

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SUMBER JAYA LAMPUNG BARAT**THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SMA NEGERI 1 SUMBER JAYA, WEST LAMPUNG****Yeti Septiasari¹, Dzul Istiqomah Hasyim², Adi Nuryadi³**¹²³ Universitas Muhammadiyah Pringsewu, Pringsewu Lampung, IndonesiaEmail Correspondence: yetiseptiasari@umpri.ac.id

Abstract: **The Relationship Between Knowledge And The Incidence Of Anemia In Adolescent Girls At Sma Negeri 1 Sumber Jaya, West Lampung.** Adolescence is a transition period from children to adulthood. Health problems experienced by adolescents are anemia, stunting, chronic lack of energy and obesity. Anemia in adolescents can have an impact on academic abilities in school, due to the absence of passion for learning and concentration. Anemia can also be caused by a lack of knowledge and attitudes among adolescent girls about the prevention of anemia, especially the consumption of blood-boosting tablets. The purpose of this study is to find out the relationship between knowledge and the incidence of anemia in adolescent girls at SMA Negeri 1 Sumber Jaya, West Lampung Regency in 2024. The research design used by the researcher in this study is a correlation study using a cross sectional approach. This research was conducted at SMA Negeri 1 Sumber Jaya with a sample of 42 respondents. The sampling technique used is total sampling. The instrument used was a questionnaire sheet. The statistical test used is the chi-square test. The results of the statistical test using the Chi Square test obtained a p-value = 0.000 (<0.05) which means that there is a relationship between knowledge and the incidence of anemia in adolescent girls at SMA Negeri 1 Sumber Jaya, West Lampung Regency. These findings suggest the importance of anaemia prevention in adolescent girls with good knowledge of anaemia have a lower risk of developing anaemia compared to those who have sufficient knowledge.

Keywords : Anemia, Knowledge, Adolescent

Abstrak: **Hubungan Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Sumber Jaya Lampung Barat.** Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa. Masalah kesehatan yang dialami oleh remaja yaitu anemia, stunting, kurang energi kronis dan obesitas. Anemia pada remaja dapat berdampak pada kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi. Anemia juga dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan anemia, khususnya konsumsi tablet tambah darah. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui Hubungan Pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat Tahun 2024. Desain penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah studi korelasi (*correlation study*) dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Sumber Jaya dengan jumlah sampel sebanyak 42 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square*. Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil nilai *p-value* = 0,000 (<0,05) yang artinya terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat. Temuan ini menunjukkan pentingnya pencegahan anemia pada remaja putri dengan pengetahuan yang baik tentang anemia memiliki risiko lebih rendah terkena anemia dibandingkan dengan yang memiliki pengetahuan cukup.

Kata Kunci : Anemia, Pengetahuan, Remaja

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa. Masalah kesehatan yang dialami oleh remaja yaitu anemia, stunting, kurang energi kronis dan obesitas (Hartati et al., 2023). Anemia pada remaja dapat berdampak pada kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi (Indrawatiningsih et al., 2021). Anemia juga dapat menurunkan prestasi belajar pada remaja (Astuti, 2018). Pada remaja putri kejadian anemia lebih besar disebabkan oleh defisiensi zat besi (Budiarti et al., 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan menderita anemia disebabkan kebutuhan zat besi pada remaja putri 3 kali lebih besar dari pada laki-laki. Pada pria, haemoglobin normal adalah 14-18 gr % dan eritrosit 4,5-5,5 jt/mm, sedangkan pada perempuan haemoglobin normal 12-16 gr % dengan eritrosit 3,5-4,5 jt/mm³ (WHO, 2018). Remaja putri lebih rawan terkena anemia dibanding remaja laki-laki karena remaja putri mengalami siklus menstruasi sehingga membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Anemia pada remaja khususnya remaja putri menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat bila prevalensinya lebih dari 15%. Secara umum tingginya prevalensi anemia gizi besi antara disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi tidak cukup, penyerapan yang tidak adekuat, peningkatan kebutuhan akan zat besi dan menstruasi setiap bulannya (Aulya et al., 2022).

Remaja putri yang mengalami anemia berdampak pada kesehatan reproduksi, gangguan perkembangan motorik, intelektual, terhambatnya kecerdasan, penurunan kemampuan belajar, penurunan tingkat kebugaran fisik dan pencapaian tinggi badan maksimal. Hal ini juga dapat mempengaruhi kesehatan remaja putri, wanita hamil, meningkatkan risiko kematian ibu, bayi prematur dan berat bayi lahir rendah (Putri et al., 2023).

Prevalensi anemia pada remaja di dunia menurut *World Health Organization* (WHO, 2019) menunjukkan angka kejadian anemia sebesar 30% wanita usia 15-49 tahun diseluruh dunia menderita anemia. Beberapa negara berkembang seperti Myanmar pravelensi anemia sebesar 59,1%, di Kuala Lumpur prevelensi anemia sebanyak 28,3%, pravelensi anemia yang tertinggi terdapat pada negara yang berpenduduk terbanyak di dunia yaitu India dengan 78,75% dengan kasus terbanyak pada remaja putri (Juliawan et al., 2024).

Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menunjukkan bahwa angka kejadian anemia sebesar 32% sedangkan proporsi anemia pada remaja putri (27,2%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (20,3%) (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Sedangkan Provinsi Lampung adalah Provinsi yang memiliki prevalensi kejadian anemia tertinggi di pulau sumatra dengan persentase 63%. Berdasarkan data tersebut menunjukan bahwa 24% penderita anemia di Provinsi Lampung terjadi pada usia remaja putri (Sari et al., 2020).

Adapun faktor yang berhubungan dengan terjadinya anemia antara lain yaitu tingkat pendidikan orang tua, pendapatan orang tua, tempat tinggal, sikap remaja putri terhadap anemia, status gizi, dan pola menstruasi remaja putri. Anemia juga dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan anemia, khususnya konsumsi tablet tambah darah (Efendi et al., 2023).

Pengetahuan yang kurang menyebabkan remaja memilih makan diluar atau hanya mengkonsumsi kudapan. Penyebab lain adalah kurangnya kecukupan makan dan kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi, selain itu konsumsi makan cukup tetapi makanan yang dikonsumsi memiliki zat besi yang rendah sehingga jumlah zat besi yang diserap oleh tubuh kurang (Juliawan et al., 2024).

Makanan adalah salah satu kunci dari kesehatan khususnya bagi anak, dimana makanan tidak hanya menentukan kesehatan masa kini tetapi juga menentukan kelangsungan hidup kita masing-masing. Fungsi dari makanan itu sendiri terhadap tubuh adalah sebagai sumber tenaga, memenuhi keperluan pertumbuhan, pemeliharaan dan mengganti bagian-bagian tubuh yang rusak. Selain itu dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi harus juga memperhatikan kehalalan makanan tersebut, sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S Al- Maidah Ayat 88:

Terjemahannya: Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezekikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepadaNya.

Ayat ini menegaskan perintah untuk mengonsumsi makanan yang halal lagi baik. Dan makanlah makanan yang halal, yakni bukan yang haram lagi baik, lezat, bergizi dan berdampak positif bagi kesehatan dari apa yang Allah telah rezkikan kepada kamu, dan bertaqwalah kepada Allah dalam segala aktivitas kamu, yang kamu beriman kepadanya adalah mu'minin, yakni orang-orang yang mantap keimanannya (Tafsir Al-Misbah)

Pengetahuan gizi pada remaja merupakan hasil tahu terhadap gizi melalui penginderaan remaja. Penginderaan remaja terhadap gizi dalam kurun waktu tertentu akan menghasilkan pengetahuan yang dapat berpengaruh terhadap persepsi remaja tentang gizi (Sulung et al., 2022). Pengetahuan akan mempengaruhi pola pikir seseorang untuk menentukan sikap dan perilaku dalam memilih makanan. Pengetahuan remaja yang baik tentang anemia adalah hal utama dalam menjaga pemenuhan zat besi dalam makanan sehari-hari (Laksmi & Yenie, 2018). Apabila remaja mengetahui dan memahami akibat anemia dan cara mencegah anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik dengan harapan dapat terhindar dari berbagai risiko dari terjadinya anemia.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Nurhayati pada tahun 2020 menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MAN 1 Banjarmasin, didapatkan bahwa siswi yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung tidak anemia sebanyak 13 responden (100%), siswi yang memiliki pengetahuan cukup cenderung mengalami anemia sebanyak 6 responden (54,5%) dan siswi yang memiliki pengetahuan yang kurang cenderung mengalami anemia sebanyak 31 responden (75,6%) (Handini et al., 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Sumber Jaya dari 10 remaja dengan anemia didapatkan 3 orang dengan pengetahuan baik, 2 orang dengan pengetahuan cukup, dan 5 orang dengan pengetahuan kurang baik, tentang pengertian anemia, anemia serta penyebab dan pencegahan anemia.. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian studi korelasi (*correlation study*) dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan SMA Negeri 1 Sumberjaya Lampung Barat Tahun 2024. Populasi dalam penelitian siswa kelas VIII dan XI. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel 42 responden. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini diantaranya kuesioner Untuk riwayat anemia peneliti menggunakan ebar observasi kadar Hb pada ibu melalui data KMS. Data hasil pengukuran selanjutnya dilakukan analisis. Analisa univariat untuk tensesensi sentral yaitu riwayat anemia kehamilan dan stunting. Sedangkan analisa bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk menilai Hubungan anatara Pengetahuan dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Sumberjaya Lampung Barat Tahun 2024. Variabel yang diteliti meliputi anemia pada Remaja, Pengetahuan.

1. Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden di SMA Negeri 1 Sumberjaya Lampung Barat

Usia	Frekuensi	Presentase
15 tahun	1	2,4
16 tahun	14	33,3
17 tahun	24	57,1
18 tahun	3	7,1
Total	42	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan usia 17 tahun sebanyak 24 responden (57,1%). Responden dengan usia 16 tahun sebanyak 14 responden (33,3%), dengan usia 18 tahun sebanyak 3 responden (7,1%) dan usia 15 tahun 1 responden (2,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden di SMA Negeri 1 Sumberjaya Lampung Barat

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	14	33,3
Kurang Baik	28	66,7
Total	42	100

Tabel 2 menggambarkan bahwa sebagian besar responden dengan pengetahuan kurang baik sebanyak 28 responden (66,7%) dan responden dengan kategori pengetahuan baik sebanyak 14 responden (33,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia di SMA Negeri 1 Sumberjaya Lampung Barat

Kejadian Anemia	Frekuensi	Presentase
Tidak Anemia	17	40,5
Anemia	25	59,5
Total	42	100

Tabel 3 menggambarkan bahwa sebagian besar responden dengan anemia ($Hb < 12$) sebanyak 25 responden (59,5%) dan responden tidak anemia sebanyak 17 responden (40,5%).

2. Bivariat

Pada bagian ini akan menyajikan hubungan Riwayat Anemia dan Usia Kehamilan dengan kejadian Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Pringsewu tahun 2024 Analisis statistik dilakukan untuk menentukan hubungan antara variabel independen dan dependen, dengan menggunakan uji *chi-square* untuk melihat signifikansi statistik ($\alpha < 0,05$). Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan lebih mendalam mengenai faktor-faktor risiko stunting

dan membantu dalam merumuskan strategi pencegahan yang lebih efektif, serta meningkatkan kualitas pelayanan antenatal di Puskesmas Pringsewu.

Tabel 4. Hubungan pengetahuan dengan kejadian Anemia 1 Sumberjaya Lampung Barat

Pengetahuan	Kejadian Anemia				P-Value	OR
	Tidak Anemia		Anemia			
	N	%	N	%		
Baik	11	26,2	3	7,1	0,000	13,444
Kurang baik	6	14,3	22	52,4		
Total	17	40,5	25	59,5		

Tabel 4 menunjukkan dari 42 responden paling banyak terdapat pada responden dengan pengetahuan kurang baik dan mengalami kejadian anemia (Hb <12) yaitu sebanyak 22 orang (52,4%). Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil nilai *p-value* = 0,000 (<0,05) yang artinya terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat. Sedangkan nilai *odd ratio* (OR = 13,444) yang memiliki makna bahwa responden dengan pengetahuan kurang baik memiliki resiko lebih besar 13 kali terjadi anemia.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Usia responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan usia 17 tahun sebanyak 24 responden (57,1%). Responden dengan usia 16 tahun sebanyak 14 responden (33,3%), dengan usia 18 tahun sebanyak 3 responden (7,1%) dan usia 15 tahun 1 responden (2,4%).

Menurut (Dewi, 2020) bahwa semakin cukup umur seseorang maka pola pikirnya akan semakin matang dan pengetahuannya semakin baik. Oleh karena itu umur dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang karena semakin cukupnya umur seseorang maka pola pikirnya akan semakin baik. Remaja menurut WHO (2021) adalah penduduk dalam rentang usia 10-21 tahun. Berdasarkan hasil penelitian dapat sebagian besar responden dengan usia 17 tahun sebanyak 24 responden (57,1%). Hal ini sejalan dengan pernyataan (Piaget & Inhelder, 2021) tentang perkembangan kognitif pada remaja yaitu pada tahap perkembangan kognitif, remaja mulai bisa berfikir logis tentang suatu gagasan yang abstrak, mulai bisa membuat rencana, strategi, membuat keputusan, memecahkan masalah serta mulai memikirkan masa depan.

Hasil penelitian mendukung penelitian yang diungkapkan oleh (Salsabila, 2023) didapatkan hasil dari 68 responden remaja putri mengenai gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kriteria pengetahuan baik sebanyak 52 responden (76%), cukup 14 responden (21%) dan kurang 2 responden (3%). Dari hasil penelitian yang dilakukan di Desa Tegalsari didapatkan hasil penelitian yang mendukung penelitian sebelumnya. Terlihat bahwa umumnya Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri cukup adalah usia 18-21 tahun

2. Pengetahuan Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pengetahuan kurang baik sebanyak 28 responden (66,7%) dan responden dengan kategori pengetahuan baik sebanyak 14 responden (33,3%). Responden dengan pengetahuan baik saat dilakukan penelitian mengatakan bahwa sudah mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai anemia. Dimana pendidikan kesehatan yang sudah diberikan bisa mempengaruhi pengetahuan remaja tentang anemia. Menurut penelitian (Atikah et al., 2021) siswi yang mendapatkan informasi tentang faktor-faktor penyebab anemia dari media cetak, media elektronik, internet dan dari keluarga masing-masing berupa penjelasan dari orang tua atau keluarga maupun dari puskesmas, maka dari informasi tersebut siswi dapat mengetahui tentang faktor yang mempengaruhi anemia. Semakin banyak informasi tentang anemia yang diperoleh maka pengetahuan yang diperoleh semakin baik. Siswi yang dapat menyerap informasi dengan baik maka pengetahuan yang diperoleh semakin baik pula.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kristy Melya Putri berjudul Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Paal Merah I Kota Jambi pada tahun 2021. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa dari 39 responden yang diteliti terdapat 23 responden (59,0%) yang memiliki tingkat pengetahuan rendah.

3. Kejadian Anemia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan anemia ($Hb < 12$) sebanyak 25 responden (59,5%) dan responden tidak anemia sebanyak 17 responden (40,5%). Kebanyakan siswi yang tidak mengalami anemia bisa dikarenakan sudah mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai anemia sehingga siswi bisa tahu faktor-faktor yang menyebabkan anemia, salah satunya dengan cara memilih makan makanan yang bergizi. Sebanyak 17 orang responden yang tidak anemia mengatakan sudah terbiasa sarapan pagi, menurut penelitian Lestari (2023) sarapan dapat memenuhi 30% kebutuhan asupan gizi yang diperlukan tubuh. Jika kita melewatkan sarapan, berarti kita telah kehilangan sepertiga asupan yang dibutuhkan tubuh.

Analisis Bivariat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 42 responden paling banyak terdapat pada responden dengan pengetahuan kurang baik dan mengalami kejadian anemia ($Hb < 12$) yaitu sebanyak 22 orang (52,4%). Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil nilai *p-value* = 0,000 ($< 0,05$) yang artinya terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat. Sedangkan nilai *odd ratio* (OR = 13,444) yang memiliki makna bahwa responden dengan pengetahuan kurang baik memiliki resiko lebih besar 13 kali terjadi anemia. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu. Menurut teori WHO salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri Notoatmodjo (2018 dalam S. Nona. M, 2021).

Peneliti menemukan bahwa remaja putri dengan pengetahuan yang baik tentang anemia memiliki risiko lebih rendah terkena anemia dibandingkan dengan yang memiliki pengetahuan cukup. Dari Analisa peneliti menunjukkan bahwa pengetahuan tentang anemia yang cukup merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap kejadian anemia pada remaja putri sehingga kurangnya kesadaran remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah dalam mencegah anemia. Pengetahuan yang cukup membuat remaja putri tidak terlalu mementingkan makan yang tinggi zat besi atau kandungan yang mengandung zat besi tinggi sehingga penyerapan zat besi kurang. Penelitian ini sejalan dengan peneliti Hamidiyah et al. (2019) juga menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan rendah lebih rentan terhadap anemia karena kurangnya kesadaran akan pentingnya gizi dan pola makan sehat

SIMPULAN

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia karena peningkatan kebutuhan zat besi terutama akibat menstruasi setiap bulan. Anemia pada remaja putri berdampak luas, tidak hanya menurunkan konsentrasi dan prestasi belajar, tetapi juga berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi jangka panjang serta risiko komplikasi saat kehamilan. Tingginya prevalensi anemia pada remaja, termasuk di Provinsi Lampung yang mencapai angka cukup tinggi, menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius.

Hasil penelitian di SMA Negeri 1 Sumber Jaya Kabupaten Lampung Barat menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang anemia (66,7%) dan prevalensi anemia juga cukup tinggi (59,5%). Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian anemia ($p\text{-value} = 0,000$), dengan nilai $OR = 13,444$ yang berarti remaja putri dengan pengetahuan kurang baik memiliki risiko 13 kali lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja dengan pengetahuan baik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam pencegahan anemia pada remaja putri. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi gizi, kebiasaan konsumsi makanan kaya zat besi, serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sangat diperlukan sebagai upaya menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar remaja putri meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai anemia dengan membiasakan pola makan bergizi seimbang, mengonsumsi makanan sumber zat besi seperti hati, daging, ikan, dan sayuran hijau, serta mengonsumsi tablet tambah darah secara teratur sesuai anjuran petugas kesehatan. Pihak sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan puskesmas atau tenaga kesehatan dalam penyelenggaraan edukasi kesehatan secara berkala serta memperkuat program minum tablet tambah darah bersama di sekolah untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri. Selain itu, keluarga diharapkan memberikan dukungan melalui penyediaan makanan bernutrisi di rumah serta memberikan perhatian dan motivasi agar remaja membiasakan gaya hidup sehat.

Tenaga kesehatan perlu meningkatkan kegiatan promosi kesehatan terkait pencegahan anemia pada remaja putri serta melakukan monitoring konsumsi tablet tambah darah dan pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala. Penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel lain seperti pola konsumsi, status gizi, dan intensitas menstruasi, serta menggunakan desain penelitian intervensi atau longitudinal untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pencegahan anemia pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta.
- Astuti, A. &. (2018). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Universitas Muria Kudus.
- Aulya, Y., Siauta, J., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4 Se-Articles). <https://doi.org/10.37287/Jppp.V4i4.1259>
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di

Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6.
<https://doi.org/10.36053/Mesencephalon.V6i2.246>

- Dillyana, T. A. (2019). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Persepsi Ibu Dengan Status Imunisasi Dasar Di Wonokusumo. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal Of Health Promotion And Health Education*, 7(1), 67–77. <https://doi.org/10.20473/Jpk.V7.I1.2019.68>
- Efendi, F., Israfil, I., Ramadhan, K., Mckenna, L., Alem, A. Z., & Malini, H. (2023). Factors Associated With Receiving Iron Supplements During Pregnancy Among Women In Indonesia. *Electronic Journal Of General Medicine*, 20(5), 1–7. <https://doi.org/10.29333/Ejgm/13266>
- Handini, K. N., Malkan, I., Ilmi, B., Simanungkalit, S. F., & Octaria, Y. C. (2023). Hubungan Pengetahuan Anemia , Pola Tidur , Pola Makan , Inhibitor , Dan Enhancer Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory Kota Tangerang Selatan. 7(2), 147–154. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V7i2sp.2023.14>
- Hartati, E., Dona, S., & Irawan, A. (2023). Implementasi Pemberian Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Wilayah Puskesmas Tapin Utara Kabupaten Tapin. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(3), 111–122. <https://doi.org/10.55606/Jikki.V3i3.2151>
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. T., Sari, E., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21, 331. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V21i1.1116>
- Juliawan, L., Bustami, A., & Wardiyah, A. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 14 Bandar Lampung Dan Sma It Baitul Jannah Bandar Lampung. 6.
- Laksmi, S., & Yenien, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Di Kabupaten. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14, 104. <https://doi.org/10.26630/Jkep.V14i1.1016>
- Notoatmodjo. (2018a). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2018b). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Putri, S., Neherta, M., & Fajria, L. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Mixed Media Education Intervention Program Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Gizi Besi. *Jurnal Ners Indonesia*, 14, 47–60. <https://doi.org/10.31258/Jni.14.1.47-60>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif* (Sutopo (Ed.); 2nd Ed.). Alfabeta.
- Sulung, N., Najmah, Flora, R., & Nurlaili. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. 4, 28–35.