

**DI MTS NURUL ULUM KARANGSAWAH  
KECAMATAN TONJONG KABUPATEN BREBES**

Rita Khurairoh<sup>1</sup>, Yuliana Noor S. Ulvie<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Semarang

Email : [ritahertanto@gmail.com](mailto:ritahertanto@gmail.com) ; [ulvieanna@gmail.com](mailto:ulvieanna@gmail.com).

Angka kejadian anemia di Jawa Tengah mencapai 57,1%. Hasil Survey Dinas Kesehatan Kabupaten Brebes dan Puskesmas terhadap remaja putri tahun 2013 sebesar 40,13 % dan tahun 2015 sebesar 22,94%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola konsumsi tanin, fitat, oksalat dan anemia dengan status anemia pada remaja putri MTS Nurul Ulum Karangasawah Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain *crosssectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 89 responden dengan kriteria inklusi usia 12 – 16 tahun dan tidak sedang mentruasi. Sampel diambil dengan menggunakan tehnik simple random sampling. Data konsumsi tanin, fitat, oksalat dan protein menggunakan SQ-FFQ, kadar hemoglobin dengan menggunakan cyanmet untuk melihat hasilnya menggunakan fotometer dan analisis data dengan *chi square*.

Dari hasil penelitian didapat remaja putri yang anemia sebanyak 38 siswi (42,7%). Remaja putri yang sering mengkonsumsi tanin sebanyak 26 siswi (53,1%), fitat sebanyak 23 siswi (59,0%), oksalat sebanyak 23 siswi (56,1%) dan konsumsi protein sebanyak 40 siswi (44,9%). Terdapat hubungan antara pola konsumsi tanin ( $p=0,049$ ), pola konsumsi fitat ( $p=0,012$ ), pola konsumsi oksalat ( $p=0,032$ ) dan pola konsumsi protein ( $p=0,000$ ) dengan status anemia.

Dari hasil penelitian ini diperoleh bahwa ada hubungan antara pola konsumsi tanin, fitat, oksalat dengan status anemia remaja putri di MTS Nurul Ulum Karangasawah Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes. Peneliti menyarankan bagi guru petugas kesehatan agar terus meningkatkan pengetahuan tentang makanan yang menghambat penyerapan zat besi (Fe).

Kata kunci : status anemia remaja putri, tanin, fitat, oksalat, protein