

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO (PROTEIN)
DAN MIKRO (FE) DENGAN KEJADIAN
ANEMIA GIZI BESI SANTRIWATI KELAS X
DI PONDOK PESANTREN AL-ULYA SUMENEP**

(Studi Kuantitatif di Pondok Pesantren Al-Ulya Sumenep,
Kecamatan Kota Sumenep Kabupaten Sumenep)

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah gizi mikro yang cukup serius dengan prevalensi tertinggi dialami negara berkembang termasuk Indonesia. Anemia lebih banyak diderita oleh remaja putrid dibandingkan anak-anak dan usia dewasa, karena remaja putrid berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga lebih banyak membutuhkan zat besi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Asupan Zat Gizi Makro (Protein) dan Mikro (Fe) dengan Kejadian Anemia Zat Besi Santriwati di Pondok Pesantren Al-Ulya Sumenep.

Penelitian ini termasuk *observasional* dan pendekatan *crosssectional study*. Populasi penelitian adalah santriwati Pondok Pesantren Al – Ulya Sumenep. Sampling dilakukan dengan cara *simple random sampling*. Besar sampel 43 responden.

Pada penelitian ini diperoleh ada hubungan antara asupan protein dengan kejadian anemia. Ada hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia.

Kata Kunci : *Status Anemia, Asupan Protein dan Zat Besi*

**CORRELATION OF MACRO NUTRITIONAL
INGREDIENTS (PROTEIN) AND MICRO (FE) WITH IRON NUTRITION
ANEMIA OF SANTRIWATI OF AL-ULYA ISLAMIC BOARDING
SCHOOL SUMENEP**

(Quantitative study at Al-Ulya Islamic Boarding School Sumenep,
Sumenep City District, Sumenep Regency)

Anemia is one of serious micro nutrient problems with high prevalence in Indonesia. Anemia more susceptible of female adolence then children or adult, because female adolence is in a developmental stage needed more iron nutrition. Purpose of the research is to know correlation of macro nutritional ingredients (Protein) and micro (Fe) with iron nutrition anemia of santriwati of Al-Ulya Islamic Boarding School Sumenep.

The research is observational with cross sectional approach. Population of the research is santriwati of Al-Ulya Islamic Boarding School Sumenep. Sample of the research taken by using sample random sampling. Sample of the research is 43 respondents.

In this research, there was correlation between protein intake and the incidence of anemia. There is correlation between iron intake and anemia.

Keyword : *Anemia Status, Level of Protein and Iron Intakes*