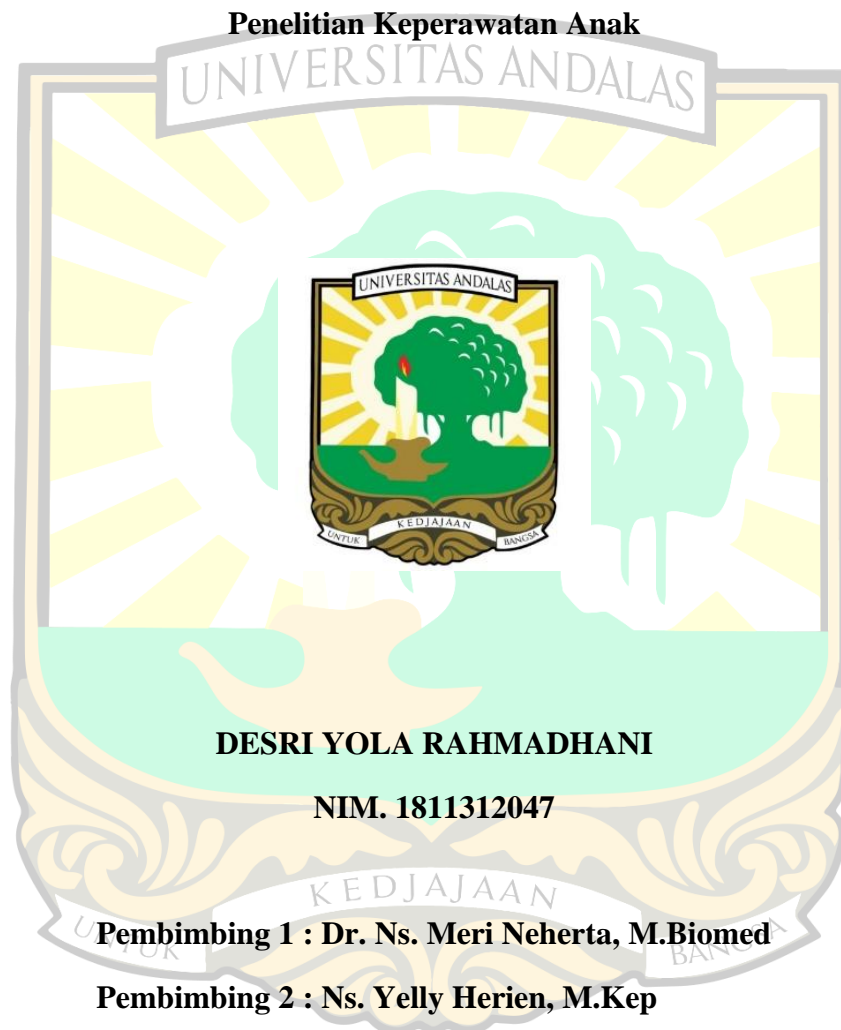


SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG GIZI
SEIMBANG PADA REMAJA PUTRI SEBAGAI UPAYA
PENCEGAHAN ANEMIA DI SMP N 2 KUBUNG
KABUPATEN SOLOK**



**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
AGUSTUS 2022**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
AGUSTUS 2022**

**Nama : Desri Yola Rahmadhani
NIM : 1811312047**

Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang pada Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Anemia di SMP N 2 Kubung

ABSTRAK

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami anemia. Kejadian anemia dapat disebabkan oleh asupan pola makan yang salah, tidak teratur dan tidak seimbang dengan kecukupan sumber gizi yang dibutuhkan tubuh. Asupan pola makan yang baik yaitu makan sesuai dengan gizi seimbang. Faktor lain terjadinya anemia pada remaja putri yaitu pengetahuan yang kurang dan sikap yang tidak mendukung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel adalah *proportional stratified random sampling* dengan jumlah sampel 61 orang remaja putri. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner kepada responden untuk melihat gambaran pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri di SMP N 2 Kubung, hampir setengahnya (45,9%) memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yang cukup dan sebagian besar (55,7%) memiliki sikap gizi seimbang yang mendukung. Saran diharapkan pihak sekolah bekerja sama dengan pelayanan kesehatan yang ada untuk melakukan pendidikan kesehatan mengenai gizi seimbang sebagai upaya pencegahan anemia guna meningkatkan pengetahuan remaja putri.

Kata kunci : anemia, remaja putri, gizi seimbang, pengetahuan, sikap
Daftar pustaka : 56 (2007-2022)

**NURSING FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY
AUGUST 2022**

**Name : Desri Yola Rahmadhani
Registered number : 1811312047**

Description of Knowledge and Attitude about Balanced Nutrition in Young Women as an Effort to Prevent Anemia at SMP N 2 Kubung

UNIVERSITAS ANDALAS

ABSTRACT

Adolescent girls are one of the groups that are prone to anemia. The incidence of anemia can be caused by the intake of the wrong, irregular and unbalanced diet with the adequacy of the nutritional sources needed by the body. Intake of a good diet is eating according to balanced nutrition. Another factor for the occurrence of anemia in adolescent girls is lack of knowledge and unsupportive attitudes. The purpose of this study was to describe the knowledge and attitudes about balanced nutrition in adolescent girls as an effort to prevent anemia. This research is a type of quantitative descriptive research. The sampling technique was proportional stratified random sampling with a total sample of 61 young women. Data was collected by giving questionnaires to respondents to see a description of knowledge and attitudes about balanced nutrition. The analysis used in this research is descriptive statistical analysis. The results of this study indicate that balanced nutrition as an effort to prevent anemia in adolescent girls at SMP N 2 Kubung, almost half (45.9%) have a sufficient level of knowledge of balanced nutrition and most (55.7%) have a balanced nutritional attitude that supports . Suggestions are expected that the school cooperates with existing health services to conduct health education about balanced nutrition as an effort to prevent anemia in order to increase the knowledge of young women.

**Keywords : anemia, adolescent girls, balanced nutrition, knowledge, attitude
Bibliography : 56 (2007-2022)**