HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI DAYAH TERPADU AL-MADINATUDDINIYAH SYAMSUDDHUHA KECAMATAN DEWANTARA KABUPATEN ACEH UTARA

Jasmiati, Elizar, Rosyita, Hendrika Wijaya Kartini Putri

Dosen Program Studi Kebidanan Aceh Utara, Poltekkes Kemenkes Aceh

E-mail : jasmiatif.1@gmail.com

Abstract

A public health problem that still often occurs in adolescents is anemia which occurs not only in developing countries but also in developed countries. The prevalence of anemia in the world ranges from 40-88% and the incidence of anemia in adolescent girls in developing countries is around 53.7%. Basic Health Research Data (RISKESDAS) in 2018 shows that the prevalence of anemia in Indonesia in women is 27.2% and in men is 20.3%. Anemia is more common in young women, namely 32.0% in the 15-24 year age group. In accordance with the recommendations of the World Health Organization (WHO) in 2011, efforts to prevent and control anemia in adolescent girls and women of childbearing age (WUS) are focused on promotional and preventive activities, namely increasing consumption of iron-rich foods, supplementation with Blood Additive Tablets (TTD), and increasing fortification of food with iron and folic acid. The aim of this research is to analyze the relationship between knowledge about anemia and anemia prevention behavior among adolescent girls in Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha, Dewantara District, North Aceh Regency. This research is an observational study with a cross-sectional approach. The population in this study were young women at Madrasah Aliyah grade 3 level. The number of samples in this study was 60 people, using total sampling. The results of the chi - square test obtained a p-value < 0.05, indicating that there is a relationship between knowledge about anemia and anemia prevention behavior in adolescent girls. To prevent anemia, teenagers must consume adequate nutritional food intake and iron tablets regularly and increase knowledge by updating information through various media and following counseling about anemia delivered by health workers by involving peers who are the closest environment for young women.

Keywords: Knowledge, Adolescent Girls, Anemia Prevention Behavior

Abstrak

Masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak terjadi pada remaja adalah anemia yang terjadi tidak hanya di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88% dan angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7%. Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia pada perempuan sebesar 27,2% dan pada laki-laki sebesar 20,3%. Anemia lebih banyak terjadi pada remaja putri yaitu 32,0% pada kelompok umur 15-24 tahun. Sesuai rekomendasi *World Health Organization* (WHO) tahun 2011, upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS) difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi, suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD), serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pengetahuan tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan crosssectional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri tingkat Madrasah

Aliyah kelas 3. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 60 orang, dengan menggunakan pengambilan sampel secara total sampling. Hasil uji chi – square test diperoleh nilai p -value $< 0,05$ menunjukkan ada hubungan pengetahuan tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri. Untuk mencegah anemia, remaja harus mengonsumsi asupan makanan yang cukup gizi dan tablet besi secara rutin serta meningkatkan pengetahuan dengan update informasi melalui berbagai media dan mengikuti penyuluhan tentang anemia yang disampaikan oleh tenaga kesehatan dengan melibatkan teman sebaya yang merupakan lingkungan terdekat remaja putri.

Kata Kunci: Pengetahuan, Remaja Putri, Perilaku Pencegahan Anemia

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan masyarakat yang masih banyak terjadi pada remaja adalah anemia yang terjadi tidak hanya di negara berkembang tetapi juga di negara maju. Anemia dapat berisiko terjadi pada semua kelompok usia, dan kelompok yang berisiko tinggi untuk menderita anemia adalah anak usia sekolah, remaja, Wanita Usia Subur (WUS), dan ibu hamil. Anemia Gizi Besi (AGB) merupakan anemia yang paling banyak terjadi pada remaja. Prevalensi terbesar terjadi di Negara Afrika dan Asia Tenggara [1].

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa anemia merupakan 10 masalah kesehatan terbesar, namun kemajuan dalam penurunan angka kejadian (prevalensi) masih dinilai sangat rendah, prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% [2].

Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia pada perempuan sebesar 27,2% dan pada laki-laki sebesar 20,3%. Anemia lebih banyak terjadi pada remaja putri yaitu 32,0% pada kelompok umur 15-24 tahun [3].

Remaja putri merupakan kelompok risiko tinggi mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra karena kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14- 15 tahun. Remaja putri yang mengalami haid akan kehilangan darah setiap bulan sehingga membutuhkan zat besi dua kali lipat saat haid [2].

Remaja putri juga memiliki karakteristik kebiasaan makan tidak sehat sehingga kurangnya asupan zat besi pada

makanan yang dikonsumsi dan tidak mampu memenuhi keanekaragaman zat makanan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk proses sintesis Hemoglobin (Hb). Apabila jumlah simpanan zat besi berkurang dari jumlah zat besi dalam tubuh, akibatnya kadar hemoglobin menurun di bawah normal yang disebut sebagai anemia gizi besi. Kasus anemia yang tersebar di seluruh dunia secara langsung 50% disebabkan kurangnya intake zat besi [2].

Remaja memiliki kebutuhan zat gizi yang meningkat untuk mengimbangi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat di masa pubertas, dan kebiasaan makan remaja saat ini belum memenuhi kebutuhan asupan zat besi. Di Indonesia, penyebab yang umum ditemui adalah kurang asupan zat besi, yang disebut anemia gizi besi [4].

Remaja putri yang mengalami anemia berisiko mengalami anemia saat hamil. Hal ini akan berdampak negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan, bahkan menyebabkan kematian ibu dan anak. Dampak anemia pada remaja putri yaitu menurunnya prestasi dan semangat belajar, pucat, lesu/lelah karena kurangnya zat besi (Fe) [4].

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dilakukan dengan memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin. Sesuai rekomendasi WHO tahun 2011, upaya penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi, suplementasi TTD,

serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat [2].

Program Penatalaksanaan anemia pada anak wanita usia sekolah di Indonesia sesuai dengan Surat Edaran Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang pemberian TTD pada remaja putri dan WUS, pemberian TTD pada remaja putri dilakukan melalui UKS/M di institusi pendidikan (SMP dan SMA atau yang sederajat) dengan menentukan hari minum TTD bersama. Dosis yang diberikan satu tablet setiap minggu selama sepanjang tahun [5].

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa proporsi remaja putri yang mendapatkan tablet zat besi adalah 76,2 %, dan sebanyak 80,9% mendapat TTD di sekolah. Dari data tersebut, hanya 1,4% yang mengkonsumsi tablet zat besi ≥ 52 butir, sedangkan 98,6% mengkonsumsi < 52 butir [6].

Rendahnya pengetahuan remaja terhadap anemia berpengaruh pada kurangnya perhatian remaja dalam pemilihan makanan dan pencegahan masalah kesehatan terutama anemia. Hal tersebut pada akhirnya akan meningkatkan risiko anemia pada remaja. Faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan dan kesadaran dalam mencukupi zat gizi individu. Pengetahuan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan, penggunaan suplementasi tablet Fe saat menstruasi dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi individu yang bersangkutan termasuk status anemia [7].

Studi pendahuluan yang dilakukan kepada 5 remaja putri di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha, didapatkan bahwa 3 orang masih kurang mengetahui tentang anemia, mereka sudah pernah mendapatkan informasi tentang anemia dan tablet Fe yang di sampaikan oleh pihak puskesmas serta dibagikan tablet fe namun tidak dikonsumsi secara rutin.

Berdasarkan permasalahan diatas sangat penting untuk meneliti bagaimana hubungan pengetahuan tentang anemia

dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan crosssectional yang bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan variabel dependen adalah perilaku pencegahan anemia. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri tingkat Madrasah Aliyah kelas 3 di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini ditentukan secara total sampling yaitu berjumlah 60 remaja putri.

Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner. Data dianalisis menggunakan statistik univariat, bivariat menggunakan uji chi – square test (χ^2) dengan bantuan komputerisasi SPSS, pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Selanjutnya ditarik kesimpulan jika nilai $p<0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak yang menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara variabel dependen dan variabel independen, dan jika nilai $p>0,05$ maka H_a ditolak H_0 diterima yang menunjukkan tidak ada hubungan antara variabel dependen dan variabel independen.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari variabel dependen dan variabel independen yang terdiri dari:

1. Informasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, informasi yang diterima responden dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Informasi Di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara

Kategori	f	%
Informasi		
Anemia		
Ada	50	83,3
Tidak	10	16,7
Informasi Fe		
Ada	55	91,7
Tidak	5	8,3
Total	60	100

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan informasi tentang anemia yaitu 50 responden (83,3%) dan informasi tentang fe yaitu 55 responden (91,7%).

2. Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara

Kategori	f	%
Baik	35	58,3
Kurang	25	41,7
Total	60	100

Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan responden adalah baik yaitu 35 responden (58,3%).

3. Perilaku Pencegahan Anemia

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, perilaku pencegahan anemia dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Anemia Di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara

Perilaku Pencegahan Anemia	f	%
Positif	33	55,0
Negatif	27	45,0
Total	60	100

Tabel 3. menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku pencegahan anemia responden adalah positif yaitu 33 responden (55,0%).

Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel dependen dan variabel independen yaitu hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia:

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara

Pengetahuan	Perilaku Pencegahan Anemia				Total	P
	Positif		Negatif			
	f	%	f	%		
Baik	26	74,3	9	25,7	35	58,3
Kurang	7	28,0	18	72,0	25	41,7
Total	33	55,0	27	45,0	60	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 35 responden yang memiliki pengetahuan baik didapati 26 orang (74,3%) dengan perilaku pencegahan anemia positif sedangkan yang berpengetahuan kurang dari 25 responden didapatkan sebanyak 18 orang (72,0%) dengan perilaku pencegahan anemia negatif. Hasil analisis yang diperoleh dari uji *Chi*

Square menunjukkan bahwa nilai $P = 0,000$ ($P < 0,05$), yang artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara.

PEMBAHASAN

Dari hasil analisis didapatkan bahwa mayoritas responden dengan pengetahuan baik, perilaku pencegahan anemia positif dan ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022.

Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* diperoleh pada level of significant nilai P sebesar 0,000 dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$, sehingga $P < \alpha$. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurbaiti dari uji statistik di peroleh $\rho = 0,002$, karena $p \text{ value} = 0,002 < \alpha 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik pada alpa 5% ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan pencegahan anemia di SMAN 4 Kota Jambi tahun 2018 [8].

Tidak dapat dipastikan bahwa pengetahuan menyebabkan berubahnya perilaku seseorang, tetapi pengetahuan merupakan salah satu aspek terpenting yang membuat seseorang mampu melakukan perubahan perilaku, salah satunya dalam perilaku pencegahan anemia [9].

Minimnya pengetahuan tentang anemia pada remaja putri menyebabkan banyak dari remaja putri kurang baik dalam mengatur pola makan sehingga terjadi sikap dan perilaku pencegahan anemia yang kurang baik. Perubahan perilaku tidak selalu disebabkan oleh peningkatan pengetahuan sehingga remaja putri yang memiliki wawasan baik terhadap anemia belum tentu baik dalam berperilaku mencegah anemia [7].

Rendahnya pengetahuan remaja terhadap anemia berpengaruh pada kurangnya perhatian remaja dalam pemilihan makanan dan pencegahan masalah kesehatan

terutama anemia. Hal tersebut pada akhirnya akan meningkatkan risiko anemia pada remaja. Masalah yang timbul akibat anemia adalah badan lemas, kelelahan, penurunan fungsi kognitif dan produktivitas kerja, serta peningkatan risiko menderita anemia saat hamil nantinya [7].

Kekurangan besi pada remaja mengakibatkan pucat, lemah, letih, pusing, dan menurunnya konsentrasi belajar. Penyebabnya, antara lain: tingkat pendidikan orang tua, tingkat ekonomi, tingkat pengetahuan tentang anemia dari remaja putri, konsumsi Fe, Vitamin C, dan lamanya menstruasi [10].

Asupan zat gizi yang kurang, menstruasi, penyakit infeksi, dan kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan anemia. Anemia pada wanita usia subur merupakan tantangan di bidang gizi kesehatan reproduksi. Secara umum tingginya prevalensi anemia gizi besi antara lain disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi tidak cukup dan peningkatan kebutuhan akan zat besi [11].

Perilaku untuk mencegah anemia pada saat menstruasi adalah dengan mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang dan tinggi zat besi, serta mengkonsumsi tablet besi pada saat menstruasi [12]. Suplementasi TTD pada remaja putri dan WUS merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh. Penelitian di Kupang (NTT) pada remaja putri tahun 2002, menunjukkan bahwa suplementasi TTD secara mingguan selama 16 minggu mampu meningkatkan kadar hemoglobin dan serum feritin lebih besar dibandingkan suplementasi TTD 4 hari berturut-turut saat menstruasi selama 4 siklus menstruasi [2].

Penelitian yang dilakukan di Depok menunjukkan faktor yang berhubungan dengan kepatuhan remaja putri SMA untuk mengkonsumsi suplemen zat besi adalah usia siswa, pengetahuan, motivasi dan efikasi diri

siswa, pemeriksaan kadar Hb sebelumnya, pengorganisasian sekolah untuk mengikuti IFA (Iron Folic Acid) bersama-sama dan guru memberikan edukasi tentang manfaat tablet besi kepada siswa [13].

Penelitian Iswani, R, dkk (2022) di PMB Salabiah Kota Lhokseumawe didapatkan bahwa dari uji *Chi Square* menunjukkan bahwa nilai $P = 0,001$ ($P < 0,05$), yang artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan [14].

Kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe pada remaja putri di Dayah Terpadu Almadinatuddiniyah Syamsudhhuha juga didukung oleh keterlibatan petugas kesehatan untuk menyampaikan informasi tentang anemia dan tablet Fe. Hal ini sejalan dengan penelitian Elizar dkk (2022) pada 120 remaja putri di Dayah Terpadu Almadinatuddiniyah Syamsudhhuha menyebutkan hasil analisis yang diperoleh dari uji *Chi Square* menunjukkan nilai p value $< 0,05$ yang artinya ada hubungan antara peran petugas kesehatan dengan kepatuhan minum tablet fe [15].

Sejalan dengan pengabdian masyarakat yang pernah dilakukan di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsudhhuha tahun 2022 pada 30 remaja putri tentang edukasi anemia didapatkan hasil yaitu tingkat pengetahuan remaja putri sebelum mendapatkan penyuluhan tentang anemia berada pada kategori baik yaitu 57% dan setelah mengikuti penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan pada kategori baik menjadi 87% [16]. Edukasi tentang kebutuhan gizi didapatkan hasil sebelum mengikuti kegiatan penyuluhan berada pada kategori baik hanya 33%, namun setelah mengikuti penyuluhan pengetahuan meningkat menjadi baik yaitu 53%. Pada evaluasi pretest rata-rata pengetahuan adalah 70,3 dan pada posttest rata-rata menjadi 84,7. Kondisi ini terjadi oleh karena Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsudhhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara merupakan salah satu lembaga yang menjadi binaan kegiatan PKPR

Puskesmas Dewantara Kabupaten Aceh Utara, yang dilaksanakan 1 bulan sekali [17].

Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa siswi yang mempunyai pengetahuan tentang anemia yang kurang baik adalah salah satu penyebab perilaku tidak mendukung dalam pencegahan anemia pada saat menstruasi. Pengetahuan yang kurang disebabkan karena siswi tidak memahami atau hanya menerima informasi yang tidak menyeluruh. Pengetahuan seseorang mempengaruhi perilaku seseorang misalnya perilaku pencegahan anemia [12].

KESIMPULAN

1. Pengetahuan remaja putri tentang anemia di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsudhhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara mayoritas baik yaitu 35 orang (58,3 %).
2. Perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsudhhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara mayoritas positif yaitu 33 orang (55,0%).
3. Ada hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan perilaku pencegahan anemia di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsudhhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara dengan hasil uji statistik *chi-square* diperoleh $P=0,000$ dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$, sehingga $P < 0,05$ (*level of significant*).

SARAN

Bersadarkan kesimpulan dari hasil penelitian, untuk mencegah anemia, remaja harus mengkonsumsi asupan makanan yang cukup gizi dan tablet besi secara rutin serta meningkatkan pengetahuan dengan update informasi melalui berbagai media dan mengikuti penyuluhan tentang anemia yang disampaikan oleh tenaga kesehatan dengan melibatkan teman sebaya yang merupakan lingkungan terdekat remaja putri. Sangat perlu dilakukan peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia agar dapat dilakukan upaya pencegahan anemia sedini

mungkin karena kesehatan seorang remaja sangat menentukan keberhasilan dari pembangunan kesehatan, terutama dalam upaya mencetak kualitas generasi penerus bangsa di masa depan. mengingat remaja putri adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan seorang bayi.

REFERENSI

1. Anggreiniboti, T. (2022). Program gizi remaja aksi bergizi upaya mengatasi anemia pada remaja putri di indonesia. *Universitas Perintis Indonesia*. 5, 60–66 (2022).
2. Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O. & Anggraini, L. (2019). *Metode orkes-ku (raport kesehatanku) dalam mengidentifikasi potensi kejadian anemia gizi pada remaja putri*. CV Mine.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan nasional riskesdas 2018*.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (wus)*.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan indonesia tahun 2019*.
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Utama Riskesdas 2018. (2018).
7. Lestari, D. I. N. Faktor Yang Berhubungan Dengan Upaya Pencegahan Anemia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Wilayah Jenu Kabupaten Tuban. Perpust. Univ. Airlangga (2018).
8. Nurbaiti. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 4 Kota Jambi Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 19,1.84-88. (2019).
9. Notoatmodjo, S. Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. (2012).
10. Kemenkes RI. Prevalensi Anemia Di Indonesia. (2013).
11. Arisman M.B. Gizi Dalam Daur Kehidupan. EGC, Jakarta. (2014).
12. Mularsih, S. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di Smk Nusa Bhakti Kota Semarang. *J. Kebidanan*, 6 (2), 80–85 (2017).
13. Apriningsih., Madanijah, S., D. & Cm., & Kolopaking, R. Determinant Of Highschool Girl Adolescent'adherence To Consume Iron Folic Acid Supplementation In Kota Depok. *J Nutr Sci Vitaminol (Tokyo)*. 66, S369–75 (2020).
14. Iswani, R, dkk. Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe Selama Kehamilan Di PMB Salabiah Kota Lhokseumawe. *Indonesian Trust Health Journal*. 5, 85–89 (2022).
15. Elizar, dkk. Hubungan Peran Petugas Kesehatan Dan Sikap Remaja Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Di Dayah Terpadu Al-Madinatuddiniyah Syamsuddhuha. *Indonesian Trust Health Journal* 5, 72–77 (2022).
16. Jasmianti, dkk. Edukasi Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara. *Jurnal Abdimas Kesehatan*. 5, 257–262 (2023).
17. Rosyita, dkk. Edukasi Kebutuhan Gizi Remaja Putri Di Dayah Terpadu Al Madinatuddiniyah Syamsuddhuha Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh. *Jurnal Abdimas Kesehatan* 4, 525–531 (2022).