



ABSTRAK

HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, ZAT BESI (FE), VITAMIN C DAN KADAR HEMOGLOBIN (HB) PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS KEBON JERUK ACNES CRISTINA SIMANJUNTAK PROGRAM STUDI GIZI

VI Bab, 103 Halaman, 15 Tabel, 2 Gambar, 9 Lampiran

Latar Belakang : Anemia adalah suatu kondisi dimana eritrosit atau pembawa oksigen dalam tubuh tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan fisiologis. Pada wanita hamil anemia bergantung pada banyak faktor. Misalnya, usia, paritas, sosial ekonomi dan trimester kehamilan. Selain itu ada anemia defisiensi besi disebabkan oleh asupan nutrisi yang buruk selama kehamilan serta persediaan yang tidak memadai saat mempersiapkan kehamilan. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9 %.

Tujuan : Untuk mengetahui hubungan asupan energi, protein, zat besi (Fe), vitamin C dan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil di Puskesmas Kebon Jeruk.

Metode : Desain penelitian ini *cross sectional* (potong lintang). Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dipuskesmas kebon jeruk dengan sampel sebanyak 60 responden. Data yang dikumpulkan meliputi frekuensi asupan energi, protein, zat besi (Fe), dan vitamin C. Analisis data penelitian ini menggunakan korelasi *Pearson* pada CI 95%.

Hasil: Rata-rata konsumsi asupan energi ($1764,3 \pm 361,2$), protein ($64,0 \pm 11,2$), zat besi (Fe) ($38,8 \pm 27,8$), vitamin C ($130,1 \pm 50,2$). Terdapat hubungan asupan energi dan kadar hemoglobin ($p = 0,0001$), asupan protein ($0,001$) dan kadar hemoglobin, asupan zat besi (Fe) dan kadar hemoglobin ($p = 0,001$), Asupan Vitamin C dan kadar hemoglobin ($p = 0,003$).

Kesimpulan: Hasil menunjukkan bahwa mengonsumsi makanan yang mengandung energi, protein, zat besi (Fe), dan vitamin C merupakan faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin ibu hamil.

Saran : Bagi ibu hamil sebaiknya perlu mengonsumsi aneka ragam pangan yang lebih banyak untuk memenuhi kebutuhan energi, protein, zat besi (Fe), Vitamin C karena digunakan untuk pemeliharaan, pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan, pada penelitian selanjutnya sebaiknya menggunakan kuesioner yang benar-benar terstruktur sehingga bisa merekam asupan ibu hamil.

Kata Kunci : Asupan energi, protein, zat besi (Fe), Vitamin C dan kadar hemoglobin

Daftar Bacaan : 82 (2004 – 2020)