# ABSTRAK

**Putri, Rohmah Aisyah. 2025. Hubungan Pola Hidup Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMKN 1 Malang. Skripsi. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing : Dr. Tri Anjaswarni, S.Kp., M.Kep**

Anemia masih menjadi masalah kesehatan utama pada remaja putri yang dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, produktivitas, dan kesehatan reproduksi di masa depan. Faktor gaya hidup seperti pola makan, pola tidur, aktivitas fisik dan merokok pasif (paparan asap rokok) diduga berkontribusi terhadap kejadian anemia. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan pola hidup dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Malang. Desain penelitian adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel sebanyak 93 remaja putri dipilih menggunakan *proportional random sampling*. Variabel independen meliputi pola makan, pola tidur, aktivitas fisik, dan paparan asap rokok, sedangkan variabel dependen adalah kejadian anemia yang diukur melalui kadar hemoglobin. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan *Fisher's Exact Test*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara pola makan (p = 0,001) dan pola tidur (p = 0,001) dengan kejadian anemia, sedangkan aktivitas fisik (p = 1,000) dan paparan asap rokok (p = 0,499) tidak berhubungan. Angka kejadian anemia cukup tinggi, yaitu 45,2%. Kesimpulannya, pola makan dan pola tidur berperan penting dalam kejadian anemia pada remaja putri. Pencegahan anemia perlu difokuskan pada perbaikan pola makan bergizi seimbang, pemenuhan kebutuhan tidur yang cukup, serta dukungan program kesehatan sekolah.

**Kata kunci : Anemia, pola hidup, pola makan, pola tidur, remaja putri**