

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA DI SMA X SWASTA BEKASI

Oleh:

Galluchi Grevinsyah Alwan Romzi Prasetyo Hadi

NIM. 201805015

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia merupakan keadaan dimana ketika jumlah haemoglobin dalam sel darah merah (eritrosit) dalam keadaan dibawah dari batas normal dan juga keadaan dimana jumlah dan konsentrasi darah merah dibawah batas normal. Di Indonesia angka kejadian anemia cukup tinggi yaitu dengan prevalensi anemia di usia remaja yaitu sebesar 32% atau dari 10 remaja, ada 3-4 remaja yang mengalami anemia. Salah satu faktor penyebab anemia yaitu pola makan yang tidak sesuai. Makanan dan pola makan yang tidak seimbang yang dapat menyebabkan penyakit seperti hiperkolesterolemia, kanker, osteoporosis dan beberapa penyakit kardiovaskular.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja di SMA X Swasta Bekasi.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian cross sectional. Responden pada penelitian ini yaitu berusia remaja awal (10-16 tahun) dan remaja akhir berusia (17-25), dengan jumlah 190 responden. Pengumpulan data primer didapatkan dengan pengambilan data secara langsung menggunakan kuesioner berisi identitas responden, kuisisioner pola makan, dan test hemoglobin menggunakan alat *easy touch*. Pengolahan data menggunakan system computer dan analisis data menggunakan SPSS dengan uji *Chi-Square*.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja di SMA X Swasta Bekasi yang ditunjukkan dengan nilai $p\text{-value } 0.023 < 0,05$.

Kesimpulan: Ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja di SMA X Swasta Bekasi.

Kata Kunci: Pola Makan, Anemia, Remaja.

***THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS AND THE
OCCURRENCE OF ANEMIA AMONG ADOLESCENTS
AT PRIVATE HIGH SCHOOL X BEKASI***

ABSTRACT

Introduction: Anemia is a condition in which the amount of hemoglobin in red blood cells (erythrocytes) falls below the normal threshold, accompanied by a reduction in both red blood cell count and concentration. In Indonesia, the prevalence of anemia is quite high, with an anemia prevalence of 32% among adolescents or, in other words, 3-4 out of 10 adolescents are affected by anemia. One of the contributing factors to anemia is an imbalanced diet. Unbalanced dietary habits and consumption can lead to various health issues such as hypercholesterolemia, cancer, osteoporosis, and several cardiovascular diseases.

Objective: The purpose of this study is to determine the relationship between dietary patterns and the occurrence of anemia among adolescents in Private High School X, Bekasi.

Methods: This study adopts a descriptive research design with a quantitative approach and a cross-sectional research design. The respondents consist of early adolescents (10-16 years old) and late adolescents (17-25 years old), totaling 190 respondents. Primary data was collected through direct data collection using questionnaires containing respondent profiles, dietary pattern questionnaires, and hemoglobin tests conducted using an Easy Touch device. Data processing was conducted using computer systems, and data analysis was performed using SPSS with the Chi-Square test.

Results: The findings of this study reveal a significant relationship between dietary patterns and the occurrence of anemia among adolescents at Private High School X, Bekasi, as evidenced by a p-value of $0.023 < 0.05$.

Conclusion: A significant relationship exists between dietary patterns and the occurrence of anemia among adolescents at Private High School X, Bekasi.

Keywords: *Dietary Patterns, Anemia, Adolescents.*