



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN DAN ZAT GIZI MIKRO DENGAN
PERAWAKAN PENDEK PADA REMAJA DI SMPN 4 KECAMATAN
PAYAKUMBUH KABUPATEN 50 KOTA**



Oleh:

SITI SARAH AULIA

1811222001

Pembimbing 1 : Dr. Idral Purnakarya, SKM, MKM

Pembimbing 2 : Dr. Deni Elnovriza, STP, M.Si

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2023

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, September 2023
SITI SARAH AULIA, No. BP. 1811222001**

**HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN DAN ZAT GIZI MIKRO DENGAN PERAWAKAN PENDEK PADA REMAJA DI SMPN 4 KECAMATAN PAYAKUMBUH KABUPATEN 50 KOTA
xiv + 89 halaman, 19 tabel, 2 gambar, 8 lampiran**

ABSTRAK

Tujuan

Permasalahan gizi yang sering terjadi saat ini adalah obesitas, kekurangan energi kronis (KEK), anemia dan *stunting*. Pada masa remaja, terjadi lonjakan pertumbuhan (*growth spurts*) yang ditandai dengan kenaikan berat badan atau tinggi badan. Perubahan ini disebut pubertas dan kondisi ini sangat mempengaruhi kebutuhan nutrisi remaja. Pertumbuhan badan membutuhkan beberapa komponen nutrisi baik itu komponen makronutrien maupun mikronutrien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan protein dan zat gizi mikro dengan perawakan pendek pada remaja di SMPN 4 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten 50 Kota.

Metode

Penelitian menggunakan desain *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah 81 siswa di SMP N 4 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten 50 Kota yang diambil dengan teknik *proporsional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan SQ-FFQ dan pengukuran tinggi badan. Pengolahan data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 27,2% remaja mengalami perawakan pendek. Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein ($p=0,001$), asupan kalsium ($p=0,001$), asupan zink ($p=0,001$), asupan vitamin A ($p=0,029$) dengan perawakan pendek. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan magnesium ($p=0,159$) dan asupan fosfor ($p=0,061$) dengan perawakan pendek pada remaja di SMPN 4 Kecamatan Payakumbuh Kabupaten 50 Kota.

Kesimpulan

Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein, kalsium, zink dan vitamin A dengan perawakan pendek. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan magnesium dan fosfor dengan perawakan pendek. Diharapkan remaja lebih memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi dengan pedoman gizi seimbang.

Daftar Pustaka : 90 (1998-2022)

Kata Kunci : perawakan pendek, protein, vitamin A, zink, kalsium, magnesium, fosfor

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, September 2023
SITI SARAH AULIA, No. BP. 1811222001**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PROTEIN AND MICRONUTRIENT
INTAKE WITH SHORT STATURE IN ADOLESCENTS AT SMPN 4
PAYAKUMBUH DISTRICT, 50 KOTA REGENCY
xiv + 89 halaman, 19 tabel, 2 gambar, 8 lampiran**

ABSTRACT

Research purposes

Nutritional problems that often occur today are obesity, chronic lack of energy (SEZ), anemia and stunting. In adolescence, there is a growth spurt (growth spurts) characterized by weight gain or height. This change is called puberty and this condition greatly affects the nutritional needs of adolescents. Body growth requires several nutritional components, both macronutrient and micronutrient components. This study aims to determine the relationship between protein and micronutrient intake with short stature in adolescents in SMPN 4 Payakumbuh District, 50 Kota Regency.

Method

The study used a cross sectional design. The sample of this study was 81 students at SMPN 4 Payakumbuh District, 50 Kota Regency taken by proportional random sampling technique. Data collection using SQ-FFQ and height measurement. Data processing using univariate and bivariate analysis with Chi-square test.

Result

The results showed that as many as 27.2% of adolescents experienced short stature. The results of bivariate analysis showed a significant relationship between protein intake ($p=0,001$), calcium intake ($p=0,001$), zinc intake ($p=0,001$), vitamin A intake ($p=0,029$) with short stature. There was no significant relationship between magnesium intake ($p=0,159$) and phosphorus intake ($p=0,061$) with short stature in adolescents in SMPN 4 Payakumbuh District, 50 Kota Regency.

Conclusion

There was a significant association between protein, calcium, zinc and vitamin A intake and short stature. There was no significant association between magnesium and phosphorus intake and short stature. It is expected that adolescents pay more attention to the intake of food consumed with balanced nutrition guidelines.

Bibliography : 90 (1998-2022)

Keywords : short stature, protein, vitamin A, zinc, calcium, magnesium, phosphorus