

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA MAHASISWI DI ASRAMA PUTRI UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

Listi¹, Alfie Ardiana Sari²

INTISARI

Latar belakang: Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dijumpai pada remaja putri, termasuk pada kelompok mahasiswa yang tinggal di asrama dengan pola makan mandiri. Ketidakteraturan waktu makan dan minimnya konsumsi makanan bergizi seimbang menjadi faktor risiko yang dapat memengaruhi status gizi dan berdampak pada penurunan kadar hemoglobin. Kondisi tersebut, apabila berlangsung dalam jangka waktu lama tanpa perbaikan pola makan, dapat meningkatkan kerentanan mahasiswa terhadap kejadian anemia.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa di Asrama Putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif analitik dengan desain *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 66 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat digital *EasyTouch GCHb*. Analisis menggunakan uji korelasi Spearman Rank.

Hasil: Sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki pola makan pada kategori cukup yaitu 62,1%, kemudian 31,8% responden berada pada kategori pola makan kurang, dan 6,1% responden termasuk dalam kategori pola makan lebih. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin didapatkan 33,3% responden mengalami anemia ringan hingga sedang. Berdasarkan analisis uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman didapatkan *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa di Asrama Putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa di asrama.

Kata kunci: Pola makan, anemia, mahasiswa

¹ Mahasiswa Kebidanan S-1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Kebidanan S-1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS AND THE INCIDENCE OF ANEMIA AMONG FEMALE STUDENTS IN THE DORMITORY OF GENERAL ACHMAD YANI UNIVERSITY, YOGYAKARTA

Listi¹, Alfie Ardiana Sari²

ABSTRACT

Background: Anemia is one of the common health problems among adolescent girls, including female students living in dormitories with independent eating patterns. Irregular mealtimes and inadequate intake of balanced nutritious food are risk factors that may affect nutritional status and lead to decreased hemoglobin levels. If such conditions persist for a long period without improvements in dietary habits, the vulnerability of female students to anemia may increase.

Objective: To determine the relationship between dietary patterns and the incidence of anemia among female students in the Dormitory of Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Methods: This study employed a quantitative analytic approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 66 female students selected through purposive sampling. Data were collected using the Food Frequency Questionnaire (FFQ) and hemoglobin level examination with the EasyTouch GCHb digital device. Data analysis was conducted using the Spearman Rank correlation test.

Results: The majority of respondents in this study had dietary patterns categorized as adequate (62.1%), while 31.8% were categorized as inadequate, and 6.1% were categorized as excessive. Hemoglobin examination revealed that 33.3% of respondents experienced mild to moderate anemia. Statistical analysis using the Spearman correlation test showed a p-value of $0.000 < 0.05$, indicating a significant relationship between dietary patterns and the incidence of anemia among female students in the Dormitory of Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Conclusion: There is a significant relationship between dietary patterns and the incidence of anemia among female students living in dormitories.

Keywords: Dietary patterns, anemia, female students

¹ Bachelor of Midwifery Student Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

² Lecturer in Midwifery S-1 Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta