

**GAMBARAN KEBIASAAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI DIII KEBIDANAN UNIVERSITAS
BHAKTI KENCANA BANDUNG**

ABSTRAK

Anemia merupakan suatu kondisi dimana kadar haemoglobin kurang dari normal. Kadar haemoglobin normal pada remaja putri adalah $>12\text{g/dl}$. Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia yaitu sebesar 32,0%. Anemia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu kurangnya asupan gizi akibat pola makan yang tidak baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri DIII Kebidanan Universitas Bhakti Kencana. Metode yang digunakan adalah *kuantitatif* dengan metode deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *sampel random sampling* sebanyak 52 responden. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel pola makan adalah kuesioner. Sedangkan untuk mengukur anemia pada remaja putri menggunakan digital hemaque. Hasil penelitian didapatkan Sebagian besar responden memiliki pola makan tidak baik yaitu sebanyak 27 responden (51,90%) dan sebagian besar dari responden tidak mengalami anemia sebanyak 30 responden (57,70%). Kesimpulannya diketahui remaja putri DIII Kebidanan Universitas Bhakti Kencana memiliki pola makan yang tidak baik dan sebagian besar remaja putri memiliki hemoglobin normal dengan nilai $\text{HB} > 12$. Diharapkan bagi remaja putri agar dapat mencegah terjadinya anemia dengan memperhatikan pola makan, melewatkan sarapan, terlalu banyak mengonsumsi minuman, sering mengonsumsi junkfood, sering mengonsumsi makanan cepat saji, sering mengonsumsi kopi, sering mengonsumsi protein berlebihan.

Kata kunci : Anemia, Remaja Putri, Pola Makan

**DIETARY PATTERNS AND THE INCIDENCE OF ANEMIA IN FEMALE
ADOLESCENTES STUDYING MIDWIFERY AT BHAKTI KENCANA
UNIVERSITY IN BANDUNG**

ABSTRACT

Anemia is a condition characterized by a lower-than-normal level of hemoglobin. The normal hemoglobin level for female adolescents is $>12\text{g/dl}$. The prevalence of anemia among female adolescents in Indonesia is 32.0%. Anemia can be influenced by several factors, including inadequate nutritional intake due to poor dietary patterns. The aim of this study is to understand the dietary patterns and the incidence of anemia among female adolescents studying Midwifery at Bhakti Kencana University. The research method used is quantitative with a descriptive approach. The sampling technique involved 52 respondents selected through random sampling. The instrument used to measure dietary patterns is a questionnaire, while digital hematology is used to measure anemia in female adolescents. The research results show that the majority of respondents have poor dietary patterns, with 27 respondents (51.90%), and most of them do not experience anemia, with 30 respondents (57.70%). In conclusion, female adolescents studying Midwifery at Bhakti Kencana University have poor dietary patterns, often consuming junk food, but most of them have normal hemoglobin levels ($\text{HB} > 12$). It is recommended that female adolescents take preventive measures against anemia by improving their dietary habits, avoiding skipping meals, excessive consumption of beverages, frequent consumption of junk food, fast food, coffee, and excessive protein intake.

Keywords: Anemia, Dietary Patterns, Female Adolescent