



**HUBUNGAN ASUPAN VITAMIN B12, ASAM FOLAT, DAN
ZINC DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA PENYINTAS
GANGGUAN BIPOLAR TIPE II DI KOMUNITAS
BIPOLAR CARE INDONESIA**

SKRIPSI

SYAHYA PADLATUN TAYYIBAH

1610714075

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2020**



**HUBUNGAN ASUPAN VITAMIN B12, ASAM FOLAT, DAN
ZINC DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA PENYINTAS
GANGGUAN BIPOLAR TIPE II DI KOMUNITAS
BIPOLAR CARE INDONESIA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

SYAHYA PADLATUN TAYYIBAH

1610714075

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2020**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Syahya Padlatun Tayyibah

NRP : 1610714075

Tanggal : 06 Juli 2020

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 06 Juli 2020

Yang Menyatakan,



(Syahya Padlatun Tayyibah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Syahya Padlatun Tayyibah
NRP : 1610714075
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul :

“Hubungan Asupan Vitamin B12, Asam Folat, dan Zinc dengan Tingkat Depresi pada Penyintas Gangguan Bipolar Tipe II di Komunitas Bipolar Care Indonesia”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 06 Juli 2020

Yang Menyatakan,



(Syahya Padlatun Tayyibah)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Syahya Padlatun Tayyibah
NRP : 1610714075
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Asupan Vitamin B12, Asam Folat, dan Zinc dengan Tingkat Depresi pada Penyintas Gangguan Bipolar Tipe II di Komunitas Bipolar Care Indonesia

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



A'immatul Fauziah, S.Gz., M.Si
Ketua Penguji



Tin Fatmawati, S.Gz., MPH
Penguji I



Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan FIKES UPNVJ



Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi
Ka. Prodi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 06 Juli 2020

HUBUNGAN ASUPAN VITAMIN B12, ASAM FOLAT, DAN ZINC DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA PENYINTAS GANGGUAN BIPOLAR TIPE II DI KOMUNITAS BIPOLAR CARE INDONESIA

Syahya Padlatun Tayyibah

Abstrak

Gangguan bipolar merupakan gangguan kejiwaan yang memiliki beberapa karakteristik yaitu berupa episode depresi, manik atau hipomanik, dan episode campuran. Gangguan bipolar tipe II ditandai dengan adanya episode hipomanik dan episode depresi. Pada tahun 2017, Indonesia memiliki prevalensi bipolar yang cukup tinggi yaitu sebesar 2%. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan asupan vitamin B12, asam folat, dan zinc dengan tingkat depresi pada penyintas gangguan bipolar tipe II di Komunitas Bipolar Care Indonesia. Penelitian ini bersifat observasional dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 42 sampel. Responden dipilih dengan teknik Consecutive Sampling. Data diambil dengan pengisian kuesioner *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) dan *Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) melalui wawancara via daring. Hasil analisis Chi-Square menunjukkan adanya hubungan antara asupan vitamin B12 dan asam folat dengan tingkat depresi (p value = 0,000 dan 0,002). Namun, tidak terdapat hubungan antara asupan zinc dengan tingkat depresi (p value = 0,530). Untuk menjaga kondisi kesehatan jiwa disarankan untuk lebih menjaga asupan makanan terutama sumber vitamin B12, asam folat, dan zinc.

Kata Kunci : Gangguan Bipolar Tipe II, Tingkat Depresi, Asupan Vitamin B12, Asupan Asam Folat, Asupan Zinc

THE CORRELATION OF VITAMIN B12, FOLIC ACID, AND ZINC INTAKE WITH DEPRESSION LEVEL IN BIPOLAR DISORDER TYPE II SUBJECTS AT BIPOLAR CARE INDONESIA COMMUNITY

Syahya Padlatun Tayyibah

Abstract

Bipolar Disorder is a type of psychiatric disorder that has several characteristics, there are depression episode, manic or hypomanic episode, and mixture episode. Bipolar Disorder Type II itself is indicated by hypomanic episode and depression episode. Indonesia claimed 2% for a high of Bipolar prevalence in 2017. This research intends to analyze the correlation of vitamin B12, folic acid, and zinc intake with depression level in Bipolar Disorder type II subjects at Bipolar Care Indonesia community. This research is observational by cross-sectional approach. The total of respondent in this research is 42 samples. The respondents are chosen by Consecutive Sampling technique. The data are taken by filling out the questionnaire *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) and *Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) through online interview. Chi-Square analysis outcome states that, there is correlation between vitamin B12 and folic acid intake with depression level (p value = 0,000 and 0,002). However, it is not found the correlation between zinc intake with depression level (p value = 0,530). It is recommended to maintain the sanity by consuming the food intake that contain vitamin B12, folic acid, and zinc.

Keywords : Bipolar Disorder Type II, Depression Level, Vitamin B12 Intake, Folic Acid Intake, Zinc Intake

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan tepat pada waktunya. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak bulan Februari 2020 ini adalah Hubungan Asupan Vitamin B12, Asam Folat, dan Zinc dengan Tingkat Depresi pada Penyintas Gangguan Bipolar Tipe II Di Komunitas Bipolar Care Indonesia.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Taufik Maryusman, S.Gz., M.Pd., M.Gizi selaku dosen pembimbing dan Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana UPN Veteran Jakarta yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memotivasi, dan memberikan berbagai saran yang sangat bermanfaat untuk penulis dan kepada Ibu Iin Fatmawati, S.Gz., MPH selaku penguji I serta Ibu A'immatul Fauziah, S.Gz., M.Si selaku penguji II yang telah memberikan berbagai saran dan masukan yang bermanfaat.

Di samping itu, Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada kedua orang tua, Bapak H. Baharuddin dan Ibu Hj. Hermiwati dan kedua adik tercinta yaitu Mustika dan Bahrain, serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis doa dan semangat. Kepada teman-teman penulis yaitu Afifah, Intan, Omy, Akbar, Edwin, kak Landina, dan seluruh teman seperjuangan lainnya di Gizi 2016 yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih telah selalu memberikan kekuatan dan menjadi tempat bertukar pikiran serta berkeluh kesah. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi ini baik dari segi isi hingga tata bahasa. Sehingga, kritik dan saran yang membangun penulis harapkan dari berbagai pihak. Semoga tulisan ini dapat memberi manfaat bagi yang membutuhkan.

Jakarta, 06 Juli 2020

Penulis



(Syahya Padlatun Tayyibah)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Gangguan Bipolar	6
II.2 Tingkat Depresi	9
II.3 Vitamin B12.....	11
II.4 Asam Folat.....	13
II.5 Zinc	16
II.6 Karakteristik Responden.....	18
II.7 Matriks Penelitian Terdahulu	20
II.8 Kerangka Teori	20
II.9 Kerangka Konsep.....	21
II.10 Hipotesis	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
III.2 Desain Penelitian	22
III.3 Populasi dan Sampel.....	22
III.4 Pengumpulan Data.....	24
III.5 Etika Penelitian.....	27
III.6 Definisi Operasional	28
III.7 Analisis Data.....	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	30
IV.1 Gambaran Umum Komunitas Bipolar Care Indonesia.....	31
IV.2 Analisis Univariat	32
IV.3 Analisis Bivariat	38
IV.4 Keterbatasan Penelitian	45

BAB V PENUTUP.....	45
V.1 Kesimpulan.....	46
V.2 Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional.....	28
Tabel 2	Distribusi Usia.....	32
Tabel 3	Distribusi Jenis Kelamin	33
Tabel 4	Distribusi Tingkat Pendidikan.....	34
Tabel 5	Distribusi Pekerjaan	34
Tabel 6	Distribusi Asupan Vitamin B12	35
Tabel 7	Distribusi Asupan Asam Folat	36
Tabel 8	Distribusi Asupan Zinc.....	37
Tabel 9	Distribusi Tingkat Depresi	37
Tabel 10	Distribusi Asupan Vitamin B12 dengan Tingkat Depresi.....	39
Tabel 11	Distribusi Asupan Asam Folat dengan Tingkat Depresi.....	41
Tabel 12	Distribusi Asupan Zinc dengan Tingkat Depresi	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Proses Metabolisme Folat	14
Gambar 2	Komponen Metabolisme Karbon Tunggal dan Fungsi Sistem	15
Gambar 3	Zinc Deficiency	17
Gambar 4	Kerangka Teori.....	20
Gambar 5	Kerangka Konsep	21
Gambar 6	Alur Pengumpulan Data	26

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Keterangan Ethical Approval / Persetujuan Etik
- Lampiran 3 Laporan Monitoring Bimbingan
- Lampiran 4 Matriks Penelitian Terdahulu
- Lampiran 5 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6 Output Univariat
- Lampiran 7 Output Bivariat
- Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 9 Surat Bebas Plagiarism
- Lampiran 10 Hasil Cek Turnitin