

**PENYULUHAN TENTANG ANEMIA BERDAMPAK EFEKTIF  
DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA  
DI LINGKUNGAN PONDOK PESANTREN**

Alfiyana Yuliasari<sup>1✉</sup>, Nirma Lidia Sari<sup>2</sup>



**ISSN: 2830-7992**

**ABSTRACT**

The problem of anemia is still be a significant problem for young women, especially young women in Islamic boarding schools. Deficiency of nutritional intake and lack of health knowledge cause anemia to tend to be experienced by young women in Islamic boarding schools. This case is inversely proportional to the reality of young women who do not live in dormitories tend to be more aware of nutritional needs. This study aims to determine the effectiveness of counseling on knowledge about iron deficiency anemia in young women at the Pondok Pesantren Hafal Quran, Metro. The study used a quasi-experimental design method with a pre-post test design without control. The sample used for data collection techniques was accidental sampling, amounting to 11 people. The majority of teenagers who became respondents were late adolescents aged 17-20 years as much as 91% with high school education as much as 55%. The results showed that at pre-counseling, young women with moderate knowledge scores were 9 people (81.8%) and low was 2 people (18.2%). Meanwhile, post-counseling results showed that there were 9 teenagers with high knowledge (81.8%) and 2 people with moderate knowledge (18.2%). The Wilcoxon test showed that counseling about iron deficiency anemia was effective in increasing the understanding of adolescents at the Pondok Pesantren Hafal Quran Metro with a p-value 0.003. Thus, counseling activities have a significant impact on raising awareness of the importance of preventing anemia in young women at Islamic boarding schools.

**Keywords:** Anemia, Knowledge, Counseling, Islamic Boarding School, Young Women

**ABSTRAK**

Permasalahan anemia masih menjadi masalah signifikan pada remaja putri, khususnya remaja putri di pondok pesantren. Defisiensi asupan gizi dan minimnya pengetahuan kesehatan menyebabkan penyakit anemia cenderung dialami oleh remaja putri di pesantren. Kasus ini berbanding terbalik dengan realita remaja putri yang tidak tinggal di asrama cenderung lebih sadar terhadap kebutuhan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan tentang anemia defisiensi besi pada remaja putri di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro. Penelitian menggunakan metode *quasi experiment design* dengan *pre-post test design without control*. Sampel yang digunakan untuk teknik pengumpulan data dengan *accidental sampling* yang berjumlah 11 orang. Mayoritas remaja yang menjadi responden adalah remaja akhir usia 17-20 tahun sebanyak 91% dengan pendidikan SMA sebanyak 55%. Hasil penelitian menunjukkan pada pranyuluhan, remaja putri dengan skor pengetahuan sedang sebanyak 9 orang (81.8%) dan rendah sebanyak 2 orang (18.2%). Sementara itu, hasil pasca-penyuluhan menunjukkan remaja dengan pengetahuan tinggi sebanyak 9 orang (81.8%) dan pengetahuan sedang sebanyak 2 orang (18.2%). Uji Wilcoxon menunjukkan bahwa penyuluhan tentang anemia defisiensi besi efektif meningkatkan pengetahuan remaja di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro dengan *p-value* 0.003. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan berdampak signifikan meningkatkan pengetahuan kesadaran pentingnya pencegahan anemia pada remaja putri di pondok pesantren.

**Kata kunci:** Anemia, Pengetahuan, Penyuluhan, Pondok Pesantren, Remaja Putri

<sup>1</sup>Institut Agama Islam

Negeri Metro

<sup>2</sup>STIKES Panca Bhakti  
Bandar Lampung

**Submitted:**

24 November 2022

**Accepted:**

30 Desember 2022

**Published:**

31 Desember 2022

**Corresponding author:**

Alfiyana Yuliasari; Institut Agama Islam Negeri Metro

E-mail:

[alfiyayanayuliasari@metrouni.v.ac.id](mailto:alfiyayanayuliasari@metrouni.v.ac.id)

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang mempengaruhi perkembangan kesehatan, sosial, dan ekonomi dunia.<sup>1</sup> Anemia dialami oleh semua jenjang usia dalam daur kehidupan. Namun, prevalensi kejadian anemia lebih banyak ditemukan pada remaja putri dan ibu hamil.<sup>2</sup> Pada remaja perempuan, anemia berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan, kematangan organ reproduksi, kemampuan kognitif dan kemampuan tubuh melawan penyakit.<sup>3</sup> Meskipun kejadian anemia disebabkan oleh banyak faktor, tetapi mayoritas kejadian anemia disebabkan oleh anemia defisiensi besi dengan prevalensi >50% secara global. Penyebab lain anemia antara lain perdarahan, infeksi parasite, infeksi kronik dan akut, dan defisiensi mikronutrien.<sup>4</sup>

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi anemia pada penduduk usia 15-24 tahun sebesar 32%. Hal ini menunjukkan sekitar ± 7,5 juta remaja di Indonesia berisiko mengalami keterlambatan dalam tumbuh kembang, kemampuan kognitif menurun dan rentan terhadap infeksi penyakit. Selain itu, prevalensi ibu hamil anemia dengan usia 15-24 tahun yaitu 84.6%.<sup>5</sup> Tingginya angka kejadian anemia pada ibu hamil remaja akan meningkatkan risiko jangka pendek seperti kelahiran bayi dengan berat lahir rendah dan perdarahan. Sementara risiko jangka panjang dari anemia akan meningkatkan kejadian stunting pada bayi yang dilahirkan.

Berdasarkan rujukan WHO, remaja perempuan dikategorikan sebagai anemia jika kadar Hb <12.0 g/dl. Remaja perempuan lebih rentan anemia dikarenakan mengalami menstruasi, rendahnya asupan makanan tinggi Fe, dan pertumbuhan fisik yang cepat.<sup>4</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Welyati & Riyanto (2012) menunjukkan 24,1% remaja putri di SMA Negeri di kota Metro mengalami anemia dari total 109 remaja. Faktor yang berhubungan pada kejadian anemia tersebut antara lain Indeks Massa Tubuh (IMT), lamanya menstruasi, siklus menstruasi, dan pengetahuan.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kasus anemia pada

remaja putri salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan terhadap kesehatan (*health education*). Penelitian dari Nuniek dan Laelatul Huda menyebutkan bahwa dari 42 remaja putri ternyata 64,3% atau 27 remaja putri tidak memiliki wawasan terkait anemia.<sup>7</sup> Novy Ramini juga menegaskan bahwa anemia dan kredibilitas pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri memiliki hubungan yang signifikan termasuk keadaan faktor ekonomi keluarga dan siklus menstruasi.<sup>8</sup> Pengetahuan menjadi faktor penting dalam pencegahan anemia karena melalui pengetahuan yang baik remaja putri akan lebih sadar dan paham bahaya yang timbul dari anemia tersebut.<sup>9</sup> Oleh sebab itu, Ainun Nur dkk menjelaskan bahwa untuk mencegah anemia pada remaja putri salah satunya dengan meningkatkan pengetahuan manajemen resiko secara edukatif dan berkala pada remaja putri.<sup>10</sup>

Fenomena defisiensi pengetahuan kesehatan terkait asupan gizi dan anemia dialami oleh remaja putri yang tinggal di Pondok Pesantren. Penelitian dari Hasan Zaini menjelaskan bahwa perawatan kesehatan (*hygiene*) perseorangan santri di pondok pesantren terkadang terabaikan bahkan belum menjadi prioritas program lembaga.<sup>11</sup> Edukasi yang minim menjadi persoalan kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene management* tentang praktik menjaga dan merawat kesehatan untuk diri sendiri.<sup>12</sup> Selain itu, faktor pembiayaan menjadi indikator kurang terpenuhinya gizi yang seimbang pada remaja putri di pondok pesantren. Sedangkan, dampak buruk dari penderita anemia di antaranya; defisiensi imunitas tubuh, *concentration disorder*, gangguan kebugaran dan produktivitas, kelahiran bayi prematur dan berat badan lahir rendah (BBLR).

Dari fenomena di atas, fokus penelitian ini adalah mengetahui efektifitas penyuluhan yang telah dilakukan pada remaja di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro dengan pengetahuan remaja tentang anemia defisiensi besi. Pemilihan studi pada Pondok Pesantren Hafal Quran Kota Metro didasarkan pada latar belakang pondok pesantren yang keseluruhan santri adalah perempuan. Selain itu Pondok Pesantren Hafal Quran Metro

merupakan pondok pesantren yang baru didirikan sehingga perlu adanya penyuluhan dan penelitian sebagai edukasi kepada para santri. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan efektifitas penyuluhan yang telah diselenggarakan terhadap pengetahuan para santri di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro.

Remaja, selain dibekali dengan ilmu umum di sekolah formal juga banyak dari mereka yang dibekali ilmu agama dengan tinggal di asrama Pondok Pesantren. Asrama menyediakan kebutuhan tempat tinggal dan makanan untuk siswa yang tinggal disana. Namun, beberapa penelitian menunjukkan asupan zat gizi pada siswa yang tinggal di asrama lebih rendah dibandingkan asupan zat gizi siswa yang tinggal di asrama. Hal ini dimungkinkan karena penyediaan makanan di asrama terbatas dan terkendala pada masalah biaya sehingga makanan yang disajikan tidak memenuhi gizi seimbang.<sup>13</sup>

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Kusnadi (2021) diketahui bahwa pengetahuan tentang anemia berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja.<sup>14</sup> Untuk itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas penyuluhan yang telah dilakukan pada remaja di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro dengan pengetahuan remaja tentang anemia defisiensi besi.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasi experiment design* dan *pre-post test design without control*.<sup>15</sup> Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni 2022 di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro. Populasi dan sampel yang digunakan adalah seluruh santri Pondok Pesantren Hafal Quran Metro yang mengikuti penyuluhan sebanyak 11 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* pada santri yang datang mengikuti penyuluhan dengan mempertimbangkan kriteria inklusi (remaja usia 15-19 tahun, belum pernah mendapat penyuluhan tentang anemia, dan bersedia mengikuti penyuluhan) dan kriteria eksklusi (remaja yang sedang sakit dalam seminggu terakhir). Sebelum dilakukan intervensi penyuluhan, peneliti

memberikan angket/kuesioner pretest kepada santri dan memberikan angket/kuesioner post-test setelah penyuluhan. Analisis dilakukan dengan analisis deksriptif dan analisis bivariat yang digunakan adalah uji Wilcoxon karena jumlah sampel di bawah 30 orang dan data tidak berdistribusi normal.<sup>16</sup>

## HASIL

Berdasarkan hasil pengumpulan data primer yang dilakukan pada remaja putri, data disajikan dalam dua kategori analisis deskriptif dan analisis univariat untuk mengetahui distribusi karakteristik responden dan efektifitas penyuluhan terhadap pengetahuan remaja putri tentang anemia. Data karakteristik responden disajikan pada Tabel 1 berikut ini:

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik	Frekuensi (%)
<b>Umur</b>	
11-13 Tahun	0 (0)
14-16 Tahun	1 (9)
17-20 Tahun	10 (91)
<b>Pendidikan</b>	
SMP	1 (9)
SMA	6 (55)
Perguruan Tinggi	4 (36)

Sumber: Data Primer

Mayoritas remaja perempuan Pondok Pesantren yang menjadi responden merupakan remaja akhir usia 17-20 tahun sebanyak 91% dengan tingkat pendidikan tertinggi siswa SMA sebanyak 55%.

**Tabel 2. Pengetahuan Remaja tentang Anemia**

Keterangan	Pre test	Post test
Mean	7,73	9,82
SD	1,348	0,405
Minimum	5	9
Maksimum	9	10

Sumber: Data Primer

Tabel 2 menunjukkan hasil rata-rata *pre test* pengetahuan remaja tentang anemia sebesar 7,73 sementara hasil rata-rata nilai *post test* pengetahuan remaja tentang anemia sebesar 9,82 yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata test

remaja antara pre dan pasca penyuluhan. Kemudian hasil tersebut dilakukan kategorisasi tingkat pengetahuan dengan kategori baik jika  $(x) > \text{mean} + 1\text{SD}$ , kategori cukup apabila  $\text{mean} - 1\text{SD} \leq x \leq \text{mean} + 1\text{SD}$ , dan kategori kurang jika  $x < \text{mean} - 1\text{SD}$ .

Analisis data berdasarkan tabel 3 menunjukkan pengetahuan remaja putri pra penyuluhan memiliki skor pengetahuan sedang dan rendah, sementara tidak ada remaja putri yang memiliki kategori skor tinggi di kelompok pra penyuluhan. Pengetahuan remaja setelah dilakukan penyuluhan terbagi menjadi dua kategori yaitu pengetahuan tinggi 81,8% (9 orang) dan pengetahuan sedang 18,2% (2 orang). Secara statistik terdapat perbedaan tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah penyuluhan ( $p \text{ value} < 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan anemia defisiensi besi efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro.

**Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Anemia**

Variabel	Pre test	Post test	Nilai p*
<b>Pengetahuan</b>			
Tinggi	0 (0)	9 (81,8)	0,003
Sedang	9 (81,8)	2 (18,2)	
Rendah	2 (18,2)	0 (0)	

\*Judi wilcoxon

## PEMBAHASAN

Berdasarkan sebaran karakteristik responden, sebagian besar remaja pesantren yang diwawancara untuk kegiatan penyuluhan berusia 17-20 tahun akhir (91%), dan sebagian besar berpendidikan SMA (55%). Menurut WHO 2015, remaja adalah kelompok orang yang berusia antara 10 dan 19 tahun. Sementara menurut Permenkes RI No. 25 tahun 2014, remaja termasuk dalam kelompok usia 10-18 tahun. Menurut BKKBN, pemuda berusia antara 10 dan 24 tahun dan belum menikah.<sup>17</sup> Pubertas dibagi menjadi tiga tahap perkembangan yaitu pubertas awal (usia 11-13), pubertas pertengahan (usia 14-16), dan remaja akhir (usia 17-20). Untuk menjadi dewasa, remaja mengalami pertumbuhan fisik yang pesat. Tanda

pertumbuhan ini adalah timbulnya menstruasi (*menarche*) pada remaja putri. Menstruasi adalah proses pengeluaran darah dan jaringan dari vagina yang dialami remaja putri dan wanita usia subur. Proses menstruasi ini biasanya terjadi sebulan sekali sehingga membuat wanita lebih rentan mengalami anemia.

Sebelum dilakukan penyuluhan, pengetahuan remaja putri berada di skor pengetahuan sedang sebanyak 9 orang (81.8%) dan rendah sebanyak 2 orang (18.2%). Seluruh remaja putri yang mengikuti penyuluhan tidak ada yang memiliki kategori skor pengetahuan tinggi di kelompok sebelum dilakukan penyuluhan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fajriyah & Fitriyanto (2016) pada siswa SMA kelas X SMAN 1 Wiradesa, Pekalongan menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 27 remaja putri (64.3%) memiliki pengetahuan kurang tentang anemia dan 15 remaja putri (35.7%) memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia. Pengetahuan yang rendah mengakibatkan kurangnya pemahaman sehingga perilaku untuk menjaga kesehatan tubuh dari anemia akan cenderung kurang.<sup>18</sup> Menurut Notoatmodjo dalam Pratiwi (2021) menyebutkan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari dengan pengetahuan.<sup>19</sup>

Pengetahuan remaja setelah penyuluhan dibagi menjadi dua kelompok yaitu pengetahuan tinggi 9 orang (81,8%) dan pengetahuan sedang 2 orang (18,2%). Setelah dilakukan penyuluhan tidak ada remaja yang masuk kategori peringkat pengetahuan rendah dan mayoritas dinilai memiliki peringkat pengetahuan tinggi. Topik pertanyaan kuesioner meliputi pengertian anemia, kategori anemia, kelompok berisiko anemia, penyebab anemia, dampak anemia, tanda dan gejala anemia, dan pencegahan anemia. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi melalui penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia defisiensi besi pada remaja putri. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hartati & Yuniarti (2019) dan Juniyanti (2022) menunjukkan bahwa pengetahuan remaja

putri tentang anemia meningkat setelah diberikan penyuluhan anemia.<sup>21</sup>

Konseling anemia defisiensi besi efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro, yaitu dengan diketahui perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah konseling berdasarkan uji Wilcoxon. Mengajar di pesantren yang mengharuskan santri tinggal di asrama meningkatkan risiko anemia. Hal ini dikarenakan persediaan makanan asrama umumnya terbatas karena masalah dana. Penelitian yang dilakukan oleh Kusumawati dkk (2019) menemukan bahwa pemberian asupan makanan tambahan saat makan siang kepada santri Pondok Pesantren Darussalam Bogor dapat meningkatkan zat gizi makro dan mikro seperti energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, kalsium, seng, besi, dan vitamin C.<sup>22</sup> Di sisi lain, menurut penelitian Anggraini (2021), sumber makanan energi dan protein yang tersedia di Pondok Pesantren Al Hikmah Gresik masih di bawah standar konsumsi rata-rata remaja.<sup>23</sup>

Kajian *literature review* lainnya yang dilakukan oleh Nurjanah (2020) menemukan bahwa hingga 60% jurnal menggunakan media konseling yang berbeda seperti buku cerita, brosur dan video, brosur dan video, media animasi, video gerak dan poster. Kajian literatur menyimpulkan bahwa konseling anemia mempengaruhi pengetahuan remaja perempuan tentang anemia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang anemia defisiensi besi pada remaja perempuan, namun perlu dilakukan studi lebih lanjut dengan populasi dan sampel yang lebih besar.

## KESIMPULAN

Anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat utama yang dihadapi remaja perempuan. Dampak anemia pada remaja dapat berakibat jangka panjang ke kualitas generasi selanjutnya. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa penyuluhan tentang anemia defisiensi besi efektif meningkatkan pengetahuan remaja/santri di Pondok Pesantren Hafal Quran Metro. Sehingga diperlukan intervensi

penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri akan pentingnya pencegahan anemia. Saran penelitian selanjutnya perlu dianalisis faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja yang tinggal di asrama dan berbagai metode penyuluhan seperti pemutaran video, poster, dan buku cerita untuk mengetahui media penyuluhan yang lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia defisiensi besi.

## PERSETUJUAN ETIKA

Tidak ada.

## SUMBER PENDANAAN

Sumber dana yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan sumber pendanaan mandiri.

## PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

**Alfiyana Yuliasari:** konsep, desain, definisi konten intelektual, pencarian literatur, penelitian eksperimental, pengolahan data, analisis data dan statistik, penyusunan, edit, dan review manuskrip, dan *guarantor* (penjamin); **Nirma Lidia Sari:** pencarian literatur, analisis data, penyusunan, edit, dan review manuskrip.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih peneliti kepada Pengurus Pondok Pesantren Hafal Quran Metro yang telah memberikan izin terlaksananya kegiatan penyuluhan tentang anemia defisiensi besi dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran kegiatan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Basith A, Agustina R, Diani N. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Dunia Keperawatan J Keperawatan dan Kesehat. 2017;5(1):1-10.
2. Fadila I, Kurniawati H. Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Puteri sebagai Pilar Menuju Peningkatan Kesehatan Ibu. In:

- Prosiding Seminar Nasional FMIPA-UT. 2018. p. 78–89.
3. Anwar IF. Gizi dan Stimulasi Untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Optimal pada Anak Usia Dini. Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan Dan Kesejaht Masy. 2018;1.
4. Engidaw MT, Wassie MM, Teferra AS. Anemia and associated factors among adolescent girls living in Aw-Barre refugee camp, Somali regional state, Southeast Ethiopia. *PLoS One*. 2018;13(10):1–12.
5. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia/Kemenkes RI. Laporan Nasional RISKESDAS 2018 [Internet]. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. p. 674. Available from: [http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf)
6. Weliyati, Riyanto. Faktor Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *J Kesehat Metro Sai Wawai*. 2012;V(2):26–34.
7. Fajriyah NN, Fitriyanto MLH. Gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. *J Ilm Kesehat*. 2016;9(1):97336.
8. Harahap NR. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Nurs Arts*. 2018;12(2):78–90.
9. Kusnadi FN. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *J Med Hutama*. 2021;3(01 Oktober):1293–8.
10. Hasyim AN, Mutalazimah M, Muwakhidah M. Pengetahuan risiko, perilaku pencegahan anemia dan kadar hemoglobin pada remaja putri. *Profesi (Profesional Islam Media Publ Penelit*. 2018;15(2):33.
11. Zaini H. Pesantren dan Perilaku Hidup Sehat (Studi Terhadap Pesantren Nurul Yaqin Ringan-Ringan). *El-Hekam*. 2016;1(1):63–72.
12. Christy DM, Rondhianto R, Murtaqib M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Skin Personal Hygiene Management terhadap Tindakan Perawatan Diri pada Narapidana Penderita Skabies di Lembaga Pemasyarakatan Klas II-A Jember (The Influence of Health Education about Skin Personal Hygiene Management. *Pustaka Kesehat*. 2015;3(3):478–83.
13. Ekayanti I, Rimbawan R, Kusumawati D. Faktor Risiko Anemia Pada Santri Putri Di Pondok Pesantren Darusalam Bogor. *Media Gizi Indones*. 2020;15(2):79.
14. Kusnadi FN. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *J Med Hutama* [Internet]. 2021;03(01):1293–8. Available from: <http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/266/181>
15. Susanti Y, Livana PH. Peningkatan kemandirian dan kognitif lansia melalui pendidikan kesehatan tentang perkembangan psikososial lansia. *J Keperawatan*. 2019;11(3):155–62.
16. Mulyati S, Suwarsa O, Arya IFD. Pengaruh media film terhadap sikap ibu pada deteksi dini kanker serviks. *KEMAS J Kesehat Masy*. 2015;11(1):16–24.
17. Andriani R, Suhrawardi, Hapisah. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah. *J Inov Penelit*. 2022;2(No.1):3441–6.
18. Fajriyah NN, Fitriyanto MLH. (Public Health Problem). *J ilmu Kesehat*. 2016;IX(1):1–6.
19. Pratiwi NPIM. Gambaran Perilaku Mengatasi Nyeri Reumatik Pada Lanjut Usia di Desa Mengwitani Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung Tahun 2021. 2021;
20. Hartati Y, Yuniarti H. Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri Dengan Menggunakan Video Animasi Di SMA Negeri 6 Palembang. *Din J Pengabdi Kpd Masy* [Internet]. 2019;3(1):105–11. Available from:

- <http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/PKS/article/view/682>
- 21. Ilmiah J, Masyarakat K, Juniyanti I, Damayanti R, Tinggi S, Kesehatan I, et al. Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMK Kartini. 2022;1(1):18–24.
  - 22. Kusumawati D, Rimbawan, Ekayanti I. Pengaruh Program Makan Siang terhadap Asupan Makanan, Status Anemia dan Perilaku Gizi Santri Perempuan. MKMI. 2019;15(1):7–17.
  - 23. Anggraini Y, Ruhana A. Ketersediaan Energi dan Protein Makan Sehari di Pondok Pesantren Al Hikmah Gresik. J Ilm Kesehat Masy Media Komun Komunitas Kesehat Masy. 2021;13(2):87–92.
  - 24. Nurjanah GA. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri. 2020;1–14.