



JM

Volume 14 No. 1 (April 2026)

© The Author(s) 2026

KARAKTERISTIK ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KOTA BENGKULU

**CHARACTERISTICS OF ANEMIA AMONG ADOLESCENT GIRLS
IN BENGKULU CITY**

**SRI HAYATUN NUFUS, EPTI YORITA, ROLITA EFRIANI, SRI YANNIARTI,
KHARIZA FADHILA SYAHNAZ
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU, INDONESIA
Email: epti@poltekkesbengkulu.ac.id**

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia merupakan masalah kesehatan global yang banyak dialami oleh remaja putri. World Health Organization (2025) melaporkan lebih dari 500 juta perempuan usia reproduktif di seluruh dunia mengalami anemia, dengan prevalensi sebesar 32% pada remaja Indonesia usia 15–24 tahun. Rendahnya pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait pencegahan anemia menjadi faktor penyebab utama masalah ini. Di Provinsi Bengkulu, anemia menyumbang 33,16% dari komplikasi obstetri, dan SMKN 3 Kota Bengkulu memiliki jumlah kasus anemia remaja tertinggi. Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri terkait anemia di SMKN 3 Kota Bengkulu. Metode: Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian adalah siswi kelas X di SMKN 3 Kota Bengkulu dengan sampel sebanyak 64 responden yang dipilih menggunakan teknik stratified random sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, mencakup aspek pengetahuan, sikap, perilaku, sumber informasi, lingkungan sekolah, dan dukungan keluarga terkait anemia. Data dianalisis secara deskriptif untuk melihat gambaran masing-masing variabel. Hasil dan Pembahasan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (59,4%) memiliki pengetahuan kurang tentang anemia, 31,3% pengetahuan cukup, dan 9,4% pengetahuan baik. Sikap terhadap pencegahan anemia cenderung positif, dengan 56,3% responden menunjukkan sikap mendukung. Namun, perilaku pencegahan anemia masih kurang, dengan 82,8% responden memiliki perilaku negatif seperti pola makan tidak sehat. Selain itu, 84,4% responden tidak mendapatkan informasi yang memadai mengenai anemia, serta tidak terdapat dukungan sekolah dalam upaya pencegahan anemia. Dukungan keluarga juga masih terbatas, dengan hanya 37,5% responden yang mendapatkan dukungan dalam menjaga pola makan sehat. Kesimpulan: Pengetahuan dan perilaku remaja putri terkait anemia masih tergolong rendah meskipun sikap sudah cukup baik. Oleh karena itu, diperlukan program edukasi yang komprehensif dan berkelanjutan di lingkungan sekolah dan keluarga untuk meningkatkan pengetahuan serta mendorong perubahan perilaku dalam pencegahan anemia.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Putri, Pengetahuan, Sikap, Perilaku

ABSTRACT

Intoduction: Anemia is a global health problem commonly experienced by adolescent girls. The World Health Organization (2025) reports that more than 500 million women of reproductive age worldwide suffer from anemia, with a prevalence of 32% among Indonesian adolescents aged 15–24 years. Low levels of knowledge, attitudes, and behaviors related to anemia prevention are the main contributing factors to this problem. In Bengkulu Province, anemia accounts for 33.16% of obstetric complications, and SMKN 3 Kota Bengkulu has the highest number of adolescent anemia cases. This study aims to assess the knowledge, attitudes, and behaviors of adolescent girls regarding anemia at SMKN 3 Kota Bengkulu. **Method:** This study used a quantitative descriptive design. The population consisted of 10th-grade female students at SMKN 3 Kota Bengkulu, with a sample of 64 respondents selected using stratified random sampling. The research instrument was a structured questionnaire that had been tested for validity and reliability, covering aspects of knowledge, attitudes, behaviors, sources of information, school environment, and family support related to anemia. Data were analyzed descriptively to describe each variable. **Result and Discussion:** The results showed that the majority of respondents (59.4%) had poor knowledge about anemia, 31.3% had moderate knowledge, and 9.4% had good knowledge. Attitudes toward anemia prevention were generally positive, with 56.3% of respondents showing supportive attitudes. However, preventive behaviors were still lacking, with 82.8% of respondents demonstrating negative behaviors such as unhealthy eating habits. In addition, 84.4% of respondents did not receive adequate information about anemia, and there was no school support for anemia prevention efforts. Family support was also limited, with only 37.5% of respondents receiving support in maintaining a healthy diet. **Conclusion:** The knowledge and behaviors of adolescent girls regarding anemia are still relatively low, although their attitudes are fairly good. Therefore, comprehensive and sustainable educational programs are needed in both school and family settings to improve knowledge and encourage behavioral changes in anemia prevention.

Keywords: Anemia, Adolescent Girls, Knowledge, Attitude, Behavior

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang masih menjadi tantangan besar, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak, ibu hamil, ibu pasca melahirkan, remaja putri, dan wanita usia subur. Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2025, sekitar 500 juta wanita usia reproduktif dan 269 juta anak usia 6-59 bulan di seluruh dunia mengalami anemia. Pada tahun 2019, tercatat 30% (539 juta) wanita tidak hamil dan 37% (32 juta) wanita hamil usia 15-49 tahun mengalami anemia (WHO, 2025).

Di Indonesia, anemia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada anak usia 5-14 tahun mencapai

26,8%, sementara pada kelompok usia 15-24 tahun prevalensinya lebih tinggi, yaitu 32%. Tingginya angka kejadian anemia ini sangat terkait dengan rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Data Kemenkes RI tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar 8,3 juta dari 12,1 juta remaja putri tidak rutin mengonsumsi TTD, sehingga mereka berisiko mengalami anemia (Kemenkes RI, 2022).

Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius, karena dapat berlanjut hingga masa kehamilan, yang disebabkan oleh rendahnya cadangan zat besi. Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2023, anemia menyumbang 33,16% dari komplikasi kebidanan, dengan Kota Bengkulu menyumbang 6,43% dari total

kasus anemia di provinsi Bengkulu (Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa anemia menjadi ancaman bagi kesehatan ibu dan bayi, serta dampaknya yang luas terhadap kesehatan fisik, kognitif, dan reproduksi pada masa depan.

Anemia pada remaja putri tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga aspek kognitif dan emosional. Gejala anemia seperti kelelahan, pusing, dan kesulitan berkonsentrasi dapat mengurangi kemampuan belajar, gangguan pertumbuhan, menurunkan daya tahan tubuh, dan menurunkan kebugaran fisik (Ningsih et al., 2023). Selain itu, anemia yang tidak tertangani dapat meningkatkan risiko komplikasi pada kehamilan, seperti gangguan pertumbuhan janin, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), gangguan tumbuh kembang, dan stunting. Anemia juga dapat menyebabkan perdarahan sebelum dan saat persalinan, yang berisiko bagi keselamatan ibu dan bayi (Yanniarti et al., 2024).

Salah satu penyebab utama anemia pada remaja putri adalah kurangnya pengetahuan. Pengetahuan yang rendah mengenai gizi, terutama zat besi, berkontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan gizi yang tidak memadai, yang kemudian meningkatkan risiko terjadinya anemia (Yulianti et al., 2024). Penelitian oleh Lasmawanti et al. (2024) menunjukkan bahwa 52,2% remaja memiliki pemahaman yang kurang baik tentang anemia, yang berdampak pada rendahnya kesadaran untuk melakukan pencegahan seperti konsumsi makanan bergizi dan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Selain pengetahuan, sikap dan perilaku remaja juga berperan besar dalam pencegahan anemia. Sikap yang negatif terhadap pencegahan anemia, seperti kurangnya keinginan untuk mengonsumsi makanan yang kaya zat besi, serta perilaku yang tidak mendukung, seperti kebiasaan makan yang tidak sehat, dapat memperburuk keadaan. Sebuah studi oleh Adyani et al. (2024) menunjukkan bahwa peningkatan

pengetahuan dapat berpengaruh terhadap perilaku dan gaya hidup sehat remaja, yang pada gilirannya dapat mengurangi prevalensi anemia.

Faktor lain yang tidak kalah penting adalah sumber informasi mengenai anemia dan dukungan dari keluarga serta lingkungan sekolah. Hasil penelitian oleh Fausiah et al. (2024) menunjukkan bahwa informasi yang cukup dan relevan mengenai anemia dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja terkait anemia. Sayangnya, banyak remaja yang tidak mendapatkan informasi yang memadai tentang anemia, baik dari keluarga, sekolah, maupun media. Di sisi lain, dukungan keluarga dalam menjaga pola makan sehat juga sangat penting, namun banyak remaja yang tidak menerima dukungan ini, yang memperburuk prevalensi anemia (Jatmika et al., 2019).

Di Bengkulu, data dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024 menunjukkan bahwa total kasus anemia pada remaja putri mencapai 2.233 kasus, dengan 983 kasus pada remaja putri SMP dan 1.250 kasus pada remaja putri SMA. Puskesmas Penurunan, Puskesmas Jalan Gedang, dan Puskesmas Bentiring tercatat sebagai puskesmas dengan kasus anemia remaja putri tertinggi di Kota Bengkulu (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2023). Berdasarkan survei awal di SMKN 3 Kota Bengkulu, ditemukan 120 siswi yang terdiagnosis anemia, dengan 71 siswi mengalami anemia ringan, 48 siswi mengalami anemia sedang, dan 1 siswi mengalami anemia berat.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik anemia pada remaja putri di SMKN 3 Kota Bengkulu dengan fokus pada pengetahuan, sikap, perilaku, sumber informasi, lingkungan sekolah, dan dukungan keluarga terkait anemia. Dengan memahami faktor-faktor ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai prevalensi dan penyebab anemia pada remaja putri di Bengkulu City dan memberikan informasi yang berguna untuk penanganan yang lebih efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif untuk menyelidiki karakteristik anemia pada remaja putri di SMKN 3 Bengkulu. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi aspek-aspek seperti pengetahuan, sikap, perilaku, sumber informasi, lingkungan sekolah, dan dukungan keluarga terkait anemia. Analisis deskriptif digunakan untuk mengamati distribusi frekuensi dari respon peserta penelitian, memberikan gambaran menyeluruh tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap anemia di kalangan remaja putri di sekolah tersebut. Data dikumpulkan dari sampel yang terdiri dari 64 remaja putri kelas X di SMKN 3 Bengkulu. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik stratified random sampling, yang memastikan bahwa sampel yang dipilih mewakili berbagai kelompok dalam populasi remaja putri di sekolah tersebut. Pendekatan ini meminimalkan bias pemilihan dengan membagi populasi menjadi strata berdasarkan karakteristik seperti usia dan tingkat kelas, kemudian memilih peserta secara acak dari setiap strata.

Kuesioner terstruktur digunakan sebagai alat utama untuk pengumpulan data. Kuesioner ini terdiri dari pertanyaan pilihan ganda dan item skala Likert untuk menangkap berbagai respons terkait aspek-aspek anemia yang berbeda. Sebelum didistribusikan kepada peserta, kuesioner telah diuji untuk memastikan validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner ini dibagi menjadi beberapa bagian yang menilai berbagai faktor yang dapat mempengaruhi anemia. Bagian-bagian ini menilai pengetahuan peserta tentang anemia, sikap mereka terhadap pencegahan dan pengelolaan kondisi ini, perilaku mereka terkait kebiasaan makan dan konsumsi suplemen zat besi, sumber informasi yang mereka peroleh mengenai anemia, peran lingkungan sekolah dalam pendidikan kesehatan, dan tingkat dukungan keluarga yang mereka terima terkait kebiasaan makan sehat dan kepatuhan terhadap rekomendasi

suplemen zat besi. Pengumpulan data dilakukan pada periode 03-12 Juni 2025, dengan 64 siswi yang mengisi kuesioner. Respons dicatat langsung di atas kertas selama administrasi survei.

Untuk analisis data, metode statistik deskriptif digunakan untuk merangkum dan menginterpretasi temuan. Distribusi frekuensi dan persentase dihitung untuk setiap aspek kuesioner, yang mencakup pengetahuan, sikap, perilaku, sumber informasi, lingkungan sekolah, dan dukungan keluarga terkait anemia, memungkinkan pemahaman yang jelas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada peserta. Data diproses menggunakan perangkat lunak SPSS (Versi 26), yang memfasilitasi analisis statistik dan memastikan peringkasan hasil yang dapat diandalkan. Temuan disajikan dalam tabel dan grafik, memberikan penyajian yang mudah dipahami mengenai hasil penelitian. Pertimbangan etis diikuti sepanjang penelitian ini. Persetujuan informasi diperoleh dari seluruh peserta penelitian sebelum pengumpulan data. Peneliti juga mengurus izin etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan dengan No.KEPK.BKL/479/06/2025.

HASIL PENELITIAN

Hasil rinci yang disajikan dalam Tabel 1 menyoroti pentingnya mengidentifikasi faktor-faktor utama yang memengaruhi anemia pada remaja putri di SMKN 3 Bengkulu. Faktor-faktor tersebut meliputi tingkat pengetahuan tentang anemia, sikap terhadap pencegahan dan penanganannya, perilaku terkait kebiasaan makan sehat dan suplementasi zat besi, sumber informasi mengenai kondisi ini, peran lingkungan sekolah dalam memberikan dukungan edukasi, serta tingkat dukungan keluarga terkait kebiasaan nutrisi dan kepatuhan terhadap praktik pencegahan anemia. Dengan mengkaji variabel-variabel ini, penelitian ini bertujuan memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi prevalensi dan penanganan

anemia pada kelompok ini.

Tabel 1. Karakteristik Responden Mengenai Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Sumber Informasi, Lingkungan Sekolah, dan Dukungan Keluarga Terkait Anemia

Karakteristik Responden	Persentase	
	(n = 64)	(%)
Pengetahuan		
Baik	6	9,4
Cukup	20	31,3
Kurang	38	59,4
Sikap		
Positif	36	56,3
Negatif	28	43,8
Perilaku		
Positif	11	17,2
Negatif	53	82,8
Sumber Informasi		
Mendapat	10	15,6
Tidak Mendapat	54	84,4
Lingkungan sekolah		
Positif	0	0
Negatif	64	100,0
Dukungan Keluarga		
Mendukung	24	37,5
Tidak Mendukung	40	62,5

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden (59,4%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia, diikuti oleh 31,3% dengan pengetahuan cukup, dan 9,4% dengan pengetahuan baik. Terkait sikap, 56,3% responden menunjukkan sikap positif terhadap pencegahan anemia, sementara 43,8% memiliki sikap negatif. Dalam hal perilaku, mayoritas responden (82,8%) menunjukkan perilaku negatif, seperti kebiasaan makan yang tidak sehat dan kurangnya kepatuhan terhadap suplementasi zat besi, sedangkan hanya 17,2% yang menunjukkan perilaku positif. Mengenai sumber informasi, sebanyak 84,4% responden tidak mendapatkan informasi yang memadai terkait anemia, dan hanya 15,6% yang memperoleh informasi. Seluruh responden (100%) melaporkan bahwa lingkungan sekolah tidak mendukung upaya pencegahan anemia. Terkait dukungan keluarga, sebanyak 62,5% responden tidak mendapatkan dukungan yang cukup, sedangkan 37,5%

mendapatkan dukungan dalam menjaga pola makan sehat dan pencegahan anemia.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMKN 3 Bengkulu memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia, dengan lebih dari setengah responden (59,4%) mengaku kurang memahami penyakit ini. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa rendahnya pengetahuan merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi anemia pada remaja putri (Indriasari et al., 2024). Pengetahuan yang terbatas dapat menghambat upaya pencegahan dan pengelolaan anemia karena remaja tidak memahami pentingnya pola makan bergizi dan konsumsi suplemen zat besi secara teratur. Oleh karena itu, diperlukan pendidikan kesehatan yang lebih intensif di lingkungan sekolah dan masyarakat (Febrianti et al., 2023).

Selain itu, sikap remaja putri terhadap pencegahan anemia cenderung positif, dengan 56,3% responden menunjukkan sikap yang mendukung. Namun, masih terdapat 43,8% yang memiliki sikap negatif, yang menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan sikap. Kondisi ini dapat memengaruhi perilaku dalam menerapkan tindakan pencegahan anemia. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa sikap positif tidak selalu diikuti oleh perubahan perilaku yang nyata (Munira & Viwattanakulvanid, 2024). Dalam aspek perilaku, sebagian besar responden (82,8%) menunjukkan perilaku yang tidak mendukung pencegahan anemia, seperti kebiasaan makan yang tidak sehat dan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Hal ini dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang buruk dan kurangnya kesadaran akan pentingnya asupan zat besi (Mizia et al., 2021). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang berfokus pada perubahan perilaku melalui edukasi yang lebih terarah baik di sekolah maupun keluarga (Sari et al., 2023).

Keterbatasan sumber informasi juga menjadi faktor penting, dimana 84,4% responden tidak mendapatkan informasi yang memadai mengenai anemia. Hal ini menunjukkan perlunya inovasi dalam metode penyuluhan, seperti penggunaan media edukasi yang interaktif dan berbasis kearifan lokal agar lebih mudah dipahami oleh remaja (Parimayuna et al., 2024). Lingkungan sekolah yang seluruhnya (100%) dinilai tidak mendukung menunjukkan bahwa sekolah belum berperan optimal dalam upaya pencegahan anemia. Padahal, sekolah memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kesehatan serta menyediakan program seperti pemberian tablet tambah darah secara rutin (Roche et al., 2018). Dukungan keluarga yang masih rendah (62,5%) juga menjadi hambatan dalam pencegahan anemia. Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan makan dan perilaku kesehatan remaja. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga dalam edukasi dan pengawasan sangat diperlukan (Ningrum et al., 2025).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pencegahan anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu pengetahuan, sikap, perilaku, sumber informasi, lingkungan sekolah, dan dukungan keluarga. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang komprehensif dan terintegrasi yang melibatkan sekolah, keluarga, dan masyarakat untuk menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri di Bengkulu.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyoroti beberapa faktor kunci yang memengaruhi prevalensi dan penanganan anemia pada remaja putri di SMKN 3 Bengkulu. Temuan menunjukkan bahwa meskipun terdapat pemahaman dasar tentang anemia, sebagian besar remaja masih memiliki pengetahuan yang kurang, sehingga menghambat upaya pencegahan dan pengelolaan yang efektif. Selain itu, meskipun sikap terhadap pencegahan anemia

cenderung positif, perilaku negatif masih dominan, terutama terkait kebiasaan makan yang tidak sehat dan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi suplemen zat besi. Keterbatasan akses terhadap informasi yang akurat serta tidak adanya dukungan dari lingkungan sekolah semakin memperburuk kondisi tersebut. Dukungan keluarga juga masih rendah, sehingga memengaruhi kebiasaan hidup sehat remaja. Oleh karena itu, pencegahan dan penanganan anemia memerlukan upaya yang komprehensif dan kolaboratif yang melibatkan sekolah, keluarga, dan masyarakat.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar sekolah dapat berperan lebih aktif dalam menyelenggarakan program edukasi kesehatan secara rutin, menyediakan informasi yang akurat mengenai anemia, serta mendukung program pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri. Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kegiatan penyuluhan dengan metode yang lebih inovatif dan interaktif agar mudah dipahami oleh remaja. Selain itu, keluarga diharapkan mampu memberikan dukungan yang lebih optimal dalam membentuk pola makan sehat dan mengawasi konsumsi zat besi. Remaja putri juga diharapkan lebih aktif dalam mencari informasi serta menerapkan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan anemia. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan intervensi berbasis sekolah maupun keluarga dengan desain penelitian yang lebih mendalam guna memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, K., Apriliana, S. D., & Susilowati, E. (2024). Pengaruh Media Edukasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia: Literature Review. *Faletehan Health Journal*, <https://doi.org/10.33746/fhj.v11i02.683>
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2023).

- Profil kesehatan kota bengkulu 2023. 19(5), 1–162.
- Fausiah, F., Nawir, M., & Nursalam, N. (2024). Pengaruh Model Talking stick Berbantuan Media Pembelajaran Mystery Box terhadap Motivasi dan Hasil Belajar IPS Gugus 3 Kecamatan Panakkukang Kota Makassar. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 4(2), 626–638. <https://doi.org/10.53299/jppi.v4i2.550>
- Febrianti, K. D., Ayu, W. C., Anidha, Y., & Mahmudiono, T. (2023). Effectiveness of nutrition education on knowledge of anemia and hemoglobin level in female adolescents aged 12-19 years: A systematic reviews and meta-analysis. *Amerta Nutrition*, 7(3), 478–486. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3.2023.478-486>
- Indriasari, R., Mansur, M. A., & Rachmat, M. (2024). Comprehensive knowledge and supports from closest relatives are crucial to improve awareness and participation of Indonesian adolescent girls in anemia prevention program. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 36(5), 513–521. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2024-0064>
- Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2019). Buku Ajar 91 92 Pengembangan Media Promosi Kesehatan. http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/852/1/6_Pencapaian_Kesehatan_1.pdf
- Kemkes RI. (2022). Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkat, Bebas <https://ayosehat.kemkes.go.id/remaja-bebas-anemiakonsentrasi-belajar-meningkat-bebas-prestasi>
- Lasmawanti, S., Muflih, & Ardilla Siregar, M. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMA Budi Agung Medan. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 5(1), <https://jurnal.akperrscikini.ac.id/index.php/JKC/article/view/152/153>
- Mizia, S., Felińczak, A., Włodarek, D., & Syrkiewicz-Świtała, M. (2021). Evaluation of eating habits and their impact on health among adolescents and young adults: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3996. <https://doi.org/10.3390/ijerph18083996>
- Munira, L., & Viwattanakulvanid, P. (2024). Knowledge, attitude, and practice towards anemia prevention among female students in Indonesia: A mixed method study. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 13(1), 371. <https://doi.org/10.11591/ijere.v13i1.25750>
- Ningrum, D., Endrianto, E., Winarto, & Lala, A. (2025). Improving the role of family in preventing anemia in adolescent girls through health education: A systematic literature review. *Oshada*, 2(1), 13–23. <https://doi.org/10.62872/3v38kj13>
- Ningsih, O. S., Masri, E. R., Dewi, C. F., Rafael, M. N., Dudet, B., Jarut, E., Mbulu, A. M., Yunita, E., Murni, E., Mas'Ad, N., & Damat, L. M. (2023). Screening Dan Pendidikan Kesehatan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.12073>
- Paramita, F., Rachmawati, W. C., Ekawati, R., Pherenis, H. S. A., Septiani, S. T., & Awaliahmunazila, M. (2024). The Effectivity of Nutrition Education using E-Booklet on Knowledge and Attitude about Anemia among Adolescent Girls in Turen Malang. *Preventia : The Indonesian Journal of Public Health*, 9(1), 75. <https://doi.org/10.17977/um044v9i12024p75-80>
- Parimayuna, I., Batiari, N., & Aswari, N. (2024, February 28). The Effectiveness Of Health Education And Media Using Local Language In Improving Reproductive Health Knowledge Among Adolescents. *Proceedings of the International Conference on Public Health*. <https://doi.org/10.17501/24246735.2023>

- Roche, M. L., Bury, L., Yusadiredja, I. N., Asri, E. K., Purwanti, T. S., Kusyuniati, S., Bhardwaj, A., & Izwardy, D. (2018). Adolescent girls' nutrition and prevention of anaemia: A school based multisectoral collaboration in Indonesia. *BMJ*, k4541. <https://doi.org/10.1136/bmj.k4541>
- Sari, W., Widanti, N. P. T., Yani, R. W. E., Jehanara, J., & Prasetyo, E. (2023). The impact of nutrition education on healthy eating habits among adolescents. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.30604/jika.v8i1.1820>
- WHO. (2025). Anemia. World Health Organization. <https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/anaemia>
- Yanniarti, S., Yorita, E., & Efriani, R. (2024). Anemia pada Remaja dan Cara Mengatasinya. Penerbit Nem. <https://doi.org/978-623-115-402-6>
- Yulianti, L. A., Yuliyana, N., & Widiyanti, D. (2024). Pemberian Edukasi Anemia Menggunakan Media Video Dengan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Putri Di Smpn 19 Dan Pondok Pesantren Salafiyah Hidayatul Qomariyah Kota Bengkulu Tahun 2023. *Journal of Nursing and Public Health*, 12(1), 36–42. <https://doi.org/10.37676/jnph.v12i1.6332>