

HUBUNGAN POLA MAKAN, POLA ISTIRAHAT, DAN STATUS SOSIAL EKONOMI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI SMP NEGERI 2 TANGERANG SELATAN

Putri Shakina Safira

Abstrak

Salah satu masalah kesehatan yang sering ditemui pada remaja putri di Indonesia, adalah anemia defisiensi zat besi. Menurut Riskesdas 2018, sebanyak 35% remaja putri di Provinsi Banten mengalami anemia. Seiring pertumbuhannya, remaja putri mengalami perubahan gaya hidup, seperti pola makan dan pola istirahat yang dapat menyebabkan anemia. Di samping itu, faktor resiko lain penyebab anemia adalah status sosial ekonomi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan, pola istirahat, dan status sosial ekonomi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 2 Tangerang Selatan. Metode penelitian ini adalah *cross sectional* dengan jumlah sampel 106 siswi yang diperoleh menggunakan *stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk mengetahui status sosial ekonomi, FFQ untuk mengukur pola makan, dan PSQI untuk mengukur pola istirahat. Analisis data dilakukan dengan uji *spearman rank* untuk data kontinyu dan *chi-square* untuk data kategorikal. Hasil penelitian ini menemukan bahwa semakin tinggi konsumsi sumber Fe ($p\text{-value}= 0,001$) dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah ($p\text{-value} =0,000$) berhubungan signifikan dengan semakin tingginya kadar hemoglobin remaja putri di SMPN 2 Tangerang Selatan. Ditemukan pula hubungan signifikan antara pendidikan ibu ($p\text{-value}= 0,035$) dengan kejadian anemia remaja putri di SMPN 2 Tangerang Selatan. Diharapkan pihak sekolah mengadakan program dengan tujuan mencukupi kebutuhan sumber Fe dan meningkatkan kepatuhan tablet tambah darah pada remaja putri.

Kata kunci: Anemia, pola makan, pola istirahat, remaja putri, status sosial ekonomi

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERNS, REST PATTERNS, AND SOCIO-ECONOMIC STATUS WITH THE INCIDENCE OF ANEMIA IN FEMALE ADOLESCENTS AT SMP NEGERI 2 SOUTH TANGERANG

Putri Shakina Safira

Abstract

One of the health problems that is often encountered in young women in Indonesia is iron deficiency anemia. According to Riskesdas 2018, as many as 35% of young women in Banten experience anemia. As they grow, young women experience changes in lifestyle, such as diet and rest patterns, which can cause anemia. Apart from that, another risk factor that causes anemia is socio-economic status. This study aims to determine the relationship between eating patterns, rest patterns, and socio-economic status with the incidence of anemia in adolescent girls at SMPN 2 South Tangerang. This research method is cross sectional with a sample size of 106 female students obtained using stratified random sampling. Data collection was carried out using a questionnaire to determine socio-economic status, FFQ to measure eating patterns, and PSQI to measure rest patterns. Data analysis was carried out using the Spearman rank test for continuous data and chi-square for categorical data. The results of this study found that the higher consumption of Fe sources (p-value = 0.001) and compliance with the consumption of blood supplement tablets (p-value = 0.000) were significantly related to the higher hemoglobin levels of adolescent girls at SMPN 2 South Tangerang. A significant relationship was also found between maternal education (p-value= 0.035) and the incidence of anemia in adolescent girls at SMPN 2 South Tangerang. It is hoped that the school will hold a program with the aim of meeting the need for Fe sources and increasing compliance with blood supplement tablets among adolescents.

Keywords: Anemia, eating patterns, resting patterns, socio-economic status, female adolescents