

Hubungan Pola Makan Dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Kejadian Anemia Pada Mahasiswa D3 Kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

Adriana Bangun SST., MKM

Universitas Audi Indonesia

adrianabangun1988@gmail.com

ABSTRAK

Anemia merupakan keadaan dimana tubuh mengalami kekurangan sel darah merah, sehingga membuat orang tersebut sudah untuk dapat berpikir dengan baik dan gampang merasa lelah dan mengantuk. Mahasiswa D3 Kebidanan ketika di lakukan survey awal kepada 10 mahasiswa, 8 mengatakan sering tidak fokus dan mengantuk saat pembelajaran berlangsung dikelas dan setelah dilakukan pemeriksaan HB ternyata mahasiswa tersebut mengalami anemia. Keadaan tinggal diasrama membuat mahasiswa sering makan tidak teratur dan suka membeli makanan cepat saji. Hal ini menjadi dasar penelitian ini dilakukan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan pola makan dan *fast food* terhadap kasus anemia pada mahasiswa D3 Kebidanan. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 66 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode total sampling yaitu sebanyak 66 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan pola makan sering sebanyak 28 (42,4%) dan jarang 38 (57,6%), *Fast food* 24 (36,4%) dan sering 42 (63,6%) dan anemia 21 (31,8%) tidak anemia 45 (68,2%). Dari hasil uji *Chi square* di dapat *p value* 0,000 sehingga didapat kesimpulan bahwa ada hubungan kejadian anemia dengan pola makndan *fast food* pada mahasiswa D3 Kebidanan di Universitas Audi Indonesia

Kata Kunci : Pola Makan, Fast food, Anemia

ABSTRACT

Anemia is a condition where the body experiences a lack of red blood cells, making the person unable to think well and easily feel tired and sleepy. D3 Midwifery students, when an initial survey was carried out on 10 students, 8 said that they were often unfocused and sleepy during class and after an HB examination it turned out that the students were anemic. Living in a dormitory means that students often eat irregularly and like to buy fast food. This became the basis for this research to be carried out. The aim of this research is to see the relationship between diet and fast feet on cases of anemia in D3 Midwifery students. This research uses a cross sectional design. The population in this study was 66 students. The sampling technique was carried out using a total sampling method, namely 66 students. This research uses the chi square test. The results showed that 28 (42.4%) students with frequent eating patterns and 38 (57.6%) rarely ate fast food, 24 (36.4%) and 42 (63.6%) had fast food and 21 (31.8%) were not anemic. 45 (68.2%). From the results of the square test, a *p value* of 0.000 was obtained, so it was concluded that there was a relationship between the incidence of anemia and eating patterns and fast food in D3 Midwifery students at Audi University in Indonesia.

Keywords : Diet, Fast food, Anemia

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Anemia merupakan penyakit yang kondisi ketika tubuh mengalami kekurangan sel darah merah yang sehat atau ketika sel darah merah tidak berfungsi dengan baik. Sehingga menyebabkan, organ tubuh tidak mendapat cukup oksigen sehingga membuat penderita anemia memiliki kulit yang pucat dan mudah lelah. Sebagai mahasiswa kebidanan, akan banyak waktu yang terpakai untuk melakukan kegiatan dalam belajar dan membutuhkan fokus yang baik dalam belajar. Sehingga dengan demikian, penting bagi mahasiswa untuk terus menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, agar terhindar dari berbagai macam kesehatan yang dapat mengganggu aktifitas harian. Salah satu penyakit yang harus diwaspadai tersebut, salah satunya adalah anemia. Menurut WHO (2013) menyatakan bahwa anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama di negara berkembang. Anemia adalah keadaan dimana kadar zat merah darah atau hemoglobin (Hb) lebih rendah dari nilai normal. Anemia berarti kekurangan sel darah merah, yang dapat disebabkan oleh hilangnya darah yang terlalu cepat atau karena terlalu lambatnya produksi sel darah merah (Sulis dalam Utami dkk., 2019). Sebanyak 30% penduduk dunia diperkirakan menderita anemia terutama remaja dan anak muda. Prevalensi anemia remaja di dunia berkisar 40-88%, sedangkan prevalensi anemia di Asia Tenggara adalah sekitar 45,7% atau 182 juta orang (Arisnawati & Zakiudin, 2018). Prevalensi anemia di Indonesia yaitu pada remaja putri usia 10- 18 tahun sebesar 57,1% (Zubir, 2018). Berdasarkan dari dinas kesehatan kota medan, didapat angka anemia pada remaja di kota medan sebesar 62 %. Anak muda sering mengalami anemia karena banyak anak muda yang tidak teratur dan tidak memperhatikan makan yang bergizi yang harus di konsumsi. Mahasiswa D3 Kebidanan merupakan mahasiswa yang mayoritas tinggal di asrama, dengan demikian, mahasiswa tersebut mengkonsumsi makanan yang sudah disediakan oleh ibu dapur yang ada di asrama. Mahasiswa ini sering merasa bosan dengan menu yang disajikan, padahal penyajian menu sudah mempertimbangkan gizi yang seharusnya di dapat oleh mahasiswa tersebut. Akan tetapi mahasiswa masih lebih banyak memilih mengkonsumsi makanan cepat saji dengan rasa yang lebih enak di mulut tetapi belum tentu memiliki kandungan gizi yang baik bagi mahasiswa tersebut. Mahasiswa D3 Kebidanan ketika di lakukan survey awal kepada 10 mahasiswa, 8 mengatakan sering tidak fokus dan mengantuk saat pembelajaran berlangsung dikelas dan setelah dilakukan pemeriksaan HB ternyata mahasiswa tersebut mengalami anemia. Keadaan tinggal di asrama membuat mahasiswa sering makan tidak teratur dan suka membeli makanan cepat saji.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang, dirumuskan masalah sebagai berikut “Apakah ada hubungan antara pola makan dan fast food dengan kejadian anemia pada mahasiswa D3 Kebidanan di Universitas Audi Indonesia pada tahun 2021.

3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pola makan mahasiswa D3 Kebidanan di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi Fast Food mahasiswa D3 Kebidanan di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pola makan mahasiswa D3 Kebidanan di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

Bangun Adriana : Hubungan Pola Makan Dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Kejadian Anemia Pada Mahasiswa D3 Kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021.

- d. Untuk mengetahui hubungan pola makan dan fast food terhadap kejadian anemia pada mahasiswa D3 Kebidanan di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

4. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah :

- a. Sebagai pengetahuan yang baru bagi mahasiswa D3 Kebidanan di Universitas Audi Indonesia tentang penyebab terjadinya anemia
- b. Sebagai referensi bagi bagaian gizi asrama untuk konsumsi anak asrama.
- c. Sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

II. METODE

Tempat

Penelitian ini di lakukan di Universitas Audi Indonesia

Waktu

Penelitian ini dilakukan mulai januaris/d februari 2021

Rancangan Penelitian atau Model

Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 66 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode total sampling yaitu sebanyak 66 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan uji chi square.

Bahan dan Peralatan

1. Kuesioner Food Frekuensi Questionairt (FFQ)
2. Alat HB sahli

Tahapan Penelitian

1. Melakukan administrasi izin penelitian di Universitas Audi Indonesia.
2. Mempersiapkan bahand an alat serta kuesioner penelitian.
3. Meberikan informant consent kepada responden
4. Melalukan pengisisna kuesioner
5. Melakukan pemeriksaan HB dengan HB sahli

III. HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

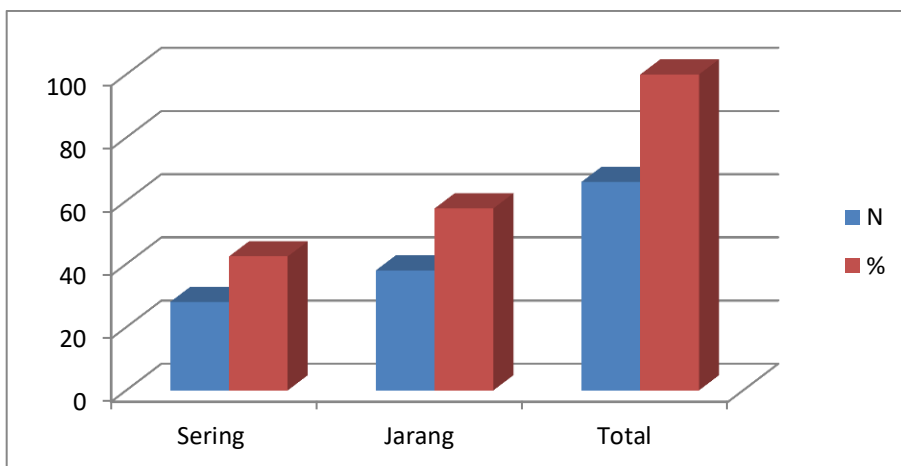
Distribusi frekuensi karakteristik responden yang diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 1 Distribusi frekuensi pola makan pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021 adalah, pola makan yang sering sebanyak 28 (42,4%) mahasiswa dan jarang sebanyak 38 (57,6%) mahasiswa.

Distribusi frekuensi pola makan pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

Pola Makan	N	%
Sering	28	42,4
Jarang	38	57,6
Total	66	100

Bangun Adriana : Hubungan Pola Makan Dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Kejadian Anemia Pada Mahasiswa D3 Kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021.

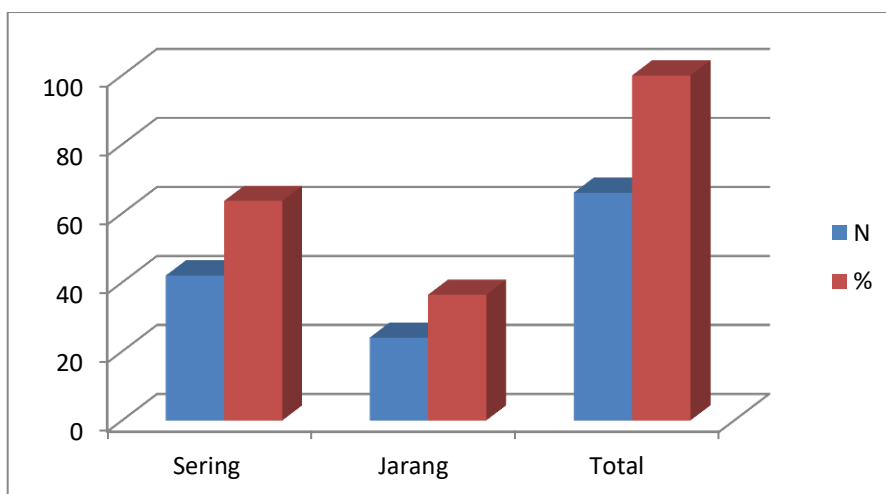


Gambar 1. Distribusi frekuensi pola makan pada mahasiswa D3 kebidanan

Tabel 2 Distribusi frekuensi Fast food pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021 adalah, pola makan yang sering sebanyak 42 (63,6%) dan yang jarang 24 (36,4%) mahasiswa.

Distribusi frekuensi Fast Food pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

Fast food	N	%
Sering	42	63,6
Jarang	24	36,4
Total	66	100



Gambar 2. Distribusi frekuensi Fast food pada mahasiswa D3 kebidanan

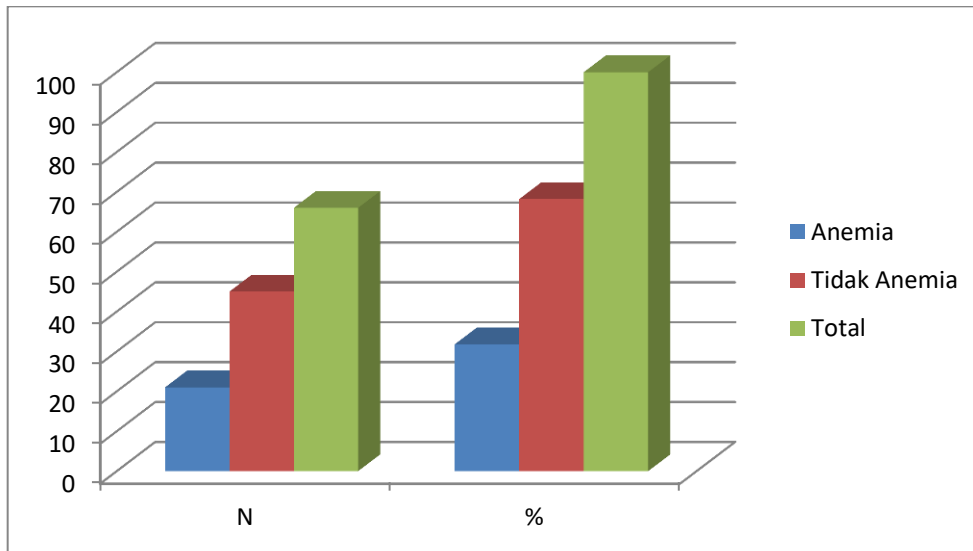
Tabel 3 Distribusi frekuensi anemia pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021 adalah, anemia sebanyak 21 (31,8%) dan yang tidak anemia 45 (68,2%) mahasiswa.

Distribusi frekuensi kejadian anemia pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

Kejadian Anemia	N	%
Anemia	21	31,8

Bangun Adriana : Hubungan Pola Makan Dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Kejadian Anemia Pada Mahasiswa D3 Kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021.

Tidak Anemia	45	68,2
Total	66	100

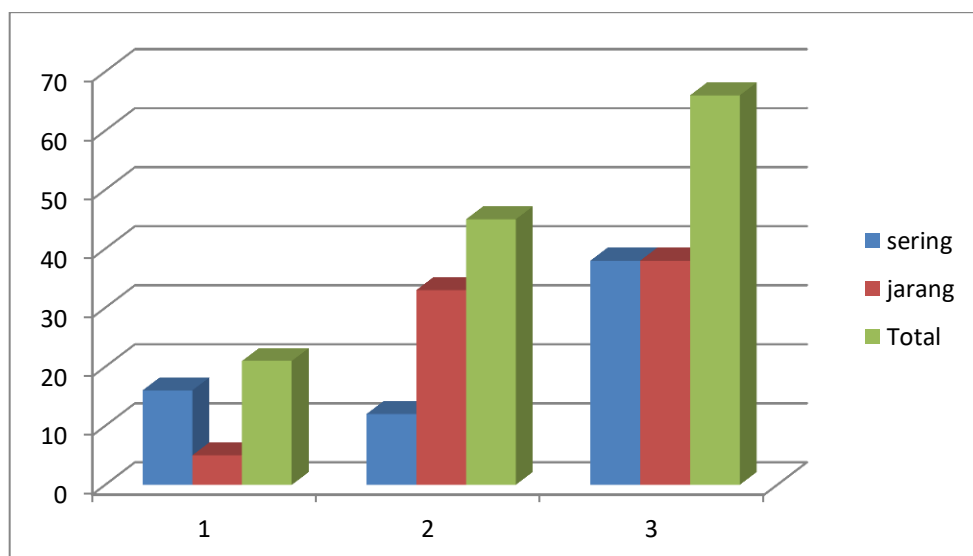


Gambar 3. Distribusi frekuensi kejadian anemia pada mahasiswa D3 kebidanan

Analisis Bivariat

Tabel 4 Hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

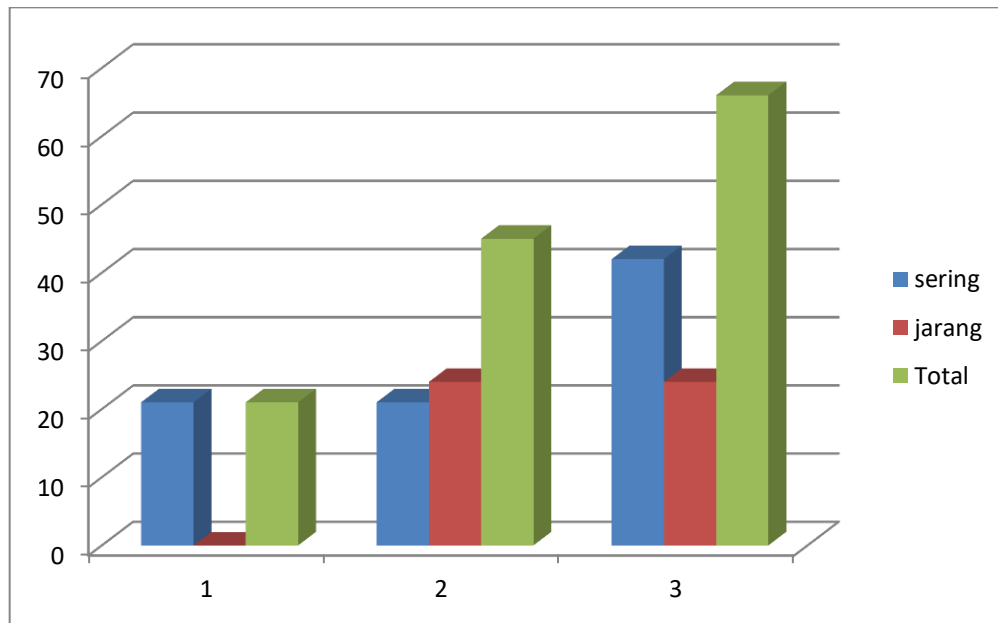
Pola makan	Kejadian anemia		Total	Pvalue
	anemia	Tidak anemia		
sering	16	12	38	0,000
jarang	5	33	38	
Total	21	45	66	



Gambar 4. Hubungan antara pola makan dan kejadian anemia

Tabel 5 Hubungan antara Fast Food dengan kejadian anemia pada mahasiswa D3 kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021

Fast Food	Kejadian anemia		Total	Pvalue
	anemia	Tidak anemia		
sering	21	21	42	0,000
jarang	0	24	24	
Total	21	45	66	



Gambar 5. Hubungan antara Fast Food dan Kejadian anemia.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka kesimpulan dari penelitian ini adalah : bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Audi Indonesia, hal ini terlihat dari hasil p Value 0,000. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Ely Khoirun Nisa tahun 2021 yang mengatakan bahwa pola makan juga mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Konsumsi Fast food juga mempengaruhi kejadian anemia, hal ini juga terlihat dari hasil uji yang menunjukkan p value 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirajatmadi, B. 2012. Pengantar Gizi Masyarakat, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Afrina, E. 2014. *Perawatan Tali Pusat Pada Bayi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Agung, K.Y., 2014. Faktor-Faktor Yang mempengaruhi Status Anemia Siswa Siswi SMA Di Perkotaan dan Pedesaan. Institut Pertanian Bogor.
- Arif Sumantri. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arin & Akbar. 2015. *Cara Perawatan Tali Pusat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asuhan keperawatan perinatal* Dra. Jumiarni dkk, editor Ni Luh Gede Yasmin Asih, Skp. Penerbit buku kedokteran-jakarta : EGC, 1994.
- Bidjuni, dkk. 2013. *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia 8 - 10 Tahun Di SD Katolik 03 Frater Don Bosco Manado*. Manado: Jurnal Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.

Bangun Adriana : Hubungan Pola Makan Dan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Kejadian Anemia Pada Mahasiswa D3 Kebidanan Di Universitas Audi Indonesia Tahun 2021.

- Depkes RI. 2017. *Profil kesehatan Indonesia Menuju Indonesia sehat*. Departemen Kesehatan RI: Jakarta.
- Handayani, P.W., Riri, N, & Jumaini., 2014. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Universitas Riau*. Vol. 2.
- Herawati, 2015. Kemandirian Ibu Nifas dan Primipara dan Perawatan Bayi Baru Lahir. Volume 1, No. 1. *Jurnal Keperawatan*.
- Herlina., 2013. Mengatasi Masalah Anak dan Remaja, Bandung: Pustaka Cendekia Utama.
- Hidayat,A. 2012. Metode penelitian keperawatan dan tehnik analisa data. Jakarta: Salemba Medika.
- Husna, Umniyyati., 2013. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Pola Makan Di Madrasah Aliyah Keagamaan (MAK) Al Mukmin Sukoharjo. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES).
- Iis Sinsin, 2012, *Masa Kehamilan Dan Persalinan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Junaidi, Noviyanda. 2016. *Kebiasaan Konsumsi Fast Food Terhadap Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Banda Aceh*. Banda Aceh: Aceh Nutrition Journal. Vol. 1 (2) Hal. 78 - 82
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia; 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Muslihatun, Wafi Nur, 2011. *Asuhan Neonatus Bayi Dan Balita* : Yogyakarta : Tramaya.
- Nor Asiyah, dkk, 2017. Perawatan Tali Pusat Terbuka Sebagai Upaya Mempercepat Pelepasan Tali Pusat, *Jurnal Kebidanan*. Volume 1, No 1.
- Notoatmojo, S. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmojo, Soekidjo, 2010. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.s.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Saifuddin.2015. *Buku Acuan Nasional Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: YBP.sp.
- Saleha, 2014. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta : Salemba Medika.
- Setiadi. 2013. *Konsep dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan, Edisi 2*. Yogyakarta : Graha ilmu.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
13 Mei 2021	20 Mei 2021	26 Mei 2021	Ya