



JM

Volume 14 No. 1 (April 2026)

© The Author(s) 2026

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKLUS MENSTRUASI TERHADAP
KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**

**DESCRIPTION OF KNOWLEDGE LEVEL AND MENSTRUAL CYCLE ON THE
INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS**

**YETTI PURNAMA, LINDA YULYANI, OKTIN PITRIA GUSTI,
LINDA YUSANTI, SURIYATI**

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN, UNIVERSITAS BENGKULU, INDONESIA

PROGRAM STUDI D3 KEBIDANAN, UNIVERSITAS BENGKULU, INDONESIA

Email: ypurnama@unib.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang perlu mendapat perhatian khusus. Remaja merupakan salah satu kelompok yang paling berisiko untuk mengalami kekurangan zat besi. Rematri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra karena kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14- 15 tahun pada remaja putri. Metode: Jenis penelitian ini adalah diskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian adalah seluruh siswi kelas VII SMPN 04 Kota Bengkulu yang mengalami anemia sebanyak 80 responden. Data informasi responden berupa pengetahuan dan siklus menstruasi dikumpulkan melalui proses wawancara dan pengisian kuesioner. Hasil dan Pembahasan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 80 responden rematri yang mengalami anemia di SMPN 4 Kota Bengkulu mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang yaitu 35 orang (43,8 %), pengetahuan cukup sebanyak 30 orang (37,5 %), dan hanya 15 orang (18,8%) yang memiliki pengetahuan baik. Siklus Menstruasi menunjukkan bahwa dari 80 remaja putri yang mengalami anemia, sebanyak 48 orang (60,0 %) yang mengalami menstruasi tidak normal, dan hanya 32 orang (40,0%) yang mengalami menstruasi normal. Kesimpulan: Anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti pola siklus menstruasi yang tidak teratur dan tingkat pengetahuan yang kurang tentang anemia, upaya pencegahannya dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan tentang anemia, dan melakukan kerja sama lintas sektor atau program dalam pemberian tablet Fe.

Kata Kunci: Anemia, Siklus Menstruasi, Tingkat Pengetahuan

ABSTRACT

Introduction: Anemia is a body condition where the hemoglobin (Hb) level in red blood cells is lower than it should be. Adolescent girls are said to be anemic if Hb < 12 gr/dl. Adolescents are one of the groups most at risk for iron deficiency. Rematriates have a ten times greater risk of

suffering from anemia compared to young men because the need for iron absorption peaks at the age of 14-15 years in adolescent girls.. Method: The purpose of the study was to determine the frequency distribution of the level of knowledge about anemia and the menstrual cycle in adolescent girls with a history of anemia at SMPN 4 Bengkulu City. The method used in this research is Quantitative Descriptive method. The number of samples was 80 seventh grade adolescent girls who experienced anemia, which were selected by total sampling technique. Result and Discussion: The results showed that of the 80 respondents who experienced anemia at SMPN 4 Bengkulu City, the majority of respondents had poor knowledge, namely 35 people (43.8%), 30 people (37.5%) had sufficient knowledge, and only 15 people (18.8%) had good knowledge. Menstrual cycle showed that out of 80 adolescent girls who experienced anemia, 48 people (60.0%) experienced abnormal menstruation, and only 32 people (40.0%) experienced normal menstruation. Anemia can be attributed to various factors, including irregular menstrual cycles and inadequate knowledge about anemia. Consequently, prevention efforts can be focused on enhancing knowledge about anemia and fostering intersectoral collaboration or programs to administer iron supplements.

Keywords: Anemia, Knowledge Level, Menstrual Cycle

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang perlu mendapat perhatian khusus. Menurut data Riskesdas pada tahun 2018, tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita anemia dan 32% pada usia 15-24 tahun, artinya di Indonesia ada sekitar 3 dari 10 anak remaja menderita anemia (Kemenkes RI, 2022). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia sebesar 28,8% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,8% dan 32,0% penderita berumur 15-24 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, anemia pada laki-laki sebesar 20,35% dan perempuan sebesar 27,2%. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2024, di tahun ajaran 2023/2024 diketahui bahwa kejadian anemia pada remaja masih banyak terjadi yaitu sebesar 1,393 (21,8%) anemia ringan, 808 (12,7%) anemia sedang dan 32 (0,5%) anemia berat. Jika masalah ini tidak cepat diatasi maka akan menjadi ancaman untuk generasi yang akan datang.

Remaja merupakan salah satu kelompok yang paling berisiko untuk mengalami kekurangan zat besi. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan

remaja putra karena kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14- 15 tahun pada remaja putri. Ada beberapa alasan mengapa remaja putri memiliki sepuluh kali resiko, yang pertama adalah remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan, sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Alasan kedua adalah karena remaja putri seringkali menjaga penampilan agar tetap langsing atau kurus, sehingga berdiet atau mengurangi makan. Diet yang tidak seimbang dengan kebutuhan zat gizi tubuh akan menyebabkan tubuh kekurangan zat besi. Kekurangan zat besi terus menerus pada remaja putri dapat menyebabkan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berkurang dan menimbulkan anemia (Yanti & Yulda, 2022). □ Anemia merupakan sebuah kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam sel darah merah lebih rendah dari yang seharusnya. Remaja putri (rematri) dikatakan anemia apabila $Hb < 12$ gr/dl. Hemoglobin berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkan oksigen ke seluruh sel jaringan tubuh, termasuk otot dan otak untuk melakukan fungsinya (Kemenkes RI, 2021).

Tanda dan gejala ketika seorang rematri mengalami anemia dapat dilihat dari tubuhnya yang terlihat lemah, letih, lesu, lelah, lalai (5 L), yang disertai sakit kepala

dan pusing, mata berkunang kunang, mudah mengantuk, serta sulit untuk berkonsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan “pucat” pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan. Anemia dapat terjadi karena berbagai sebab, seperti defisiensi zat besi, defisiensi asam folat, vitamin B12 dan protein. Secara langsung anemia disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang serta kehilangan darah baik secara akut atau menahun (Kemenkes RI, 2018).

Dampak anemia gizi besi pada remaja adalah menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi belajar. Anemia gizi besi juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna, menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terserang penyakit. Berdasarkan siklus daur hidup, anemia gizi besi pada saat remaja akan berpengaruh besar pada saat kehamilan dan persalinan, yaitu terjadinya abortus, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, mengalami penyulit lahirnya bayi karena rahim tidak mampu berkontraksi dengan baik serta risiko terjadinya perdarahan pasca persalinan yang menyebabkan kematian maternal (Nurfaiz,dkk., 2023).

Faktor-faktor yang memengaruhi anemia pada remaja putri, antara lain diet seimbang, status kesehatan, aktivitas fisik, pola konsumsi, vegetarian, makanan tinggi karbohidrat, dan fast food, ada juga menstruasi dan tingkat pengetahuan, sosial ekonomi, yang merupakan faktor risiko anemia pada remaja. Sekitar 75% remaja putri, tidak memiliki diet yang memadai, terutama dalam bioavailabilitas zat besi dan tidak memenuhi persyaratan diet untuk zat besi akibat kehilangan darah menstruasi, dibandingkan dengan 17% remaja laki-laki (Nurfaiz,dkk., 2023).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Bengkulu tahun ajaran 2023/2024 dari 20 Puskesmas yang dilakukan skrining awal pemeriksaan anemia pada siswa

siswi SMP/MTS kelas VII didapatkan bahwa Puskesmas Jalan Gedang menempati urutan pertama dengan jumlah terbanyak rematri yang berisiko anemia. Berdasarkan data anemia pada UKS 2024, SMPN 4 menempati urutan pertama yang terbanyak mengalami anemia dibandingkan SMPN 18 dan SMPIT Baitul Izza, yaitu sebanyak 80 orang rematri mengalami anemia, 5 orang mengalami anemia sedang dan 75 orang anemia ringan. Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada 10 remaja putri kelas VII SMPN 4 Kota Bengkulu terkait faktor yang mempengaruhi anemia 8 diantaranya menyebutkan kurang memahami tentang anemia, hal-hal yang menyebabkan anemia, apakah makanan sehari-hari yang dikonsumsi sudah memenuhi syarat menu seimbang atau belum, dan 2 diantaranya mengalami pola menstruasi yang tidak teratur.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri dengan Riwayat Anemia di SMPN 4 Kota Bengkulu, mengingat penting untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja khususnya remaja putri, sehingga remaja putri dapat menerapkan pola hidup dan pola makan yang sehat, serta dapat memberikan persiapan diri sedini mungkin sebagai calon ibu sehat yang terhindar dari anemia yang melahirkan generasi yang sehat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan mengidentifikasi Gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia dan siklus menstruasi pada remaja putri dengan riwayat anemia di SMPN 4 kota Bengkulu. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VII SMPN 4 Kota Bengkulu dengan riwayat anemia sebanyak 80 orang. Sampel penelitian ini diambil dengan teknik total sampling, Penelitian dilaksanakan pada Maret-April 2025.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	Persentasi (%)
Baik	15	18.8
Cukup	30	37.5
Kurang	35	43.8
Total	80	100

Sumber: data primer 2025

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukan bahwa mayoritas remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang anemia, yaitu sebanyak 35 orang (43,8 %).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pola Siklus Menstruasi pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu

Pola Siklus Menstruasi	Jumlah	Persentasi (%)
Normal	32	40,0
Tidak Normal	48	60,0
Total	80	100

Sumber : data primer 2025

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 80 remaja putri yang mengalami anemia, sebagian besar mempunyai pola siklus menstruasi yang tidak normal, yaitu sebanyak 48 orang (60,0 %).

PEMBAHASAN

Hasil analisa data univariat menunjukan bahwa dari 80 responden rematri yang mengalami anemia di SMPN 4 Kota Bengkulu mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang yaitu 35 orang (43,8 %), pengetahuan cukup sebanyak 30 orang (37,5 %), dan hanya 15 orang (18,8%) yang memiliki pengetahuan baik.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Rahayu,dkk (2021) yang menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri masih kurang terhadap upaya-upaya agar

terhindar dari anemia. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia akan cenderung untuk mencukupi konsumsi pangannya guna mencukupi kebutuhan gizi agar terhindar dari masalah anemia. Remaja putri juga merupakan salah satu populasi yang memiliki resiko lebih tinggi terkena anemia dibanding putra. Hal tesebut terjadi akibat remaja putri mengalami menstruasi dan memiliki keinginan untuk tetap langsing sehingga berdiet mengurangi makan yang berdampak pada pemenuhan gizi yang kurang.

Penelitian Yudistia Damayanti (2021) tentang gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMA Babusalah Kota Tanggerang menyebutkan bahwa Dari 63 responden yang di teliti diperoleh tingkat pengetahuan responden paling banyak adalah pengetahuan kurang yaitu sebesar 30 responden (47,6%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fajriyah (2016) di SMA N 1 Wiradesa Kabupaten Pekalongan dengan hasil sebagian besar responden yaitu 27 remaja putri (64,3%) berpengetahuan kurang. Penelitian Laksmi (2018) di Kabupaten Tanggamus yang diperoleh hasil sebagian remaja putri memiliki pengetahuan tentang anemia yang kurang sebesar 77 orang (53,1%).

Menurut Notoatmodjo bahwa tingkat pengetahuan adalah tingkat kedalaman seseorang dapat memperdalam, mendalami perhatian sebagaimana manusia menyelesaikan masalah-masalah dan kemampuan dalam belajar. Hal ini terjadi karena pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadhillah Nurhalimah (2024) dalam karya tulis ilmiahnya yang berjudul tentang gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada

remaja putri di desa telaga sari tahun 2024 menyimpulkan bahwa remaja putri usia 10-15 tahun memiliki Tingkat Pengetahuan kurang sebanyak 88,9%, kelompok usia 15-18 tahun memiliki Tingkat Pengetahuan cukup sebanyak 62,5%, dan kelompok usia 18-21 tahun memiliki Tingkat Pengetahuan cukup sebanyak 68%.

Hasil analisa univariat juga menunjukan bahwa dari 80 remaja putri yang mengalami anemia, sebanyak 48 orang (60,0 %) yang mengalami menstruasi tidak normal, dan hanya 32 orang (40,0%) yang mengalami menstruasi normal.

Pola menstruasi tidak normal pada remaja putri dapat meningkatkan kejadian anemia sebesar 4,7 kali dibandingkan dengan pola menstruasi yang normal Penelitian Hasyim (2018) menyebutkan bahwa remaja putri yang mengalami pola menstruasi tidak normal akan menyebabkan anemia Penelitian Lastiarini (2021) menyatakan bahwa dan 51 remaja putri terdapat 27 orang (52,9%) memiliki siklus menstruasi normal Dari jumlah tersebut, sebagian besar remaja putri tidak mengalami anemia sebanyak 21 orang (17,1%). Sedangkan untuk remaja putri yang mengalami haid tidak normal sebanyak 24 orang (17,1%), dan dari jumlah tersebut remaja putri sebagian besar mengalami anemia ringan sebanyak 13 orang (25,76) Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA PAB 5 Klumpang Deli Serdang tahun 2021.

Penelitian Mulianingsih (2021) menyatakan bahwa dari 63 orang remaja di SMAN 9 Mataram, 28 orang mengalami kondisi menstruasi yang tidak normal sehingga menyebabkan anemia Hal ini menunjukkan ada hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri Hasil penelitian Suhanyati (2020) menyatakan bahwa mahasiswi yang memiliki pola menstruasi tidak normal mayoritas mengalami kejadian anemia (91%) Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola menstruasi terhadap

kejadian anemia pada Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Penelitian Kumalasari (2019) menyatakan bahwa dari 27 responden pola menstruasi tidak normal didapatkan 23 responden (85,2%) mengalami anemia Pola menstruasi yang tidak normal berpeluang 8,886 kali remaja putri mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri dengan pola menstruasi yang normal Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Penelitian Astuti (2020) menyatakan bahwa dari 36 responden yang diteliti 25 responden memiliki pola menstruasi normal tidak terjadi anemia sebanyak 16 orang (44,4%), anemia ringan sebanyak 8 orang (22,2%), anemia sedang sebanyak 1 orang (2,8%) dan anemia berat sebanyak 0 orang (0%) sedangkan 11 responden yang memiliki pola menstruasi tidak normal tidak terjadi anemia sebanyak 1 orang (2,8%), anemia ringan sebanyak 5 orang (13,9%), anemia sedang sebanyak 5 orang (13,9%) dan anemia berat sebanyak 0 orang (0%) Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri Penelitian Sari (2020) menyatakan bahwa dari 99 responden, siswi yang mengalami kejadian anemia lebih banyak mempunyai pola menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 26 responden (72,2%) Maka dapat disimpulkan ada hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Hasil penelitian Melyani (2019) menyatakan bahwa remaja putri yang memiliki pola menstruasi yang tidak normal mempunyai peluang 1.302 kali untuk mengalami anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki pola menstruasi normal Penelitian Herlinadiyaningsih (2019) menyatakan bahwa remaja putri dengan siklus menstruasi yang panjang 2,10 kali lebih berisiko untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putri dengan siklus menstruasi yang normal.

Penelitian Ansari (2020) menyatakan bahwa responden yang lama menstruasi

berisiko lebih banyak mengalami anemia dibandingkan yang tidak anemia Responden atau remaja putri yang lama menstruasinya berisiko (lamanya 27 hari) memiliki risiko 26,5 kali menderita anemia jika dibandingkan dengan remaja putri yang lama menstruasinya tidak berisiko (lamanya 7 hari) Hal ini didukung oleh repsonden yang lama menstruasi berisiko 81% mengalami anemia dan lama menstruasi Jadi dapat disimpulkan bahwa pada penelitian Ansari (2020) menunjukkan adanya hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian hampir sebagian remaja putri mempunyai pengetahuan yang kurang dan remaja putri yang mengalami anemia lebih dari sebagian mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.

SARAN

Untuk itu penting sekali tenaga kesehatan khususnya, dapat memberikan edukasi tentang pencegahan anemia pada remaja putri dan dapat meningkatkan cakupan pemeriksaan kadar Hb pada remaja di sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas serta meningkatkan target pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia.

DAFTAR PUSTAKA

Anita Nurfaiz, Factors related to incidence of anemia in adolescent girl faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. INCH: Journal of Infant And Child Healthcare. 2023;2(1), 33–39.

Ansari MH, Heriyani F, Noor MS. Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 18 Banjarmasin. Homeostatis. 2020; 3(3): 209-216.; URL: <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/2264/1842>

Astuti D, Kalsum U. Pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 2020;11(2).314-327; URL [rhttps://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/832](https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/832).

Damayanti, Y. (2021). Gambaran tingkat pengetahuan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA Babusalah Kota Tangerang. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(2), 123-130.

Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu., 2023/2024 Laporan cek Hb remaja putri di SMP dan SMA (Kelas 7 dan 10). Provinsi Bengkulu; Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu

Dineti, A., Maryani, D., Purnama, Y., Asmariyah, A., & Dewiani, K. (2022). Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu. Jurnal Surya Medika, 8(3), 86–91. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4503>

Hasyim DI. Pengetahuan, sosial ekonomi, pola makan, pola haid, status gizi dan aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Aisyiyah. 2018; 14(1): 06-14. URL: <https://ejournal.unisayogya.ac.id/>

Kemenkes RI. 2022. Profil Kesehatan Indonesia 2021. Jakarta: Kemenkes RI

Kirana, R. (2022). Analisis pengetahuan remaja dengan kejadian Hiv-Aids pada remaja. Jurnal Inovasi Penelitian, 3(7), 7003-7006.

Melyani, Alexander. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di sekolah SMPN 09 Pontianak Tahun 2019 Jurnal Kebidanan. 2019;9(2):394-403.; [diunduh tanggal 15 Desember 2025] tersedia dari URL: <https://www.neliti.com/id/publications/326887/faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-kejadian-anemia-pada-remaja-putri-di-sekolah>

Marfiah (2023). Hubungan sumber informasi, lingkungan sekolah, dukungan keluarga, dengan prilaku pencegahan anemia pada remaja putri di SMK Amaliyah

- Srengseng Sawah Tahun 2022, Jurnal Nusantara Global.
- Mulianingsih M, Nurmayani W, Oktaviani E, Ilham, Hayana, Pertiwi AN. Factors affecting anemia status in adolescent girls. *Journal of Health Education*. 2021; 6(2): 27-33. URL: <https://pdfs.semanticscholar.org/9367/59fe7d99e7fddd418aac8eba7ce1bbfd2895.pdf>.
- Riskesdas 2018. Hasil utama riset kesehatan dasar. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2018.
- Saifuddin B. Edisi ke-4. Ilmu kebidanan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. 2020.
- Suandana, I. A., Satya, M. C. N., Lisus Setyowati, Sari, D. K., & Renamastika, S. N. Literature Review: Analisis Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. (2023). *ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 44–53. <https://doi.org/10.37148/arteri.v4i1.256>
- Yanti, R., & Yulda, D. Faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja putri di Smp 2 Kabupaten Rokan Hulu. (2022). *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 11(1), 89–94. [diunduh tanggal 10 Agustus 2024] <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v11i1.2162>
- Yolandiani RP, Fajria L, Putri, Z. M. Literatur Review Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakaturan siklus menstruasi pada remaja. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. 2021. [diunduh tanggal 20 Agustus 2024] Url:<http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/67973>