

**THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS AND THE
INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT STATE SENIOR
HIGH SCHOOL 1 PUNDONG**

Nadiana Putri¹, Yuliasti Eka Purnamaningrum², Atik Ismiyati³

**^{1,2,3}Midwifery Department, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Mangkuyudan MJ 111/304, Yogyakarta, 555143**

¹Email: putrinadia272@gmail.com

ABSTRACT

Background: Anemia among adolescent girls remains a significant health issue, primarily due to increased iron requirements during growth and blood loss during menstruation. An unbalanced diet is a major factor that can influence the incidence of anemia.

Objective: This study aims to determine the relationship between dietary patterns and the incidence of anemia among adolescent girls at SMAN 1 Pundong, Bantul Regency.

Methods: This study is an observational analytical study with a cross-sectional design. The study population consisted of all 130 female students in the 10th grade, with a sample of 82 respondents selected using purposive sampling. Dietary data were collected using the Food Frequency Questionnaire (FFQ), while the incidence of anemia was measured through hemoglobin level testing using a digital device. Data analysis was conducted to determine the relationship between dietary patterns and the incidence of anemia.

Results: The majority of adolescent girls at SMAN 1 Pundong have poor eating habits (67.1%), the majority suffer from anemia (67.1%), the majority have normal menstrual cycles (84.1%), most do not take iron supplements (48.8%), and most have a BMI in the normal range (41.5%). Results of bivariate and multivariate analyses indicate a significant association between dietary patterns (p -value < 0.001) and iron supplement intake (p -value < 0.001) with the prevalence of anemia.

Conclusion: There is an association between dietary patterns and the incidence of anemia among adolescent girls at SMAN 1 Pundong. Adolescent girls with poor dietary patterns are 9.6 times more likely to develop anemia (odds ratio = 9.6) than those with good dietary patterns.

Keywords: Anemia, Adolescent Girls, Dietary Patterns, FFQ, Hemoglobin

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 PUNDONG

Nadiana Putri¹, Yulianti Eka Purnamaningrum², Atik Ismiyati³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Mangkuyudan MJ 111/304, Yogyakarta, 555143

¹Email: putrinadia272@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi, terutama disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi. Pola makan yang tidak seimbang merupakan faktor utama yang dapat mempengaruhi kejadian anemia.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pundong, Kabupaten Bantul.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas X sebanyak 130 siswi, dengan sampel sebanyak 82 responden yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Data pola makan dikumpulkan menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire (FFQ)*, sedangkan kejadian anemia diukur melalui pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat digital. Analisis data dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia.

Hasil: Mayoritas remaja putri di SMAN 1 Pundong memiliki pola makan yang buruk (67,1%), mayoritas mengalami anemia (67,1%), mayoritas memiliki pola menstruasi yang normal (84,1%), sebagian besar tidak konsumsi tablet tambah darah (48,8%), serta sebagian besar memiliki IMT dalam kategori normal (41,5%). Hasil Analisis Bivariat dan Multivariat menunjukkan ada hubungan signifikan antara pola makan ($p\text{-value} < 0,001$), konsumsi tablet tambah darah ($p\text{-value} < 0,001$) dengan kejadian anemia.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pundong. Remaja putri dengan pola makan yang buruk memiliki risiko mengalami anemia 9,6 kali lebih besar ($odds\ ratio = 9,6$) dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki pola makan baik.

Kata Kunci: Anemia, FFQ, Hemoglobin, Pola Makan, Remaja Putri