

**HUBUNGAN KONSUMSI ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI DAN VITAMIN C
DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI DESA JOHO
KECAMATAN MOJOLABAN KABUPATEN SUKOHARJO**



Skripsi ini Disusun untuk memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

RACHMAWATI OKTAVIA MANDASARI

J 310 100 048

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

**HUBUNGAN KONSUMSI ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI DAN VITAMIN
C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI DESA JOHO
KECAMATAN MOJOLABAN KABUPATEN SUKOHARJO**



Skripsi ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijasah S1 Gizi

Disusun Oleh :

RACHMAWATI OKTAVIA MANDASARI

J 310 100 048

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2015**

ABSTRACT

RACHMAWATI OKTAVIA MANDASARI.J 310 100 048

THE RELATION BETWEEN PROTEIN INTAKE CONSUMPTION, IRON SUBSTANCE, AND VITAMIN C TOWARDS HAEMOGLOBIN RATE IN PREGNANT MOTHERS IN JOHO VILLAGE MOJOLABAN SUB-DISTRICT SUKOHARJO REGENCY

Introduction: Pregnant mother is a group of persons who have high risk of anemia. Beside iron substance deficiency, anemia could happen because of others nutrient deficiency. The protein intake has a role in the iron substance transportation in a whole body. Iron is the main component in the blood forming. Vitamin C has the character to be the promoter towards iron absorption.

Purpose: Knowing the relationship between protein intake consumption, iron substance, and vitamin c towards haemoglobin rate in pregnant mothers in Joho Village Mojolaban Sub-District Sukoharjo Regency.

Research Method: This research is an observational research with sectional approach. The amount of research subject is 50 persons chosen by proportional random sampling method. The protein intake consumption data, iron substance, and vitamin C are achieved by using Recall 24 hours. Furthermore, the hemoglobin rate data is achieved by using *cyanmethemoglobin* test. The data analysis technique of protein intake consumption is person product moment. Moreover, the iron substance and vitamin C consumption data are analyzed by rank sperman.

Result: The result shows that 62.0% research subjects have deficit protein intake consumption, 74.0% research subjects have lack of iron substance consumption, 50.0% research subjects have enough vitamin C intake consumption, and 60% research subjects have normal haemoglobin rate. The result of correlation test for protein intake consumption with haemoglobin rate is $p=0.649$, the iron substance consumption with haemoglobin rate is 0.259, and vitamin C intake consumption with haemoglobin rate is $p=0.463$.

Conclusion: There is no relationship between protein intake consumption, iron substance, and vitamin C towards haemoglobin rate in pregnant mothers in Joho Village Mojolaban Sub-district Sukoharjo Regency.

Key Words : Protein Intake Consumption, Iron Substance, Vitamin C and Haemoglobin Rate.

References : 52: 1997-2013

ABSTRAK

RACHMAWATI OKTAVIA MANDASARI.J 310 100 048

HUBUNGAN KONSUMSI ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI DAN VITAMIN C
DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI DESA JOHO
KECAMATAN MOJOLABAN KABUPATEN SUKOHARJO

Pendahuluan: Ibu hamil adalah kelompok yang berisiko tinggi mengalami anemia. Anemia selain disebabkan oleh anemia defisiensi zat besi dapat juga disebabkan oleh defisiensi berbagai zat gizi. Asupan protein mempunyai peranan dalam transportasi zat besi di dalam tubuh. Zat besi merupakan komponen utama dalam pembentukan darah. Vitamin C memiliki sifat sebagai promotor terhadap absorpsi besi.

Tujuan: Mengetahui hubungan konsumsi asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah subjek penelitian sebanyak 50 dipilih dengan metode *proportional random sampling*. Data konsumsi asupan protein, zat besi dan vitamin C diperoleh dengan menggunakan *Recall 24 jam* dan data kadar hemoglobin diperoleh dengan menggunakan uji *cyanmethemoglobin*. Analisis data konsumsi asupan protein dengan menggunakan *person product moment* dan konsumsi asupan zat besi dan vitamin C menggunakan *rank sperman*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan 62,0% subjek penelitian memiliki konsumsi asupan protein yang defisit, 74,0% subjek penelitian memiliki konsumsi asupan zat besi yang kurang, 50,0% subjek penelitian memiliki konsumsi asupan vitamin C yang cukup, dan 60% subjek penelitian memiliki kadar hemoglobin normal. Hasil uji korelasi untuk konsumsi asupan protein dengan kadar hemoglobin adalah $p=0,649$, konsumsi asupan zat besi dengan kadar hemoglobin adalah $0,259$, dan konsumsi asupan vitamin C dengan kadar hemoglobin adalah $p=0,463$.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan konsumsi asupan protein, zat besi dan vitamin C dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

Kata Kunci : **Konsumsi asupan protein, zat besi, vitamin C dan Kadar hemoglobin.**

Daftar Pustaka : 52: 1997-2013

**HUBUNGAN KONSUMSI ASUPAN PROTEIN, ZAT BESI DAN VITAMIN
C DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI DESA JOHO
KECAMATAN MOJOLABAN KABUPATEN SUKOHARJO**



Skripsi ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijasah S1 Gizi

Disusun Oleh :

RACHMAWATI OKTAVIA MANDASARI

J 310 100 048

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Asupan Protein, Zat Besi dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo
Nama Mahasiswa : Rachmawati Oktavia Mandasari
Nomor Induk Mahasiswa : J310100 048

Telah diuji dan dinilai oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi
Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
pada tanggal 3 Juni 2015 dan telah diperbaiki
sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, Juni 2015

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II


Dwi Sarbini, SST, M.Kes
NIK/NIDN.747/06-1406-7204


Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes
NIK/NIDN. 786/06-1711-7301

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta


Setyaningrum Rahmawaty, A. M.Kes., PhD
NIK/NIDN. 744/ 06-2312-7301

PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Asupan Protein, Zat Besi dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo
Nama Mahasiswa : Rachmawati Oktavia Mandasari
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 100 048

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi
Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 3 Juni 2015
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, Juni 2015

Penguji I : Dwi Sarbini, SST, M.Kes

Penguji II : Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi

Penguji III: Eni Purwani, SSi., M.Si

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Dr. Suwaji, M.Kes

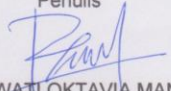
NIP/NIDN. 195311231983031002/00-2311-5301

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi atau lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, April 2015

Penulis



RACHMAWATI OKTAVIA MANDASARI

MOTTO

“Wattaqullah wa yu'allimumukumullaah, wallaahu bikulli sayi-in 'aliim.”

“Bertakwalah pada Allah maka Allah akan mengajarimu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui segala sesuatu” (QS. Al-Baqarah: 282).

“Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri dan sebaliknya jika kamu berbuat jahat, maka kejahatan itu untuk dirimu sendiri pula” (QS. Al-Isra': 7).

“Waktu itu bagaikan sebilah pedang, kalau engkau tidak memanfaatkannya, maka ia akan memotongmu (Ali bin Abu Thalib)”.

Cara untuk menjadi di depan adalah memulai sekarang. Jika memulai sekarang, tahun depan anda akan tahu banyak hal yang sekarang tidak diketahui, dan anda tak akan mengetahui masa depan jika anda menunggu-nunggu (William Feather).

Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali tampak mustahil, kita baru yakin kalau kita telah berhasil melakukannya dengan baik (Evelyn Underhill).

Teman sejati adalah ia yang meraih tangan anda dan menyentuh hati anda (Heather Pryor).

Berusahalah untuk tidak menjadi manusia yang berhasil tapi berusahalah menjadi manusia yang berguna (Einstein).

PERSEMBAHAN

Syukur kepada Allah SWT, Rasul dan para Nabinya atas segala rahmat, nikmat, kesempatan yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas dan kewajiban ini. Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

- ❖ Kedua orang tua tercinta Bapak Suyanto dan Ibu Sri Suwarni yang selalu memberikan do'a, motivasi, nasehat-nasehat, kasih sayang dan semua yang telah diberikan baik secara moril maupun materil.
- ❖ Kedua kakakku tersayang Mas Rony Setyo Kurniawan S.Sos dan Mas Hidayat Suciono SS, terimakasih atas do'a, motivasi serta nasehat-nasehatnya.
- ❖ Ketiga ponakan ku tersayang Maulana Iqbal LaZuardi, Gendhis Kirana Anindya dan Khalifah Akmal Abinaya yang selalu memberikan keceriaan.
- ❖ Keluarga besar tercinta yang selalu memberikan do'a motivasi, kasih sayang, nasehat-nasehat, dan bantuannya.
- ❖ Sahabat-sahabat terbaikku (Tia, Rumi, Nabila, Mega, Asri, Herni, Dian, Alvi, Hendri, Rini) terimakasih atas semangat, dorongan dan motivasi serta bantuannya untuk menyelesaikan skripsi ini.
- ❖ Teman-teman Gizi 2010 yang saling menyemangati satu sama lain untuk sama-sama berjuang selama kuliah sampai terselesaikannya skripsi kita semua.

RIWAYAT HIDUP

Nama : Rachmawati Oktavia Mandasari
Tempat/TanggalLahir : Surakarta, 18 Oktober 1992
JenisKelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat :Jl. Tejo Gendingan Rt. 01 Rw. 16 No. 38
Kecamatan Jebres Surakarta
Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Gaya Baru I tahun 1998
2. Lulus SD Negeri Pucangsawit 119 Surakarta
tahun 2004
3. Lulus SMP Negeri 26 Surakarta tahun 2007
4. Lulus SMA Muhammadiyah 2 Surakarta tahun
2010

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala karunia, nikmat dan rahmat-Nya yang tak terhingga kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Hubungan Konsumsi Asupan Protein, Zat Besi dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Desa Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo".

Selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan berbagai pihak, sehingga penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Suwadi, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., PhD, selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Dwi Sarbini, SST, M.Kes selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, nasehat, motivasi dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, nasehat, motivasi dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.

5. Segenap Dosen Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, terima kasih atas Ilmu yang telah diberikan kepada penulis selama studi.
6. Bapak Lasa selaku Lurah Joho.
7. Ibu Sri Kustari A.Md Keb, selaku bidan desa Joho, telah membantu jalannya penelitian.
8. Mbak Eri Purwanti A.Md Keb, Hesti Rejeki A.Md Keb, selaku laboran Puskesmas Mojolaban, telah membantu jalannya penelitian.
9. Warga Desa Joho selaku Responden Penelitian.
10. Bapak, Ibu, Kakak dan Keluarga tercinta yang telah memberikan motivasi, do'a dan dukungan.
11. Semua pihak yang telah membantu selama proses penyusunan skripsi ini.
12. Teman-teman seperjuangan S1 Gizi angkatan 2010, terima kasih untuk dukungan dan semangat yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari sempurna. Untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca demi perbaikan skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN COVER DALAM	ii
ABSTRACT	iii
ABSTRAK	iv
HALAMAN JUDUL	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
PERNYATAAN KEASLIAN	viii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
 BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kehamilan	5
B. Hemoglobin	6
C. Anemia	7
D. Asupan Protein	11
E. Asupan Zat Besi	13
F. Asupan Vitamin C	16
G. Nilai-nilai keislaman dalam bidang gizi dan kesehatan	

khususnya ibu hamil	18
H. Kerangka Teoritis	20
I. Kerangka Konsep.....	21
J. Hipotesa	21

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	22
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel Penelitian	23
D. Variabel Penelitian	24
E. Definisi Operasional	25
F. Pengumpulan Data	26
G. Langkah-langkah Penelitian	27
H. Pengolahan Data	30
I. Analisis Data	32

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran umum Desa Joho.....	34
B. Karakteristik Subjek Penelitian	36
C. Karakteristik Subjek Penelitian Asupan Zat Gizi Menurut Nilai Parameter Statistik.....	38
D. Asupan Protein	38
E. Asupan Zat Besi	40
F. Asupan Vitamin C	41
G. Kadar Hemoglobin	43
H. Hubungan Asupan Protein dengan Kadar Hemoglobin	45
I. Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin	47
J. Hubungan Asupan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin	49
K. Keterbatasan Penelitian	52

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	53
B. Saran	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jadwal Penelitian	22
2. Definisi Opreasional	25
3. Konsumsi Asupan Protein	31
4. Konsumsi Asupan Zat Besi	31
5. Konsumsi Asupan Vitamin C	31
6. Kadar Hemoglobin	31
7. Jumlah Penduduk Berdasarkan Tingkat Pendidikan	35
8. Distribusi Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian	35
9. Distribusi Subjek Berdasarkan Umur	36
10. Distribusi Asupan Zat Gizi Menurut Nilai Parameter Statistik	38
11. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Asupan Protein	39
12. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Asupan Zat Besi	40
13. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Asupan Vitamin C	41
14. Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kadar Hemoglobin	44
15. Uji Kadar Hemoglobin Berdasarkan Asupan Protein	45
16. Uji Kadar Hemoglobin Berdasarkan Asupan Protein	45
17. Uji Kadar Hemoglobin Berdasarkan Asupan Zat Besi	47
18. Uji Kadar Hemoglobin Berdasarkan Asupan Zat Besi	48
19. Uji Kadar Hemoglobin Berdasarkan Asupan Vitamin C	50
20. Uji Kadar Hemoglobin Berdasarkan Asupan Vitamin C	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori.....	20
2. Kerangka Konsep	21

DAFTAR LAMPIRAN

1. Form Persetujuan Menjadi Responden
2. Form Identitas Responden
3. Form *Recall 24 jam*
4. Hasil Uji Statistik
5. Master Tabel Data Hasil Penelitian
6. Dokumentasi