

Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia

Agus Sarwo Prayogi^{1*}, Farah Salsabila², Ni Ketut Mendri³, Tri Prabowo⁴, Rokhib Aryadi⁵

^{1,2,3,4,5} Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

*Email: agus.sarwop@poltekkesjogja.ac.id

Kata Kunci:

Pengetahuan,
Remaja Putri,
Anemia

Abstrak

Masa remaja usia 10-19 tahun adalah masa yang rentan, dimana pada usia tersebut akan terjadi perubahan fisik maupun mental yang sangat pesat (*Adolescence Growth Spurt*) sehingga remaja membutuhkan lebih banyak nutrisi. Namun, pada masa milenial ini remaja putri terlalu memperhatikan citra tubuhnya, seperti melakukan diet atau mengurangi makanan dari hewani, yang banyak mengandung zat besi. Salah satu faktor dari masalah tersebut adalah rendahnya tingkat pengetahuan. Hal itu menimbulkan anemia dapat terjadi karena zat besi yang dikonsumsi tidak terpenuhi di dalam tubuh. Tujuan mengetahui gambaran pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. Metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian survei. Populasi penelitian remaja putri kelas X di SMA N 1 Sedayu Bantul. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup. Penentuan jumlah sampel dengan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling* berjumlah 68 responden. Didapatkan dari 68 responden remaja putri mengenai gambaran pengetahuan tentang anemia dengan kriteria pengetahuan baik. Pengetahuan tentang anemia menjadi begitu penting bagi remaja putri. Karena dengan memiliki pengetahuan tentang anemia, sehingga dapat mencegah terjadinya anemia pada dirinya sendiri khususnya dan pada remaja putri secara umum.

Adolescent Girls' Knowledge About Anemia

Keyword:

Knowledge, Teenage
Daughters, Anemia

Abstract

Adolescence aged 10-19 years is a vulnerable period, where at that age there will be very rapid physical and mental changes (*Adolescence Growth Spurt*) so that teenagers need more nutrition. However, in this millennial era, young women pay too much attention to their body image, such as going on a diet or reducing animal foods, which contain lots of iron. One factor in this problem is the low level of knowledge. This can cause anemia because the iron consumed is not fulfilled in the body. The aim is to determine the description of knowledge about anemia in adolescent girls. Quantitative descriptive research method with survey research design. Research population of class X teenage girls at SMA N 1 Sedayu Bantul. The instrument in this study used a closed questionnaire. Determining the number of samples using the *Proportionate Stratified Random Sampling* technique amounted to 68 respondents. Obtained from 68 female adolescent respondents a description of knowledge about anemia with good knowledge criteria. Knowledge about anemia is very important for young girl. Because by having knowledge about anemia, you can prevent anemia in yourself in particular and in young girl in general.

Pendahuluan

Kurang darah merah atau anemia merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia, terutama di negara berkembang. Selain itu, anemia juga merupakan masalah kesehatan terutama pada kelompok wanita usia produktif (remaja). Terlihat dari prevalensi anemia pada remaja di Indonesia 32% dimana 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia (Riskesdas, 2018).

Anemia didefinisikan adalah haemoglobin yang rendah dalam darah dimana haemoglobin yaitu protein yang membawa oksigen keseluruh jaringan tubuh. Tubuh tidak mampu memperoleh oksigen sesuai kebutuhannya, ketika seseorang tidak memiliki cukup sel darah merah atau jumlah haemoglobin dalam darah rendah sehingga seseorang tersebut akan merasa lelah/menderita gejala lainnya (Rindasari dkk, 2022).

Anemia dapat disebabkan oleh perdarahan atau kehilangan darah yang dapat menyebabkan perdarahan saluran cerna yang lambat karena polip, neoplasma, gastritis, varises esophagus dan hemoroid dan dapat disebabkan juga dari saluran kemih seperti hematuri, perdarahan pada saluran napas. Hal ini akan mengalami perdarahan, maka dari itu tubuh akan mengganti cairan plasma selama kurang lebih 1 sampai 3 hari. Dampak buruknya adalah konsentrasi sel darah merah menjadi rendah.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja usia di definisikan sebagai periode antara usia 10 dan 19 tahun. Sebagai usia remaja berada pada tahun perkembangan formatif, anemia memiliki implikasi jangka panjang pada tahap kehidupan ini, termasuk masalah perkembangan, fungsi kognitif, menurun kekebalan tubuh, siklus menstruasi tidak teratur, dan dampak buruk pada kehamilan. Selain itu, prevalensi anemia lebih tinggi telah dikaitkan dengan sejumlah kondisi medis seperti hipertensi esensial, hypothyroidism, gagal jantung konges-tif, penyakit arteri koroner, dan artritis reumatoid. Ringan-hingga-berat anemia biasanya muncul pada masa remaja, dan jika diobati sejak dini, sebagian besar konsekuensi terkait anemia dapat dihindari (Kamala Verma dan Girish C. Baniya, 2022).

Remaja merupakan individu laki-laki maupun perempuan yang berada pada masa peralihan antara anak-anak menuju dewasa. Rentang usia remaja menurut WHO adalah penduduk usia 10-

19 tahun, dimana pada usia tersebut akan terjadi perubahan fisik maupun mental yang sangat pesat (*Adolescence Growth Spurt*) sehingga remaja membutuhkan lebih banyak nutrisi. Oleh karena itu, *Adolescence Growth Spurt* harus diimbangi dengan mengonsumsi makanan terutama yang mengandung banyak zat besi. Pada masa milenial ini remaja putri terlalu memperhatikan citra tubuhnya, sehingga mereka rela melakukan diet atau mengurangi makanan dari hewani, yang banyak mengandung zat gizi besi tinggi. Hal tersebut, menimbulkan anemia defisiensi zat besi dapat terjadi karena zat besi yang dikonsumsi tidak terpenuhi di dalam tubuh.

Kehidupan remaja tidak hanya berpusat pada satu hal, namun banyak hal yang mempengaruhi kehidupan mereka seperti dari pergaulan (kelompok bermain), kesehatan fisik, kesehatan jiwa, perkawinan anak dan lain sebagainya. Faktor risiko yang menyebabkan anemia itu terjadinya lebih besar dialami oleh perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut dikarenakan cadangan besi yang dimiliki oleh perempuan lebih sedikit dari pria (Rindasari dkk, 2022).

Menurut Kemenkes tahun 2018 prevalensi anemia pada pria lebih rendah dibanding wanita yaitu 17% pada pria berusia 13-18 tahun sehingga, remaja putri lebih berisiko terkena anemia. Pada masa milenial ini remaja putri terlalu memperhatikan citra tubuhnya, seperti melakukan diet atau mengurangi makanan dari hewani, sedangkan makanan hewani mengandung zat besi yang tinggi. Hal tersebut, menimbulkan anemia defisiensi zat besi dapat terjadi karena zat besi yang dikonsumsi tidak terpenuhi di dalam tubuh. Menurut Kemenkes tahun 2018 prevalensi anemia pada pria lebih rendah dibanding wanita yaitu 17% pada pria berusia 13-18 tahun (Apriyanti, 2019), oleh karena itu remaja putri lebih berisiko terkena anemia.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan diperoleh 41,1% remaja berpengetahuan kurang, 44,6% remaja berpengetahuan cukup, 14,3% remaja berpengetahuan baik dengan status anemia sebanyak 64,3% dan tidak anemia 35,7% (Ahdiah dkk, 2018). Hasil penelitian (Laksmi & Yenie, 2018) menunjukkan 53,1% remaja putri memiliki pengetahuan kurang dan 46,9% memiliki pengetahuan cukup. Pada kejadian anemia diperoleh, 62,8% remaja putri mengalami anemia, dan 37,2% tidak mengalami anemia. Hasil

penelitian tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri masih kurang terutama pada penyebab, efek dan cara mencegah anemia (Nining Khatulistiwa, Afnisa Siti Nurjanah, . Penelitian mengenai Gambaran Status Anemia pada Remaja Putri, menunjukkan anemia ringan (47,05%), (Andriyani, 2016). Dampak dari anemia defisiensi zat besi pada remaja mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan dan berat badan kurang mencapai batas normal, penurunan prestasi, penurunan konsentrasi belajar, dan penurunan kesegaran jasmani (Nasruddin, 2021).

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri dikarenakan pengetahuan tentang anemia masih kurang. Dampak anemia pada remaja putri diantaranya adalah Menurunkan kemampuan kerja, konsentrasi, dan kebugaran tubuh, Mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal, menurunkan kemampuan fisik, pucat pada bagian wajah. Dampak ini cenderung membahayakan remaja status kesehatan, kualitas hidup, dan kemandirian yang muncul. Ini dapat mengganggu proses perkembangan penting remaja transisi dewasa. Baik pengetahuan tentang penyakit dan proses penyakit pada pihak remaja diharapkan dapat mengurangi dampak penyakit pada diri mereka kualitas hidup dan status kesehatan.

Puskesmas Sedayu 1 berkerjasama dengan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) yang ada di SMA N 1 Sedayu Bantul dalam distribusi tabelt tambah darah. Peran UKS penting karena pendistribusian tabelt tambah darah setelah dari Puskesmas akan didistribusikan ke sekolah melalui penanggung jawab UKS.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada siswi SMA N 1 Sedayu Bantul pada tanggal 28 September 2021 mengenai tingkat pengetahuan tentang anemia dengan wawancara kepada 10 responden remaja putri kelas X, mendapatkan hasil bahwa 7 dari 10 remaja putri mengatakan kurang mengetahui tentang anemia. Tujuan penelitian diketahuinya gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia. Manfaat penelitian menambah wawasan pengetahuan remaja putri tentang anemia, serta dapat menjadi tambahan studi kepustakaan yang dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian dengan metode deskriptif kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan survei. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas X di SMA N 1 Sedayu Bantul yang berjumlah 208 siswi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proportionate Stratified Random Sampling* dengan hasil penghitungan sebanyak 68 responden sesuai kriteria inklusi.

Penelitian dilakukan pada tanggal 12-21 Januari 2022 secara *daring* kepada siswi di SMA N 1 Sedayu Bantul. Variabel yang diambil pada penelitian ini adalah tingkat pengetahuan remaja putri kelas X tentang anemia. Pengumpulan data pada penelitian ini diambil langsung dari remaja putri kelas X di SMA N 1 Sedayu Bantul dengan melakukan pengisian kuesioner yang dibagikan melalui *google form*.

Instrument yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup (*closed indeed*) dengan 30 pernyataan. Instrumen yang digunakan pada penelitian mengadopsi dari kuesioner yang dibuat oleh Listyani (2019). Kuesioner tersebut sudah dilakukan uji pemahaman terhadap 5 remaja putri kelas X yang ada di SMK N 2 Godean dan 5 remaja putri kelas X yang ada di Kecamatan Moyudan, Sleman. Pengolahan data terdiri dari *editing, coding, data entry, cleaning, tabulating*. Analisa data yang digunakan adalah analisa data univariat/statistik deskriptif. Penelitian ini sudah melalui Ethical Clearance di KEPK Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dengan No. e-KEPK/POLKESYO/0883/XII/2021

Hasil

Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Siswi di SMA N 1 Sedayu Bantul

Karakteristik	n	%
Usia		
a. 15	25	37
b. 16	38	56
c. 17	5	7
Pernah Mendapatkan Informasi tentang Anemia		
a. Sudah pernah	61	90
b. Belum	7	10

pernah		
Asal Informasi yang didapatkan Tentang Anemia		
a. Media Elektronik	26	43
b. Nakes	14	23
c. Guru	9	15
d. Keluarga	7	11
e. Teman	5	8

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada usia 16 tahun (37%) dan sebagian besar responden sudah pernah mendapatkan informasi tentang anemia yaitu sebanyak 61 responden (90%). Mayoritas informasi tentang anemia didapatkan oleh responden dari media elektronik yaitu sebanyak 26 responden (43%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Kelas X tentang Anemia di SMA N 1 Sedayu Bantul

Kategori	n	%
Baik	52	76
Cukup	14	21
Kurang	2	3
Jumlah	68	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat diperoleh informasi mengenai pengetahuan remaja putri kelas X di SMA N 1 Sedayu Bantul tentang anemia, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik yaitu 52 responden (76%). Selain itu terdapat hasil dengan kategori kurang sebanyak 2 responden (3%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 38 responden (56%) dan jumlah responden yang mengisi kuesioner sebanyak 68 responden. Menurut Budiman dan Riyanto (2013) usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

Responden remaja putri sudah pernah mendapatkan informasi tentang anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri mendapatkan informasi melalui media elektronik, yaitu dengan jumlah 26 responden (43%). Sejalan

dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Septyawati (2021) bahwa pengetahuan remaja putri tentang anemia defisiensi besi mayoritas mendapatkan informasi dari media elektronik (62,7%), hal ini dikarenakan mudahnya masyarakat dalam menerima informasi melalui media elektronik, selain mudah mendapatkan informasi baru secara cepat, media elektronik seperti HP mudah dibawa di mana pun kita berada, sehingga masyarakat mudah untuk mengaksesnya, khususnya para remaja. Media elektronik seperti HP memberikan fitur dengan gambar dan suara yang menarik, dengan menonton atau mengunduh suatu video pembelajaran memudahkan masyarakat terutama remaja putri dalam memahami informasi yang di dapatkan.

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2 menunjukkan bahwa dominan remaja putri memiliki pengetahuan baik tentang pengertian anemia. Menurut Kemenkes (2018) prevalensi anemia pada wanita lebih tinggi dibanding pria sehingga remaja putri lebih berisiko terkena anemia. Oleh karena itu, penting remaja putri untuk mengetahui tentang anemia salah satunya mengenai pengertian anemia itu sendiri. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Listyani (2019) yang menunjukkan bahwa sebanyak 88% responden memiliki pengetahuan tentang pengertian anemia defisiensi besi yang baik.

Kejadian anemia pada usia remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor individu, genetik dan trauma. Salah satu faktor individu yang dapat mempengaruhi kejadian anemia adalah pengetahuan, terutama pengetahuan tentang anemia. Jika seorang remaja memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia maka cara untuk bertindak dan menyikapi pencegahan terjadinya anemia juga baik, sehingga kejadian anemia pada remaja putri dapat dihindari (Ahdiah dkk, 2018).

Menurut Natoatmodjo, (2014) bahwa pengetahuan remaja putri baik tentang anemia dipengaruhi oleh faktor internal yaitu motivasi. Kurangnya motivasi dan kesadaran pada remaja putri akan mempengaruhi dalam upaya mendapatkan informasi kesehatan dari orang tua dimana siswi tidak mendapatkan penjelasan yang luas tentang anemia, serta kemampuan yang kurang memahami informasi yang diberikan. Bahwa pengetahuan adalah hasil yang didapatkan

seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, pengetahuan umumnya datang dari pengalaman, juga bisa didapat dari informasi yang disampaikan oleh guru, orang tua, teman, buku, dan media massa (Rossy Oliviagusfina, 2022).

Hasil penelitian ini juga terdapat responden dengan kategori kurang yaitu 2 responden (3%). Terdapat 5 dari 68 responden menjawab salah pernyataan mengenai “kadar hemoglobin normal laki-laki dan perempuan adalah sama”. Menurut Hasyim (2018) adanya hubungan pengetahuan dengan kadar hemoglobin pada remaja putri. Rendahnya pengetahuan remaja putri tentang kadar hemoglobin mempengaruhi kebiasaan yang kurang baik dalam memilih makanan yang akan berpengaruh pada kesehatannya dan mencegah masalah kesehatan terutama anemia (Husna dan Fahmawati, 2015). Oleh karena itu, pengetahuan mengenai kadar hemoglobin sangat penting diketahui oleh remaja putri. Untuk meningkatkan kesehatan anak perempuan, perlu dilakukan peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik area ini. Intervensi pendidikan dan pemeriksaan kesehatan rutin merupakan cara terbaik untuk mencapai hal ini (Verma dan Girish, 2022).

Penanganan dalam mengurangi angka kejadian anemia yang terjadi di kalangan remaja putri yaitu dengan cara memberikan pengetahuan tentang bahaya dari anemia tersebut, ini merupakan salah satu cara pencegahan anemia. Pemberian terapi seperti tablet Fe, vitamin B12 per oral, asam folat juga bisa mencegah terjadinya anemia. Makan makanan yang bergizi atau menu gizi seimbang juga membantu mencegah anemia (Ernawati, 2021)

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan remaja putri, salah satunya pengalaman (Notoatmodjo, 2012). Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu. Apabila responden belum pernah mengalami anemia maka kemungkinan responden tidak menyadari bahwa tanda dan gejala ringan tersebut merupakan tanda dan gejala awal anemia. Selain itu, faktor informasi yang didapatkan oleh responden kurang. Responden sebatas mengetahui mengenai pengertian anemia

namun kurang mengetahui dan memahaminya tanda dan gejalanya.

Untuk mengurangi beban anemia pada remaja putri, diperlukan suplemen zat besi dan asam folat yang cukup, asupan makanan kaya zat besi, pendidikan gizi yang baik, dan pemberian obat cacing secara rutin. Perlu ditekankan bahwa pemeriksaan kesehatan harus diadakan di sekolah secara teratur sehingga diagnosis dan pengobatan penyakit apa pun dapat diberikan secara tepat waktu. Selain itu, perhatian harus diberikan pada perlunya seorang konselor perempuan, yang harus memberikan konseling kepada siswa secara teratur tentang masalah pribadi mereka sehingga mereka tidak mengalami stres yang tidak perlu. Anemia harus diperiksa secara rutin oleh dokter layanan primer di fasilitas mana pun untuk setiap remaja putri yang menderita penyakit apa pun, dan jika terdapat anemia secara klinis, hemogram lengkap harus dievaluasi (Kamala Verma dan Girish C. Baniya, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Listyani (2019) didapatkan hasil yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan, bahwa pengetahuan yang terendah adalah mengenai tanda dan gejala anemia defisiensi besi. Akan tetapi, mengenai tanda dan gejala anemia defisiensi besi mayoritas menunjukkan hasil yang kurang (Ahmed dan Abdulkarim, 2022) Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan data responden pengetahuan remaja putri dalam kategori baik. Mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia yang baik. Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Semakin tinggi pendidikan atau pengetahuan seseorang, semakin tinggi pula kesadarannya untuk berperan serta. Salah satunya dalam hal mencegah anemia, responden dengan pengetahuan baik sebagian besar sudah mengetahui dampak anemia sehingga dapat mengontrol dirinya untuk tidak terkena anemia.

Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan seseorang adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Terdapat perbedaan tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, sehingga remaja bisa mengubah perilaku untuk pencegahan terjadinya anemia (Ellita Alifia Nadiawati & Dwi Susanti, 2022).

Pengalaman sebelumnya dengan Anemia dan tingkat pendidikan yang lebih tinggi menghasilkan pemahaman yang lebih baik dari Anemia (Reindolf Anokye, et.al, 2018). *Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, informasi atau media massa, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengu-laman, dan usia (Notoatmodjo, 2012). Banyak-nya responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai anemia defisiensi besi disebabkan karena sebagian besar responden sudah mengetahui tentang anemia secara luas. Informasi mengenai anemia defisiensi dapat di akses dari media elektronik yang mudah dan cepat dalam mengakses atau menyebarkan informasi. Oleh karena itu, media massa sangat berperan penting bagi responden untuk mendapatkan informasi mengenai anemia. Sesuai dengan hasil penelitian bahwa mayoritas responden mendapatkan informasi dari media elektronik.*

Pengetahuan tentang anemia merupakan suatu proses kognitif karena seseorang tidak hanya dituntut untuk sekedar tahu akan tetapi diperlukan pemahaman dan mengerti kondisi atau keadaan yang berkaitan dengan anemia, misalnya pemahaman bahwa anemia adalah kondisi kekurangan sel darah merah, mengerti tentang tanda dan gejala serta faktor yang dapat menyebabkan terjadinya anemia sehingga apa yang telah dipahami dapat menjadi kebiasaan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain sebagai suatu proses kognitif, pengetahuan juga merupakan suatu faktor protektif yang berarti suatu tindakan proteksi berupa perilaku pen-cegahan anemia sehingga dapat menurunkan kejadian anemia tersebut.

Simpulan

Pengetahuan remaja tentang anemia memiliki pengetahuan yang baik. Pengetahuan tentang anemia menjadi begitu penting bagi remaja putri. Karena dengan memiliki pengetahuan tentang anemia, sehingga dapat mencegah terjadinya anemia pada dirinya sendiri khususnya dan pada remaja putri secara umum.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini dapat dilakukan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu diucapkan terima kasih kepada:

- a. Kepala SMA N 1 Sedayu Bantul
- b. Siswi kelas X SMA N 1 Sedayu Bantul

Referensi

- Adriani, Merryana, dan Bambang W. (2016). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Ahmed. Abdirahman and Abdulkarim Mohammed. (2022). Anemia and its associated factor among adolescent school girls in GODEY and DEGEHABUR council Somali region, eastern Ethiopia. *BMC Nutrition* (2022) 8:55 <https://doi.org/10.1186/s40795-022-00548-1>
- Anokye. Reindolf , Enoch Acheampong , Anthony Kwaku Edusei, Wisdom Kwadwo Mprah, Justice Ofori-Amoah, Vida Maame Kissiwaa Amoah and Vincent Ekow Arkorful. (2018). Perception of childhood anaemia among mothers in Kumasi: a quantitative approach. *Italian Journal of Pediatrics*. 44:142. <https://doi.org/10.1186/s13052-018-0588-4>
- Budiman & Riyanto. (2013). *Psikologi dan Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- DINKES DIY. (2018). Anemia dan Risiko KEK Pada Remaja Putri di DIY. Diakses melalui <https://dinkes.jogjaprovo.go.id/berita/detail/anemia-dan-risiko-kek-pada-remaja-putri-di-diy--anemia-dan-risiko-kek-pada-remaja-putri-di-diy- pada tanggal 27 September 2021>.
- Ellita Alifia Nadiawati & Dwi Susanti. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Notokusumo (JKN)*. 10(2). <https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/view/215/161>
- Ernawati, et. al. (2021). Pendidikan Kesehatan Peningkatan Pengetahuan Remaja Puteri tentang Bahaya Anemia di Sekolah MTSN 3 Mataram.. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/575>

- Hasyim Nur Ainun. (2018). Pengetahuan Risio, Perilaku Pencegahan Anemia dan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *PROFESI (Profesional Islam) Media Publikasi Penelitian*. Vol. 15 No. 2. <http://ejournal.stikespku.ac.id/index.php/mpp/article/view/28/183>
- Husna, U & Fatmawati, R. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Pola Makan. *PROFESI: Media Publikasi Penelitian*. :<https://www.neliti.com/id/publications/162057/hubungan-tingkat-pengetahuan-remaja-putri-tentang-anemia-dengan-pola-makan> pada tanggal 7 April 2022.
- Kamala Verma and Girish C. Baniya. (2022). revalence, knowledge, and related factor of anemia among school-going adolescent girls in a remote area of western Rajasthan. *J Family Med Prim Care*, 11(4): 1474–1481. doi: [10.4103/jfmprc.jfmprc.1372.21](https://doi.org/10.4103/jfmprc.jfmprc.1372.21)
- KEMENKES RI. (2021). Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM Indonesia. Diakses melalui <https://www.kemkes.go.id/article/view/21012600002/remaja-sehat-komponen-utama-pembangunan-sdm-indonesia.html>.
- Laksmi, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*. 14(1): 104. DOI: <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>.
- Listyani, D. (2019). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Kelas X tentang Anemia Defisiensi Besi di SMK N 2 Godean Sleman Yogyakarta. Diakses melalui <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3670/>.
- Nining Sulistyawati & Afnisa Siti Nurjanah. (2020). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Studi Kasus Pada Siswa Putri SMAN 1 Piyungan Bantul. <https://stikes-yogyakarta.e-journal.id>
- Proverawati, A. (2011). *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Rindasari Munir, Anita Sari & Dea Fitria Hidayat. (2022). Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*. 1 (2), Juni 2022 doi: [10.34305/JPPK.V1I02.432](https://doi.org/10.34305/JPPK.V1I02.432)
- Rossy Oliviagusfina. (2022). Gambaran Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. <https://ejournal.unib.ac.id/JurnalVokasiKeperawatan/article/view/22570> DOI: [10.33369/jvk.v5i2.22570](https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.22570)
- Verma. Kamala and Girish C. Baniya. (2022). Prevalence, knowledge, and related factor of anemia among school-going adolescent girls in a remote area of western Rajasthan. *Journal of Family Medicine and Primary Care*