

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Mira Suminar¹, Dyah Juliastuti², Tias Nuri Febriyan³

STIKes Ichsan Medical Centre Bintaro

Email : tiasfebriyan@gmail.com

ABSTRACT

Introduction anemia in adolescents is a public health problem in Indonesia that needs special attention. The impact of anemia in adolescent girls is fatigue, decreased concentration in learning so that learning achievement is low and can reduce adolescent productivity. Besides, it also lowers the body's resistance so that it is easy to get infections. **Research Objectives:** To determine the relationship between nutritional status and level of knowledge with the incidence of anemia in adolescent girls at SMA Bina Insani Tangerang. **Methods:** This research is a type of quantitative research by using a cross sectional study design using stratified random sampling technique. **The sample** in this study were students of class X and XI SMA Bina Insani Tangerang in March 2022 as many as 45 respondents. **This study** uses a questionnaire on the level of knowledge of anemia that has been tested for validity and reliability, using the easy touch gchb tool, and anthropometric measurements (BMI). **Research Results:** Based on the research, the results of the analysis using the Chi-Square test between the nutritional status variables and the incidence of anemia were obtained $p = 0.001$ ($p < 0.005$), the level of knowledge was $p = 0.003$, which means that it can be concluded that there is a relationship between nutritional status and the level of knowledge with the incidence of anemia. anemia in adolescent girls at SMA Bina Insani Tangerang. **Suggestion:** It is expected to increase knowledge related to body mass index and knowledge about anemia in an effort to overcome and minimize the risk of anemia in adolescent girls.

Keywords: Anemia, nutritional status, level of knowledge

ABSTRAK

Latar Belakang salah satu masalah kesehatan pada remaja adalah Anemia, yang memerlukan perhatian. Dampak anemia remaja putri antara lain lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar rendah dan dapat menurunkan produktivitas remaja. Disamping itu juga menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui Hubungan Status Gizi dan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Bina Insani Tangerang. **Metode:** Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi cross sectional dengan menggunakan teknik proportional random sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI SMA Bina Insani Tangerang pada bulan Maret 2022 sebanyak 45 responden. Penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan anemia yang telah diuji validitas dan realibilitas, menggunakan alat easy touch gchb, dan pengukuran antropometri (IMT). **Hasil Penelitian:** Berdasarkan penelitian didapatkan hasil analisis menggunakan uji Chi-Square antara variabel status gizi dengan kejadian anemia diperoleh $p=0,001$ ($p<0,005$), tingkat pengetahuan $p=0,000$ yang artinya dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi dan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Bina Insani Tangerang. **Saran:** Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terkait indeks massa tubuh dan pengetahuan tentang anemia dalam upaya penanggulangan dan meminimalisir resiko terjadinya anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: Anemia, status gizi, tingkat pengetahuan

PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan pada remaja adalah Anemia, yang memerlukan perhatian dari Pemerintah, karena menjadi rantai penyebab masalah gizi pada generasi mendatang. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut World Health Organization (WHO 2013), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88 % (Choiriya, 2015).

Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, kecenderungan prevalensi anemia remaja mengalami peningkatan dari tahun 2017, dan prevalensi naik 0,4%, dimana pada tahun 2017 sebesar 18% dan di tahun 2018 menjadi 18,4% secara nasional. prevalensi anemia diantara anak umur 5-12 di Indonesia adalah 26%, pada wanita umur 13-18 yaitu 23%.

Provinsi Banten merupakan salah satu provinsi yang prevalensi remaja yang mengalami anemia di atas prevalensi nasional yaitu pada perempuan 23,9% lebih tinggi dibandingkan proporsi anemia pada laki-laki 18,4% (Balitbangkes, 2018).

Wanita mempunyai resiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri. Menurut Sustainable Development Goals (SDG'S), remaja putri merupakan calon ibu yang harus dipersiapkan untuk mengandung dan melahirkan dengan mengurangi resiko dalam kehamilan maupun saat melahirkan seperti anemia. WHO menyebutkan bahwa permasalahan utama yang dialami oleh remaja, khususnya remaja putri di Asia Tenggara termasuk di Indonesia ialah anemia defisiensi zat besi (Fe). (WHO, 2011)

Masa remaja merupakan masa di mana pertumbuhan terjadi dengan cepat, sehingga kebutuhan gizi pada masa ini pun ikut meningkat. Salah satu zat gizi yang kebutuhannya meningkat adalah zat besi. Zat besi dibutuhkan pada semua sel tubuh dan merupakan dasar dalam proses fisiologis, seperti pembentukan hemoglobin (sel darah merah) dan fungsi enzim. Perempuan membutuhkan asupan zat gizi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) mengatakan bahwa kebutuhan zat besi remaja perempuan usia

13-29 tahun adalah 26 mg, angka ini jauh lebih tinggi bila dibandingkan laki-laki seusianya.

Pada perempuan, asupan zat besi tidak hanya digunakan untuk mendukung pertumbuhan, tetapi juga digunakan untuk mengganti zat besinya yang hilang melalui darah yang keluar setiap mengalami menstruasi setiap bulannya. Karena kebutuhan zat besi perempuan yang sangat tinggi inilah, perempuan berisiko mengalami kekurangan zat besi, yang nantinya dapat berkembang menjadi anemia. (Veratemala A, 2017)

Faktor lain yang dapat menyebabkan anemia adalah asupan zat gizi yang tidak adekuat, kurangnya pengetahuan tentang anemia, sikap yang tidak mendukung, pola haid, dan status gizi. Anemia defisiensi vitamin B12 dan folat juga sering terjadi pada remaja karena kurangnya pemenuhan zat gizi tersebut.

Penelitian di Sulawesi menunjukkan ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Shara, Fhany EL (2014) tentang Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 2 sawah lunto tahun 2014, yang menyatakan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hal ini dikarenakan remaja putri mempunyai kebiasaan kurang mengkonsumsi makanan sumber zat besi dan rata-rata mempunyai orang tua dengan tingkat pendidikan yang rendah sehingga pengetahuan dalam pemenuhan asupan zat gizi yang seimbang menjadi kurang (I. Dea., dkk, 2014).

Salah satu faktor lain 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.

Berdasarkan penelitian Fatya Ayu Rahmawati, Ir Listyani Hidayati di Kabupaten Sukoharjo menunjukkan pengetahuan tentang anemia kategori kurang sebesar 57,3% kesimpulannya ada hubungan pengetahuan tentang

anemia dengan kejadian suspek anemia ($p=0,034$). Penelitian lain tentang pengetahuan, di dapatkan hasil ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja putri kelas IX tentang anemia dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Talang Padang tahun 2017. Dari hasil analisis diperoleh nilai Odds Ratio (OR) sebesar 2,222 artinya remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang anemia yang kurang beresiko 2,22 kali mengalami anemia (Safira laksmi, Helmi Yeni, 2018).

Anemia pada remaja perempuan dapat berdampak terganggunya pertumbuhan dan perkembangan, kelelahan, kerentanan terhadap infeksi karena sistem kekebalan tubuh menurun, menurunkan fungsi daya tahan tubuh, rentan terjadi keracunan, dan terganggunya fungsi kognitif. (Veratemala A, 2017). Dampak jangka panjang dapat mengakibatkan permasalahan untuk dirinya dan juga untuk anaknya yang dia lahirkan kelak. Dampak anemia kemungkinan tidak langsung terlihat, namun dapat berlangsung lama dan mempengaruhi kehidupan remaja selanjutnya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 10 siswa remaja putri di SMA Bina Insani Tangerang, dilakukan pengecekan kadar HB menggunakan Easy Touch, di dapatkan 3 siswa mengalami anemia, Hasil wawancara 7 dari 10 siswi tidak mengetahui tentang penyebab anemia, kadar normal hemoglobin, makanan yang mengandung zat besi, dampak anemia dan terapi anemia. Siswi mengeluh sering pusing, mudah lelah, dan sulit berkonsentrasi saat belajar. Berdasarkan data diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan status gizi dan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Bina Insani Tangerang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian non eksperimen dengan metode penelitian observasional. Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan variabel dependen dan independen secara bersamaan dalam waktu yang sama. Populasi pada penelitian ini adalah Siswi Kelas X-XI SMA Bina Insani yang berjumlah 83 orang. Sampel pada

penelitian ini menggunakan proporsional Random Sampling dengan menggunakan Rumus Slovin dengan tingkat signifikansi 10%, sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 45 orang. Kriteria inklusi yaitu siswi kelas X dan XI, usia 15-19 tahun, sudah menstruasi, Dalam keadaan sehat dan bersedia menjadi responden. Variabel independen yaitu tingkat pengetahuan dan Status Gizi (IMT) dan variabel dependen yaitu Kadar Hb. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner tentang tingkat pengetahuan anemi, Berat badan dan tinggi badan dan lembar hasil pengukuran kadar Hb menggunakan alat pengukur Hb Easy Touch. Pengukuran anemia bila kadar hemoglobin $<12\text{mg/dl}$, Tidak anemia: kadar hemoglobin $\geq 12\text{mg/dl}$. Pengukuran IMT Normal jika IMT: 18,5-25, Tidak normal: $\leq 18,4$ dan >25 , Pengukuran Tingkat Pengetahuan Baik jika skor ($>75\%$), Cukup jika skor (56-75%), Rendah jika skor ($<56\%$). Setelah data terkumpul, dilakukan analisis Univariat dan Bivariat menggunakan uji Chi Square. Analisis Univariat membahas gambaran tingkat pengetahuan dan IMT sedangkan Bivariat untuk mengetahui hubungan Pengetahuan dan IMT dengan kejadian anemia.

HASIL PENELITIAN

Analisis univariat

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di SMA Bina Insani

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
---------------	------------------	-------------------

Usia	24	53.3
15 Tahun	14	31.1
16 Tahun	4	8.9
17 Tahun	3	6.7
18 Tahun	45	100
Total		
Jenis Kelamin	45	100
Perempuan	45	100
Total		
Pendapatan		
Orang Tua	2	4.4
Rendah (< UMR)	39	86.7
Sedang (UMR)	4	8.9
Tinggi (> UMR)	45	100
Total		

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh Siswi di SMA Bina Insani Tangerang

IMT	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Normal	41	91.1
Tidak Normal	4	8.9
Total	45	100

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Siswi SMA Bina Insani Tangerang

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Baik	33	73.3
Cukup	8	17.8
Kurang	4	8.9
Total	45	100

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Pada Siswi SMA Bina Insani Tangerang

Kejadian Anemia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Anemia	4	8.9
Tidak Anemia	41	91.1
Total	45	100

Analisis bivariat

Tabel 5
Hasil Uji Chi-Square

Indeks Massa Tubuh	Kejadian Anemia				Jumlah	P-Value	
	Anemia		Tidak Anemia				
	N	%	N	%			
Normal	1	2.2	40	88.9	41	91.1	0.001
Tidak Normal	3	6.7	1	2.2	4	8.9	
Jumlah	4	8.9	91.1	100	45	100	

Karakteristik

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui distribusi frekuensi berdasarkan usia sebagian besar berusia 15 tahun yaitu sebanyak 24 orang, (53,3%), untuk distribusi jenis kelamin seluruhnya berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 45 orang (100%). Distribusi frekuensi Pendapatan orang tua sebagian besar termasuk katagori sedang (Sesuai UMR) sebanyak 39 orang (86,7%).

IMT Remaja Putri

Berdasarkan tabel 2 diatas di dapat menunjukkan sebagian besar siswi memiliki IMT normal sebanyak 41 orang (91.1%), tidak normal sebanyak 4 orang (8.9%). Berdasarkan hasil tersebut menandakan bahwa sebagian besar siswi SMA Bina Insani Tangerang memiliki IMT normal hal ini dapat disebabkan oleh katagori pendapatan orang tua sebagian besar UMR. Pendapatan keluarga memegang peran yang sangat penting. Makanan apa yang dikonsumsi remaja sangat tergantung dengan makanan apa yang disajikan oleh keluarga dalam

hal ini ibu. Jenis makanan ini juga sangat tergantung dengan berapa besar dana yang tersedia untuk pembelian makanan keluarga (Notoatmodjo, 2012). Seseorang yang memiliki status kesehatan yang baik cenderung akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang baik pula. Mayoritas siswi memiliki IMT normal merupakan sesuatu yang baik

karena status gizi seseorang sangat berpengaruh terhadap kondisi dan status kesehatan seseorang.

Pengetahuan

Berdasarkan tabel 3 diatas dari hasil penelitian yang diperoleh berdasarkan tingkat pengetahuan anemia tinggi menunjukkan 33 (73,3%), sedangkan tingkat pengetahuan anemia rendah 4 (8,9%). Berdasarkan hasil tersebut menandakan bahwa sebagian besar siswi SMA Bina Insani berpengetahuan baik. Dengan memiliki pengetahuan yang baik terhadap suatu hal seseorang akan memiliki kemampuan untuk menentukan dan mengambil keputusan bagaimana ia dapat menghadapinya (Purnamasari, I & Raharyani, A E, 2020).

Salah satu faktor internal yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang adalah tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula pengetahuannya. (Putri, 2017). Mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki tingkat pengetahuan baik dikarenakan pengetahuan mengenai anemia dapat diperoleh dari berbagai sumber, dan pernah mendapat penyuluhan tentang anemia.

Gambaran Angka Kejadian Anemia Remaja Putri

Berdasarkan tabel 4 diatas diperoleh data sebagian besar responden tidak mengalami anemia sebanyak 41 siswi (91,1%). Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah, atau konsentrasi Hb di bawah batas normal yang ditetapkan, sehingga mengakibatkan terganggunya kapasitas darah untuk mengangkut oksigen di sekitar tubuh (WHO, 2017).

Hasil dari penelitian ini diperoleh kejadian anemia pada remaja putri di SMA Bina Insani Tangerang rendah yaitu sebanyak 4 orang (8,9%). Hal ini sesuai dengan penelitian Eka Darmayati Putri Siregar di Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2018 didapatkan 9 orang (10,00%) mengalami anemia, sedangkan 81 responden (90,00%) lainnya tidak mengalami anemia. Hal ini terjadi karena tingkat pendapatan orang tua sebagian besar sesuai

UMR, sehingga memiliki dana yang cukup untuk memenuhi kebutuhan makanan yang bergizi sehingga dapat mengurangi resiko anemia.

Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Anemia

Pada tabel 5 menunjukkan bahwa dari 45 responden, yang memiliki IMT normal dan tidak mengalami anemia sebanyak 40 orang (88,9%), siswa yang memiliki IMT tidak normal dan mengalami anemia sebanyak 3 orang (6,7%). Hasil uji Chi Square diperoleh nilai P value = 0,001 (P value < 0,005) maka H_0 ditolak dan dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas X-XI di SMA Bina Insani Tangerang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gita Ayuningtyas, Dewi Firiani, Parmah Parmah di Kelas XI SMA Negeri 3 Tangerang Selatan menunjukkan bahwa hasil penelitian analisa uji statistik dengan uji chi square antara variabel kejadian anemia dengan status gizi diperoleh $p=0,003$ ($p < 0,05$) yang artinya dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan. Masa remaja adalah masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih tinggi termasuk zat besi (Kemenkes RI, 2017). Status gizi didapat orang dari nutrient yang diberikan kepadanya. Ada tiga jenis kekurangan gizi, ada yang kurang secara kualitatif dan ada yang kurang secara kuantitatif, serta kekurangan keduanya. Apabila kuantitas nutrient cukup, tetapi kualitasnya kurang maka orang dapat menderita berbagai kekurangan vitamin, mineral, protein dan lain-lainnya. Status gizi merupakan gambaran secara makro akan zat gizi tubuh kita, termasuk salah satunya adalah zat besi. Dimana bila status gizi tidak normal dikhawatirkan status zat besi dalam tubuh juga tidak baik. Sehingga status gizi merupakan salah satu faktor resiko terjadinya anemia. Status gizi yang baik dapat terpenuhi, karena tingkat pendapatan orang tua sebagian besar sesuai UMR, sehingga memiliki dana yang cukup untuk memenuhi kebutuhan makanan yang bergizi sehingga dapat mengurangi resiko anemia

Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa dari responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik dan tidak mengalami anemia sebanyak 33 orang (73,3%), dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang dan mengalami anemia seseorang adalah tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula pengetahuannya. (Putri, 2017). Mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki tingkat pengetahuan baik dikarenakan memiliki informasi yang cukup yang diperoleh dari berbagai sumber, dan pernah mendapat penyuluhan tentang anemia. Seseorang yang memiliki berpengetahuan cukup baik terhadap suatu hal kemudian memahaminya maka diharapkan dapat mengaplikasikan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mengevaluasi diri sendiri terhadap sesuatu yang diterapkan apa dampaknya sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Sehingga remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang anemi, dapat menerapkan pola makan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan

1. Distribusi frekuensi gambaran umum responden, sebagian besar berusia 15 tahun yaitu sebanyak 24 orang (53,3%). Jenis kelamin 45 responden perempuan (100%). Pendapatan orang tua mayoritas sedang sebanyak 39 orang (86,7%).
2. Siswi kelas X-XI SMA Bina Insani yang memiliki IMT normal sebanyak 41 orang
3. Siswi kelas X-XI SMA Bina Insani yang memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia baik sebanyak 33 orang (73,3%), yang memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia cukup sebanyak 8 orang (17,8%), yang memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia kurang sebanyak 4 orang (8,9%).
4. Siswi kelas X-XI SMA Bina Insani yang mengalami anemia sebanyak 4 orang (8,9%).

5. Ada Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Klas X-XI di SMA Bina Insani Tangerang (P value 0,001).
6. Ada Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X-XI di SMA Bina Insani Tangerang (P value 0,001)

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Basith, Rismia Agustina, Noor Diani. (2017). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat
- Andriani, Merryana dan Bambang Wirjatmadi. (2014). Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan. Jakarta: KENCANA
- Aulia Rahma S. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Anemia di Kecamatan Percut Sei Tuan. Universitas Sumatera Utara Medan
- Berlian Anugrah E, Dwi Kartika C. (2019). Hubungan IMT Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 2 Ngalik Kabupaten Sleman. Universitas Aisyiyah Yogyakarta
- Choiriyah, Endar Wahyu. 2015. Hubungan Tingkat Asupan Protein, Zat Besi dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMA Negeri 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo
- Dea Indartanti. (2014). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Usia 12-14 Tahun. Universitas Diponegoro Semarang
- Enis Tanfidiah. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Pendapatan Keluarga Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Upaya

Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 3 Sampang. Universitas Airlangga

Gebby Memorisa, Siti Amimah, Galuh Pradian Y. (2020). Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. Program Studi Kebidanan DIII Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kediri.

Gita Ayuningtyas, Dewi Fitriani, Parmah. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Kelas XI SMA Negeri 3 Tangerang Selatan. STIKes Widya Dharma Husada Tangerang

Ikhtiyaruddin, Agus Alamsyah, Mitra, Ary Setyaningsih. (2019). Determinan Kejadian Anemia Pada Siswi SMAN 1 Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2019. STIKes Hangtuah Pekanbaru

Istiany A.& Rusilanti. 2013. Gizi Terapan Bandun: PT Remaja Rosdakarya.

Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Balitbang Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013

Kementerian Kesehatan RI. Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). 2016

Lili Wahyuni. (2018). Gambaran Pola Konsumsi Makanan Sumber Zat Besi Pada Siswi SMPN 1 Padang Gelugur Kabupaten Pasaman Tahun 2018. Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang

Martini. (2015). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di MAN 1 Metro. Program Studi Kebidanan Metro Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Permatasari, T, Briawan, D, & Madaniyah, S 2018, „Efektifitas Program Suplementasi Zat

Besi Pada Remaja Putri di Kota Bogor“, Jurnal MKMI, Vol.14, No.1, Hal. 1 – 8

Satriani. (2018). Analisis Determinan Anemia Pada Remaja Putri (15-18) Tahun di Kecamatan Tamalate Kabupaten Jenepento. Universitas Hasanuddin

Shara, Fhany EL (2014) Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri si SMAN 2 sawahlunto tahun 2014 (Safira laksmi, Helmi Yeni, 2018) Jurnal Keperawatan Sai Betik Volume XIV, No. 1, April, Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Bandar Lampung, 2018

Siti Zulaekah, Yuli Kusumawati, Rista Nugraheni, dan Ratna Arditya Tri Astuti. (2017). Hubungan Tingkat Sosial Ekonomi Keluarga Dan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Perilaku Konsumsi FE Remaja. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 51

Sarah Salsabila K. (2018). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Anemia Pada Remaja di SMP Muhammadiyah Serpong. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta

Veratamala, A 2017, Kenapa Anemia Pada Remaja Perempuan Tidak Boleh Dibiarkan, Hello Sehat Medical Review Team, <https://hellosehat.com/parenting/kesehatan-anak/anemia-pada-remajaperempuan-tak-boleh-dibiarkan/>, dilihat 10 Desember 2018
World Health Organization .2011. The Global Prevalence Of Anemia In 2011. WHO .Geneva.