

PENCEGAHAN DINI ANEMIA PADA REMAJA PUTRI MELALUI EDUKASI “KATAKAN TIDAK PADA ANEMIA”

Mukhlidah Hanun Siregar^{1*}, Ratu Diah Koerniawati²

^{1,2} Prodi Gizi, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

mukhlidah.hanunsiregar@gmail.com¹, ratudiahk@gmail.com²

ABSTRAK

Abstrak: Masa remaja merupakan masa transisi dan efek dari masa transisi ini adalah remaja tidak konsisten dalam perilaku kesehatan yang baik, yang dapat menyebabkan terjadinya masalah kesehatan. Salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada remaja putri adalah anemia. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Metode yang dilakukan adalah edukasi menggunakan media *leaflet* kepada 14 remaja putri masjid Hayya Al-Mubarak di Perumahan Bukit Waringin, Kabupaten Bogor. Evaluasi kegiatan didapatkan dari hasil pengisian kuesioner sebelum dan setelah materi edukasi diberikan. Hasil menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia pada *pre-test* dan *post-test* yaitu persentase pengetahuan cukup sebelum kegiatan sebesar 14,3% menjadi 100% setelah kegiatan dilaksanakan.

Kata Kunci: anemia; pengetahuan; remaja putri; edukasi kesehatan

Abstract: Adolescence is a transition period and the effect of this transition period is adolescents are inconsistent in good health behavior, which can cause health problems. One of the health problems often occurs in adolescent girls is anemia. The purpose of this community service was to provide education to increase the knowledge of adolescent girls about anemia. The method used was leaflet media to 14 adolescent girls at the Hayya Al-Mubarak's Mosque in Bukit Waringin, Bogor Regency. Evaluation of activities was obtained from the results of filling questionnaire before and after the educational material was given. The results showed that there was an increase in knowledge of young women about anemia in the *pre-test* and *post-test*, namely the percentage of sufficient knowledge before the activity from 14.3% to 100% after the activity was carried out.

Keywords: anemia; knowledge; adolescent girls; health education



Article History:

Received: 12-01-2022

Revised : 06-02-2022

Accepted: 06-02-2022

Online : 16-04-2022



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja adalah fase daur hidup yang berada antara masa anak-anak dan dewasa. Pada masa remaja terjadi transisi dari pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dan akan mencapai titik puncaknya pada usia 20-an (Sawyer et al., 2018). Fase transisi ini menjadikan remaja cenderung masih memilah-milah perilaku kesehatan yang baik, hal ini terkait dengan informasi yang diperoleh, perilaku orang di lingkungan sekitar serta peran orang tua, guru dan teman. Efek dari masa transisi ini adalah remaja tidak konsisten dalam perilaku kesehatan yang baik, sehingga terjadi *triple burden* masalah kesehatan. *Triple burden* pada remaja yaitu masalah *undernutrition* (kurang gizi), *overnutrition* (kelebihan gizi) dan *specific malnutrition* (kekurangan gizi pada zat gizi tertentu) (Santrock, 2019).

Salah satu *specific malnutrition* yang terjadi pada remaja, khususnya remaja putri adalah anemia. Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin di bawah dari nilai standar rujukan. Anemia ditandai dengan lesu, pusing, mata berkunang-kunang, dan wajah pucat, sehingga dapat menyebabkan menurunnya aktivitas dan prestasi belajar karena kurangnya konsentrasi (Indartanti & Kartini, 2014). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 22,7% dan meningkat menjadi 32% pada Riskesdas tahun 2018. Artinya, saat ini 3-4 dari 10 remaja putri mengalami anemia (Kemenkes RI, 2013, 2018). Pada beberapa penelitian ditemukan prevalensi yang berbeda seperti pada penelitian (Indartanti & Kartini, 2014) sebesar 26,7%. Sedangkan pada penelitian (Laksmi & Yenie, 2018), sebesar 62,8% remaja putri mengalami anemia.

Anemia pada remaja putri memiliki dampak yang signifikan pada fase kehidupan berikutnya. Penurunan produktivitas dan prestasi dalam belajar merupakan dampak jangka pendek pada remaja (Nurrahman et al., 2021). Remaja putri yang mengalami anemia memiliki risiko menjadi wanita usia subur yang anemia, dan selanjutnya menjadi ibu hamil anemia. Kondisi ini akan meningkatkan risiko ibu melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), komplikasi persalinan dan risiko kehamilan lainnya. Bayi yang lahir dengan BBLR merupakan faktor risiko terjadinya stunting (Kemenkes RI, 2021).

Penyebab mendasar kejadian anemia adalah rendahnya asupan zat besi serta kesalahan dalam konsumsi zat besi (Nasruddin et al., 2021). Hal ini dikaitkan karena kurangnya pengetahuan terkait asupan zat besi dan zat gizi lainnya, serta adanya beberapa kesalahan dalam konsumsi zat besi yang menyebabkan terganggunya penyerapan zat besi dalam tubuh. Hasil penelitian juga telah menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja (Laksmi & Yenie, 2018; Mularsih, 2017; K. M. Putri, 2018).

Dalam penelitian Fajriyah disebutkan sebesar 64,3% remaja putri tidak mengetahui tentang anemia (Fajriyah & Fitriyanto, 2016). Sedangkan pada

penelitian (Laksmita & Yenie, 2018) diketahui bahwa sebesar 53,1% remaja putri memiliki pengetahuan anemia yang kurang. Persentase yang sama juga ditemukan pada penelitian (Suryani et al., 2020) sebesar 49,4% remaja putri di SMK Negeri 6 Palu memiliki pengetahuan tentang anemia yang rendah. Hasil temuan ini menunjukkan tingginya remaja putri yang belum memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia.

Berbagai upaya telah dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam upaya untuk menurunkan kejadian anemia di Indonesia. Beberapa kegiatan dikaitkan dengan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di lingkungan perguruan tinggi. Pengabdian kepada masyarakat merupakan kegiatan dengan tujuan untuk membantu masyarakat dalam memahami dan melaksanakan beberapa aktivitas yang bermanfaat tanpa imbalan dalam bentuk apapun. Kegiatan ini dirancang untuk menerapkan ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah dikembangkan di lingkungan perguruan tinggi. Harapannya kegiatan ini dapat berkontribusi dalam penyelesaian masalah yang ada di masyarakat. Dalam bidang kesehatan, diharapkan dapat mendukung tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya sesuai yang disampaikan dalam sistem kesehatan nasional (*Peraturan Presiden No 72 Tahun 2012 Tentang Sistem Kesehatan Nasional*, 2012).

Beberapa kegiatan yang telah dilakukan seperti edukasi langsung pada remaja putri di sekolah (Wijaningsih et al., 2019), program terpadu pada remaja putri di asrama (Styaningrum et al., 2020), edukasi dengan media video (H. P. Putri et al., 2021), dan penggunaan media sosial (Khotimah et al., 2019). Program pendampingan kader kesehatan remaja (KKR) juga dilakukan dalam rangka meningkatkan peran *peer group* untuk mencegah kejadian anemia (Amareta & Ardianto, 2018). Berbagai kegiatan tersebut secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia pada remaja putri.

Berdasarkan hasil temuan yang telah dipaparkan di atas, perlu dilakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri. Kegiatan edukasi dengan pertemuan langsung dapat dilakukan untuk menggali pengetahuan remaja, penyuluhan serta tanya jawab bersama remaja. Diharapkan kegiatan ini berkontribusi dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini merupakan bagian dari kegiatan pengabdian masyarakat dosen Prodi Gizi Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. “Katakan Tidak pada Anemia” menjadi judul kegiatan dan ini sebagai upaya untuk memberikan edukasi terkait anemia kepada remaja putri. Kegiatan ini dilakukan di Perumahan Bukit Waringin Desa Sukmajaya, Kecamatan Tajurhalang, Kabupaten Bogor pada hari Senin 10 Mei 2021. Jumlah peserta yang hadir

yaitu 14 orang yang merupakan remaja putri masjid Hayya Al-Mubarak dan duduk di bangku SMP/Sederajat.

Gambaran pelaksanaan kegiatan melalui tahapan berikut:

1. Survei pendahuluan, survei dilakukan secara umum pada remaja putri. Survei ini dilakukan dengan menanyakan ketua RT terkait jumlah remaja putri, kegiatan remaja putri di wilayah tersebut, serta penanggung jawab kegiatan remaja masjid.
2. Pendekatan kepada mitra kegiatan, pendekatan dilakukan kepada pengurus masjid Masjid Hayya Al-Mubarak untuk perizinan dan teknis pelaksanaan kegiatan. Dalam hal ini, Pembina Remaja Masjid yang banyak dilibatkan dalam diskusi untuk persiapan kegiatan. Pembina Remaja Masjid memberikan masukan terhadap jadwal kegiatan, lokasi penyuluhan, dan mengundang remaja putri.
3. Pelaksanaan kegiatan, terdiri dari tiga rangkaian yaitu pembukaan, sambutan dari Pembina Remaja Masjid, dan penyampaian materi dan sesi diskusi dengan peserta. Berikut jadwal kegiatan yang telah dilaksanakan, seperti terlihat pada Tabel 1.

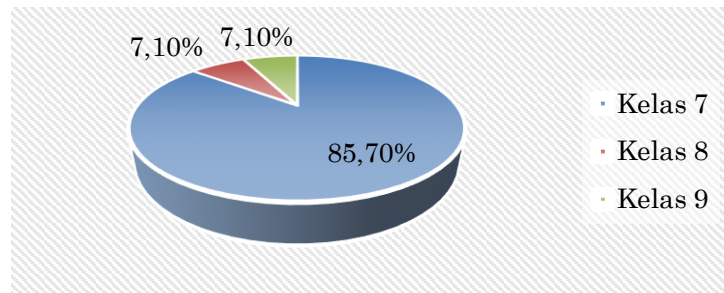
Tabel 1. *Rundown* acara edukasi

| No. | Uraian kegiatan | Waktu | Penanggung jawab |
|-----|---------------------|-------------|------------------------------|
| 1. | Pendaftaran peserta | 08.30-09.00 | Panitia |
| 2. | Pembukaan | 09.00-09.10 | Panitia |
| 3. | Sambutan | 09.10-09.25 | Bpk. S. Tanjung, SE |
| 4. | Pre-test | 09.25-09.35 | Panitia |
| 5. | Penyampaian materi | 09.35-10.00 | Mukhlidah Hanun Siregar, MKM |
| 6. | Tanya jawab | 10.00-10.20 | Mukhlidah Hanun Siregar, MKM |
| 7. | Post-test | 10.20-10.30 | Panitia |
| 8. | Evaluasi kegiatan | 10.30-10.40 | Panitia |
| 9. | Penutupan | 10.40-10.50 | Panitia |

4. Monitoring dan evaluasi kegiatan. Monitoring sebagai bentuk pemantauan agar kegiatan terlaksana dengan baik. Pemantauan dilakukan pada ketepatan waktu, izin lokasi pelaksanaan kegiatan, dan pembuatan media *leaflet*. Terdapat dua bentuk evaluasi yang dilakukan yaitu: a)Evaluasi materi yaitu sebelum *leaflet* dibagikan, peserta diminta untuk menjawab pertanyaan *pre-test* dan biodata peserta. Dan di akhir kegiatan dilakukan evaluasi terhadap pengetahuan peserta serta penilaian peserta terhadap media *leaflet* yang digunakan. b)Evaluasi kegiatan yaitu pertanyaan terbuka kepada peserta tentang pelaksanaan kegiatan yang hasilnya disampaikan dalam bentuk narasi serta ketepatan waktu pelaksanaan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat disajikan dalam tabel, grafik dan gambar kegiatan. Berikut merupakan karakteristik remaja putri peserta kegiatan, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Karakteristik kelas remaja putri

Berdasarkan Gambar 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar peserta kegiatan merupakan siswi kelas 7 di tingkat SMP/Sederajat. Remaja didefinisikan sebagai periode transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang mencakup aspek biologi, kognitif, dan perubahan sosial yang berlangsung antara usia 10-19 tahun (Santrock, 2019). Karena sebagian besar masih di awal fase remaja, sehingga perlu dilakukan penyuluhan untuk memberikan informasi kepada remaja putri sebagai dasar dalam menentukan pola konsumsi makan yang baik.

Hal ini juga berkaitan dengan masih rendahnya pengetahuan peserta sebelum kegiatan. Karena masih baru menginjak usia remaja sehingga belum terpapar informasi terkait anemia. Informasi yang disampaikan pada media leaflet yaitu (1) pengertian anemia, (2) dampak anemia, (3) penyebab anemia, dan (4) pencegahan anemia. Berikut data kategorik pengetahuan remaja putri pada *pre* dan *post-test*, seperti terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Data kategorik pengetahuan remaja putri pada pre dan post test

| Kategori Pengetahuan/Jenis test | Pre test | Post test |
|---------------------------------|----------|-----------|
| Cukup | 14,3% | 100% |
| Kurang | 85,7% | 0% |
| Total | 100% | 100% |

Berdasarkan Tabel 2, dapat dilihat bahwa pengetahuan peserta sebelum kegiatan sebagian besar kurang (85,7%) dan setelah kegiatan seluruh peserta memiliki pengetahuan yang cukup tentang anemia. Tingkat pengetahuan yang cukup dapat berpengaruh terhadap sikap dan tindakan dalam memilih makanan yang sehat, mengatur frekuensi makan dan jenis makanan yang dianjurkan untuk mencegah anemia (Agustina & Permatasari, 2019).

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa sebelum kegiatan, lebih setengah dari remaja putri masih belum familiar dengan istilah anemia, sebagian masih memahami sebagai istilah “kurang darah” atau “darah rendah” atau mengaku tidak mengetahui pengertian anemia (57,2%). Dari 10 pertanyaan, peserta banyak menjawab salah pada pertanyaan terkait makanan yang dapat mencegah anemia. Sedangkan informasi yang banyak tidak diketahui adalah cara mengobati anemia, seperti terlihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Deskripsi pengetahuan remaja putri Masjid Hayya Al-Mubarak

| No. | Pertanyaan | Pre test | | | Post test | | |
|-----|---|----------|-------|------------|-----------|-------|------------|
| | | Benar | Salah | Tidak tahu | Benar | Salah | Tidak tahu |
| 1. | Pengertian anemia | 42,8% | 28,6% | 28,6% | 7,1% | 85,8% | 7,1% |
| 2. | Penyebab anemia | 21,4% | 28,6% | 50,0% | 100% | 0 | 0 |
| 3. | Cara diagnosis anemia | 28,6% | 21,4% | 50,0% | 100% | 0 | 0 |
| 4. | Makanan yang dapat mencegah anemia | 42,9% | 57,1% | 0 | 57,1% | 42,9% | 0 |
| 5. | Gejala anemia | 50,0% | 50,0% | 0 | 85,7% | 14,3% | 0 |
| 6. | Dampak anemia terhadap prestasi belajar | 42,8% | 28,6% | 28,6% | 92,9% | 7,1% | 0 |
| 7. | Apakah anemia dapat dicegah | 92,9% | 7,1% | 0 | 100% | 0 | 0 |
| 8. | Cara mencegah anemia | 42,9% | 42,9% | 14,2% | 100% | 0 | 0 |
| 9. | Apakah anemia dapat diobati | 50,0% | 50,0% | 0 | 100% | 0 | 0 |
| 10. | Cara mengobati anemia | 28,6% | 14,3% | 57,1% | 71,4% | 28,6% | 0 |

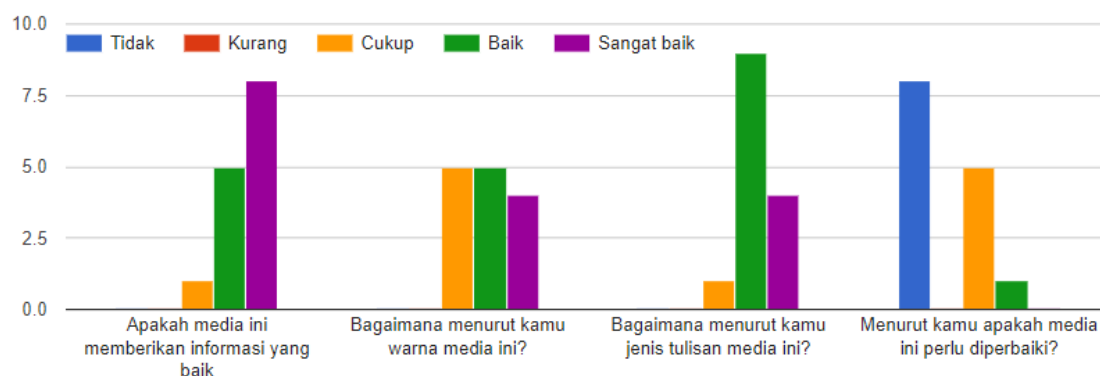
Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan peserta yang menjawab benar dan hanya 7,1% yang menjawab tidak tahu pada pertanyaan terkait pengertian anemia. Saat ditelusuri ternyata peserta tersebut datang saat penyampaian materi, sehingga penjelasan poin pertama terlewatkan.

Oleh karena itu, remaja memerlukan informasi yang lengkap agar dapat memahami dengan baik terkait anemia. Sebagian besar peserta telah memahami bahwa anemia dapat dicegah dan diobati, hanya saja masih ada sebesar 28,6% yang salah dalam menjawab cara mengobati anemia. Hal ini dikarenakan peserta menganggap cara mengobati anemia cukup dengan menambah asupan makanan. Setelah evaluasi, kembali disampaikan jawaban yang benar sesuai dengan isi leaflet yang dibagikan.

Salah satu program penanggulangan dan pencegahan anemia adalah suplementasi tablet tambah darah yang dibagikan di sekolah. Hanya saja karena rendahnya pengetahuan remaja putri sehingga banyak yang tidak

meminum tablet tambah darah yang diberikan. Menurut temuan (Wahyuningsih & Qoyyimah, 2019), remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang anemia yang baik akan patuh meminum tablet tambah darah yang dibagikan di sekolah. Begitu juga menurut (Agustina & Permatasari, 2019), pentingnya pengetahuan yang baik dapat mendorong remaja putri untuk mencegah diri dari kejadian anemia.

Selain suplementasi zat besi, cara lain yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya anemia adalah meningkatkan asupan makanan sumber zat besi, kombinasi bahan pangan hewani dan nabati, menghindari pangan yang menghambat penyerapan zat besi (teh, kopi) dan meningkatkan pangan yang mempermudah penyerapan zat besi (sumber vitamin C) (R. D. Putri et al., 2017). Hasil evaluasi terhadap media menunjukkan bahwa sebagian besar peserta setuju bahwa media leaflet yang diberikan memberikan informasi yang baik, memiliki warna yang baik, dan jenis tulisan yang baik. Serta sebagian besar peserta menyatakan bahwa media tidak perlu diperbaiki, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Hasil evaluasi terhadap media

Pada Gambar 3 terlihat remaja terlihat sangat antusias mendapatkan pengetahuan tentang anemia. peserta berharap kegiatan ini dapat dilaksanakan secara berkesinambungan dengan memberikan juga informasi lainnya yang terkait dengan anemia seperti pengetahuan gizi seimbang, aktivitas fisik untuk remaja, kesehatan reproduksi dan lainnya. Remaja juga perlu diukur hemoglobinnnya secara berkala untuk mengetahui remaja menderita anemia atau tidak, seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Kegiatan edukasi kepada remaja putri

Kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah kesulitan dalam mengajak remaja putri untuk hadir di lokasi kegiatan, hal ini dikarenakan sedang masa pandemi serta pada bulan puasa dimana remaja ada yang mengikuti kegiatan lain. Oleh karena itu, ke depannya selain melibatkan pembina remaja masjid, juga perlu melibatkan orang tua untuk memotivasi remaja putri hadir di kegiatan yang sama. Selain itu, peran orang tua juga penting dalam menjamin ketersediaan pangan sumber zat besi di rumah. Ke depannya, perlu dilakukan pengukuran kadar Hb remaja putri serta melibatkan guru di sekolah untuk edukasi anemia, serta penggunaan media lain yang familiar di kalangan remaja.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi ini telah terlaksana dengan baik kepada remaja putri masjid Hayya Al-Mubarak dan dilakukan oleh dosen Prodi Gizi Fakultas Kedokteran Untirta. Terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia pada pre-test dan *pos-test* yaitu persentase pengetahuan cukup sebelum kegiatan sebesar 14,3% menjadi 100% setelah kegiatan dilaksanakan. Peserta yang hadir antusias dalam membaca *leaflet* anemia yang diberikan dan dapat menjelaskan beberapa informasi yang telah disampaikan sebelumnya. Kegiatan ini juga memberikan pengetahuan yang baik bagi peserta agar terhindari dari anemia sejak dini. Selanjutnya, kegiatan yang sama dapat dilaksanakan kembali dengan melibatkan orang tua dan guru di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Pembina Remaja Masjid Hayya Al-Mubarak yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustina, & Permatasari, P. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Penerapan Pesan Gizi Seimbang pada Remaja dalam Pencegahan Anemia Gizi Besi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(11), 1–9.
- Amareta, D. I., & Ardianto, E. T. (2018). Pendampingan Kader Kesehatan Remaja dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Prosiding Politeknik Negeri Jember*, 152–155.
- Fajriyah, N., & Fitriyanto, M. L. (2016). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 1–6. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1950.tb80301.x>
- Indartanti, D., & Kartini, A. (2014). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 3(2), 33–39. <https://doi.org/10.36998/jkmm.v8i2.108>
- Kemenkes RI. (2013). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2013. In *Riset Kesehatan Dasar 2013* (pp. 1–384). <https://doi.org/10.36998/jkmm.v8i2.108>
- Kemenkes RI. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018* (pp. 1–628).

- Kemenkes RI. (2021). *Saat Remaja Menderita Anemia, Ibu Hamil Berisiko Lahirkan Anak Stunting*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20210122/5236847/saat-remaja-menderita-anemia-ibu-hamil-berisiko-lahirkan-anak-stunting/>
- Khotimah, H., Ginting, M., & Jaladri, I. (2019). The Effect of Nutrition Education through Facebook on Knowledge of Anemia and Consumption of Protein, Iron, and Vitamin C in Young Girls. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 2(1), 1–5.
- Laksmi, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten Tanggamis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 14(1), 104–107. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>
- Mularsih, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di Smk Nusa Bhakti Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 80–85. <https://doi.org/10.26714/jk.6.2.2017.80-85>
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. D. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <http://cerdika.publikasiindonesia.id/index.php/cerdika/index-357->
- Nurrahman, N. H., Anugrah, D. S., Adelita, A. P., & Sutisna, A. N. (2021). Faktor dan Dampak Anemia pada Anak-Anak , Remaja , dan Ibu Hamil. *Journal of Science, Technology and Entrepreneur*, 2(2), 46–50.
- Peraturan Presiden No 72 Tahun 2012 tentang sistem kesehatan nasional* (p. 262). (2012).
- Putri, H. P., Andara, F., & Sufyan, D. L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Di Jakarta Timur. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(2), 334–342.
- Putri, K. M. (2018). Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Paal Merah I Kota Jambi tahun 2018. *Scientia Journal Universitas Adiwangsa Jambi*, 7(1), 132–141.
- Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y., & Kusdalina, K. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404–409.
- Santrock, J. (2019). *Life-Span Development* (Seventeenth). McGraw-Hill Education.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 2(3), 223–228. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30022-1)
- Styaningrum, S. D., Puspitarini, Z., & Sari, S. P. (2020). The integrated education program in boarding-based schools for the prevention of anaemia in the adolescent girl. *Ilmu Gizi Indonesia*, 3(2), 145.
- Suryani, L., Rafika, & Gani, S. I. A. S. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMK Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*, 11(1), 19–26.
- Wahyuningsih, A., & Qoyyimah, A. U. (2019). Hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMA Negeri 1 Karangnom. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 1–12.
- Wijaningsih, W., Gizi, J., & Kemenkes, P. (2019). Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 75–78.