

ABSTRAK

Nurhafidoh
NIM. 21153010024
Program Studi Kebidanan

Dosen Pembimbing
Dr. Bdn. Eny Susanti, M. Keb.
NIDN. 0707058302

HUBUNGAN POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLE FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

(Studi Di PP MTs Negeri Bangkalan)

ABSTRAK

Anemia merupakan suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari nilai normal. Studi pendahuluan yang dilakukan di MTs Negeri Bangkalan pada tanggal melalui pemeriksaan hemoglobin (Hb) kepada 15 siswi kelas VIII didapatkan data 13 siswi (87%) yang mengalami anemia ringan dengan nilai Hb (10-11 gr/dl) dan 2 siswi (13%) tidak mengalami anemia dengan nilai Hb (12-13). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan, aktivitas fisik, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTs Negeri Bangkalan.

Desain penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 97 remaja putri yang diambil dengan teknik simple random sampling. Instrumen yang digunakan berupa alat ukur Easy Touch GCHb, kuesioner pola makan, *Short-International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ-SF), *Morisky Medication Adherence Scale* (MMAS-8) Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia ($p < 0,05$) dan tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian anemia ($p > 0,05$), terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia ($p < 0,05$), artinya ada hubungan antara pola makan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTs Negeri Bangkalan.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi remaja putri dalam menjaga asupan gizi, mendorong aktivitas fisik seimbang, dan memperkuat program suplementasi tablet Fe di sekolah, serta dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan upaya preventif terhadap anemia.

Kata Kunci: Anemia, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe