

THE RELATIONSHIP BETWEEN SNACK CONSUMPTION HABITS AND THE INCIDENCE OF ANEMIA AMONG FEMALE ADOLESCENTS AT SMPN 1 PUNDONG, BANTUL REGENCY

Nurul Zamsani DM¹, Sumarah², Wafi Nur Muslihatun³
¹²³Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Mangkuyudan MJ III/304 Kota Yogyakarta
Email: zeezee3930@gmail.com

ABSTRACT

Background: Adolescent girls are a highly vulnerable group to anemia due to increased iron requirements during growth and menstruation. According to data from the Yogyakarta Special Region Health Office, Bantul Regency ranks third with the highest prevalence of anemia among adolescent girls, reaching 28.30%. One of the areas with a high number of anemia cases in Bantul is the working area of Puskesmas Pundong, and SMPN 1 Pundong is among the schools with a significant number of anemia cases. This research location was selected based on the high incidence of anemia, the causes of which have not been fully explored, one of which is suspected to be poor dietary habits, especially in unhealthy snack consumption.

Objective: This study aimed to determine the relationship between snack consumption habits and the incidence of anemia among adolescent girls at SMPN 1 Pundong, Bantul Regency.

Method: This was a quantitative analytic study with a cross-sectional approach. The sample consisted of 47 seventh-grade adolescent girls selected using purposive sampling. The instruments used were a closed questionnaire to assess snack consumption habits and hemoglobin (Hb) measurement using a digital Easy Touch device. Data were analyzed using Chi-Square test with a significance level of $p < 0.05$.

Results: Most respondents (91.5%) have healthy snack consumption habits, and 31.9% were found to have anemia. Statistical tests showed no significant relationship between snack consumption habits and anemia incidence ($p = 0.756$).

Conclusion: There was no statistically significant relationship between snack consumption habits and the incidence of anemia. However, the high proportion of anemia among respondents with poor snack consumption habits highlights the importance of nutrition education and dietary monitoring for adolescent girls.

Keywords: Snack Habits, Anemia, Adolescent Girl

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI JAJANAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMPN 1 PUNDONG KABUPATEN BANTUL

Nurul Zamsani DM¹, Sumarah², Wafi Nur Muslihatun³
¹²³Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Mangkuyudan MJ III/304 Kota Yogyakarta
Email: zeezee3930@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja putri merupakan kelompok usia yang sangat rentan mengalami anemia karena kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta, Kabupaten Bantul menempati urutan ketiga dengan *prevalensi* anemia tertinggi pada remaja putri, yaitu sebesar 28,30%. Salah satu wilayah dengan kasus anemia tertinggi di Bantul adalah wilayah kerja Puskesmas Pundong, dan SMPN 1 Pundong termasuk sekolah dengan jumlah kasus anemia yang cukup *signifikan*. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada tingginya kejadian anemia yang belum sepenuhnya ditelusuri penyebab utamanya, salah satunya diduga karena kebiasaan konsumsi jajanan yang kurang sehat.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Pundong Kabupaten Bantul.

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel terdiri dari 47 remaja putri kelas VII yang diambil secara *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner tertutup untuk menilai kebiasaan konsumsi jajanan dan pengukuran kadar *hemoglobin* (Hb) menggunakan alat digital *Easy Touch*. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Hasil: Sebagian besar responden (91,5%) memiliki kebiasaan konsumsi jajanan yang sehat, dan sebanyak 31,9% mengalami anemia.. Hasil *uji statistik* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang *signifikan* antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan kejadian anemia (nilai $p = 0,756$).

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan yang bermakna secara *statistik* antara kebiasaan konsumsi jajanan dengan kejadian anemia. Namun, tingginya proporsi anemia pada responden dengan konsumsi jajanan tidak sehat menunjukkan pentingnya edukasi gizi dan pemantauan pola makan pada remaja putri.

Kata Kunci: Kebiasaan Jajanan, Anemia, Remaja Putri