

ABSTRAK

RAHMA UTARI. Gambaran Pengetahuan dan Asupan Makanan Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA PGRI Pekanbaru. Dibimbing oleh Fitri, SP, MKM dan Roziana, SST, M.Gizi.

Salah satu penyebab anemia pada remaja putri adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya asupan yang mengandung protein dan Fe serta vitamin yang meningkatkan penyerapan besi salah satunya vitamin C yang membuat prevalensi anemia pada remaja semakin tinggi. Beberapa faktor yang diyakini dapat mempengaruhi status anemia remaja antara lain pengetahuan remaja tentang anemia dan asupan makanan remaja. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan asupan makanan terhadap anemia pada remaja putri di SMA PGRI Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan desain cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada Januari s/d Mei 2023 di SMA PGRI Pekanbaru dengan total sampel 44 remaja putri. Hasil Penelitian, Remaja putri berpengetahuan kurang (22,7%), remaja putri berpengetahuan cukup (47,7%) dan remaja putri berpengetahuan baik (29,5%). Asupan protein remaja putri defisit berat (59,1%) dan asupan vitamin C dan zat besi remaja putri defisit berat (97,7%). Remaja putri yang mengalami anemia (54,5%) dan remaja putri yang tidak mengalami anemia (45,5%). Saran pada penelitian ini adalah sebaiknya pihak SMA PGRI Pekanbaru melakukan kerja sama dengan puskesmas untuk meningkatkan pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri dan pemilihan asupan makanan yang tepat, dan sebaiknya metode pengukuran asupan makanan yang berbeda seperti *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) agar hasil yang diperoleh lebih signifikan.

Kata Kunci : Remaja, Anemia, Asupan Makanan, dan Pengetahuan

ABSTRACT

RAHMA UTARI. Description of Knowledge and Food Intake of Anemia Incidence in Adolescent Girls at SMA PGRI Pekanbaru. Supervised by Fitri, SP, MKM and Roziana, SST, M.Gizi.

What underlies anemia in Adolescent Girls is a lack of knowledge about the importance of intake containing protein and Fe and vitamins that increase iron absorption, one of which is vitamin C, which makes the prevalence of anemia in adolescents even higher. Several factors are believed to influence the anemia status of adolescents, including adolescent knowledge about anemia and adolescent food intake. This study aimed to describe the knowledge and food intake on anemia in young women at SMA PGRI Pekanbaru. The type of research in this research is descriptive quantitative with a cross-sectional design. This research was conducted from January to May 2023 at SMA PGRI Pekanbaru with a total sample of 44 young women. The results of the study are that young women have less knowledge (22.7%), young women have sufficient knowledge (47.7%), and young women have good knowledge (29.5%). The protein intake in female adolescents was severely deficit (59.1%), and vitamin C and iron intake in female adolescents was severely deficit (97.7%). Adolescent girls who are anemic (54.5%) and female adolescents who are not anemic (45.5%). Suggestions for this study are that SMA PGRI Pekanbaru should collaborate with the health center to increase knowledge about anemia in young women and choose the proper food intake. It is better if the method of measuring food intake is different, like the Food Frequency Questionnaire method, so that the results are more significant.

Keyword : Adolescents, Anemia, Food Intake, and Knowledge