

ABSTRAK

Latar belakang: Anemia masih menjadi masalah kesehatan global, di SMK Sulthan Baruna ditemukan remaja putri yang anemia sebanyak 6,9%, penyebab terjadinya anemia pada remaja adalah kurangnya asupan konsumsi makanan gizi seimbang, pendarahan dan kecacingan. Kurangnya pengetahuan remaja tentang anemia yang menyebabkan banyak perubahan dalam perilaku mengonsumsi makanan gizi seimbang **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan anemia dan perilaku pola gizi seimbang dengan kejadian anemia pada siswi SMK Sulthan Baruna Cidaun. **Metode:** Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan *quasi experiment*, populasinya remaja putri di SMK Sulthan Baruna jumlah sampel 62 orang yang terdiri satu kelompok anemia dan satu kelompok tidak anemia jumlah masing masing 31 sampel, menggunakan teknik sampling *accidental sampling*, instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan formulir *Food recall* 24 jam. Data analisa menggunakan uji T dependen atau Uji T Paired. **Hasil:** Dari penelitian pada remaja putri yang anemia menunjukkan 54,8% remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia dan sebanyak 87,1% remaja tidak mengonsumsi makanan gizi seimbang, hasil uji Analisa T dependen adalah $P < 0,016$ sehingga ada kolerasi antara pengetahuan dan konsumsi gizi seimbang. **Kesimpulan:** Salah satu faktor risiko anemia pada remaja adalah pengetahuan yang kurang dan perilaku konsumsi makanan yang kurang seimbang.

Kata Kunci: Anemia, Pengetahuan, Perilaku makanan gizi seimbang, Remaja

ABSTRACT

Background: Anemia is still a global health problem, at SMK Sulthan Baruna, 6.9% of adolescent girls were found to have anemia, the cause of anemia in adolescents is lack of intake of balanced nutritional food consumption, bleeding and worms. Lack of adolescent knowledge about anemia causes many changes in behavior in consuming balanced nutritional foods **Objective:** This study is to determine the relationship between anemia knowledge and balanced nutrition behavior with the incidence of anemia in students of SMK Sulthan Baruna Cidaun. **Methods:** The design of this study is quantitative with quasi experiment, the population of adolescent girls at SMK Sulthan Baruna is 62 people consisting of one anemia group and one non-anemia group with a total of 31 samples each, using accidental sampling techniques, research instruments in the form of knowledge questionnaires and 24-hour Food Recall forms. Data analysis used dependent T test or Paired T Test. **Results :** From a study on adolescent girls with anemia, 54.8% of adolescent girls have less knowledge about anemia and as many as 87.1% of adolescents do not consume balanced nutritional foods, the result of the dependent T analysis test is $P < 0.016$ so that there is a correlation between knowledge and balanced nutritional consumption. **Conclusion:** One of the risk factors for anemia in adolescents is lack of knowledge and unbalanced food consumption behavior.

Keywords: Anemia, Knowledge, Balanced nutritional food behavior, Adolescents