

Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gizi Seimbang Terhadap Kejadian Anemia di SMPN 3 Subang Kecamatan Subang Kabupaten Subang

**PUTRI DWI FITRIANI
211FI06016**

Program Studi DIII Kebidanan PSDKU Subang
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Pada masa remaja, kebutuhan akan pertumbuhan dan perkembangan meningkat, sehingga asupan gizi yang optimal sangat penting. Kekurangan gizi dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti anemia, yang sering kali terkait dengan pola makan yang tidak seimbang. Pada tahun 2013, prevalensi kegemukan di kalangan remaja usia 16-18 tahun meningkat tajam menjadi 7,3%, sedangkan prevalensi stunting di kelompok usia 13-15 tahun mencapai 35,1% (UNICEF, 2023). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengetahuan remaja tentang gizi seimbang dan hubungannya dengan kejadian anemia. Penelitian ini melibatkan 62 siswa di SMPN 3 Subang dengan desain studi kuantitatif observasional dan metode cross sectional. Data dikumpulkan pada bulan Maret 2024 secara offline melalui penyebaran kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang mengenai gizi seimbang, dengan 45% memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi seimbang, 47% kurang mengetahui manfaat gizi seimbang, dan 39% kurang memahami bahaya gizi yang tidak seimbang. Disarankan agar SMPN 3 Subang menjadwalkan kembali kerjasama dengan Puskesmas untuk meningkatkan frekuensi dan keteraturan penyuluhan gizi bagi siswi..

Kata kunci: gizi seimbang, pengetahuan, remaja