

ABSTRAK

Menjaga kadar Hb tetap normal sangat penting dilakukan. Namun banyak remaja yang kurang memperhatikan hal tersebut, sehingga banyak yang mengalami anemia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kadar Hb pada remaja saat menstruasi hari ketiga di Desa Bligo RT.03 RW.01 Candi Sidoarjo

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah semua remaja putri usia 10 – 20 tahun di Desa Bligo RT.03 RW.01 Candi Sidoarjo yang sudah mengalami menstruasi sebesar 35 orang. Sampling yang digunakan adalah *non probability sampling* dengan tehnik *consecutive sampling*. Besar sampel adalah 28 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, diolah melalui *editing, coding, entry, scoring dan tabulating*, kemudian dianalisis secara deskriptif dalam tabel distribusi frekuensi.

Hasil penelitian menunjukkan dari 28 responden sebagian besar (67,9%) responden terkena anemia ringan, dan hampir setengahnya (32,1%) tidak mengalami anemia.

Disimpulkan sebagian besar remaja di Desa Bligo RT.03 RW.01 Candi Sidoarjo terkena anemia ringan. Diharapkan masyarakat bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk memberikan informasi untuk tetap menjaga pola makan dengan mengetahui pola konsumsi yang sehat.

Kata kunci: kadar Hb, remaja