ABSTRAK

Mila Nova Rhamadani
TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PENCEGAHAN ANEMIA DI MAN 1 TUBAN
xv + 63 Halaman + 5 Tabel + 13 Lampiran

Anemia merupakan kondisi ketika jumlah hemoglobin (Hb) dalam darah tidak mencapai nilai normal sebagaimana ditetapkan berdasarkan hasil pemeriksaan laboratorium. Sebagai protein yang berfungsi mengikat dan membawa oksigen, hemoglobin berperan dalam mendistribusikan oksigen ke berbagai jaringan tubuh untuk menunjang berlangsungnya proses metabolisme. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan remaja putri di MAN 1 Tuban tentang berbagai upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah anemia.

Penelitian ini dirancang menggunakan metode *deskriptif* dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 124 remaja putri ditetapkan sebagai sampel penelitian melalui penerapan teknik *simple random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan memanfaatkan kuesioner sebagai instrumen, yang digunakan untuk mendapatkan informasi berdasarkan variabel-variabel yang menjadi fokus penelitian.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah dari remaja putri di MAN 1 Tuban berada pada kategori pengetahuan baik mengenai pencegahan anemia. Berdasarkan karakteristik lainnya, mayoritas responden mempunyai status Indeks Massa Tubuh (IMT) yang tergolong normal dan memiliki orang tua dengan pendidikan terakhir pada tingkat SMA. Sementara itu, sebagian besar remaja putri yang menjadi responden diketahui berasal dari keluarga dengan tingkat pendapatan orang tua yang termasuk dalam kategori ≤ UMR.

Remaja putri yang mempunyai pengetahuan memadai tentang pencegahan anemia umumnya lebih memahami pentingnya mempertahankan kondisi kesehatan dan mampu menerapkan langkah-langkah preventif dalam kehidupan sehari-hari. Penerapannya dapat dilakukan melalui konsumsi makanan dengan gizi seimbang, pemenuhan kebutuhan zat besi dari sumber pangan, serta kepatuhan terhadap anjuran penggunaan Tablet Tambah Darah (TTD). Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat mendorong kesadaran remaja putri dalam mengenali berbagai faktor yang meningkatkan risiko anemia sekaligus memahami dampak yang dapat ditimbulkannya.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Anemia, Pencegahan Anemia

ABSTRACT

Mila Nova Rhamadani
LEVEL OF KNOWLEDGE AMONG FEMALE TEENAGERS REGARDING ANEMIA PREVENTION AT MAN 1 TUBAN
xv + 63 Pages + 5 Tables + 13 Appendices

Anemia is a condition in which the hemoglobin (Hb) level in the blood falls below the normal range as determined by laboratory test results. As a protein that binds to and carries oxygen, hemoglobin plays a role in distributing oxygen to various body tissues to support metabolic processes. This study aims to provide an overview of the level of knowledge among adolescent girls at MAN 1 Tuban regarding various measures that can be taken to prevent anemia.

This study was designed using a descriptive method with a cross-sectional approach. A total of 124 adolescent girls were selected as the study sample through simple random sampling. Research data were collected using a questionnaire as the instrument to gather information based on the variables that were the focus of the study.

The findings indicate that nearly half of the adolescent girls at MAN 1 Tuban fall into the "good knowledge" category regarding anemia prevention. Based on other characteristics, the majority of respondents had a Body Mass Index (BMI) classified as normal and had parents whose highest level of education was high school. Meanwhile, most of the adolescent girls who participated in the study came from families where parental income fell into the ≤ UMR category.

Adolescent girls who have adequate knowledge about anemia prevention generally better understand the importance of maintaining good health and are able to implement preventive measures in their daily lives. These measures can be implemented through a balanced diet, meeting iron needs from dietary sources, and adhering to recommendations for taking iron supplements. It is hoped that this increased knowledge will raise awareness among adolescent girls about the various factors that increase the risk of anemia and help them understand the potential consequences.

***Keywords**: Level of Knowledge, Anemia, Anemia Prevention*