# ABSTRAK

Malisa Jovita Shafa Kamila
TINGKAT PENGETAHUAN PEMENUHAN GIZI DAN RISIKO ANEMIA PADA REMAJA DI MAN 1 TUBAN
xv + 50 Halaman + 8 Tabel + 13 Lampiran

Anemia tergolong sebagai masalah kesehatan yang kerap dialami oleh remaja putri, yang mana kondisi ini salah satunya dipengaruhi oleh sejauh mana pengetahuan mereka terkait asupan gizi. Tingginya prevalensi anemia pada kelompok remaja, terutama remaja putri, masih menjadi persoalan kesehatan yang signifikan ditingkat global, nasional, hingga kawasan Provinsi Jawa Timur dan Kabupaten Tuban. Berdasarkan hal tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk memetakan pengetahuan terkait pemenuhan gizi sekaligus tingkat resiko risiko kejadian anemia pada siswi kelas XI di MAN 1 Tuban.

Desain penelitian ini menerapkan metode deskriptif melalui pendekatan kuantitatif. Subjek populasi penelitian ini sebanyak 230 siswi kelas XI MAN 1 Tuban, yang mana 146 diantaranya dipilih sebagai sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Adapun variabel yang diteliti meliputi Tingkat Pengetahuan Pemenuhan Gizi dan Risiko Anemia. Kemudian data akan dikumpulkan melalui instrumen kuesioner, lalu diolah menggunakan analisis univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi beserta persentase.

Berdasarkan penelitian ini. dijelaskan jika hampir seluruhnya (88,4%) remaja di MAN 1 Tuban memiliki tingkat pengetahuan baik dan sebagian besar (67,1%) remaja di MAN 1 tuban berisiko rendah terkena anemia.

Tingkat pengetahuan yang baik dalam pemenuhan gizi mencerminkan bahwa remaja putri memiliki wawasan yang cukup memadai terkait gizi seimbang dan mengenai pentingnya konsumsi gizi seimbang dalam menjaga kesehatan. Pengetahuan yang baik. Pemenuhan gizi yang baik akan berkontribusi signifikan dalam membangun pola konsumsi sehat, sekaligus meminimalkan risiko terjadinya anemia.

Kata Kunci: Pengetahuan, Pemenuhan Gizi, Remaja Putri, Risiko Anemia
Daftar bacaan: 5 buku (2021-2024), 37 jurnal (2021-2025)

# *ABSTRACT*

*Malisa Jovita Shafa Kamila*
*THE LEVEL OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND THE RISK OF ANEMIA IN ADOLESCENTS AT MAN 1 TUBAN.*
xv + 50 *Pages* + 8 *Tables* + 13 *Appendices*

*Anemia is a health problem commonly experienced by adolescent girls, and one of the factors influencing this condition is the extent of their knowledge regarding nutritional intake. The high prevalence of anemia among adolescents—particularly adolescent girls—remains a significant health issue at the global, national, and regional levels, including in East Java Province and Tuban Regency. Based on this, the objective of this study is to assess the level of knowledge regarding nutritional adequacy as well as the risk of anemia among 11th-grade female students at MAN 1 Tuban.*

*This study employed a descriptive design using a quantitative approach. The study population consisted of 230 female students in the 11th grade at MAN 1 Tuban, of whom 146 were selected as the sample using simple random sampling. The variables examined included the level of knowledge regarding nutritional adequacy and the risk of anemia. The data will then be collected via a questionnaire, analyzed using univariate analysis, and presented in the form of frequency distributions along with percentages*

*Based on this study, it was found that nearly all (88.4%) adolescents at MAN 1 Tuban have a good level of knowledge, and the majority (67.1%) of adolescents at MAN 1 Tuban are at low risk of developing anemia.*

*A good level of knowledge regarding nutritional adequacy indicates that adolescent girls have a sufficient understanding of balanced nutrition and the importance of a balanced diet in maintaining good health. Good knowledge and good nutritional adequacy will contribute significantly to establishing healthy eating habits, while also minimizing the risk of anemia.*

*Keywords: Knowledge, Nutritional Status, Adolescent Girls, Risk of Anemia*
*References: 5 books (2021-2024), 37 journals (2021-2025)*