

ABSTRAK

Rani Kurniawati Manurung: Hubungan Asupan Protein Dan Zat Besi Dengan Anemia Remaja Di SMA Negeri 5 Pematangsiantar. Skripsi. Program Studi Gizi. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Medan. 2024.

Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal atau mengalami penurunan. Anemia disebabkan oleh kekurangan zat gizi, pendarahan yang berlebih dan hemolitik. Pemeriksaan anemia pada remaja putri dilakukan dengan pemeriksaan kadar hemoglobin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan protein dan zat besi dengan anemia pada remaja putri di SMA Negeri 5 Pematangsiantar.

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah SMA Negeri 5 Pematangsiantar pada bulan Juni - Juli 2024. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah remaja putri kelas XI MIPA di sekolah SMA Negeri 5 Pematangsiantar. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *teknik total sampling* dengan total sampel sebanyak 58 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)* dan pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan Easy Touch GCHb. Teknik analisis data menggunakan uji *Spearman-rank* dan uji *Regresi Linear Berganda*.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asupan protein dan anemia, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,315$ dan $p\text{-value} = 0,016$. Selain itu, zat besi memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan anemia, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,342$ dan $p\text{-value} = 0,009$. Hasil uji Regresi Linier Berganda menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara asupan protein dan zat besi dengan anemia diuji secara bersama-sama dengan nilai nilai $p = 0,661$ (asupan protein) dan $p = 0,241$ (zat besi).

Kata Kunci : Anemia, Asupan Protein, Zat Besi, Remaja Putri

ABSTRACT

Rani Kurniawati Manurung: The Relationship Between Protein and Iron Intake and Adolescent Anemia at SMA Negeri 5 Pematangsiantar. Thesis. Nutrition Study Program. Faculty of Engineering. State University of Medan. 2024.

Anemia is a condition in which the hemoglobin level in the blood is lower than normal or decreases. Anemia is caused by nutritional deficiencies, excessive bleeding and hemolysis. Examination of anemia in adolescent girls is carried out by examining hemoglobin levels. This study aims to determine the relationship between protein and iron intake and anemia in adolescent girls at SMA Negeri 5 Pematangsiantar.

This research was conducted at SMA Negeri 5 Pematangsiantar in June - July 2024. This study used a *cross-sectional* design. The population of this study were adolescent girls in class XI MIPA at SMA Negeri 5 Pematangsiantar. The sampling technique used *the total sampling* technique with a total sample of 58 people. The data collection technique used the *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) questionnaire and hemoglobin level examination used the Easy Touch GCHb. The data analysis technique used the *Spearman-rank test* and the *Multiple Linear Regression test*.

The results of this study indicate that there is a positive and significant relationship between protein intake and anemia, with a correlation coefficient value of $r = 0.315$ and $p\text{-value} = 0.016$. In addition, iron has a positive and significant relationship with anemia, with a correlation coefficient value of $r = 0.342$ and $p\text{-value} = 0.009$. The results of the Multiple Linear Regression test showed that there was no significant relationship between protein and iron intake with anemia tested together with $p\text{ values} = 0.661$ (protein intake) and $p = 0.241$ (iron).

Keywords: Anemia, Protein Intake, Iron, Adolescent Girls