

HUBUNGAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN ANEMIA DEFISIENSI GIZI BESI PADA REMAJA DI SMK ANALIS KESEHATAN TUNAS MEDIKA TAHUN 2017

Muhamad Tharriq Hamzah

Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian khusus. Remaja termasuk dalam golongan yang rawan menderita anemia karena remaja sedang mengalami masa pertumbuhan dan banyak aktifitas yang dilakukan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan dengan anemia defisiensi gizi besi pada siswa dan siswi SMK Analis Kesehatan Tunas Medika. Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel yang diambil adalah siswa dan siswi SMK Analis Kesehatan Tunas Medika berjumlah 68 responden diambil dari seluruh siswa dan siswi kelas X dan XI yang memenuhi kriteria. Data kebiasaan makan diperoleh dengan kuesioner terstruktur dan kadar hemoglobin dengan metode *finger prick* menggunakan Hb meter. Data dianalisis secara Univariat dan Bivariat dengan *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada siswa dan siswi SMK Analis Kesehatan Tunas Medika sebesar 57,4%. Pada penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan yaitu kebiasaan sarapan pagi ($p = 0,016$), kebiasaan makan sumber zat besi ($p = 0,022$), kebiasaan konsumsi suplemen tablet besi ($p = 0,017$) dan kebiasaan minum teh ($p = 0,027$). Untuk itu siswa dan siswi harus membiasakan untuk hidup sehat dengan makan yang teratur dan bergizi tinggi serta beraneka ragam setiap hari.

Kata Kunci : kebiasaan makan, anemia defisiensi gizi besi, remaja

HABITUATIONS RELATIONSHIP WITH ANEMIA DEFICIENCY NUTRIOTION OF IRON IN SMK MEDICAL ANALYSIS TUNAS MEDIKA IN 2017

Muhamad Tharriq Hamzah

Abstract

Anemia is a health problem that needs special attention. Adolescent included in the group who are prone to anemia because it is being developed and many activities . The purpose of this study to determine the relationship with anemia of nutritional deficiency in students of SMK Tunas Medika Medical Analyst. This research is a kind of quantitative analytic research with cross sectional research design. Samples taken were students of SMK Tunas Medika Medical Analyst wear 68 respondents taken from all students of class X and XI that meet the criteria. Data using finger trick method using Hb meter. Data were analyzed in Univariate and Bivariate with Chi Square. The results showed the prevalence of anemia in students of SMK Tunas Medika Health Analysts of 57.4%. In this study, there were significant correlation between breakfast habits ($p = 0,016$), eating habits of iron nutrition ($p = 0,022$), consumption habits of iron tablet supplements ($p = 0,017$) and tea drinking habits ($p = 0,027$). For that students should get used to live healthy with regular and nutritious meals and diverse every day.

Keywords: eating habits, nutritional deficiency anemia, adolescents