dosen tenaga kependidikan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis.
3. Keluarga yang telah memberikan semangat, dukungan baik berupa material dan spiritual sehingga penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Teman-teman yang telah memberikan saran, dukungan dan semangat sehingga penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, namun dengan segala keterbatasan yang ada penulis berharap semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	2
HALAMAN PERSETUJUAN	3
HALAMAN PENGESAHAN	4
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	5
ABSTRAK	6
RINGKASAN PENELITIAN	8
KATA PENGANTAR	10
DAFTAR ISI	11
DAFTAR TABEL	13
DAFTAR GAMBAR	14
DAFTAR LAMPIRAN	15
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Kadar Hemoglobin (Hb) dan Anemia	Error! Bookmark not defined.
B. Konsumsi	Error! Bookmark not defined.
BAB III KERANGKA KONSEP	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.

[B. Jenis Dan Definisi Oprasional Variabel Penelitian](#)... **Error! Bookmark not defined.**

[BAB IV METODE PENELITIAN](#)**Error! Bookmark not defined.**

[A. Jenis Penelitian](#).....**Error! Bookmark not defined.**

[B. Tempat dan Waktu Penelitian](#)**Error! Bookmark not defined.**

[C. Populasi dan Sampel Penelitian](#)**Error! Bookmark not defined.**

[D. Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data](#)..**Error! Bookmark not defined.**

[E. Alat dan Instrumen Penelitian](#).....**Error! Bookmark not defined.**

[F. Pengolahan dan Analisis Data](#).....**Error! Bookmark not defined.**

[G. Prosedur Pelaksanaan Penelitian](#).....**Error! Bookmark not defined.**

[H. Etika Penelitian](#)**Error! Bookmark not defined.**

[BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN](#)**Error! Bookmark not defined.**

[A. Hasil](#)**Error! Bookmark not defined.**

[B. Pembahasan](#).....**Error! Bookmark not defined.**

[BAB VI SIMPULAN DAN SARAN](#)**Error! Bookmark not defined.**

[A. Simpulan](#)**Error! Bookmark not defined.**

[B. Saran](#).....**Error! Bookmark not defined.**

[DAFTAR PUSTAKA](#)**Error! Bookmark not defined.**

[LAMPIRAN](#).....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

Nomor		Halaman
1.	Batas Normal Kadar Hemoglobin	7
2.	Angka Kecukupan Zat Besi Dewasa Yang Di Anjurkan ...	20
3.	Angka Kecukupan Vitamin C Pada Dewasa	21
4.	Angka Kecukupan Asam Folat Pada Dewasa	22
5.	Definisi Operasional	31
6.	Kontribusi Energi,Protein,Fe,Vitamin C dan Asam Folat Makan Siang	45
7.	Hubungan Antara Kontribusi Energi,Protein,Fe,Vitamin C dan Asam Folat Makan Siang Dengan Kadar Hb	47

DAFTAR GAMBAR

1. Gambaran Umum Kerangka Konsep.....	29
2. Sebaran Sampel Berdasarkan Kelompok Umur.....	41
3. Sebaran Sampel Berdasarkan Pendidikan.....	42
4. Sebaran Sampel Berdasarkan Bidang Pekerjaan.....	43
5. Sebaran Sampel Berdasarkan Kadar Hb.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Persetujuan Setelah Penjelasan	63
2.	Kuesioner Pendukung Kadar Hb.....	66
3.	Form Food Recall	69
4.	Perhitungan Sampel	70
5.	Menu Hidangan Makan Siang.....	71
6.	Surat Ethical Clearance	72
7.	Surat Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Gianyar.....	73
8.	Surat Dinas Penanaman Modal	74