

ABSTRAK

NADIKHA NAVARIZQA, 2022. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Anemia Serta Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Tahun 2014 – 2021 Di Indonesia. Pembimbing : I Nengah Tanu K. dan Ibnu Fajar

Anemia masih menjadi salah satu masalah gizi di Indonesia yang memiliki prevalensi cukup tinggi dan meningkat di setiap tahunnya. Prevalensi anemia paling tinggi terjadi pada usia sekolah dan remaja putri (15 – 24 tahun), hal ini ditunjukkan oleh data hasil Riskesdas tahun 2013 dimana remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 37,1 % dan kemudian meningkat menjadi 48,9 % pada Riskesdas tahun 2018. Pola makan yang salah dan tidak teratur pada remaja juga menjadi salah satu faktor terjadinya anemia, salah satu contohnya adalah dengan melewatkan sarapan pagi. Sarapan pagi bagi anak usia sekolah sangatlah penting, karena untuk memenuhi kebutuhan energi guna menunjang aktivitas siswa yang padat selama di sekolah. Melewatkan sarapan pagi mengakibatkan penurunan kadar glukosa yang akan berdampak pada gangguan konsentrasi yang mengakibatkan penurunan prestasi belajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Anemia Serta Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Tahun 2014 – 2021 Di Indonesia. Desain penelitian yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* atau tinjauan pustaka sistematis dengan kata kunci sarapan, remaja, anemia, konsentrasi belajar dan prestasi belajar melalui database pencarian *Google Scholar*, *Pubmed* dan *DOAJ* dengan rentang khusus tahun 2012 – 2022. Artikel penelitian yang diperoleh kemudian dilakukan seleksi studi dan penilaian kualitas dengan memperhatikan PEOS, kemudian masing – masing artikel dianalisis. Variabel bebas penelitian ini adalah kebiasaan sarapan pagi dan prestasi belajar dan variabel terikatnya adalah anemia. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Anemia Serta Prestasi Belajar Pada Remaja Putri.

Kata kunci : Sarapan, Remaja, Anemia, Konsentrasi Belajar dan Prestasi Belajar