

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI**

TUGAS AKHIR, JUNI 2022

AYU ANTASYA

**GAMBARAN ASUPAN VITAMIN E PADA REMAJA *STUNTING* DAN
REMAJA NORMAL DI SMP N 1 KAMPAR KECAMATAN KAMPAR
KABUPATEN KAMPAR**

xiv + 50 Halaman + 13 Tabel + 3 Gambar + 5 Lampiran

ABSTRAK

Masa remaja adalah masa pertumbuhan dan perkembangan pesat yang membutuhkan peningkatan zat gizi. Prevalensi remaja *stunting* di Indonesia tergolong tinggi. Asupan zat gizi yang tidak adekuat merupakan penyebab langsung terjadinya *stunting*. Salah satu gangguan yang terjadi pada penderita *stunting* adalah stres oksidatif. Konsentrasi antioksidan yang rendah dalam tubuh (vitamin E) mengakibatkan meningkatnya stres oksidatif dan defisiensi vitamin E lebih tinggi pada anak *stunting* dibandingkan dengan anak normal. Penelitian yang dilakukan merupakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel penelitian 148 orang yang terdapat 69 remaja *stunting* dan 79 remaja normal siswa SMP N 1 Kampar Kabupaten Kampar Kecamatan Kampar. Jenis data yang digunakan yaitu data sekunder yang berasal dari Penelitian Dasar Unggul Perguruan Tinggi (PDUPT) Hayati *et al.*, 2021. Penelitian ini dilakukan pada Januari 2022–Juni 2022. Analisis data menggunakan analisis univariat. Berdasarkan hasil penelitian asupan vitamin E pada remaja *stunting* rata-rata sebesar 9,42mg/hari dan remaja normal rata-rata sebesar 8,53mg/hari. Rata-rata asupan vitamin E tersebut berada dikategori kurang dari AKG yaitu 15mg/hari. Jenis pangan kaya vitamin E yang di konsumsi oleh remaja *stunting* yakni banyak pada ayam (78,2% responden), telur (47,8% responden), bayam (31,8% responden), kangkung (21,7% responden) dan pisang (13,0% responden). Sedangkan pada remaja normal konsumsi pangan kaya vitamin yakni banyak pada ayam (53,1% responden), telur (45,5% responden), bayam (37,9% responden), kangkung (27,8% responden), dan pisang (25,3% responden). Frekuensi konsumsi pangan sumber vitamin E paling banyak di konsumsi oleh remaja *stunting* dan remaja normal adalah frekuensi 3x sehari. Pangan sumber vitamin E yang dikonsumsi dalam frekuensi 3x sehari pada remaja *stunting* yakni ayam dan telur sedangkan pada remaja normal adalah ayam, telur dan kangkung.

Kata kunci : Vitamin E, Remaja dan *Stunting*

**MINISTRI OF HEALTH, REPUBLIC OF INDONESIA
HEALTH POLYTECHNIC, RIAU
PROGRAM STUDY DIPLOMA III OF NUTRITION**

FINAL PROJECT, JUNE 2022

AYU ANTASYA

**AN OVERVIEW OF VITAMIN E INTAKE IN STUNTING AND NORMAL
ADOLESCENTS AT SMP N 1 KAMPAR, KAMPAR DISTRICT, KAMPAR
REGENCY**

xiv + 50 Pages + 13 Tables + 3 Pictures + 5 Attachment

ABSTRACT

Adolescence is a period of rapid growth and development that requires increased nutrition. The prevalence of stunting adolescents in Indonesia is quite high. Inadequate nutrient intake is a direct cause of stunting. One of the disorders that occur in stunting sufferers is oxidative stress. Low concentrations of antioxidants in the body (vitamin E) result in increased oxidative stress and higher vitamin E deficiency in stunted children compared to normal children. This research is a descriptive type of research with a cross sectional approach. The number of research samples was 148 people, there were 69 stunting teenagers and 79 normal teenagers from SMP N 1 Kampar, Kampar Regency, Kampar District. The type of data used is secondary data originating from the Basic Research on Higher Education (PDUPT) Hayati et al., 2021. This research was conducted in January 2022–June 2022. Data analysis used univariate analysis. Based on the results of the study, the average intake of vitamin E in stunting adolescents was 9.42 mg/day and normal adolescents averaged 8.53 mg/day. The average intake of vitamin E is in the category of less than the RDA, which is 15 mg/day. Types of food rich in vitamin E consumed by stunting adolescents were mostly chicken (78.2% of respondents), eggs (47.8% of respondents), spinach (31.8% of respondents), kale (21.7% of respondents) and bananas (21.7% of respondents). 13.0% of respondents). Whereas in normal adolescents, consumption of vitamin-rich foods is high in chicken (53.1% of respondents), eggs (45.5% of respondents), spinach (37.9% of respondents), kale (27.8% of respondents), and bananas (27.8% of respondents). 25.3% of respondents). The frequency of consumption of food sources of vitamin E is mostly consumed by stunting adolescents and normal adolescents is the frequency of 3 times a day. Food sources of vitamin E consumed 3 times a day in stunting adolescents were chicken and eggs, while for normal adolescents were chicken, eggs and kale.

Keywords : Vitamin E, Youth and Stunting