

ABSTRAK

“POLA MAKAN PADA REMAJA PUTRI DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI SMA NEGERI 1 GONDANG NGANJUK”

Oleh : Rizal Praditia Alamsyah

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia adalah kondisi dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal atau turunya kadar sel darah merah/hemoglobin dalam darah. Wanita mempunyai resiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi bagaimana pola makan terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Gondang Nganjuk. Dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik korelatif yaitu, suatu penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan atau korelasi dua variabel yang diteliti dengan besar sampel 60 siswi. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan pengisian kuesioner yang dibagikan kepada responden. Penggunaan kuesioner dilakukan dalam mengumpulkan data mengenai pola makan pada remaja putri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami anemia sebagian besar memiliki pola makan yang tidak baik sedangkan remaja putri yang tidak mengalami anemia hampir seluruhnya memiliki pola makan yang baik. Masalah anemia pada remaja yang berkaitan dengan asupan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh salah satunya adalah zat besi maka Pemerintah Indonesia melakukan upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri melalui Program Gerakan Penanggulangan Anemia.

Kata kunci : Pola Makan, Anemia, Remaja Putri

ABSTRACT

"EATING PATTERNS IN YOUNG WOMEN WITH ANEMIA INCIDENCE AT SMAN 1 GONDANG NGANJUK"

By : Rizal Praditia Alamsyah

Anemia is a health problem throughout the world, especially in developing countries where an estimated 30% of the world's population suffers from anemia. Anemia is a condition in which the number of red blood cells or hemoglobin is less than normal or the level of red blood cells/hemoglobin in the blood decreases. Women have the highest risk of developing anemia, especially in young women. The purpose of this study was to identify how eating patterns affect the incidence of anemia in young women at SMA Negeri 1 Gondang Nganjuk. In this study using a correlative analytic research design, namely, a study was conducted to determine the relationship or correlation of the two variables studied with a sample size of 60 female students. Data collection techniques in this study by filling out questionnaires distributed to respondents. The use of a questionnaire was carried out in collecting data regarding eating patterns in young women. The results showed that most of the female adolescents who were anemic had poor eating habits, while almost all of the female adolescents who were not anemic had a good eating pattern. the problem of anemia in adolescents related to eating patterns that are wrong, irregular and unbalanced with the adequacy of the nutritional sources needed by the body, one of which is iron, the Government of Indonesia is making efforts to prevent and overcome anemia in young women through the Anemia Management Movement Program.

Keywords: Diet, Anemia, Young Women