

# KETERKAITAN ASUPAN ZAT GIZI DAN KADAR HEMOGLOBIN DENGAN DAYA INGAT SESAAT SANTRI TAHFIZH DI PONDOK PESANTREN ULUMUL QUR'AN BOJONGSARI DEPOK TAHUN 2016

Ayunthaya Wiharrani

## Abstrak

Anemia defisiensi besi merupakan masalah gizi yang paling sering ditemukan di seluruh dunia dan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang bersifat epidemik. Menurut Dinas Kesehatan Depok anemia pada remaja putri sebesar 47.94%. Anemia defisiensi besi dapat memengaruhi kemampuan belajar kemampuan intelektual dan produktivitas kerja. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui keterkaitan antara asupan zat gizi dan kadar hemoglobin dengan daya ingat sesaat santri tahfizh di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok. Penelitian ini merupakan penelitian *Deskriptif Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah santriwati kelas VII dan VIII sebanyak 131 santri. Pemilihan sampel dengan *Purposive Sampling* sebanyak 109 santriwati di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi Square*. Hasil uji analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna ( $p=0.015$ ) antara asupan lemak dengan daya ingat sesaat dan tidak terdapat hubungan antara asupan energi, karbohidrat, protein, vitamin C dan zat besi, kadar hemoglobin, pengetahuan gizi dan status gizi dengan daya ingat sesaat pada santriwati di Pondok Pesantren Ulumul Qur'an ( $p>0.05$ ). Guna pemenuhan gizi seimbang, disarankan pihak Pondok Pesantren untuk membangun sarana yang dapat dimanfaatkan secara berkesinambungan untuk memenuhi asupan gizi santri dan perlunya kerjasama lintas sektoral dalam pemeriksaan kesehatan rutin pada santri.

**Kata kunci:** Asupan Zat Gizi, Status Gizi, Daya Ingat Sesaat, Pengetahuan Gizi, Pondok Pesantren

# **CORRELATION BETWEEN NUTRIENTS INTAKE AND HEMOGLOBIN LEVELS WITH SHORT TERM MEMORY IN TAHFIZH STUDENTS AT PONDOK PESANTREN ULUMUL QUR'AN BOJONGSARI DEPOK 2016**

**Ayunthaya Wiharrani**

## **Abstract**

*Iron deficiency anemia is a nutritional problem which found all over the world and become epidemical public health problem. According to the Health Department of Depok City, prevalence of anemia among adolescent girls was 47.94%. Iron deficiency anemia affects ability to learn, intellectual capabilities, and work productivity. The Purpose of this study was to determine the correlation between nutrient intake and hemoglobin levels with short term memory among tahfizh students at Pondok Pesantren Ulumul Qur'an Bojongsari Depok. This study was descriptive analytic with cross sectional design. The population of this study were students of class VII and VIII, 131 students. Sample was taken by purposive sampling method and it conducted to 109 students. The statistical test used Chi Square. The statistical result showed that there was significant correlation ( $p=0.015$ ) between fat intake with short term memory, and there was no correlation between nutrients intake (energy, carbohydrates, protein, vitamin C and iron), hemoglobin levels, nutritional status, and nutritional knowledge with short term memory ( $p>0.05$ ). For balanced nutrition, we suggest to Pondok Pesantren to build a facility that can be used continuously to fulfill nutritional intake of students and need cross-sectoral cooperation in a routine medical examination on students.*

**Keywords :** *Nutrient Intake, Nutritional Status, Short Term Memory, Nutritional Knowledge, Islamic Boarding School*