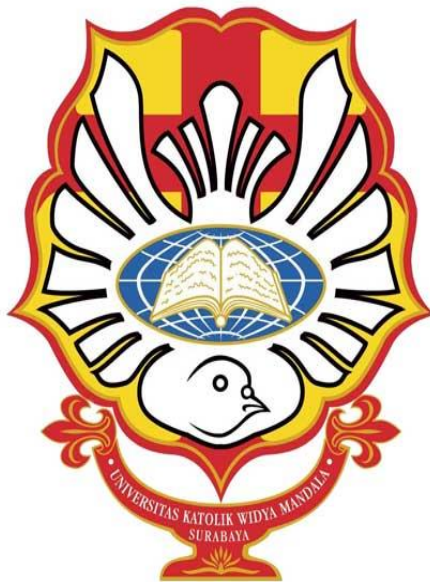


**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DERAJAT DAN
JENIS ANEMIA PADA VEGETARIAN**

SKRIPSI



OLEH

Yuliana Salvany Santoso

NRP : 1523014092

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIDYA MANDALA SURABAYA
2017**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DERAJAT DAN
JENIS ANEMIA PADA VEGETARIAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Program Studi Kedokteran Universitas Widya Mandala Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Kedokteran



OLEH
Yuliana Salvany Santoso
NRP : 1523014092

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIDYA MANDALA SURABAYA
2017**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Yuliana Salvany Santoso

NRP : 1523014092

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul :

“Hubungan Status Gizi dengan Derajat dan Jenis Anemia pada Vegetarian”

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran,

Surabaya,

Yang membuat pernyataan,



Yuliana Salvany Santoso

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DERAJAT DAN JENIS ANEMIA
PADA VEGETARIAN**

OLEH :

Yuliana Salvany Santoso

Nrp : 1523014092

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke penguji skripsi

Pembimbing I : dr. Dewa Ayu Liona Dewi, M. Kes.,Sp.GK



Pembimbing II : FX Himawan Haryanto Jong, dr., M.Si



Surabaya, 14 November 2017

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi yang ditulis oleh Yuliana Salvany Santoso. NRP 1523014092 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 08 Desember 2017 dan telah dinyatakan lulus.

Tim Penguji

1. Ketua : dr. Dewa Ayu Liona Dewi, M. Kes., Sp.GK



2. Sekretaris : FX Himawan Haryanto Jong, dr., M.Si



3. Anggota : Prof. Dr. Jusak Nugraha, dr., MS, Sp.PK (K)



4. Anggota : Subur Prajitno, dr., M.Kes., AKK



Mengesahkan

Program Studi Kedokteran

Dekan,



Prof. W. F. Maramis, dr., Sp. KJ (K)

NIK. 152.97.0302

PERNYATAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Yuliana Salvany Santoso

NRP : 1523014092

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

“Hubungan Status Gizi dengan Derajat dan Jenis Anemia pada Vegetarian”

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 20 Desember 2017

Yang membuat pernyataan

A green rectangular stamp with a decorative border. The text on the stamp includes 'MATERAI WIPPEL' at the top, a central logo, the number '2DAEF83911468' in the middle, and '6000' at the bottom. The stamp is partially obscured by a handwritten signature in black ink.

Yuliana Salvany Santoso

Karya ini saya persembahkan kepada Tuhan Yang Maha Esa,
kedua orangtua saya, saudara-saudara saya, dosen pengajar dan
pembimbing, teman sejawat, almamater saya FK UKWMS, dan
kemajuan ilmu pengetahuan terutama di bidang kesehatan

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat, dan anugerah-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar. Penyusunan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada Program Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Widya Mandala Surabaya. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, penyelesaian penulisan skripsi ini sangat tidak mungkin. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Willy F. Maramis, dr., SpKJ (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. dr. Dewa Ayu Liona Dewi, M. Kes.,Sp.GK selaku pembimbing pertama yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis
3. FX Himawan Haryanto Jong, dr., M.Si selaku pembimbing kedua yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis.

4. Prof. Dr. Jusak Nugraha, dr., MS, Sp. PK (K) selaku penguji pertama yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis
5. Subur Prajitno, dr., M. Kes., AKK selaku penguji kedua yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis
6. Seluruh dosen Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan kritik, saran dan dukungan dalam melaksanakan penulisan skripsi.
7. Staf Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang membantu kelancaran penyusunan skripsi dan mengurus alur administrasi skripsi.
8. Kedua orangtua saya dan saudara yang selalu mendoakan dan mendukung saya selalu.
9. Teman-teman saya yang selalu membantu saya dan meluangkan waktu mereka demi terwujudnya penulisan skripsi ini.
10. Seluruh pihak yang telah memberi dukungan dan bantuan bagi penulis dalam menyelesaikan studi di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang penulis tidak dapat sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini dapat berguna bagi para pembaca dalam mempelajari dan mengembangkan ilmu terutama di bidang kesehatan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan demi perbaikan-perbaikan kedepannya.

Surabaya, 2 Mei 2016

Yuliana Salvany Santoso

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL LUAR	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR GAMBAR.....	xxi
DAFTAR SINGKATAN	xxii
RINGKASAN	xxv
ABSTRAK.....	xxx
ABSTRACT.....	xxxii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5

1.3 Rumusan Masalah.....	6
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.4.1 Tujuan Umum.....	6
1.4.2 Tujuan Khusus.....	6
1.5 Manfaat Penelitian	7
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.5.2 Manfaat Praktis	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Kajian Teoritik	9
2.1.1 Definisi Status Gizi.....	9
2.1.2 Penilaian Status Gizi	11
2.1.2.1 Antropometri.....	11
2.1.2.2 Survei Konsumsi Makanan	12
2.1.2.2.1 Metode <i>Food Recall</i> 24 jam.....	13
2.1.3 Angka Kecukupan Gizi (AKG)	14
2.1.3.1 AKG untuk perorangan/ individu.....	16
2.1.3.2 Interpretasi Hasil Pengukuran Konsumsi Makanan	17
2.1.3.2.1 Tingkat Konsumsi.....	17
2.1.4 Pola Makan Vegetarian	19
2.1.5 Status Gizi Vegetarian	20

2.1.6 Masalah Gizi pada Vegetarian.....	22
2.1.7 Hematopoeisis	31
2.1.8 Sintesis Hemoglobin	35
2.1.9 Definisi Anemia.....	36
2.1.10 Patofisiologi Anemia.....	37
2.1.11 Klasifikasi Anemia berdasarkan morfologi eritrosit.....	38
2.1.12 Anemia Defisiensi Besi.....	39
2.1.13 Anemia Megaloblastik	40
2.1.14 Indeks Mentzer dan Indeks RDW.....	41
2.2 Kaitan Antar Variabel	42
2.3 Dasar Teori.....	45
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL	47
3.1 Kerangka Konseptual.....	47
3.2 Hipotesis Penelitian	48
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN	49
4.1 Desain Penelitian	49
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian	49
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	51
4.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	55
4.4.1 Populasi	55
4.4.2 Sampel.....	55

4.4.2.1 Kriteria Inklusi.....	55
4.4.2.2. Kriteria Eksklusi	55
4.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	56
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	56
4.5.1 Lokasi Penelitian	56
4.5.2 Waktu Penelitian.....	56
4.6 Kerangka Kerja.....	57
4.7 Prosedur Pengumpulan Data	58
4.8 Validitas dan Realibilitas Alat Ukur.....	59
4.8.1 Validitas Alat Ukur.....	60
4.8.2 Realibilitas Alat Ukur	60
4.9 Teknik Analisis Data	61
4.10 Kelaikan Etik	64
BAB 5 PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	66
5.1 Karakteristik Lokasi Penelitian	66
5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	66
5.3 Hasil dan Analisis Penelitian.....	67
5.3.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	67
5.3.2 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia	68
5.3.3 Distribusi Sampel Berdasarkan Energi.....	68
5.3.4 Distribusi Sampel Berdasarkan Karbohidrat.....	69

5.3.5 Distribusi Sampel Berdasarkan Lemak	70
5.3.6 Distribusi Sampel Berdasarkan Protein	71
5.3.7 Distribusi Sampel Berdasarkan Zat Besi	71
5.3.8 Distribusi Sampel Berdasarkan Vitamin B ₁₂	72
5.3.9 Deskripsi Tingkat Asupan Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak dalam Persentase Sehari-hari	73
5.3.10 Deskripsi Tingkat Asupan Zat Besi dan Vitamin B12 dalam Persentase Sehari-hari	74
5.3.11 Distribusi Sampel Berdasarkan IMT	75
5.3.12 Deskripsi Sampel Berdasarkan BB, TB dan IMT	76
5.3.13 Distribusi Sampel Berdasarkan Derajat Anemia	77
5.3.14 Deskripsi Sampel Berdasarkan Hb	77
5.3.15 Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Anemia	78
5.3.16 Deskripsi Sampel Berdasarkan MCV dan MCH.....	79
5.3.17 Deskripsi Tingkat Asupan Zat Gizi dengan Derajat Anemia	80
5.3.18 Deskripsi Tingkat Asupan Zat Gizi dengan Jenis Anemia	81
5.3.19 Deskripsi Tingkat Asupan Zat Gizi dengan Derajat Anemia	82
5.3.20 Hubungan Status Gizi dengan Derajat Anemia.....	84
5.3.21 Hubungan Status Gizi dengan Jenis Anemia	86

5.3.22 Hubungan Status Gizi dengan Anemia Berdasarkan Derajat dan Jenis Anemia	87
BAB 6 PEMBAHASAN.....	90
6.1 Umur dan Jenis Kelamin.....	90
6.2 Tingkat Asupan Gizi.....	91
6.3 Status Gizi.....	93
6.4 Anemia.....	94
6.5 Tingkat Asupan Zat Gizi dengan Anemia.....	96
6.6 Tingkat Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi.....	97
6.7 Hubungan Status Gizi dengan Anemia.....	99
6.8 Keterbatasan Penelitian.....	101
BAB 7 SIMPULAN DAN SARAN	102
7.1 Simpulan	102
7.2 Saran	103
7.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya	103
7.2.2 Bagi Institusi Pendidikan	103
7.3.3 Bagi Masyarakat	104
DAFTAR PUSTAKA.....	105
LAMPIRAN.....	114
Lampiran 1	114
Lampiran 2	115

Lampiran 3	116
Lampiran 4	118
Lampiran 5	119
Lampiran 6	144

DAFTAR TABEL

2.1 Kategori IMT menurut WHO dan Asia Pasific	9
2.2 Permenkes No 75 tahun 2013 tentang AKG Bangsa Indonesia..	16
4.1 Definisi Operasional	51
4.2 Analisis Data Deskriptif.....	62
4.3 Analisis Data Analitik.....	63
5.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	67
5.2 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia	68
5.3 Distribusi Sampel Berdasarkan Energi.....	68
5.4 Distribusi Sampel Berdasarkan Karbohidrat.....	69
5.5 Distribusi Sampel Berdasarkan Lemak.....	70
5.6 Distribusi Sampel Berdasarkan Protein	71
5.7 Distribusi Sampel Berdasarkan Zat Besi	71
5.8 Distribusi Sampel Berdasarkan Vitamin B ₁₂	72
5.9 Deskripsi Tingkat Asupan Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak dalam Persentase Sehari-hari.....	73
5.10 Deskripsi Tingkat Asupan Zat Besi dan Vitamin B12 dalam Persentase Sehari-hari.....	74
5.11 Distribusi Sampel Berdasarkan IMT	75
5.12 Deskripsi Sampel Berdasarkan BB, TB dan IMT	76
5.13 Distribusi Sampel Berdasarkan Derajat Anemia.....	77

5.14 Deskripsi Sampel Berdasarkan Hb	77
5.15 Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Anemia.....	78
5.16 Deskripsi Sampel Berdasarkan MCV dan MCH.....	79
5.17 Deskripsi Asupan Zat Gizi dengan Derajat Anemia.....	80
5.18 Deskripsi Asupan Zat Gizi dengan Jenis Anemia	82
5.19 Deskripsi Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi	84
5.20 Hubungan Status Gizi dengan Derajat Anemia.....	86
5.21 Hubungan Status Gizi dengan Jenis Anemia	87

DAFTAR GAMBAR

2.1 Piramida Makanan Vegetarian	20
2.2 Hematopoeisis dan Maturasi Sel Darah Merah	34
2.3 Skema Patofisiologi Anemia	38
3.1 Kerangka Konseptual	47
4.1 Kerangka Kerja	57
Lampiran 1 : Contoh Hasil Pemeriksaan Hb dengan Mesin Sysmex XS-800i	114

DAFTAR SINGKATAN

AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BB	: Berat Badan
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
CBC	: <i>Complete Blood Count</i>
cm	: <i>Centimeter</i>
CO ₂	: Carbon Dioxide
Depkes	: Departemen Kesehatan
dL	: <i>Deciliter</i>
DNA	: <i>Deoxyribonucleic Acid</i>
DRA	: <i>Recommended Dietary Allowances</i>
EDTA	: <i>Ethylenediaminetetraacetic Acid</i>
FAO	: <i>Food and Agriculture Organization</i>
Fe ²⁺	: Fero
Fe ³⁺	: Feri
fl	: <i>Femtoliter</i>
gr	: Gram
Hb	: Hemoglobin
HCT	: <i>Hematokrit</i>
HDL	: <i>High Density Lipoprotein</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh

ISO	: <i>International Organization for Standardization</i>
IVS	: <i>Indonesian Vegetarian Society</i>
IVU	: <i>International Vegetarian Union</i>
Kemenkes	: <i>Kementerian Kesehatan</i>
kg	: <i>Kilogram</i>
kkal	: <i>Kilo Kalori</i>
-KoA	: <i>Koenzim A</i>
m	: <i>Meter</i>
MCH	: <i>Mean Corpuscular Hemoglobin</i>
MCV	: <i>Mean Corpuscular Volume</i>
Permenkes	: <i>Peraturan Menteri Kesehatan</i>
pg	: <i>Picogram</i>
RBC	: <i>Red Blood Cell</i>
RCDW	: <i>Red Cell Distribution Width</i>
RDW	: <i>Red cell Distribution Width</i>
RI	: <i>Republik Indonesia</i>
RNA	: <i>Ribonucleic Acid</i>
RDA	: <i>Recommended Dietary Allowances</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
thn	: <i>Tahun</i>
TIBC	: <i>Total Iron Binding Capacity</i>

UNU : *United Nations University*
URT : Ukuran Rumah Tangga
WHO : *World Health Organization*
WNPG : Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi

RINGKASAN

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DERAJAT DAN JENIS ANEMIA PADA VEGETARIAN

Yuliana Salvany Santoso

1523014092

Diet vegetarian menunjukkan peningkatan pesat setiap tahunnya. *International Vegetarian Union* (IVU) mendefinisikan vegetarian sebagai seseorang yang hidup dengan berbagai produk tumbuhan (nabati), dengan atau tanpa mengonsumsi susu dan telur serta produk olahannya, tetapi secara keseluruhan, menghindari penggunaan daging segala jenis hewan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa vegetarian memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang relatif lebih rendah dibandingkan dengan non vegetarian. Zat besi yang terdapat dalam makanan nabati dalam bentuk nonheme dan sedikit yang diserap oleh tubuh. Vitamin B₁₂ banyak ditemukan hampir pada makanan berbasis hewan termasuk daging merah, unggas, makanan laut, susu, keju, dan telur. Zat besi dan vitamin B₁₂ diperlukan dalam proses pembentukan sel darah merah dan Hb. Pembentukan darah yang kurang membuat Hb yang diproduksi ikut berkurang sehingga menyebabkan anemia. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian

mengenai hubungan status gizi dengan derajat dan jenis anemia pada vegetarian perlu diteliti.

Penelitian ini menggunakan menggunakan uji stastik dengan studi korelasi antar dua variabel pada satu kelompok sampel, dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling pada kelompok vegetarian di Vihara Thien Bao (Maha Vihara) Surabaya. Sampel pada penelitian ini berdasarkan infinite populasi karena belum diketahui jumlah umat vegetarian yang ada saat acara penataran cahaya Buddha di Vihara Thien Bao (Maha Vihara) dengan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Pengambilan data dilakukan selama 2 hari tidak berturut-turut dengan teknik wawancara verbal pada hari pertama dan hari berikutnya. Sebelum dilakukan wawancara, responden dipersilahkan untuk mengisi *informed consent*. Selama wawancara, peneliti memperlihatkan food model kepada responden untuk mengetahui jumlah makanan yang dimakan selama 1 hari. Responden yang didapatkan 38 orang penganut vegetarian dan didapatkan hasil karakteristik umur, jenis kelamin, asupan makanan sehari-hari, BB, TB, Hb, MCH dan MCV. Data yang sudah diperoleh dimasukkan ke dalam program nutrisurvey dan SPSS.

Pada penelitian ini didapatkan jumlah sampel jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki dengan persentase 60,5% dan 39,5%. Hasil tingkat asupan energi terbanyak dalam kategori sangat kurang yaitu 66,7% (10 orang) pada laki-laki dan 52,2% (12 orang) pada perempuan. Hasil tingkat asupan karbohidrat terbanyak dalam kategori kurang yaitu 53,3% (8 orang) pada laki-laki dan 65,2% (15 orang) pada perempuan. Hasil tingkat asupan lemak terbanyak dalam kategori kurang yaitu 73,3% (11 orang) pada perempuan dan 82,6% (19 orang) pada laki-laki. Hasil tingkat asupan protein terbanyak dalam kategori lebih yaitu 52,3% (8 orang) pada laki-laki dan 34,8% (8 orang) pada perempuan. Hasil tingkat asupan zat besi yang terbanyak dalam kategori cukup sebanyak 53,3% (8 orang) pada laki-laki dan kurang sebanyak 91,3% (21 orang) pada perempuan. Hasil tingkat asupan vitamin B₁₂ terbanyak dalam kategori kurang yaitu kategori kurang adalah 86,7% (13 orang) pada laki-laki dan 91,3% (21 orang) pada perempuan. Tingkat konsumsi zat gizi pada penelitian ini didapatkan dengan membandingkan asupan zat gizi dengan tabel AKG sesuai dengan jenis kelamin, umur, TB dan BB responden.

Hasil penelitian untuk IMT terbanyak dalam kategori normal yaitu 40% pada laki-laki dan 43,5% pada perempuan. Rata-rata IMT pada penelitian ini didapatkan 24,31 kg/m² pada laki-laki dan 24,89 kg/m² pada perempuan. Pengukuran IMT dalam penelitian dengan cara membandingkan BB dengan TB. Hasil penelitian untuk derajat anemia terbanyak dalam kategori normal pada laki-laki yaitu 93,3% normal dengan tidak anemia dan kategori ringan sekali pada perempuan sebanyak 60,9%. Hasil penelitian untuk jenis kelamin terbanyak dalam kategori tidak anemia 93,3% pada pria. Pada perempuan termasuk kategori normokromik normositer sebanyak 43,5% dan kategori hipokrom mikrositer sebanyak 13%.

Hasil uji korelasi *Rank Spearman* antara status gizi dengan derajat anemia didapatkan nilai signifikan 0,639 yang berarti tidak ada hubungan antara kedua variabel. Hasil uji korelasi koefisien kontingensi antara status gizi dengan jenis anemia didapatkan nilai signifikan 0,851 yang berarti tidak ada hubungan antara kedua variabel. Status gizi yang diukur dengan IMT dalam kategori kurang tidak memiliki pengaruh terhadap kejadian anemia pada vegetarian.

Pada penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu adanya faktor bias dari responden yang memiliki daya ingat yang

kurang dan tidak dilakukan pemeriksaan zat besi yaitu serum besi, TIBC, dan serum feritin serta serum vitamin B₁₂ pada penganut vegetarian secara spesifik.

ABSTRAK

Hubungan Status Gizi dengan Derajat dan Jenis Anemia pada Vegetarian

Yuliana Salvany Santoso

1523014092

Latar Belakang : Diet vegetarian yang hanya mengonsumsi makanan nabati memiliki resiko menderita anemia akibat defisiensi zat gizi terutama zat besi dan vitamin B₁₂.

Tujuan : untuk mengidentifikasi tingkat asupan gizi, status gizi, derajat anemia dan jenis anemia pada kelompok vegetarian serta untuk menganalisis hubungan antara status gizi dengan derajat anemia dan hubungan antara status gizi dengan jenis anemia.

Metode : Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode observasional secara *cross sectional* dengan desain studi korelasi. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* di Vihara Thien Bao (Maha Vihara) dengan sampel 38 orang. Data dianalisis dengan menggunakan uji Rank Spearman untuk analisis hubungan status gizi dengan derajat anemia dan uji koefisien kontingensi untuk analisis hubungan status gizi dengan jenis anemia.

Hasil : Asupan energi (71,89%), karbohidrat (74,56%), lemak (68,04%), protein (134,38%), vitamin B₁₂ (98,83%) dan zat besi

(25,04%) pada laki-laki. Asupan energi yaitu 65,42%, karbohidrat (69,21%), lemak (63,94%), protein (100,48%), vitamin B₁₂ (45,30%) dan zat besi (27,67%) pada perempuan. Data ini dibandingkan dengan AKG. Nilai p untuk analisis hubungan antara status gizi dengan derajat anemia yaitu 0,639 dan nilai p untuk analisis hubungan status gizi dengan derajat anemia yaitu 0,851.

Kesimpulan : Terdapat kekurangan pada asupan karbohidrat, lemak dan vitamin B₁₂ dalam kategori kurang pada kedua jenis kelamin. Asupan protein dalam kategori lebih pada laki-laki dan normal pada perempuan. Asupan zat besi dan vitamin B₁₂ pada laki-laki dalam kategori cukup dan kurang pada perempuan. Asupan energi dalam kategori kurang pada laki-laki dan sangat kurang pada perempuan. Asupan zat gizi kurang memiliki pengaruh timbulnya anemia. Tidak ada hubungan antara status gizi dengan derajat anemia dan status gizi dengan jenis anemia.

Kata kunci : Status Gizi, Anemia, Vegetarian, Asupan Zat Gizi.

ABSTRACT

Relationship of Nutritional Status with Degree and Type of Anemia in Vegetarian

Yuliana Salvany Santoso

1523014092

Background : A vegetarian that consumes only plant foods is at risk for anemia due to nutritional deficiencies, especially iron and vitamin B₁₂

Objective : to identify the level of nutritional intake, nutritional status, degree of anemia and type of anemia in a vegetarian group and to analyze the relationship between nutritional status with degree and type of anemia.

Method : This study used analytic research, with correlational study, through *cross sectional* approach. The sampling technique of this research was purposive sampling at Vihara Thien Bao (Maha Vihara) with sample of 38 people including inclusion and exclusion criteria. Data were analyzed by using Rank Spearman test to measure the correlational relationship between nutritional status with degree of anemia and the contingency coefficient test measure the correlational relationship between nutritional status with type of anemia.

Result : Intake of energy (71.89%), carbohydrate (74.56%), fat (68.04%), protein (134.38%), vitamin B₁₂ (98.83%) and iron (25,04%) for men. Intake of energy (65,42%), carbohydrate (69,21%), fat (63,94%), protein (100,48%), vitamin B₁₂ (45,30%) and iron (27,67%) for women. These data were compared with RDA. P value for nutritional status correlation analysis with degree of anemia was 0,639 and p value for nutritional status correlation analysis with type of anemia was 0,851.

Conclusion : There was the lack of energy, carbohydrate, fat, and iron in both gender. Protein intake was excessive in man and normal in woman. Iron and vitamin B₁₂ intake were adequate in man and less in woman. Energy intake was less in man and very less in women. The nutritional intake was less likely cause anemia. There was no correlation between nutritional status with degree and type of anemia.

Keywords: Nutrition Status, Anemia, Vegetarian, Nutritional Intake.