



Bali Medika Jurnal Vol 10 No 2, 2023: 244-252

**Bali Medika Jurnal.**

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License. (CC BY 4.0)



Submitted 27 July 2023

Reviewed 22 November 2023

Accepted 28 December 2023

## Pencegahan Kesehatan Remaja: Pendidikan Kesehatan dan Peran Keluarga di Daerah Pesisir

### *Adolescent Health Prevention: Health Education and the Role of Families in Coastal Areas*

Sucita Efendi <sup>1</sup>, Agus Supinganto <sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup> Ilmu keperawatan, Stikes Yarsi Mataram, Indonesia

[agussupinganto@gmail.com](mailto:agussupinganto@gmail.com)

#### ABSTRAK

Anemia menjadi parameter buruknya status Kesehatan akibat tidak tercukupinya asupan zat besi. Prevalensi anemia di wilayah provinsi NTB berada pada persentasi 48% (Riskesdas NTB, 2018). Pendidikan kesehatan yang diberikan pada keluarga secara efektif dan inovatif merupakan suatu hal yang dapat membantu dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja. Tujuan penulisan karya ilmiah akhir ini adalah memberikan gambaran asuhan keperawatan pada anggota keluarga yang mengalami anemia dengan pemberian intervensi pendidikan kesehatan tentang anemia. Metode yang digunakan yaitu case report dengan melakukan intervensi berbasis Evidence Based Nursing untuk menyelesaikan masalah pada kasus yang didapat. Hasil penelitian menunjukkan pendidikan gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi remaja dan keluarga sehingga dapat menjadi upaya pencegahan anemia pada remaja. Pendidikan kesehatan dapat membuat responden yang sebelumnya belum tahu menjadi lebih tahu karena individu mendapatkan informasi dan pengetahuan baru. Kesimpulannya adalah

---

\* How to Cite

Efendi, S. ., & Supinganto, A. (2023). Pencegahan Kesehatan Remaja: Pendidikan Kesehatan dan Peran Keluarga di Daerah Pesisir. Bali Medika Jurnal, 10(2), 244–252. <https://doi.org/10.36376/bmj.v10i2.342>

pendidikan kesehatan sangat efektif diberikan untuk meningkatkan pengetahuan keluarga tentang masalah kesehatan khususnya anemia pada remaja. Hal ini akan berpengaruh pada fungsi keluarga yaitu mempertahankan keadaan kesehatan keluarganya agar tetap memiliki produktivitas yang tinggi, serta kemampuan keluarga dalam memberikan perawatan kesehatan bagi keluarganya meningkat dan status kesehatan keluarga menjadi semakin baik.

**Kata kunci:** Anemia Remaja; Edukasi kesehatan; Evidence Based Nursing

#### ABSTRACT

*Anemia is a parameter of poor health status due to insufficient intake of iron. The prevalence of anemia in the province of NTB is at a percentage of 48% (Riskesmas NTB, 2018). Health education provided to families effectively and innovatively is something that can help prevent anemia in adolescents. The purpose of writing this final scientific work is to provide an overview of nursing care for family members who have anemia by providing health education interventions about anemia. The method used is a case report by conducting interventions based on Evidence Based Nursing to solve problems in cases obtained. The results showed that nutrition education was effective in increasing adolescent and family nutritional knowledge so that it could be an effort to prevent anemia in adolescents. Health education can make respondents who previously did not know become more knowledgeable because individuals get new information and knowledge. The conclusion is that health education is very effective in increasing family knowledge about health problems, especially anemia in adolescents. This will affect the function of the family, namely maintaining the health condition of the family so that they still have high productivity, as well as the ability of the family to provide health care for their family to increase and the health status of the family to get better.*

**Keywords:** Adolescent Anemia; Health education; Evidence Based Nursing

#### PENDAHULUAN

Anemia menjadi parameter buruknya status Kesehatan akibat tidak tercukupinya asupan zat besi. Keadaan ini menunjukkan kurangnya kadar hemoglobin di dalam darah sesuai dengan usia dan jenis kelamin sehingga menghambat volume darah dalam mengedarkan oksigen (WHO, 2011 dalam Sulistyoningrum et al., 2020). Kelompok yang rentan menderita anemia adalah anak-anak dengan angka kejadian sebesar 47%, pada Wanita hamil sebesar 42% dan Wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 30% (Sulistyoningrum et al., 2020).

WHO menyatakan bahwa anemia termasuk dalam 10 masalah tertinggi di abad modern ini dengan 2,3 miliar penduduk dunia mengalami anemia, dengan angka kejadian anemia pada remaja sebesar 40-88% (WHO, 2015 dalam Jaswadi, 2020). Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) 2018 kasus anemia sebanyak 48,9%, dengan skala terbesar pada usia 15-24 tahun

(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Untuk prevalensi anemia di wilayah provinsi Nusa Tenggara Barat berada pada persentasi 48% (Riskesdas NTB, 2018). Sementara itu data Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Utara, prevalensi kejadian anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa terdapat peningkatan selama 3 tahun terakhir yaitu 195 kasus (2019), 332 kasus (2020) dan 429 kasus (2021) remaja putri yang mengalami anemia (Dinkes KLU, 2021).

Remaja putri yang menjadi kelompok rawan mengalami anemia defisiensi zat besi akibat semakin tingginya keperluan akan zat besi yang dipengaruhi oleh terjadinya proses pertumbuhan, kematangan seksual dan proses menstruasi (Deivita et al., 2021). Sikap pola konsumsi sehari-hari yang rendah akan zat besi oleh remaja putri dapat menjadikan kurang terpenuhinya asupan zat besi harian (Triwinarni, 2017 dalam Budiarti et al., 2021). Selain itu, banyaknya remaja putri yang tidak memperhatikan kondisi kesehatannya sehingga tanda-tanda anemia yang tidak terdeteksi bisa berdampak terhadap penurunan aktifitas fisik (Harahap, 2018).

Sebagai akibat dari anemia pada remaja bisa menimbulkan gejala seperti lemah, letih, lesu, lelah dan lupa (Basith et al., 2017). Anemia ini dapat mengakibatkan kurangnya kemampuan fisik, berpikir, produktivitas selama bekerja dan dapat menyebabkan turunnya *antibody* di dalam tubuh sehingga mudah terserang oleh penyakit infeksi (Astuti & Trisna, 2017). Apabila keadaan anemia ini dialami sejak masih remaja, yang nantinya saat dewasa remaja putri akan menjadi seorang ibu, akan semakin beresiko saat hamil yaitu dapat mengalami perdarahan sebelum dan sesudah melahirkan, berisiko lahirnya bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) dan meningkatnya angka kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi (Fauziyah & Rahayu, 2021).

Upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk menekan angka kejadian anemia yaitu dengan melakukan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Dalam satu tahun remaja putri dianjurkan untuk menghabiskan 52 tablet tambah darah (Mayguspin et al., 2022). Kegiatan ini dilakukan di pelayanan kesehatan dan berkolaborasi dengan pihak sekolah. Berdasarkan hasil perhitungan (RISKESDAS, 2018) terdapat 76.2% remaja putri yang mendapatkan tablet tambah darah dalam 12 bulan terakhir. Namun, hanya sebanyak 2,13% diantaranya yang mengkonsumsi TTD sesuai anjuran (sebanyak  $\geq 52$  butir dalam satu tahun) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Keberhasilan program pemberian TTD ini bergantung pada bagaimana keterlibatan masyarakat didalamnya tidak terkecuali bagaimana peran keluarga (Mayguspin et al., 2022). Menurut penelitian (Estiyani, 2020) terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 6 Samarinda. Friedman juga berpendapat bahwa fungsi keluarga yaitu digunakan untuk mempertahankan keadaan kesehatan anggota keluarganya agar tetap memiliki produktivitas yang tinggi. Sehingga norma subjektif dalam bentuk dukungan keluarga akan mempengaruhi kuat atau lemahnya perilaku seseorang dalam melakukan suatu tindakan salah satunya dalam hal mengkonsumsi tablet tambah darah (Huang, 2015 dalam (Estiyani, 2020).

Perilaku keluarga akan dipengaruhi oleh sikap dan tingkat pengetahuan keluarga tentang kesehatan. Berdasarkan penelitian (Aditianti, et al, 2015) menyatakan bahwa kepatuhan minum TTD dapat meningkat karena adanya pemberian penyuluhan pada pendamping remaja dalam hal ini adalah orang tua. Akibat dari kurangnya pengetahuan tentang anemia menyebabkan sebagian orang tua menilai bahwa anak mereka tidak memiliki masalah dengan hal tersebut. Kurangnya pengetahuan ini juga diasumsikan menjadi penyebab orang tua tidak mengawasi putrinya saat mengkonsumsi TTD di rumah.

Edukasi kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Penggunaan metode yang tepat, inovatif, menyenangkan, menarik, tidak membosankan, dan mudah dimengerti juga akan mempengaruhi proses edukasi kesehatan (Mia et al., 2020). Edukasi yang diberikan pada keluarga yang efektif serta inovatif merupakan suatu hal yang dapat membantu dalam mencegah terjadinya anemia pada remaja dan meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

Dari hasil observasi, keterlibatan masyarakat di daerah Pesisir masih belum banyak ada penelitian mengenai Tablet Tambah Darah (TTD) yang melibatkan daerah pesisir. Penelitian ini memberikan sorotan khusus pada keterlibatan masyarakat di daerah pesisir, di mana masalah kesehatan tertentu mungkin lebih menonjol. Penerapan pendekatan ini dapat memberikan wawasan yang berharga untuk penanganan masalah serupa di wilayah geografis sejenis.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan yaitu case report dengan melakukan intervensi berbasis Evidence Based Nursing untuk menyelesaikan masalah pada kasus yang didapat dan telah disetujui oleh Komite Etik Penelitian Stikes Yarsi Mataram, Nusa Tenggara Barat, dengan Izin Etika 15/KEP/STIKES/Y.III/V/2023. Setelah dilakukan pengkajian, anak dan keluarga diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia di rumah responden. Pendidikan dilakukan secara komprehensif dengan tanya jawab menggunakan bantuan media leaflet selama 3 hari. Alokasi waktu yang diberikan antara 30-45 menit setiap satu kali pertemuan yang dilakukan pada pagi hari. Pengukuran pengetahuan dilakukan melalui tes subjektif yaitu keluarga diminta untuk menjelaskan kembali materi yang sudah dijelaskan secara langsung dan secara objektif menggunakan kuisioner.

## HASIL DAN DISKUSI

Diketahui sebelumnya bahwa keluarga Tn K memiliki pengetahuan yang kurang tentang anemia dan program pemberian tablet tambah darah pada remaja. Hal ini didapat dari hasil pengkajian bahwa keluarga tidak pernah mendapatkan sosialisasi atau informasi tentang anemia pada remaja. Sehingga setelah keluarga diberikan intervensi Pendidikan Kesehatan diketahui pengetahuan keluarga mengalami peningkatan, hal ini dibuktikan dengan hasil evaluasi yang dilakukan menunjukkan masalah defisit pengetahuan keluarga teratasi.

Pendidikan kesehatan merupakan suatu bentuk intervensi keperawatan mandiri untuk membantu klien dalam mengatasi masalah kesehatan melalui kegiatan pembelajaran, yang didalamnya perawat berperan sebagai perawat pendidik. Dengan adanya Pendidikan Kesehatan dapat memberikan dan atau meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri (Susanti & Anggriawan, 2020). Pemberian pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan memanfaatkan media-media yang ada agar penyampaian materi dapat diterima dengan mudah dan menghindari adanya kejenuhan salah satunya yaitu media leaflet (Ramdaniati & Wandu Somantri, 2022).

Leaflet adalah salah satu media berupa selebar kertas yang diberikan tulisan dan gambar yang menarik (biasanya lebih banyak tulisan). Leaflet dipakai sebagai alat bantu pendidikan kesehatan karena sasaran dapat menyesuaikan dan belajar secara mandiri, dapat membaca kembali saat waktu luang dan pengetahuan tersebut bisa disebarkan kepada lingkungan terdekatnya seperti teman dan keluarga. Selain itu leaflet dapat menyuguhkan pengetahuan yang lebih rinci tentang pengetahuan yang tidak dapat disampaikan secara langsung dan dengan adanya leaflet sasaran penyuluhan tidak perlu mencatat informasi yang disampaikan. Kelebihan leaflet lainnya yaitu informasi dalam leaflet sangat dipercaya karena leaflet biasanya dicetak atau dikeluarkan oleh instansi resmi, bisa disimpan dalam beberapa waktu dan bisa dibaca kembali kapanpun dibutuhkan. Hasil penelitian (Ramdaniati & Wandu Somantri, 2022) menyatakan bahwa pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet lebih efektif dibandingkan dengan media video dikarenakan informasi yang mereka dapatkan lebih jelas karena tampilan leaflet yang menarik dan dapat dibaca berulang kali (Ramdaniati & Wandu Somantri, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian (Zulaekah, 2018) diketahui terjadinya peningkatan pengetahuan anak dan orang tua tentang masalah anemia dengan rata-rata nilai sebelum diberikan intervensi sebesar  $54,11 \pm 17,74$  dan sesudah diberikan intervensi edukasi adalah  $71,56 \pm 12,52$  sehingga terjadi peningkatan sebesar 17,44. Pendidikan kesehatan dapat membuat klien yang sebelumnya belum tahu menjadi lebih tahu karena individu mendapatkan informasi dan pengetahuan baru (Ningtyas et al., 2021).

Berdasarkan penelitian (Mayguspin et al., 2022) diketahui terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan konsumsi tablet tambah darah dibuktikan dengan nilai p-value 0,041 (pengetahuan) dan 0,000 (konsumsi TTD). Pendidikan dan motivasi gizi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri terhadap anemia sehingga dapat membentuk kesadaran perilaku mengonsumsi makanan yang kaya zat besi, suplemen Fe bermanfaat untuk mencegah dan menanggulangi anemia (Philips et al, 2021 dalam (Mayguspin et al., 2022).

Pengetahuan remaja tentang tablet zat besi akan mengarah pada sikap positif terhadap kepatuhan dengan mengonsumsi tablet zat besi. Tanpa pengetahuan tentang tablet zat besi sulit bagi remaja dan keluarga untuk menanamkan kebiasaan menggunakan makanan sumber zat besi yang penting bagi Kesehatan. Sehingga edukasi tentang cara mengonsumsi tablet tambah

darah yang baik perlu diberikan kepada keluarga agar mengoptimalkan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet Fe (Muchtar & Anggraeni, 2021).

Tablet tambah darah mengandung 60 mg besi elemental dan 400 mcg asam folat yang penting dalam pembentukan sel darah merah. Seorang remaja putri dianjurkan mengonsumsi 1 TTD per minggu dan 1 TTD setiap hari di masa menstruasi. Pada sebagian orang, mengonsumsi tablet tambah darah memiliki efek samping seperti nyeri lambung, mual, muntah, konstipasi dan diare juga menjadi penyebab penting remaja ragu untuk mengonsumsi tablet Fe (Muchtar & Anggraeni, 2021). Sehingga dianjurkan untuk mengonsumsi tablet tambah darah di malam hari menjelang tidur untuk mencegah timbulnya rasa mual. Namun demikian, efektifitasnya tidak akan berkurang meski tablet tambah darah diminum pada waktu-waktu lain selain malam hari. Selain itu, tablet tambah darah diminum dengan air putih atau dengan minuman yang mengandung vitamin C untuk meningkatkan penyerapan zat besi, dan menghindari mengonsumsi tablet tambah darah dengan teh, kopi, susu atau coklat yang mengandung zat penghambat penyerapan zat besi (Taufiq et al., 2020).

Hasil penelitian (Estiyani, 2020) menyatakan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja dengan p-value 0,001. Menurut kozier seseorang yang memiliki jaringan pendukung yang adekuat seperti keluarga, teman dekat, atau orang kepercayaan maka akan memiliki kesadaran yang kuat akan resiko terkena penyakit sehingga seseorang akan memelihara kesehatannya. Kozier juga berpendapat bahwa keluarga biasanya akan menurunkan pola perilaku, kebiasaan, dan gaya hidup kepada generasi berikutnya, termasuk dalam mempengaruhi kesehatan anggota keluarganya.

Saat ini banyaknya remaja putri yang tidak memperhatikan kondisi kesehatannya sehingga tanda-tanda anemia yang tidak terdeteksi bisa berdampak terhadap penurunan aktifitas fisik (Harahap, 2018). Sehingga melibatkan anggota keluarga dalam pencegahan anemia dianggap sebagai intervensi yang tepat dilakukan. Hal tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan keluarga tentang asupan makanan yang baik untuk keluarga. Dengan hal ini, keluarga dapat mendukung anggota keluarganya untuk menentukan pola makan dan pemenuhan gizi agar terhindar dari anemia (B. Wulandari, 2021). Diketahui, masa remaja memerlukan gizi dari makanan dengan jumlah dan kualitas yang baik untuk kelangsungan hidup, proses tumbuh kembang dan pemeliharaan Kesehatan. Maka, edukasi gizi tentang penentuan dan pemilihan bahan makanan yang mengandung tinggi vitamin dan mineral sangat penting diberikan pada keluarga (Diniarti et al., 2020).

Diketahui penyebab anemia adalah rendahnya konsumsi makanan sumber zat besi, protein dan vitamin C. Ketiga macam zat gizi tersebut dapat mempengaruhi terjadinya anemia karena zat besi berperan dalam pembentukan hemoglobin baru. Sedangkan protein berfungsi sebagai bahan pembentuk hemoglobin dan vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi non hem sampai empat kali lipat. Untuk mencukupi kebutuhan harian zat besi, remaja putri sebaiknya mengonsumsi minimal 3 sumber protein hewani, dan 1 di antaranya haruslah berupa protein hewani yang berdaging, seperti daging sapi, hati sapi atau

ayam, daging ayam, dan ikan (Taufiq et al., 2020). Selain itu, pangan yang bisa dikonsumsi dari sayuran yaitu mengonsumsi sayuran hijau. Dapat diartikan dengan pengetahuan yang dimiliki oleh keluarga tentang bahan makanan yang tinggi akan zat gizi akan membantu pencegahan terjadinya anemia pada remaja (Ningtyas et al., 2021).

Pada fase remaja merupakan fase yang banyak mengalami perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan. Adanya faktor lingkungan menyebabkan perbedaan preferensi makan, khususnya bagi anak perempuan. Peningkatan pengetahuan gizi remaja dapat mempengaruhi perubahan perilaku menjadi positif seperti meningkatnya kecukupan energi, tingkat kecukupan protein, persentase asupan lemak dan meningkatkan asupan serat. Hal ini nantinya akan berpengaruh pada kondisi tubuh remaja tersebut sehingga bisa beraktivitas dengan baik.

Aktivitas fisik berhubungan positif dengan kualitas tidur remaja pelajar, artinya siswa yang cukup melakukan aktivitas fisik maka kualitas tidur juga cenderung akan baik sehingga konsentrasi belajar menjadi membaik. Selain itu, individu yang mempunyai aktivitas fisik yang tinggi biasanya memiliki indeks masa tubuh yang normal, sehingga untuk mendapatkan tubuh yang diinginkan salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan memperhatikan tingkat aktivitasnya. Dapat diartikan dengan adanya pengetahuan tentang gizi dapat membantu dalam upaya pencegahan dari tanda dan gejala yang disebabkan oleh anemia pada remaja (Gifari et al., 2020).

## SIMPULAN

Pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet pada keluarga dapat meningkatkan pengetahuan keluarga tentang anemia sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja. Pendidikan Kesehatan dengan melibatkan keluarga sangat efektif diberikan untuk meningkatkan pengetahuan keluarga tentang anemia pada remaja. Hal ini akan berpengaruh pada fungsi keluarga yaitu mempertahankan keadaan Kesehatan keluarganya agar tetap memiliki produktivitas yang tinggi, serta kemampuan keluarga dalam memberikan perawatan kesehatan bagi keluarga meningkat dan status Kesehatan keluarga menjadi membaik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achadi, Endang., et al. (2015). Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah. Kemkes, 46. [https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku Tablet Tambah darah 100415.pdf](https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku%20Tablet%20Tambah%20darah%20100415.pdf)
- Astuti, S. D., & Trisna, E. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Wilayah Lampung Timur. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik. <https://ejurnal.poltekkestjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/611>

- Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Dunia Keperawatan*: <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JDK/article/view/3634>.  
<https://doi.org/10.20527/dk.v5i1.3634>
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal* <https://www.ejournal.stikeskepanjenpemkabmalang.ac.id/index.php/mesencephalonarticle/view/246>.  
<https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
- Deivita, Y., Syafruddin, S., Andi Nilawati, U., Aminuddin, A., Burhanuddin, B., & Zahir, Z. (2021). Overview of Anemia; risk factors and solution offering. *Gaceta Sanitaria*, 35, S235-S241.  
<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.07.034>
- Estiyani, A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 8(1), 71-76.  
<https://doi.org/10.36998/jkmm.v8i1.83>
- Fauziyah, S. H., & Rahayu, N. S. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Kampung Cariu Tangerang The factors associated with anemia status of adolescent girls at Kampung Cariu Tangerang. 6(1), 21-32. <https://doi.org/10.22236/argipa.v6i1.6502>
- Harahap, N. R. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Nursing Arts*.  
<https://poltekkessorong.ejournal.id/nursingarts/article/view/78>  
<https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Jaelani, M., Simanjuntak, B. Y., & Yuliantini, E. (2017). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 358. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.625>
- Jaswadi, J. (2020). Hubungan Sikap Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMAN 9 Mataram. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3), 12-15. <https://doi.org/10.36312/jisip.v4i3.1144>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). HASIL UTAMA RISKESDAS 2018 Kesehatan [Main Result of Basic Health Research]. *Riskesdas*, 52. [http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil\\_Riskesdas\\_2018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi_rakorpop_2018/Hasil_Riskesdas_2018.pdf)
- Lestari, I. (2015). Pengaruh Waktu Belajar dan Minat Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 3(2), 115-125. <https://doi.org/10.30998/formatif.v3i2.118>
- Mayguspin, G. A., Hidayati, L., Puspowati, S. D., & Kisnawaty, S. W. (2022). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan dan Konsumsi TTD pada Remaja Putri. *University Research Colloquium*, 1-12.



- Mia, Chrisnawati, & warjiman. (2020). Pengaruh Edukasi Keluarga Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Teluk Dalam Banjarmasin Tahun 2020. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(2), 551-564. <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i2.641>
- Ningtyas, O., Ulfiana, E., & Yono, N. (2021). Hubungan Pengetahuan tentang Anemia dan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMPN 01 Brondong Lamongan. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 4(2), 128. <https://doi.org/10.35473/ijm.v4i2.1185>
- Ramdaniati, S. N., & Wandu Somantri, U. (2022). Perbedaan Efektivitas Pendidikan Kesehatan Antara Media Video Dan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Covid-19 Di Man 1 Pandeglang Tahun 2021. *Hearty*, 10(1), 32. <https://doi.org/10.32832/hearty.v10i1.5437>
- Riskesdas NTB. (2018). Laporan Provinsi Nusa Tenggara Barat Riskesdas 2018. In Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Vol. 53, Issue 9).
- SULISTYONINGRUM, D., Suhartono, S., & Adi, M. S. (2020). Kadar Plumbum (Pb) Darah Dan Profil Darah Pada Ibu Menyusui Di Daerah Pegunungan (Sumowono) Dan Pesisir Pantai (Bandarharjo) 19(1), 265-274. <http://eprints.undip.ac.id/82291/>
- Susanti, N., & Anggriawan, F. (2020). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Kota Palangka Raya. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 12(1), 75-84. <https://doi.org/10.22435/mgmi.v12i1.2061>
- Taufiq, Z., Ekawidnyani, K. R., & Sari, T. P. (2020). Aku Sehat Tanpa Anemia. In CV. Wonderful Publisher (Issue April). <https://books.google.co.id/>
- Wulandari, A. P. N. (2020). Pengaruh Anemia Terhadap Remaja Indonesia yang Ambyar Hatinya. <https://doi.org/10.31219/osf.io/2s7gw>
- Wulandari, B. (2021). Literatur Review : Family Support Dalam Mendukung Penatalaksanaan Anemia Ibu Hamil Literature Review : Family Support In Supporting The Management Of Anemia For Pregnant Mother. 3, 48–55.