

ABSTRAK

AZKIA NURUL FAUZIAH

PERBEDAAN KONSUMSI ZAT BESI DARI *MEAT*, *FISH*, *POULTRY* (MFP) DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TINEWATI

Anemia pada remaja merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dalam darah di bawah normal ($<12\text{g/dL}$). Anemia disebabkan oleh konsumsi gizi yang tidak mencukupi, menstruasi, dan gangguan pembentukan sel darah merah. Oleh karena itu mengonsumsi makanan yang berasal dari daging merah, ikan, dan unggas yang biasa disebut dengan *meat*, *fish*, *poultry* (MFP) dapat mencegah anemia defisiensi besi. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis perbedaan konsumsi zat besi dari *meat*, *fish*, *poultry* (MFP) dengan kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Tinewati. Metode yang digunakan yaitu observasional dengan pendekatan kuantitatif. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 234 orang dengan teknik pengambilan sampel *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu angket identitas responden dan formulir *food recall* 2x24 jam. Metode yang digunakan untuk mengukur kadar hemoglobin yaitu menggunakan *Easy Touch* GCHb. Analisis data menggunakan uji *Mann Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi zat besi dari *meat* dengan kejadian anemia $p=0,000$ ($p<0,05$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi zat besi dari *fish* dengan kejadian anemia $p=0,042$ ($p<0,05$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi zat besi dari *poultry* dengan kejadian anemia $p=0,000$ ($p<0,05$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara zat besi total dengan kejadian anemia $p=0,000$ ($p<0,05$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi vitamin A dengan kejadian anemia $p=0,032$ ($p<0,05$). Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi vitamin C dengan kejadian anemia $p=0,060$ ($p>0,05$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi vitamin B12 dengan kejadian anemia $p=0,003$ ($p<0,05$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi asam folat dengan kejadian anemia $p=0,003$ ($p<0,05$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara konsumsi kalsium dengan kejadian anemia $p=0,001$ ($p<0,05$). Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan variabel lain seperti menilai pola konsumsi makanan termasuk frekuensi dan kualitas makanan hewani serta pola kebiasaan makan sehari-hari.

Kata kunci : Anemia, *Meat*, *Fish*, *Poultry* (MFP), Remaja Putri, Zat Besi

ABSTRACT

AZKIA NURUL FAUZIAH

DIFFERENCES BETWEEN IRON CONSUMPTION FROM MEAT, FISH, POULTRY (MFP) AND THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS IN THE WORKING AREA OF THE TINEWATI PUBLIC HEALTH CENTER

Anemia in adolescents is a condition characterized by blood hemoglobin levels below normal ($<12\text{g/dL}$). Anemia is caused by inadequate nutritional intake, menstruation, and impaired red blood cell formation. Therefore, consuming foods derived from red meat, fish, and poultry, commonly referred to as meat, fish, and poultry (MFP), can prevent iron deficiency anemia. The purpose of this study was to analyze the differences in iron consumption from meat, fish, and poultry (MFP) with the incidence of anemia in adolescent girls in the Tinewati Community Health Center Work Area. The method used was an observational method with a quantitative approach. The number of samples in this study was 234 people with a proportional random sampling technique. The instruments used were a respondent identity questionnaire and a 2x24-hour food recall form. The method used to measure hemoglobin levels was the Easy Touch GCHb. Data analysis used the Mann Whitney test. The results showed that there was a significant difference between iron consumption from meat and the incidence of anemia $p = 0.000$ ($p < 0.05$). There is a significant difference between iron consumption from fish and the incidence of anemia $p = 0.042$ ($p < 0.05$). There is a significant difference between iron consumption from poultry and the incidence of anemia $p = 0.000$ ($p < 0.05$). There is a significant difference between total iron and the incidence of anemia $p = 0.000$ ($p < 0.05$). There is a significant difference between vitamin A consumption and the incidence of anemia $p = 0.032$ ($p < 0.05$). There is no significant difference between vitamin C consumption and the incidence of anemia $p = 0.060$ ($p > 0.05$). There is a significant difference between vitamin B12 consumption and the incidence of anemia $p = 0.003$ ($p < 0.05$). There is a significant difference between folic acid consumption and the incidence of anemia $p = 0.003$ ($p < 0.05$). Further researchers are advised to expand the scope of other variables such as assessing food consumption patterns including the frequency and quality of animal foods and daily eating habits..

Keywords: Anemia, Meat, Fish, Poultry (MFP,) Adolescent Girls, Iron