

ABSTRAK

Nabila, Andhita Dara. 2024. **Hubungan Mutu Gizi Pangan (Fe, Vitamin C dan Asam Folat) dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 3 Surabaya.** Skripsi. Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. Pembimbing : Farah Nuriannisa, S.Gz., M.P.H.

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia karena disebabkan oleh kurangnya zat gizi yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin seperti asupan zat besi, vitamin C dan asam folat. Salah satu pendekatan untuk mengukur kecukupan asupan zat gizi adalah dengan nilai mutu gizi pangan (MGP) atau *Mean Adequacy Ratio* (MAR). Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan mutu gizi pangan (Fe, vitamin C dan asam folat) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 3 Surabaya.

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik observasional menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan yaitu seluruh siswi kelas X dan XI sebanyak 97 responden. Pengambilan data terkait mutu gizi pangan (Fe, vitamin C dan asam folat) menggunakan wawancara dengan kuisioner *Food Recall 2x24* jam dengan alat bantu *Food Picture*. Pengambilan data terkait anemia diukur menggunakan pengukuran kadar hemoglobin dengan alat *Easy Touch GcHb*. Analisis data yang digunakan yaitu uji korelasi *Rank Spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki mutu gizi pangan dengan kategori kurang sebesar 49,5% dan mayoritas responden mengalami anemia sebesar 57,7%. Berdasarkan uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara mutu gizi pangan (Fe, vitamin C dan asam folat) dengan anemia (*p-value* 0,037). Kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara mutu gizi pangan (Fe, vitamin C dan asam folat) dengan anemia pada remaja putri. Remaja putri diharapkan memperhatikan aspek gizi terutama dari segi pola makan untuk meminimalisir risiko terjadinya anemia.

Kata Kunci : Mutu Gizi Pangan, Anemia, Remaja