



ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, JULY 2016

Damayanti Siallagan¹, Prita Dhyani Swamilaksita², SP. M.Si, Dudung Angkasa, M.Gizi³

PENGARUH ASUPAN ZAT BESI, VITAMIN A, VITAMIN B12 DAN VITAMIN C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA VEGAN DI PUSDIKLAT BUDDHIS MAITREYAWIRA

VI Bab, 113 Halaman, 18 Tabel, 2 Gambar, 9 Grafik, 4 Lampiran

Latar Belakang : Vegetarian telah menjadi pola makan yang mulai banyak menjadi pilihan masyarakat. Rendahnya asupan zat besi dan vitamin B12 merupakan faktor yang dapat menyebabkan anemia pada vegan. Di lain sisi kelompok vegan merupakan kelompok yang tergolong sering mengonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan yang tinggi asupan vitamin A dan Vitamin C yang berfungsi membantu penyerapan zat besi.

Tujuan: Mengetahui pengaruh asupan zat besi, vitamin A, vitamin B12, vitamin C terhadap kadar hemoglobin pada remaja vegan di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja vegan di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira dengan sampel sebanyak 31 responden. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji *korelasi pearson* untuk analisa bivariat. Kemudian untuk analisa multivariat menggunakan uji regresi linier berganda. Teknik ini digunakan untuk mengukur pengaruh asupan zat besi, vitamin A, vitamin B12 dan vitamin C terhadap kadar hemoglobin.

Hasil : Berdasarkan hasil uji bivariat menggunakan uji *korelasi pearson* didapat bahwa ada hubungan asupan zat besi, asupan vitamin B12 dan asupan vitamin C dengan kadar hemoglobin secara statistik $p\text{-value} < 0.05$, tidak ada hubungan asupan vitamin A dengan kadar hemoglobin secara statistik $p\text{-value} > 0.05$. Berdasarkan hasil uji multivariat menggunakan uji regresi linier berganda variabel yang paling mempengaruhi kadar hemoglobin pada remaja vegan di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira adalah asupan zat besi dan asupan vitamin C.

Kesimpulan : Asupan zat besi, asupan vitamin C merupakan faktor yang paling mempengaruhi kadar hemoglobin remaja vegan di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira.

Kata kunci : kadar hemoglobin, asupan zat besi, asupan vitamin A, asupan vitamin B12, asupan vitamin C.

ABSTRACT



ESA UNGGUL UNIVERSITY
FACULTY OF HEALTH-SCIENCE
NUTRITION SCIENCE STUDY PROGRAM
UNDERGRADUATE THESIS, JULY 2016

Damayanti Siallagan¹, Prita Dhyani Swamilaksita², SP. M.Si, Dudung Angkasa, M.Gizi³

EFFECT OF INTAKE IRON , VITAMIN A , VITAMIN B12 AND VITAMIN C WITH HEMOGLOBIN LEVELS IN ADOLESCENT VEGAN IN PUSDIKLAT BUDDHIST MAITREYAWIRA

VI Chapters, 113 Pages, 2 Pictures, 18 Tables, 9 Graphs, 4 Attachments

Background: Vegan has become a diet that started to be many people's choice . Low intake of iron and vitamin B12 is a factor that can cause anemia in vegans . On the other side vegans often consume vegetables and fruits that high intake of vitamin A and vitamin C which helps the absorption of iron, that can help prevent anemia.

Methods: This research uses cross sectional design. The population in this study are all adolescent vegan in the Buddhist Pusdiklat Maitreyawira. Samples in this study were 31 people. Analysis of the data in this study using Pearson correlation test for the bivariate analysis . Then for multivariate analysis using multiple linear regression . This technique is used to measure the effect of the intake of iron , vitamin A , vitamin B12 and vitamin C on hemoglobin levels.

Purpose :Knowing the effect of the intake of iron , vitamin A , vitamin B12 , vitamin C on hemoglobin levels in adolescent Buddhist vegan Pusdiklat Maitreyawira.

Results: There is a relationship intake of iron , vitamin B12 and vitamin C to hemoglobin level of adolescent vegan in Buddhist Pusdiklat Maitreyawira (p-value <0.05) , there is no relationship intake of vitamin A with a hemoglobin level of adolescent vegan in Buddhist Pusdiklat Maitreyawira p-value > 0.05). The result of multivariate analysis using multiple regression analysis of the variables that most influence hemoglobin levels of adolescent vegan in Buddhist Pusdiklat Maitreyawira is the intake of iron and vitamin C.

Conclusion: Iron and vitamin C intake is the most influence factors to hemoglobin levels of adolescent vegan in Buddhist Pusdiklat.

Keywords : Levels of hemoglobin , iron intake , intake of vitamin A , vitamin B12 , vitamin C.