

HUBUNGAN KEBIASAAN KONSUMSI *JUNK FOOD* DENGAN ANEMIA GIZI BESI PADA REMAJA SMA NEGERI 4 TANGERANG SELATAN TAHUN 2017

Mevi Renanda Ardita Putri

Abstrak

Anemia merupakan masalah gizi yang paling utama di Indonesia. Anemia dapat disebabkan oleh penyakit infeksi, asupan zat gizi yang kurang, kehilangan darah (menstruasi) dan pengetahuan yang dimiliki. *Junk food* merupakan jenis makanan yang mengandung gula, lemak dan kalori dalam jumlah tinggi tetapi sedikit kandungan mikronutrien seperti vitamin, mineral, asam amino dan serat. Tujuan penelitian untuk mengetahui kebiasaan konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan. Metode penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi seluruh remaja kelas X di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan sebanyak 323 siswa dengan sampel sebanyak 178 siswa. Pengumpulan data dengan kuesioner dan pemeriksaan kadar *Hemoglobin* dengan alat digital test *Hemoglobin*. Analisa data menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan prevalensi anemia pada remaja di SMA Negeri 4 Tangerang Selatan 2017 sebesar 59,0% dan kebiasaan konsumsi *junk food* 78,1%. Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi *junk food* dengan anemia gizi besi dengan nilai $p\text{-value} = 0,003$ dan *Odd Ratio* sebesar 3,237. Untuk itu diharapkan remaja dapat mengurangi konsumsi *junk food* agar terhindar dari bahaya dan dampak yang ditimbulkan *junk food* yang dapat menyebabkan anemia gizi besi dan penyakit lainnya.

Kata Kunci : anemia gizi besi, *junk food*, remaja.

RELATIONSHIP HABITS JUNK FOOD CONSUMPTION WITH IRON DEFICIENCY ANEMIA IN ADOLESCENT TANGERANG SELATAN 4 SENIOR HIGH SCHOOL 2017

Mevi Renanda Ardita Putri

Abstract

Anemia is the most important nutritional problems in Indonesia. Anemia can be caused by infections, intake of nutrients are lacking, blood loss (menstruation) and knowlage. Junk food is all kinds of foods that contain sugar , fat and colories in high amounts but has little content mikronutrient such as vitamins, minerals, amino acids, and fiber. The purpose of study to determine the habits junk food consumption with iron defisiensi anemia in adolescent Tangerang Selatan 4 Senior High School. Quantitative reaserch methods to design cross sectional. The research populations is a Tangerang Selatan 4 Senior High School grade X student totaling 323 students, with a sample of 178 students. Collecting data by quationnaires and examinations Hemoglobin using digital test Hemoglobin. Analysis of data using chi square test with 95% confidence level. Result showed the prevalence of anemia in adolescents in Tangerang Selatan 4 Senior High School in 2017 by 59,0% and habits junk food consumption 78,1%. There was has relationship between habits junk food consumption with iron deficiency anemia with a p-value= 0,003 and Odds Ratio of 3,237. To that students are expected to decrease the consumption of junk food that is side the dangers and impact of junk food that can cause iron deficiency anemia and other diseases.

Keywords : iron deficiency anemia, *junk food*, adolescent.