

# HUBUNGAN ASUPAN GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 UNGARAN

Istatik Ulyanita<sup>1</sup>, Moneca Diah  
Listyaningsih<sup>2</sup>  
Program Studi Kebidanan Program  
Sarjana, Fakultas Kesehatan  
Universitas Ngudi Waluyo Ungaran<sup>1,2</sup>  
[nitasuryokusumo@gmail.com](mailto:nitasuryokusumo@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Saat ini, ada banyak negara berkembang yang masih dihadapkan dengan masalah gizi, salah satunya Indonesia. Diantara masalah gizi mikro yang sedang dihadapi, anemia merupakan salah satunya dengan prevalansi tertinggi. Dibandingkan dengan kelompok usia yang lain, remaja merupakan kelompok usia yang rawan terkena anemia. Remaja membutuhkan makanan yang baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Asupan gizi digunakan untuk sumber energi dalam melakukan aktifitas atau pekerjaan.

**Tujuan penelitian :** Untuk mengetahui hubungan asupan gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Ungaran.

**Metode Penelitian :** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode survei dengan jenis metode penelitian kuantitatif. Populasi dari penelitian ini adalah siswi kelas X di SMA Negeri 1 Ungaran yaitu sejumlah 237 siswi. Didapatkan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 149 responden. Dalam penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan adalah *stratified proportion random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data

menggunakan analisis univariat dan bivariat (Uji chi-square).

**Hasil Penelitian :** Menunjukkan sebagian besar asupan gizi baik dimiliki 48 responden (38,1%) dan 80 siswi (63,5%) tidak anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara keterkaitan antara asupan gizi dengan kejadian anemia pada siswi kelas X di SMA Negeri 1 Ungaran dengan p-value sebesar 0,372.

**Simpulan :** Tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan gizi dengan kejadian anemia pada siswi kelas X di SMA Negeri 1 Ungaran. Diharapkan kepada pihak Sekolah untuk bekerjasama dengan pihak puskesmas dalam mengadakan penyuluhan kesehatan ataupun langkah-langkah pencegahan lain tentang hal terkait.

**Kata Kunci :** Asupan Gizi, Kejadian Anemia, Remaja Putri

## THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL INTAKE AND THE INCIDENCE OF ANAEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SENIOR HIGH SCHOOL 1 UNGARAN

Istatik Ulyanita<sup>1</sup>, Moneca Diah  
Listyaningsih<sup>2</sup>  
Midwifery Study Program Undergraduate  
Program, Faculty of Health  
Ngudi Waluyo University Ungaran<sup>1,2</sup>  
[nitasuryokusumo@gmail.com](mailto:nitasuryokusumo@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** Currently, there are many developing countries that are still faced with nutritional problems, one of which is Indonesia. Among the micronutrient problems being faced, anaemia is one of them with the highest prevalence. Compared to other age groups, adolescents are prone to anaemia. Adolescents need good food in terms of quality and quantity. Nutrient intake is used as a source of energy to perform activities or work.

**Objective of the study:** To determine the relationship between nutritional intake and the incidence of anaemia in adolescent girls at SMAN 1 Ungaran.

**Research Methods:** The method used in this study was using survey method with quantitative research method. The population of this study was class X students at SMA Negeri 1 Ungaran, which was 237 students. The number of samples in this research was 149 respondents. In this research, the sampling technique used was stratified proportion random sampling. The research instrument used a questionnaire. Data analysis used univariate and bivariate analysis (chi-square Test).

**Research results:** Shows that most of the nutritional intake is good owned by 48 respondents (38.1%) and 80 students (63.5%) are not anaemic. The results showed that there was no significant relationship between the relationship between nutritional intake and the incidence of anaemia in class X students at

SMA Negeri 1 Ungaran with a p-value of 0,372.

**Conclusion:** There is no significant relationship between nutritional intake and the incidence of anemia in class X female students at SMA Negeri 1 Ungaran. It is expected for the school to cooperate with the health centre in conducting health counselling or other preventive measures on related matters.

**Keywords:** Nutritional Intake, Anaemia Incidence, Adolescent Girls