

Hubungan Kualitas Diet dan Citra Tubuh dengan Anemia pada Santri Putri Berisiko KEK Usia 15-18 Tahun di Pondok Pesantren Tahfidzul Quran (PPTQ) Al-Asy'ariyyah Wonosobo

Ilfa Amanaty Elfath¹, Nuryanto¹, Hartanti Sandi Wijayanti¹, Aryu Candra¹

ABSTRAK

Latar belakang: Santri putri usia 15-18 tahun termasuk ke dalam wanita usia subur (WUS) yang rentan mengalami kurang energi kronis (KEK) dan anemia. Lingkar lengan atas (LILA) yang rendah berisiko lebih tinggi terhadap kejadian anemia. Kualitas diet yang buruk dan persepsi terhadap citra tubuh yang salah dapat mempengaruhi rendahnya asupan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin sehingga rentan mengalami anemia.

Tujuan: Menganalisis hubungan kualitas diet dan citra tubuh dengan anemia.

Metode: Desain penelitian ini adalah *cross sectional* dengan sampel 70 santri putri berisiko KEK usia 15-18 tahun yang dipilih melalui *simple random sampling*. Status anemia ditentukan melalui pengukuran kadar hemoglobin menggunakan HemoCue[®] Hb 201+. Variabel bebas yaitu data kualitas diet diperoleh melalui wawancara *Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) dan data citra tubuh diukur dengan kuesioner *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS). Data konsumsi teh dan kopi diperoleh melalui wawancara SQ-FFQ sementara data konsumsi tablet tambah darah (TTD), uang saku, dan pengetahuan gizi diperoleh melalui pengisian kuesioner terstruktur. Data dianalisis menggunakan uji *chi-square* dan uji regresi logistik berganda.

Hasil: Sebanyak 41,4% subjek mengalami anemia. Sebanyak 28,6% subjek memiliki kualitas diet yang rendah dan 79,2% subjek memiliki citra tubuh negatif. Analisis bivariat menunjukkan kualitas diet ($p < 0,001$) dan uang saku ($p = 0,042$) berhubungan dengan anemia. Analisis multivariat menunjukkan kualitas diet berhubungan dengan anemia ($p = 0,001$) sementara citra tubuh tidak berhubungan dengan anemia.

Simpulan: Ada hubungan antara kualitas diet dengan anemia dan tidak ada hubungan antara citra tubuh dengan anemia pada santri putri berisiko KEK usia 15-18 tahun di PPTQ Al-Asy'ariyyah Wonosobo.

Kata kunci: risiko KEK, anemia, santri putri, kualitas diet, citra tubuh

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