

Hubungan Pola Makan dan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

Michelle Asmaradewi Hadirandry¹, Rachma Purwanti², Nadhea Alriessyanne Hindarta², Ahmad Syauqy²

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia masih menjadi salah satu masalah gizi pada wanita usia subur di negara berkembang, termasuk Indonesia. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kejadian anemia, antara lain pola makan dan status gizi.

Tujuan: Menganalisis hubungan pola makan dan status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Sampel sebanyak 108 mahasiswi di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro angkatan 2022-2025 diambil menggunakan metode *proportionate stratified random sampling*. Data kadar hemoglobin, pola makan, antropometri, besar uang jajan, dan aktivitas fisik diambil menggunakan formulir FFQ, IMT, formulir identitas diri, dan kuesioner GPAQ. Uji statistik menggunakan uji *Chi-Square* dan regresi logistik biner.

Hasil: Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia ($p = 0,001$), sedangkan antara status gizi dengan kejadian anemia tidak terdapat hubungan signifikan ($p = 0,237$). Berdasarkan hasil analisis multivariat, pola makan merupakan faktor yang paling mempengaruhi kejadian anemia.

Kesimpulan: Pola makan memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia, sedangkan status gizi tidak memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia. Pola makan tidak beragam adalah faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian anemia dibandingkan status gizi, aktivitas fisik, dan sosial ekonomi.

Kata Kunci: anemia, mahasiswi, pola makan, status gizi

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

Korespondensi/email : rachmapurwanti@fk.undip.ac.id