

## INTISARI

Anastasia Femmy Anggraini. 2015. *Hubungan Kebiasaan Makan Pagi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Universitas Setia Budi di Surakarta*. Program Studi D-IV Analisis Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Setia Budi.

Makan pagi merupakan suatu kegiatan yang penting sebelum melakukan aktivitas fisik pada hari itu karena makan pagi menyumbang gizi sekitar 25%. Makan pagi dapat meningkatkan konsentrasi belajar. Timbulnya anemia juga dapat disebabkan oleh asupan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh. Bila terjadi kekurangan zat besi pada tubuh, maka akan mengalami penurunan produksi sel darah merah dan Hb. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebiasaan makan pagi dengan kadar hemoglobin pada mahasiswi Universitas Setia Budi di Surakarta.

Kadar hemoglobin diperiksa dengan menggunakan metode Automatik *Hematologi Analyzer* Medonic. Dalam penelitian ini untuk pengambilan sampel digunakan teknik *purposive sampling*. Data dalam penelitian ini diolah dengan menggunakan bantuan komputer dengan Uji *Chi Square 2x2*.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 40 sampel darah mahasiswi Universitas Setia Budi yang diperiksa dan dilakukan Uji *Chi Square* didapatkan hasil  $0,000 (p) < 0,05$  yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan makan pagi dengan kadar hemoglobin pada mahasiswi Universitas Setia Budi. Sedangkan dari hasil nilai *contingency coefficient* sebesar 0,688 yang dengan tingkat signifikansi 0,000 yang menunjukkan derajat kuat. Hal ini menunjukkan ada hubungan yang sangat kuat antara kebiasaan makan pagi dengan kadar hemoglobin.

Kata Kunci : Kebiasaan Makan Pagi, Anemia, Kadar Hemoglobin

## ABSTRACT

Anastasia Femmy Anggraini. 2015. *The Relationship between Breakfast Habit and Hemoglobin Level in Female Students of Setia Budi University in Surakarta*. Health Analyst Study Program, Health Science Faculty, Setia Budi University.

Breakfast is an important activity before doing physical activity on that day because breakfast contributes about 25% of nutrition. Breakfast can improve learning concentration. The incidence of anemia may also result from incorrect, irregular, and unbalanced meal intake compared with the adequacy of nutrition source the body needs. When there is a shortage of iron in the body, it will decrease the production of red blood cells and hemoglobin. The objective of research was to find out the relationship between breakfast habit and hemoglobin level in female students of Setia Budi University in Surakarta.

Hemoglobin level was examined using *Automatic Hematological Analyzer Medonic*. In this research, the sampling technique used was purposive sampling one. The data of research was processed computer help with a 2 x 2 Chi Square test.

The result of research on 40 blood samples from the female students of Setia Budi university examined and tested using Chi Square test, it could be found the result of 0.000 ( $p < 0.005$ ) in which  $H_0$  was not supported and  $H_1$  was supported so that it could be concluded that there was a relationship between breakfast and hemoglobin level in female students of Setia Budi University. Meanwhile, the result of contingency coefficient score was 0.688 with extent of signification 0,000 that indicating the degree of strong. It showed that there was a very strong (close) relationship between breakfast habit and hemoglobin level.

Keywords: Breakfast Habit, Anemia, Hemoglobin Level.