

Perbedaan Pengetahuan Gizi Prakonsepsi, Asupan Protein, dan Zat Besi berdasarkan Status Anemia pada Mahasiswi

Shakira Asmarani Ananditta Widodo¹, Fillah Fithra Dieny²

ABSTRAK

Latar Belakang: Wanita Usia Subur (WUS) seperti mahasiswi perlu mengetahui dan memiliki pengetahuan mengenai gizi prakonsepsi. Hal ini dilakukan untuk mendorong perilaku sehat yang dapat menunjang kesehatan reproduksi dan mencegah masalah kesehatan yang tidak diinginkan. Salah satu masalah yang terjadi pada masa prakonsepsi adalah anemia, dimana dapat dicegah dengan mengkonsumsi sumber protein dan zat besi yang membantu dalam pembentukan hemoglobin dalam darah.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan gizi prakonsepsi, asupan protein, dan asupan zat besi berdasarkan status anemia pada mahasiswi

Metode: Penelitian menggunakan metode *case-control* yang melibatkan 52 subjek mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria yang sesuai. Data yang dikumpulkan adalah pengetahuan gizi prakonsepsi, asupan protein, dan asupan zat besi. Data yang diperoleh diuji menggunakan *Shapiro Wilk* dan uji perbedaan yang dilakukan menggunakan *Independent T-Test* dan *Mann Whitney*.

Hasil: Tidak terdapat perbedaan pengetahuan gizi prakonsepsi ($p=0,352$) dimana skor antar kedua kelompok tidak jauh berbeda namun terdapat perbedaan asupan protein ($p=0,001$) dan zat besi ($p=0,001$) dimana asupan kelompok anemia lebih rendah dibandingkan kelompok tidak anemia.

Simpulan: Tidak ada perbedaan pengetahuan gizi prakonsepsi, namun terdapat perbedaan antara asupan protein dan zat besi antara kelompok anemia dan kelompok tidak anemia.

Kata Kunci: Gizi Prakonsepsi, Anemia, Mahasiswi

¹Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

Differences In Knowledge of Preconception Nutrition, Protein, and Iron Intake by Anemia Status among Female College Students

Shakira Asmarani Ananditta Widodo¹, Fillah Fithra Dieny²

ABSTARCT

Background: Women of productive age such as female college students need to be aware of and have knowledge about preconception nutrition. This is done to encourage healthy behaviors to support women reproductive health and prevent unwanted health problems. One of the problems that can occur during this period of time is anemia, which can be prevented by consuming source of protein and iron that help to form hemoglobin.

Objective: This study aims to determine the differences in preconception nutritional knowledge, protein intake, and iron intake based on anemia status between female college students.

Methods: This study used case-control research design involving 52 subjects of female students from Faculty of Medicine, Diponegoro University who were selected using purposive technique sampling with matching criteria. The data that were collected such as preconception nutritional knowledge, protein intake, and iron intake. Statistical analysis were tested using Shapiro Wilk, Independent T-Test, and Mann Whitney.

Result: There was no difference between two groups in preconception nutritional knowledge ($p=0,352$) where the scores were not much different, but there were differences in protein ($p=0,001$) and iron ($p=0,001$) intake where anemia group has lower intake than the non-anemia group.

Conclusion: There was no difference in preconception nutritional knowledge but there were differences in protein and iron intake between the two groups.

Keyword: Preconception Nutritional Knowledge, Anemia, Female College Student

¹Nutrition Science Departement, Faculty of Medicine, Diponegoro University