



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN POLA MAKANAN CEPAT SAJI, TERLEWATNYA
WAKTU MAKAN DAN ASUPAN ZAT BESI DENGAN KEJADIAN
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 3 PADANG
TAHUN 2017**

Oleh :

Anisa Meidriarti

No. BP. 1311212011



Pembimbing I : Hafifatul Auliya Rahmy, SKM, MKM

Pembimbing II : Dr. Denas Symond, MCN

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2017

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2017

ANISA MEIDRIARTI, No. BP. 1311212011

**HUBUNGAN POLA MAKANAN CEPAT SAJI, TERLEWATNYA WAKTU
MAKAN DAN ASUPAN ZAT BESI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 3 PADANG TAHUN 2017**

ix + 63 halaman, 13 tabel, 3 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia dan sering terjadi karena kekurangan asupan zat besi. Dampak anemia pada remaja diantaranya adalah menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, serta mengganggu pertumbuhan. Rendahnya supan zat besi sering terjadi pada orang-orang yang mengkonsumsi bahan makanan yang kurang beragam, melewatkan waku makan dan menggantinya dengan makanan cepat saji. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makanan cepat saji, terlewatnya waktu makan dan asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *case control*. Sampel ditentukan secara *accidental sampling* untuk kasus dan *simple random sampling* untuk, serta sampel yang memenuhi kriteria inklusi masing-masing kelompok berjumlah 33 orang dengan perbandingan 1:1. Data dikumpulkan melalui kuesioner, FFQ dan melalui pengukuran kadar hemoglobin. Pengolahan data dilakukan secara univariat dan bivariat, kemudian dianalisis menggunakan uji *chi-square* dengan derajat kepercayaan 95%.

Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola makanan cepat saji berdasarkan frekuensi >2 kali/minggu memiliki risiko 4,2 kali lebih besar terkena anemia dibandingkan ≤ 2 kali/minggu (OR = 4,2 ; 95% CI; 1,38-12,97), berdasarkan jumlah makanan cepat saji (OR = 1 ; 95% CI; 0,06-16,7), berdasarkan jenis makanan cepat saji (OR = 2,76 ; 95% CI; 0,5-15,4), terlewatnya waktu makan (OR = 4,35 ; 95% CI; 1,07-17,6), dan asupan zat besi (OR = 2,8 ; 95% CI; 0,5-15,4).

Kesimpulan

Terdapat hubungan yang bermakna antara pola makanan cepat saji berdasarkan frekuensi dan terlewatnya waktu makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017. Sedangkan variabel pola makanan cepat saji berdasarkan jumlah dan jenis, serta asupan zat besi tidak terdapa hubungan yang bermakna dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Padang tahun 2017. Untuk itu, disarankan bagi remaja untuk mengkonsumsi makanan bergizi terutama zat besi, membiasakan sarapan, dan tidak makan bersamaan dengan makanan atau minuman yang menghambat penyerapan zat besi.

Daftar Pustaka : 40 (2000-2016)

Kata Kunci : Anemia, pola makan, makanan cepat saji, waktu makan, zat besi.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, July 2017

ANISA MEIDRIARTI, No. BP. 1311212011

THE RELATIONSHIP PATTERNS OF FAST FOOD, SKIP MEALS, AND IRON INTAKE WITH ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS IN SMK NEGERI 3 PADANG IN 2017

ix + 63 pages, 13 tables, 3 pictures, 8 attachment

ABSTRACT

Objective

Anemia is the most nutritional problem worldwide and it is mainly caused due to iron deficiency. The impact of anemia on adolescents such as reducing the ability and concentration of learning, and disrupt growth. Low iron intake often occurs in people who consume less diverse foods, skip meals and replace it with fast food. The research aims to determine the relationship patterns of fast food, skip meals, and iron intake with anemia in adolescent girls in SMK Negeri 3 Padang in 2017.

Method

This research design used a case control study. The sample were determined accidental sampling for case and simple random sampling for control and the sample that fulfilled the inclusion criteria of each group was 33 people with a ratio of 1:1. Data were collected using questionnaire for skip meals, Food Frequency Questionnaire (FFQ), and test of hemoglobin levels. Data were processed on univariate and bivariate, then analyzed by using chi-square test with 95% Confidence Interval.

Result

The result showed that food patterns of fast food based on frequency >2 times/week had 4,2 times risk of anemia compared to ≤ 2 times/week (OR = 4,2 ; 95% CI; 1,38-12,97), based on the amount of fast food (OR = 1 ; 95% CI; 0,06-16,7), based on the type of fast food (OR = 2,76 ; 95% CI; 0,5-15,4), skip meals (OR = 4,35 ; 95% CI; 1,07-17,6), and iron intake (OR = 2,8 ; 95% CI; 0,5-15,4).

Conclusion

There was a relationship between food pattern of fast food based on frequency and skip meals with anemia in adolescent girls in SMK Negeri 3 Padang in 2017. While food pattern of fast food based on amount and type, and iron intake there wasn't relationship with anemia in adolescent girls in SMK Negeri 3 Padang in 2017. Therefore, it's recommended for adolescent girls to consume nutritious foods especially containing iron, have a breakfast, and do not eat with food or drink can obstruct absorption of iron.

References : 40 (2000-2016)

Keywords : Anemia, food pattern, fast food, skip meals, iron intake