

---

## PERAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PEREMPUAN DALAM PRAKTIK PENCEGAHAN ANEMIA DI GONDANGREJO, KARANGANYAR

### THE ROLE OF KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF ADOLESCENT FEMALES IN ANEMIA PREVENTION PRACTICES IN GONDANGREJO, KARANGANYAR

Wahyu Ratri Sukmaningsih<sup>1\*</sup>, Anggraini Luthfiyyah Syarry Handoko<sup>2</sup>, Dyah Ayu Pitaloka<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Politeknik Indonusa Surakarta, Indonesia

\*Email corresponding author: [wahyuratri@poltekindonusa.ac.id](mailto:wahyuratri@poltekindonusa.ac.id)

Diterima : 5 Mei 2025

Disetujui : 2 Juni 2025

Diterbitkan : 30 Juni 2025

#### ABSTRACT

*One of the public health problems is anemia in adolescent girls, which has an impact on growth, development, and productivity. It is expected that good knowledge and attitudes can help carry out effective anemia prevention measures. This study aims to study how the knowledge and attitudes of adolescent girls in Gondangrejo District, Karanganyar, contribute to anemia prevention practices. This study employed a quantitative observational analytic method with a cross-sectional design involving 30 adolescent girls selected through purposive sampling. Data were collected using a structured questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods with the Chi-square test. The majority of respondents demonstrated positive levels of knowledge and attitudes towards anemia prevention. There was a significant relationship between knowledge level ( $p = 0,002$ ) and attitude ( $p = 0,001$ ) with anemia prevention practices. Knowledge and attitude play an important role in promoting anemia prevention practices among adolescent girls. Continuous educational efforts need to be enhanced to optimize anemia prevention within this population.*

**Keywords:** Anemia, Knowledge, Practice, Adolescent Girls, Attitude

#### ABSTRAK

Salah satu masalah kesehatan masyarakat adalah anemia pada remaja perempuan, yang berdampak pada pertumbuhan, perkembangan, dan produktivitas. Diharapkan pengetahuan dan sikap yang baik dapat membantu melakukan tindakan pencegahan anemia yang efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari bagaimana pengetahuan dan sikap remaja perempuan di Kecamatan Gondangrejo, Karanganyar, berkontribusi pada praktik pencegahan anemia. Jenis penelitian ini kuantitatif analitik observasional dengan desain cross-sectional dengan jumlah sampel 30 remaja perempuan yang dipilih dengan purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-square. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dan sikap yang positif terhadap pencegahan anemia. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ( $p = 0,002$ ) dan sikap ( $p = 0,001$ ) dengan praktik pencegahan anemia. Pengetahuan dan sikap berperan penting dalam mendorong praktik

pencegahan anemia pada remaja perempuan. Upaya edukasi yang berkelanjutan perlu ditingkatkan untuk mengoptimalkan pencegahan anemia pada populasi ini.

**Kata kunci:** Anemia, Pengetahuan, Praktik, Remaja Perempuan, Sikap

## PENDAHULUAN

Di berbagai negara di seluruh dunia, termasuk Indonesia, anemia, khususnya anemia defisiensi besi, menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Masa remaja merupakan periode krusial bagi perkembangan fisik dan kognitif, sehingga kejadian anemia pada kelompok usia ini dapat mengganggu pertumbuhan, energi, dan kemampuan belajar. *World Health Organization* (2021), melaporkan prevalensi anemia remaja global mencapai sekitar 25%, dimana remaja perempuan paling rentan akibat faktor menstruasi dan asupan gizi yang belum memadai. Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri masih tinggi, dan menjadi tantangan besar dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan (Kemenkes RI, 2020).

Di Indonesia, program suplementasi zat besi dan edukasi gizi telah digalakkan oleh pemerintah, namun dampaknya masih belum merata di seluruh wilayah. Menurut data RISKESDAS tahun 2018, persentase anemia sebesar 26% pada kelompok usia 5–14 tahun dan 32% pada kelompok usia 15–24 tahun. Hal ini perlu mendapat perhatian khusus karena anemia pada anak usia sekolah dan remaja berdampak pada peningkatan risiko stunting dan khusus pada remaja putri akan mempengaruhi kualitas keturunannya apabila remaja tersebut kelak hamil. Selain itu, salah satu faktor yang meningkatkan risiko AKI dan AKB adalah anemia pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa intervensi program kesehatan perlu mempertimbangkan faktor lokal dan karakteristik demografi setempat, agar edukasi dan pendistribusian tablet tambah darah dapat lebih tepat sasaran (Rokhmah, 2020).

Untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, anak-anak dan remaja membutuhkan asupan gizi yang tepat. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja perempuan berusia 10–18 tahun merupakan salah satu program pemerintah yang menangani anemia pada remaja. Jumlah TTD yang diberikan kepada remaja putri Indonesia pada tahun 2023 adalah 78,9% (Kemenkes RI, 2023). Di Jawa Tengah, persentase remaja putri kelas 7 dan 10 yang diskriming Hb tahun 2023 sebesar 85,39%, dengan hasil 30,45% anemia (Dinkes Jateng, 2023).

Kabupaten Karanganyar merupakan salah satu daerah di Jawa Tengah yang memiliki risiko stunting dan anemia remaja yang tinggi, yang memerlukan perhatian khusus. Persentase remaja putri kelas 7 dan 10 yang diskriming Hb tahun 2023 sebesar 99,6%, dengan hasil 21,7% anemia (Dinkes Jateng, 2023). Ketersediaan sumber pangan kaya zat besi dan akses informasi kesehatan di daerah ini bervariasi antar desa. Selain itu, budaya makan dan dukungan keluarga turut memengaruhi praktik pencegahan anemia remaja perempuan di lingkungan sekolah maupun di rumah (Sudirman, 2019). Menurut beberapa penelitian, tingkat pengetahuan remaja tentang anemia di daerah pedesaan masih rendah, yang mengakibatkan kesadaran yang rendah tentang cara pencegahan yang tepat (Hutapea & Sitorus, 2021).

Pengetahuan remaja perempuan tentang penyebab, gejala, dan cara pencegahan anemia menjadi modal awal agar mereka bersikap proaktif dalam menjaga kesehatan. Pandangan positif, seperti mengetahui betapa pentingnya makan makanan bergizi dan rutin minum tablet darah tambahan, akan mendorong penerapan praktik yang benar. Namun, tingkat pengetahuan dan sikap yang baik belum tentu diterjemahkan ke dalam perilaku nyata tanpa motivasi dan dukungan

sosial yang memadai (Ismail & Pratama, 2020). Dukungan keluarga dan lingkungan sosial sangat berperan dalam meningkatkan kebiasaan sehat pada remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji peran pengetahuan dan sikap remaja perempuan dalam praktik pencegahan anemia di Gondangrejo, Karanganyar. Hasil yang diperoleh diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan strategi promosi kesehatan yang sesuai konteks lokal, meningkatkan efektivitas program pencegahan anemia, serta mendukung remaja putri di Gondangrejo menjadi generasi yang sehat dan produktif. Selain itu, diharapkan bahwa penelitian ini akan berkontribusi pada proses pembentukan kebijakan kesehatan di tingkat daerah (Purnama & Fauzi, 2021).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan kuantitatif analitik observasional dengan desain cross-sectional yang dilaksanakan pada Mei–Juni 2024 di Kecamatan Gondangrejo, Karanganyar, melibatkan remaja perempuan karang taruna “Tunas Mekar” usia 17-20 tahun. Sampel ditentukan secara *purposive sampling* berjumlah 30 orang. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur yang mencakup empat bagian yaitu demografi, pengetahuan anemia (10 soal pilihan ganda), sikap pencegahan anemia (8 pernyataan skala Likert 1-4), dan praktik pencegahan anemia (6 checklist) yang telah diuji validitas isi ( $CVI \geq 0,80$ ) dan reliabilitas (Cronbach's  $\alpha \geq 0,70$ ). Setelah koordinasi dan informed consent, responden mengisi kuesioner secara self-administered dengan bimbingan peneliti. Analisis data meliputi univariat (frekuensi, persentase) dan bivariat (uji Chi-square,  $p < 0,05$ ).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

| Karakteristik                             | Kategori    | n  | %     |
|-------------------------------------------|-------------|----|-------|
| Usia                                      | 17-18 tahun | 18 | 60    |
|                                           | 19-20 tahun | 12 | 40    |
| Pernah Mendapatkan Edukasi tentang Anemia | Ya          | 10 | 33,33 |
|                                           | Tidak       | 20 | 66,67 |

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 17-18 tahun (60%) dan belum pernah mendapatkan edukasi tentang anemia (66,67%).

**Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Responden tentang Anemia**

| Pengetahuan   | n         | %          |
|---------------|-----------|------------|
| Kurang        | 14        | 46,67      |
| Baik          | 16        | 53,33      |
| <b>Jumlah</b> | <b>30</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 16 orang (53,33%).

**Tabel 3. Distribusi Sikap Responden tentang Anemia**

| Sikap | n | % |
|-------|---|---|
|-------|---|---|

|               |           |            |
|---------------|-----------|------------|
| Negatif       | 12        | 40         |
| Positif       | 18        | 60         |
| <b>Jumlah</b> | <b>30</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap positif sebanyak 18 orang (60%).

**Tabel 4. Distribusi Praktik Responden tentang Anemia**

| <b>Praktik</b> | <b>n</b>  | <b>%</b>   |
|----------------|-----------|------------|
| Kurang         | 11        | 36,67      |
| Baik           | 19        | 63,33      |
| <b>Jumlah</b>  | <b>30</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki praktik yang baik sebanyak 19 orang (63,33%).

**Tabel 5. Hubungan Pengetahuan dengan Praktik Pencegahan Anemia**

| Pengetahuan | Praktik |       |      |       | Jumlah |       | Nilai p |
|-------------|---------|-------|------|-------|--------|-------|---------|
|             | Kurang  |       | Baik |       |        |       |         |
|             | n       | %     | n    | %     | n      | %     |         |
| Kurang      | 10      | 33,33 | 4    | 13,34 | 14     | 46,67 | 0,002   |
| Baik        | 11      | 36,67 | 5    | 16,66 | 16     | 53,33 |         |
| Jumlah      | 21      | 100   | 9    | 100   | 30     | 100   |         |

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan praktik pencegahan anemia (nilai  $p = 0,002 < 0,05$ ).

**Tabel 6. Hubungan Sikap dengan Praktik Pencegahan Anemia**

| Sikap   | Praktik |       |      |       | Jumlah |     | Nilai p |
|---------|---------|-------|------|-------|--------|-----|---------|
|         | Kurang  |       | Baik |       |        |     |         |
|         | n       | %     | n    | %     | n      | %   |         |
| Negatif | 9       | 30    | 3    | 10    | 12     | 40  | 0,001   |
| Positif | 10      | 33,33 | 8    | 26,67 | 18     | 60  |         |
| Jumlah  | 19      | 100   | 11   | 100   | 30     | 100 |         |

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan praktik pencegahan anemia (nilai  $p = 0,001 < 0,05$ ).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan sikap remaja perempuan dengan praktik pencegahan anemia. Remaja yang memiliki pengetahuan tinggi dan sikap positif cenderung melakukan praktik pencegahan anemia yang lebih baik dibandingkan remaja dengan pengetahuan rendah. Pengetahuan tentang

penyebab, gejala, dan cara mencegah anemia, seperti mengonsumsi makanan yang kaya zat besi dan rutin mengonsumsi tablet tambah darah, mendorong remaja untuk melakukan tindakan pencegahan. Remaja yang memiliki tingkat pengetahuan yang memadai cenderung lebih sadar akan pentingnya menjaga status gizi tubuh mereka, sehingga mereka lebih konsisten dalam menerapkan perilaku hidup sehat yang berkaitan dengan pencegahan anemia.

Selain itu, sikap yang positif berperan besar dalam membentuk kebiasaan dan perilaku sehari-hari. Remaja dengan sikap yang mendukung pencegahan anemia lebih termotivasi untuk mengambil keputusan kesehatan yang tepat, meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan, seperti rasa tidak nyaman saat mengonsumsi suplemen atau keterbatasan akses terhadap makanan bergizi. Sikap positif memperkuat niat untuk melakukan tindakan nyata, sehingga tidak hanya berhenti pada pengetahuan teoritis saja. Oleh karena itu, upaya peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif sangat penting dalam strategi pencegahan anemia di kalangan remaja perempuan.

Pengetahuan dan sikap yang baik tanpa diiringi praktik yang konsisten tidak akan berdampak optimal dalam pencegahan anemia. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengintegrasikan informasi kesehatan ke dalam aktivitas rutin remaja, seperti melalui program kesehatan sekolah, peer group discussion, atau kampanye kesehatan berbasis media sosial. Membiasakan remaja untuk memahami pentingnya asupan zat besi dan perilaku hidup sehat sejak dini akan membentuk pola hidup jangka panjang yang lebih baik. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap yang positif perlu disertai dengan strategi yang mampu mendorong remaja untuk menerapkan perilaku pencegahan secara nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ismail dan Pratama (2020), yang menunjukkan bahwa ada korelasi antara pengetahuan yang baik dan perilaku pencegahan anemia yang dilakukan oleh remaja yang tinggal di wilayah perkotaan. Selain itu, temuan ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari, Hartini, dan Ramadhani (2022) yang menunjukkan bahwa pendidikan gizi di sekolah dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya mencegah anemia, terutama dengan mengurangi konsumsi makanan.

Hasil serupa dilaporkan oleh Nugroho dan Fitriyani (2020) yang menemukan bahwa adanya program edukasi intensif di posyandu remaja mampu meningkatkan praktik konsumsi tablet tambah darah sebesar 45% dalam waktu tiga bulan. Penelitian oleh Bhaskar et al. (2022) di India menegaskan pentingnya penguatan sikap remaja melalui metode peer education, yang lebih efektif dalam membangun motivasi intrinsik untuk mencegah anemia dibandingkan pendekatan tradisional berbasis ceramah.

Demikian pula, Handayani dan Putra (2023) menekankan bahwa intervensi yang menggabungkan pemberian edukasi dan motivasi berkelanjutan berdampak signifikan terhadap perubahan praktik kesehatan remaja, khususnya dalam perilaku konsumsi suplemen zat besi. Studi oleh Lestari, Widyastuti, & Hardinsyah (2021) di Indonesia menunjukkan bahwa selain faktor individu, dukungan sosial dari teman sebaya dan keluarga menjadi faktor kunci dalam meningkatkan konsistensi praktik pencegahan anemia. Dukungan ini memberikan reinforcement positif yang memperkuat perilaku kesehatan remaja secara berkelanjutan.

Selain itu, temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purnama dan Fauzi (2021) di Karanganyar, yang menemukan bahwa remaja perempuan mengonsumsi suplemen zat besi lebih banyak setelah diajarkan tablet tambah darah. Sebuah penelitian oleh Rokhmah (2020)

juga mendukung temuan ini, yang menunjukkan bahwa program pendidikan gizi yang baik meningkatkan pengetahuan remaja dan mengubah sikap mereka terhadap pencegahan anemia.

Faktor sikap juga terbukti mempengaruhi praktik. Hutapea dan Sitorus (2021) menyatakan bahwa meskipun pengetahuan penting, sikap positif menjadi faktor kunci yang mendorong remaja untuk mengadopsi perilaku sehat. Ini diperkuat oleh hasil penelitian Sudirman (2019) yang menemukan bahwa nilai budaya dan norma keluarga juga membentuk sikap remaja dalam pencegahan anemia.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian WHO (2021), yang menegaskan bahwa edukasi berbasis komunitas yang membangun kesadaran kolektif mampu meningkatkan perilaku konsumsi makanan kaya zat besi. Di sisi lain, penelitian oleh Adhikari, Sawangdee, & Pradhan (2017) di Nepal menemukan bahwa walaupun remaja memiliki pengetahuan cukup, praktik pencegahan anemia tetap rendah tanpa pendekatan yang memperkuat sikap dan motivasi internal.

Penelitian dari Patel, Prakash, & Shah (2021) di India juga mendukung hal ini, yang menunjukkan bahwa hanya dengan peningkatan pengetahuan tidak cukup, perlu adanya perubahan sikap untuk menggerakkan praktik nyata di lapangan. Hal serupa juga ditemukan dalam studi oleh Syafrudin dan Lestari (2022) di Indonesia, di mana pelatihan berbasis kelompok efektif dalam meningkatkan sikap dan praktik remaja dalam mencegah anemia.

Namun demikian, beberapa penelitian mengungkapkan hasil yang berbeda. Studi yang dilakukan oleh Kim, Lee, & Park (2020) di Korea Selatan menunjukkan bahwa faktor eksternal seperti ketersediaan makanan bergizi dan dukungan keluarga lebih dominan mempengaruhi praktik pencegahan anemia daripada faktor individu seperti pengetahuan dan sikap. Demikian pula, penelitian oleh Al-Mekhlafi et al. (2019) di Yaman menemukan bahwa masalah ekonomi dan akses pangan lebih menentukan praktik pencegahan anemia dibandingkan tingkat pengetahuan semata.

Berdasarkan hasil penelitian ini dan perbandingan dengan berbagai studi terdahulu, dapat disimpulkan bahwa intervensi peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap harus diintegrasikan dengan peningkatan akses terhadap fasilitas kesehatan, suplemen zat besi, serta edukasi keluarga untuk mengoptimalkan praktik pencegahan anemia di kalangan remaja perempuan. Dengan demikian, pembahasan ini semakin menegaskan bahwa pengetahuan dan sikap remaja merupakan determinan utama dalam praktik pencegahan anemia, namun keberhasilan implementasinya juga sangat bergantung pada dukungan sosial, akses terhadap edukasi berkelanjutan, serta metode pendekatan yang interaktif dan inovatif.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap remaja perempuan terbukti berhubungan signifikan dengan praktik pencegahan anemia. Oleh karena itu, peningkatan edukasi tentang anemia dan pembentukan sikap positif harus menjadi prioritas dalam program kesehatan remaja.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar program edukasi mengenai pencegahan anemia pada remaja perempuan diperkuat melalui kegiatan berbasis sekolah dan komunitas, dengan metode yang lebih interaktif dan berkelanjutan. Pihak sekolah, tenaga kesehatan, dan

orang tua perlu bersinergi dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendukung praktik pencegahan anemia, misalnya melalui pemberian tablet tambah darah secara rutin, edukasi gizi, dan promosi konsumsi makanan bergizi seimbang. Selain itu, penelitian lebih lanjut dengan cakupan sampel yang lebih besar dan metode longitudinal diperlukan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi jangka panjang terhadap perubahan perilaku pencegahan anemia pada remaja perempuan.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua remaja perempuan dari karang taruna "Tunas Mekar" di Kecamatan Gondangrejo, Karanganyar, yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Selain itu, terima kasih kepada Bidan Desa Gondangrejo atas bantuan dan partisipasi selama proses pengumpulan data. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Politeknik Indonusa Surakarta atas dukungan ilmiah dan inspirasi yang diberikan untuk menyusun artikel ini. Semoga hasil penelitian ini dapat membantu upaya masa depan untuk meningkatkan kesehatan remaja.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adhikari, R., Sawangdee, Y., & Pradhan, M. S. (2017). Effect of Women's Empowerment on Nutritional Status of Children in Nepal. *Maternal and Child Health Journal*, 21(3), 477–488.
- Al-Mekhlafi, H. M., Mahdy, M. A. K., Azazy, A. A., et al. (2019). Nutritional Anemia and Associated Factors Among School Children in Rural Yemen. *Nutrition Journal*, 18, 1-10.
- Bhaskar, R. K., Deo, K. K., Neupane, U., Yadav, B. K., Mishra, S. R., & Pokharel, H. P. (2022). Effectiveness of Peer Education on Awareness and Practices Related to Anemia Among Adolescent Girls. *Journal of Health Research*, 36(4), 722–729.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2023*. Semarang: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Handayani, R., & Putra, R. H. (2023). Effect of education and motivation intervention on adherence to iron supplementation among adolescents. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 23(1), 112–118.
- Hutapea, N., & Sitorus, R. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja tentang Anemia di Desa Sukarjo. *Jurnal Gizi Kesehatan*, 10(2), 112-118.
- Ismail, I., & Pratama, P. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 25(1), 75-82.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Strategi Nasional Penanggulangan Anemia Remaja Putri*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kim, M., Lee, H., & Park, E. (2020). Factors Influencing Anemia Prevention Behavior in Adolescents: Focusing on Knowledge and Environmental Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3412.
- Lestari, P., Widyastuti, S., & Hardinsyah. (2021). Social support and compliance with iron tablet consumption among adolescents. *Journal of Nutrition College*, 10(2), 97–104.
- Nugroho, R. A., & Fitriyani, F. (2020). Effectiveness of Adolescent Posyandu Activities in Preventing Anemia. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 5(1), 45–52.
- Patel, A., Prakash, A., & Shah, R. (2021). Impact of Nutrition Education on Knowledge, Attitude and Practices among Adolescent Girls: A Community-Based Study. *Indian Journal of Community Medicine*, 46(2), 280–283.

- Purnama, F., & Fauzi, M. (2021). Evaluasi Program Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kecamatan Gondangrejo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 45-52.
- Riset Kesehatan Dasar (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia.
- Rokhmah, R. (2020). Pengaruh Program Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja. *Jurnal Pangan dan Gizi*, 14(3), 210-217.
- Sari, M., Hartini, T. N. S., & Ramadhani, F. (2022). School-Based Nutrition Education Increases Knowledge and Iron Tablet Consumption Among Adolescents. *Journal of Nutrition and Food Sciences*, 20(3), 145–152.
- Sudirman, M. (2019). Faktor Sosial Budaya dalam Pencegahan Anemia pada Remaja di Desa Pedesaan. *Jurnal Penelitian Sosial*, 3(2), 145-151.
- Syafrudin, M., & Lestari, S. (2022). Pengaruh Pelatihan Kelompok Terhadap Peningkatan Sikap dan Praktik Pencegahan Anemia di Kalangan Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), 55-62.
- World Health Organization. (2021). *Anemia*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>