

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA SISWI SMAN 1 AJIBARANG

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan masalah gizi di Indonesia yang sering ditemukan pada remaja perempuan. Pola makan merupakan perilaku memperoleh makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi harian. Angka anemia di Kabupaten Banyumas masih cukup tinggi meskipun sudah dilaksanakan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD), sehingga diperlukan kajian terkait kemungkinan penyebab anemia. Pola makan menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan anemia. Penelitian dilaksanakan di Ajibarang karena belum terdapat kajian serupa di daerah tersebut. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Ajibarang. **Metodologi:** Penelitian ini menggunakan desain studi *cross-sectional* berbasis data primer dari penelitian analitik observasional. Responden mendapat perlakuan pengukuran kadar hemoglobin dan pengisian kuesioner FFQ (*Food Frequency Questionnaire*). **Hasil:** Penelitian ini terdiri dari 261 responden yang didominasi usia 15 tahun (58,2%) dengan pola makan buruk (58,2%) dan anemia (41,0%). Mayoritas responden memiliki orang tua dengan pendidikan terakhir SMA (31%), kategori pekerjaan sebagai buruh/tani (47,2%), dan pendapatan menengah-rendah (78,2%). Uji *chi-square* menunjukkan hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia ($p=0,027$), dengan *Odds Ratio* 1,777 (CI 95% 1,067-2,962) yang menunjukkan bahwa siswi dengan pola makan buruk memiliki peluang lebih besar mengalami anemia dibandingkan siswi dengan pola makan baik. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia di siswi SMAN 1 Ajibarang. Hasil pada penelitian ini menegaskan pentingnya pola makan baik sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

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

**THE ASSOCIATION BETWEEN DIETARY PATTERNS AND ANEMIA
AMONG FEMALE STUDENTS OF PUBLIC HIGH SCHOOL 1 AJIBARANG**

ABSTRACT

Background: Anemia is a nutritional problem in Indonesia commonly found among adolescent girls. Dietary pattern refers to individual behavior in obtaining food to meet daily nutritional requirements. The prevalence of anemia in Banyumas remains relatively high despite the implementation of the Iron Supplementation Program, indicating the need to explore potential contributing factors. Dietary pattern is considered one of the factors associated with anemia. This study was conducted in Ajibarang because there is no similar research in this area. **Objective:** This study aimed to determine the association between dietary patterns and anemia among female students at public senior highschool 1 Ajibarang. **Methods:** This study used a cross-sectional design based on primary data from an observational analytic study. Hemoglobin levels were measured and dietary patterns were assessed using a Food Frequency Questionnaire (FFQ). **Results:** This study includes 261 respondents, predominantly aged 15 years (58,2%) with poor dietary patterns (58,2%) and anemia (41,0%). Most respondents have parents with senior high school education (31%), occupations as laborers/farmers (47,2%), and low-to-middle household income (78,2%). Chi-square test shows a significant association between dietary patterns and anemia ($p=0,027$). Odds Ratio 1,777 (95% CI: 1,067–2,962) indicates that students with poor dietary patterns have a higher likelihood of experiencing anemia compared to those with good dietary patterns. **Conclusion:** There is an association between dietary patterns and anemia among female students at public senior highschool 1 Ajibarang, highlighting the importance of healthy dietary patterns in preventing anemia among adolescent girls.

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