



## GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KONSUMSI TABLET FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA DI SMA NEGERI 1 NGRAHO BOJONEGORO

Siti Windari<sup>1\*</sup>, Eska Dwi Prajayanti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : [sitiwindari1717@gmail.com](mailto:sitiwindari1717@gmail.com)\*

Abstrak	Info Artikel
<p><i>Prevalensi anemia remaja di dunia menurut World Health Organization (WHO) sebesar 30%. Di Indonesia angka kejadian anemia sebesar 32%. Jawa Timur menempati peringkat 11 yang mempunyai prevalensi anemia remaja. Berdasarkan hasil survey anemia di 7 kabupaten Bojonegoro dengan prevalensi 20,9%. Berdasarkan data puskesmas Ngraho Bojonegoro SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro menempati urutan pertama angka kejadian anemia sebesar 72. Anemia lebih besar disebabkan oleh difisiensi zat besi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui karakteristik dan gambaran pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro. Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan deskriptif menggunakan alat ukur berupa kuisisioner tingkat pengetahuan konsumsi tablet Fe, pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 70 responden. Hasil penelitian menunjukkan karakteristik semua remaja putri berusia 13-16 tahun , kelas XI, mengalami kejadian anemia, mayoritas orang tua bekerja sebagai petani, pengasilan orang tua sebesar Rp.500.000-Rp.1.000.000, mendapatkan sumber informasi dari guru, dan gambaran pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia dalam kategori baik yaituu sebanyak (57,1%). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu ingkat pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro dalam kategori baik.</i></p>	<p>Diajukan : 9-09-2023  Diterima : 11-2-2024  Diterbitkan : 25-3-2024</p> <p><b>Kata kunci:</b>  Pengetahuan, Remaja Putri, Tablet Fe</p> <p><b>Keywords:</b>  Knowledge, Young Women, Fe Tablets</p>
<p><b>Abstract</b></p> <p><i>The prevalence of adolescent anemia in the world according to the World Health Organization (WHO) is 30%. In Indonesia, the incidence of anemia is 32%. East Java is ranked 11th in terms of prevalence of adolescent anemia. Based on the results of an anemia survey in 7 Bojonegoro districts with a prevalence of 20.9%. Based on data from the Ngraho Bojonegoro health center, SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro ranks first in the incidence of anemia at 72. Anemia is more likely to be caused by iron deficiency. The aim of this study was to determine the characteristics and description of female adolescent knowledge regarding consumption of Fe tablets and the incidence of anemia at SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro. This research method is descriptive quantitative research using a measuring instrument in the form of a questionnaire on the level of knowledge of Fe tablet consumption, sampling using total sampling with a sample size of 70 respondents. The results of the study showed that the characteristics of all young women aged 13-16 years, class XI, experienced anemia, the majority of their parents worked as farmers, their parents' income was Rp. female teenagers regarding the consumption of Fe tablets with the incidence of</i></p>	

*anemia in the good category, namely (57.1%). The conclusion of this research is that the level of knowledge of young women about consuming Fe tablets and the incidence of anemia at SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro is in the good category.*

**Cara mensitasi artikel:**

Windari, S., & Prajayanti, E.D. (2024). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 2(1), 148-162. <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH>

## 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 (Merita *et al.*, 2020). Anemia pada remaja dapat berdampak pada kemampuan akademis di sekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi (Indrawatiningsih, 2021). Anemia juga dapat menurunkan prestasi belajar pada remaja (Rotua, 2019). Pada remaja putri kejadian anemia lebih besar disebabkan oleh defisiensi zat besi (Budiarti, 2021).

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 (Putri, 2020). 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%) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Indonesia terdapat 20 provinsi yang mempunyai prevelensi anemia gizi besi lebih besar dari prevelensi nasional, salah satunya Jawa Timur menempati peringkat 11 yang mempunyai prevelensi anemia pada remaja (Murdiningsih, 2019). Berdasarkan data Dinkes Provinsi Jawa Timur (2020) prevalensi angka kejadian anemia pada remaja putri di Jawa Timur sebesar 42% (Iftitah & Hanum, 2021). Berdasarkan hasil survey anemia di 7 kabupaten (Kediri, Lumajang, Bondowoso, Mojokerto, Nganjuk, Madiun, Bojonegoro) diketahui rata-rata pravelensi anemia sebesar 20,9%, dan data dari hasil survey anemia di 5 kabupaten (Lamongan, Kediri, Situbondo, Jember, Sampang) diketahui pravelensi anemia sebesar 38,2% (Profil Kesehatan Jawa Timur, 2018). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Bojonegoro tahun 2023 menunjukkan bahwa Prevalensi anemia pada remaja putri di Kabupaten Bojonegoro dengan total angka kejadian anemia sebanyak 1.800. dari 35 puskesmas di Bojonegoro Puskesmas Ngraho Bojonegoro menempati urutan 1 angka kejadian anemia remaja putri dengan angka kejadian anemia sebanyak 290. Berdasarkan data Puskesmas Ngraho Bojonegoro SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro menempati urutan 1 dengan angka kejadian anemia sebesar 72, MAN 3 Bojonegoro menempati urutan 2 dengan angka kejadian anemia sebesar 62 dan MA Nurul Hasan Sumberagung menempati urutan terakhir dengan angka kejadian 1.

Beberapa negara lain seperti: India, Bangladesh, dan Vietnam, memiliki upaya yang sama dalam menurunkan angka kejadian anemia yaitu dengan pemberian tablet Fe yang dilakukan 1 (satu) kali seminggu dan hal ini berhasil menurunkan pravelensi anemia di negara tersebut (Kemenkes RI., 2018). Upaya pemerintah dalam menurunkan angka

kejadian anemia adalah dengan suplementasi tablet Fe. Hasil penelitian yang dilakukan Yuanti, (2020) di SMK Bina Karya Mandiri pada 38 responden rata-rata kadar Hb siswi yang mengalami anemia sebelum mendapatkan intervensi tablet Fe adalah 10,594 gr% dengan standar deviasi 0,4702. Setelah dilakukan pemberian tablet Fe, kadar Hb meningkat menjadi 12,145 gr% dengan standar deviasi 0,9051, maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian tablet Fe dengan kenaikan kadar Hb.

Berdasarkan data Puskesmas Ngraho tahun 2023, wilayah kerja Puskesmas Ngraho melakukan skrining pada 11 Sekolah Menengah Pertama dan 7 Sekolah Menengah Atas pada bulan Februari 2023 dan terdapat terdapat 290 angka kejadian anemia dan peneliti mengambil data dari puskesmas pada bulan Mei 2023. Angka kejadian anemia tertinggi berada di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro dengan angka kejadian sebesar 32 siswi anemia ringan, 36 siswi anemia sedang dan 4 siswi anemia berat. Sekolah mempunyai program rutin pemberian tablet Fe setiap seminggu sekali, dan program ini rutin dilakukan dari sebelum diadakannya skrining pada bulan Februari 2023 oleh Puskesmas Ngraho.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan wawancara guru di SMA Negeri 1 Ngraho pada tanggal 16 Mei 2023 belum ada sosialisasi tentang konsumsi tablet Fe. Hasil studi pendahuluan dengan remaja putri didapatkan bahwa 10 remaja putri 8 remaja kurang mengetahui manfaat konsumsi tablet Fe dan 2 remaja sudah mengetahui dari manfaat konsumsi tablet Fe, 10 remaja putri tidak mengetahui bahwa mengonsumsi tablet Fe 1 kali sehari saat menstruasi, 7 remaja putri sudah mengetahui efek samping konsumsi tablet Fe, 3 remaja putri kurang mengetahui efek samping konsumsi tablet Fe. Dari 10 remaja putri tidak mengetahui dampak dari anemia contohnya menurunkan prestasi belajar, menurunnya daya tahan tubuh, karena kurangnya informasi dan pengetahuan sehingga remaja putri kurang mengetahui dampak apabila penderita anemia tidak mengonsumsi tablet Fe. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia di SMA Negeri 1 Ngraho Kabupaten Bojonegoro"

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan kuantitatif. Penelitian deskriptif dengan kuantitatif adalah suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambaran atau mendeskripsikan tentang suatu keadaan secara objektif (Arikunto, 2016). Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrument berupa kuisisioner. Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara memberi beberapa pertanyaan atau pernyataan kepada responden untuk dijawab. Penelitian ini meneliti tentang gambaran pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet fe dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro.

Sedangkan analisis data dalam penelitian ini yaitu menggunakan analisa univariat. Analisa univariat adalah analisa yang digunakan mendeskripsikan dari penelitian. Pada penelitian ini meliputi pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia. Analisa data dilakukan pada setiap variabel dari hasil penelitian. Analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dari tiap variabel, tanpa melihat adanya hubungan. Variabel yang dinalisir secara univariat dalam penelitian ini adalah

pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia serta karakteristik usia, kelas, pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua, sumber informasi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Distribusi Frekuensi karakteristik berdasarkan usia responden remaja putri di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro

Berikut akan disajikan distribusi frekuensi berdasarkan usia responden remaja.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi berdasarkan usia

No	Usia	f	(%)
1	10-12 tahun	0	0.0
2	13-16 tahun	70	100
3	17-21 tahun	0	0.0
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa responden berusia antara 13-16 tahun yaitu sebanyak 70 responden (100%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kamila & Prahayu (2022) pada penelitiannya yang menunjukkan bahwa mayoritas responden nya berusia 15-16 tahun yaitu sebesar 63,3%.

Teori yang diungkapkan oleh Budiarti *et al.*, (2021) pada masa pubertas terjadi pertumbuhan yang cepat. Semakin bertambah usia individu maka meningkat pula kebutuhan zat besinya, menstruasi juga menjadi beban ganda bagi remaja putri. Faktor resiko untuk menjadi anemia karena peningkatan kebutuhan zat besi pada remaja putri karena sedang mengalami pertumbuhan dan awal haid sehingga memberikan beban ganda. Dalam hal ini mungkin dikarenakan remaja putri pada umur remaja tengah maupun remaja akhir masih dalam pertumbuhan dimana pertumbuhan yang dialami tidak diimbangi dengan asupan gizi yang adekuat sehingga mengalami anemia.

Selain itu menurut Harahap (2018) usia pubertas remaja putri akan mengalami pengeluaran darah setiap bulannya yang disebut dengan menstruasi. Pola menstruasi yang dialami remaja umumnya belum teratur, sehingga memungkinkan remaja mengalami pengeluaran darah berlebih pada saat menstruasi, remaja wanita membutuhkan zat besi yang digunakan untuk mengganti zat besi yang hilang bersama darah menstruasi, disamping untuk menopang pertumbuhan serta pematangan seksual. Karena pengeluaran darah saat menstruasi bersama zat besi yang keluar bersama darah maka wanita dianjurkan untuk mengkonsumsi zat besi baik dari bahan makanan atau tablet zat besi yang tersedia untuk menjaga keseimbangan dan mencegah terjadinya anemia. Begitu juga untuk remaja yang tidak mengalami *hipermenore* tapi mereka menderita anemia, pada dasarnya semua remaja putri mengalami menstruasi yang mengeluarkan darah bersama zat besi maka sangat penting bagi setiap remaja menjaga keseimbangan antara kebutuhan asupan yang masuk dan keluar

Penelitian yang dilakukan oleh Dieniyah *et al.*, (2019) menyatakan bahwa banyak remaja yang mengalami anemia, ini bisa terjadi karena remaja putri biasanya sangat memperhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan, serta banyak yang menjadi pantangannya. Sehingga dalam konsumsi makanan tidak stabil, serta pemenuhan gizinya kurang. Bila asupan makan kurang

maka cadangan besi banyak yang dibongkar. Keadaan yang seperti inilah mempercepat terjadinya anemia.

Faktor selanjutnya adalah rata-rata pada usia remaja mempunyai siklus haid yang lebih lama. Penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2018) yang menyatakan bahwa wanita mengeluarkan darah 30-40 ml setiap siklus menstruasi antara 21-35 hari dengan lama menstruasi 3-7 hari. Banyaknya darah yang keluar (*Hipermenorea*) dan siklus menstruasi dijadikan sebagai pengukuran pada kejadian anemia. Karena wanita tidak mempunyai persediaan zat besi yang cukup dan akhirnya menyebabkan penyerapan zat besi yang rendah kedalam tubuh sehingga tidak dapat menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi. Besarnya zat besi yang hilang pada saat menstruasi tergantung pada banyaknya jumlah darah yang keluar setiap periode menstruasi.

Peneliti berasumsi bahwa usia menentukan terhadap kejadian anemia pada remaja, karena pada usia remaja merupakan usia pubertas yang dapat berpengaruh terhadap kebutuhan zat besi diantaranya seperti menstruasi, kebutuhan zat besi yang meningkat dan pola hidup pada usia remaja.

## 2. Distribusi Frekuensi karakteristik berdasarkan pekerjaan orang tua responden remaja putri di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro

Berikut akan disajikan distribusi karakteristik berdasarkan pekerjaan orang tua.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi berdasarkan pekerjaan orang tua**

No	Pekerjaan Orang Tua	f	(%)
1	Pegawai Negeri/TNI/Polri	1	1.4
2	Wiraswasta	30	42.9
3	Petani	34	48.6
4.	Wirausaha	5	7.1
Jumlah		70	100

Berdasarkan pada tabel 2, menunjukkan bahwa orangtua responden mayoritas bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 34 responden (48.6%). Pekerjaan orangtua yang mayoritas sebagai petani sangat berkaitan dengan pendapatan, dimana pekerjaan kepala keluarga yang sebagai petani dengan pendapatan yang tidak tetap akan mempengaruhi kestabilan daya beli pangan yang cukup dan konsumsi gizi seimbang pada anggota keluarga khususnya remaja yang sedang mengalami masa pertumbuhan cepat (*growth spurt*). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Palimbong *et al.*, (2022) Menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan orangtua di Kecamatan Morotai Selatan bekerja sebagai petani sebesar 50% dan nelayan sebesar 24% dimana kedua profesi ini memiliki pendapatan dengan hasil yang tidak menentu sehingga asupan gizi tidak terpenuhi dengan baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hasyim (2018) yang menunjukkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri kemungkinan bukan hanya dampak dari rendahnya kualitas asupan gizi namun juga efek dari masalah ekonomi status ekonomi yang rendah beresiko terjadinya anemia dua kali dibandingkan dengan ekonomi tinggi pada remaja putri.

Pekerjaan orang tua sangat berpengaruh langsung terhadap penghasilan di dalam sebuah keluarga dan juga berhubungan erat dengan apa saja yang dibutuhkan

kepada keluarganya. Dari sini kita tahu perilaku makan seseorang dalam hal ini remaja dipengaruhi oleh banyak hal, diantaranya adalah pekerjaan orang tua. Pekerjaan orang tua memegang peran yang sangat penting (Susanti *et al.*, 2018). Makanan apa yang dikonsumsi remaja sangat tergantung dengan makanan apa yang disajikan oleh keluarga dalam hal ini ibu harus mengerti makanan bergizi dan seimbang. Jenis makanan ini juga sangat tergantung dengan berapa besar dana yang tersedia untuk pembelian makanan keluarga (Indrawatiningsih *et al.*, 2021)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Mayoritas pekerjaan dari orang tua responden adalah bekerja di sektor informal seperti petani, swasta, wiraswasta yang mempunyai pendapatan tidak tetap. Hasil studi ini mengindikasikan bahwa ibu yang bekerja, yang mempunyai sumber pendapatan tambahan serta mempunyai akses informasi kesehatan dan gizi karena bekerja di luar rumah mempunyai risiko yang lebih kecil untuk mempunyai remaja yang anemia.

Siswa SMA Negeri 1 Ngraho mayoritas berdomisili di wilayah Ngraho hal ini dikarenakan letaknya yang berada pada daerah perdesaan. Masyarakat di Ngraho mempunyai kebiasaan yang buruk terhadap konsumsi lauk pauk dalam sehari-hari, mayoritas pekerjaan warga kecamatan Ngraho adalah petani dimana hanya mengonsumsi nasi dan sayur. Pekerjaan orang tua berkaitan erat dengan kebiasaan sehari-hari remaja putri, salah satunya adalah kebiasaan sarapan pagi serta konsumsi makanan bergizi yang membantu penyerapan zat gizi seperti buah, sayur dan lauk-pauk sumber protein dimana pekerjaan orang tua ini juga berkaitan dengan jam kerja, orang tua dengan pekerjaan jam kerja dari pagi hingga sore tentu orang tua tidak memperhatikan makanan serta kebutuhan (Dieny *et al.*, 2021). Sarapan adalah kegiatan makan pada pagi hari yang dilakukan sebelum beraktivitas yang mencakup zat tenaga, zat pembangun dan zat pengatur. Untuk remaja yang masih bersekolah, sarapan merupakan sumber energi untuk kegiatan aktivitas dan belajar di sekolah. Sarapan pagi merupakan kegiatan yang paling penting dalam memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi dalam sehari, namun masih banyak remaja yang melewatkan kebiasaan ini, sehingga berdampak pada berkurangnya zat besi dalam darah yang mengakibatkan anemia (Kalsum & Hakim, 2019).

Remaja yang tidak punya kebiasaan sarapan pagi sebelum beraktivitas berpeluang dua kali lebih besar untuk terkena anemia dibanding yang punya kebiasaan sarapan pagi. Sarapan sangat penting karena berfungsi untuk menjaga kondisi tubuh dan meningkatkan konsentrasi belajar. Sarapan juga berfungsi sebagai sumber tenaga untuk melakukan kegiatan. Sehingga sarapan pagi sangat dianjurkan dilakukan oleh remaja sebelum berangkat ke sekolah karena akan mengurangi konsumsi makanan jajanan yang kandungan zat gizinya rendah. Juga sarapan pagi sebelum beraktivitas dapat memberikan tenaga yang cukup pada remaja dalam melakukan aktivitasnya yang padat dan membutuhkan energi yang tinggi (Idayanti, 2021).

Peneliti berasumsi bahwa remaja putri dengan anemia diharuskan mengonsumsi tablet Fe, karena mengalami menstruasi setiap bulan. Tablet Fe ini mempunyai banyak manfaat bagi remaja diantaranya adalah berguna untuk mengganti zat besi yang hilang karena menstruasi dan untuk memenuhi kebutuhan zat besi yang belum tercukupi dari makanan. Zat besi pada remaja putri juga bermanfaat untuk

meningkatkan konsentrasi belajar, menjaga kebugaran dan mencegah terjadinya anemia pada calon ibu di masa mendatang.

### 3. Distribusi Frekuensi karakteristik berdasarkan penghasilan orang tua responden remaja putri di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro

Berikut akan disajikan distribusi karakteristik berdasarkan penghasilan pekerjaan orang tua.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi berdasarkan penghasilan orang tua**

No	Penghasilan Orang Tua	F	(%)
1	Rp. 500.000-1.000.000/bulan	47	67.1
2	Rp.1.000.000-2.000.000/bulan	19	27.1
3	>Rp.3.000.000/bulan	4	5.7
Jumlah		70	100

Berdasarkan tabel 3 merupakan tabel distribusi frekuensi berdasarkan penghasilan orang tua responden remaja putri di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro menunjukkan bahwa orangtua responden mayoritas berpenghasilan sekitar Rp.500.000- 1.000.000/bulan yaitu sebanyak 47 responden (67.1%). Faktor sosial ekonomi pendapatan keluarga. Pendapatan merupakan variabel penting bagi kualitas dan kuantitas makanan dan apa yang dikonsumsi oleh anggota keluarga. Pendapatan merupakan salah satu faktor yang menentukan kualitas dan kuantitas makanan, sehingga terjadi hubungan yang erat antara pendapatan, pengetahuan dan gizi. Menurut Putri *et al.*, (2018) menyatakan bahwa jumlah gaji yang diterima oleh seseorang berhubungan erat dengan pekerjaannya, kedudukan tinggi dapat berarti tinggi juga penghasilannya, serta jumlah uang untuk dibelanjakan demi kecukupan keluarga akan semakin besar. Sehingga dapat dijelaskan bahwa pekerjaan turut menentukan kecukupan gizi dalam sebuah keluarga.

Responden yang pendapatan orang tuanya rendah dan menderita anemia yang mempunyai pengetahuan yang kurang terhadap konsumsi tablet Fe karena responden tidak terlalu memperhatikan pentingnya konsumsi Fe bagi penderita anemia. Dari hasil wawancara, Responden mengatakan tidak terbiasa dalam meminum tablet Fe, responden tidak pernah diberi pengertian dan dukungan dari orang tua dalam konsumsi tablet Fe. Responden lebih mementingkan kuantitas daripada kualitas gizi yang di konsumsi setiap harinya. Keadaan gizi yang tidak seimbang dan kurangnya pengetahuan responden yang membuat responden mengalami anemia.

Pada responden dengan pendapatan orang tua lebih tinggi cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih baik dibandingkan responden yang memiliki pendapat orang tua yang rendah, karena orang tua yang memiliki penghasilan yang lebih tinggi cenderung dapat membeli makanan yang bergizi, dan orang tuanya selalu mempersiapkan sarapan dan makanan yang gizinya seimbang. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti, responden mengatakan orang tuanya mempersiapkan kebutuhan konsumsi tablet Fe pada responden dikarenakan anaknya mengalami anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryani *et al.*, (2020) yang menyatakan pada responden yang memiliki anemia dan orang tua dengan penghasilan cukup akan selalu menyiapkan kebutuhan gizi responden seperti

sarapan bubur dan susu serta bermacam buah dan sayur. Orang tua sangat memperhatikan setiap kebutuhan dan keperluan anaknya. Selain itu pengetahuan responden yang kurang tentang anemia yang menyebabkan asupan zat besi dalam makanan tidak cukup karena rendahnya konsumsi sumber protein hewani. Rendahnya kadar hemoglobin pada remaja putri disebabkan oleh beberapa faktor antara lain adanya zat penghambat absorpsi, kebutuhan zat besi meningkat karena pertumbuhan fisik dan kehilangan darah saat menstruasi.

Pendapatan keluarga merupakan aspek utama dalam kehidupan yang memiliki peran penting dalam mempengaruhi segala aspek kehidupan lainnya. Semakin tinggi pendapatan keluarga, maka kemampuan untuk menyajikan makanan bergizi juga tinggi, hal ini dikaitkan dengan daya beli keluarga yang tinggi terhadap berbagai makanan bergizi yang sangat dibutuhkan keluarga. Selain itu, dengan pendapatan yang tinggi keluarga juga lebih mampu untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan apabila dibutuhkan atau terjadi suatu masalah kesehatan (Satriani *et al.*, 2019). Menurut Dwihestie (2018) Peningkatan pendapatan berpengaruh terhadap pemilihan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi. Selain itu, dapat mengubah gaya hidup dan pola makan, dari pola makan tradisional ke pola makan makanan praktis dan siap saji yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang.

Pendapatan berkaitan dengan kesanggupan keluarga dalam membeli makanan ataupun pelayanan kesehatan yang lebih baik. Walaupun anak diasrama orang tua dengan pendapatan tinggi akan mencoba memenuhi makanan atau kebutuhan nutrisi anak dengan kualitas yang baik, mungkin makanan di bawa oleh orang tua dari rumah sehingga asupan nutrisi tetap terpenuhi. Untuk kasus yang terjadi pada penelitian ini yaitu remaja putri yang orangtuany memiliki pendapatan > UMK namun mengalami anemia yaitu karena pengetahuan kurang baik dalam penataan makanan-makanan sehat (Harahap, 2018).

#### 4. Distribusi Frekuensi karakteristik berdasarkan sumber informasi yang didapat responden remaja putri di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro

Berikut akan disajikan distribusi karakteristik berdasarkan sumber informasi

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi berdasarkan sumber informasi**

No	Sumber Informasi	f	(%)
1	Media cetak	0	0.0
2	Media elektronik	3	4.3
3	Tenaga Kesehatan	24	34.3
4.	Orang tua	1	1.4
5.	Guru	42	60
	Jumlah	70	100

Hasil penelitian yang disajikan peneliti pada tabel 4. distribusi frekuensi berdasarkan sumber informasi yang didapat responden remaja putri di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro menunjukkan bahwa mayoritas responden mendapat sumber informasi dari guru yaitu sebanyak 42 responden (60.0%). Sikap remaja putridalam mencegah anemia dipengaruhi oleh pengalaman yang terjadi pada individu itu sendirimaupun orang lain, keadaanlingkungan sekitar, media massa, budaya, institusi pendidikan atau keagamaan, serta emosional (Izdihar *et al.*, 2022).Remaja putri



memiliki pengetahuan baik tentang anemia dikarenakan pengetahuan mengenai pada remaja dapat diperoleh dari berbagai sumber terutama media (elektronik, cetak, internet) yang saat ini cukup berkembang dan mudah diakses sebagai sumber informasi. Kejadian anemia pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar (70%) remaja putri tidak mengalami anemia. Ini dapat terjadi karena pengetahuan remaja putri tentang gizi cukup, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kadar hemoglobin adalah makanan bergizi (Safitri & Maharani, 2019).

Pihak sekolah memang memiliki peranan penting untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah. Sebab dengan adanya dukungan dari guru karena selain waktu remaja putri lebih banyak dihabiskan di sekolah biasanya siswi juga menjadikan mereka sebagai tokoh. Oleh sebab itu remaja putri atau anak sekolah lebih bisa menerima informasi dan mengikuti contoh yang disampaikan oleh guru dibandingkan pihak lain termasuk orang tua. Pada kasus ini pihak sekolah dapat melakukan kerjasama dengan petugas kesehatan setempat untuk melaksanakan pendidikan kesehatan secara rutin dengan rancangan yang menarik bagi remaja fase awal (Budiman & Agus, 2018).

Selain sumber informasi yang didapat dari guru, karakteristik remaja putri yang diteliti selanjutnya yaitu sumber informasi penyuluhan tentang program pemberian tablet Fe dari tenaga kesehatan, dimana sebagian besar remaja putri yang mendapatkan sumber informasi dari tenaga kesehatan sebanyak 24 responden (34,3%) mengikuti penyuluhan tentang program pemberian tablet Fe. Pengalaman mengikuti penyuluhan dari sumber informasi tersebut, remaja putri masih banyak yang yang membuat pengetahuan remaja semakin meingkat mengenai mengkonsumsi tablet Fe.

Sumber informasi selanjutnya didapatkan responden melalui orangtua sebanyak 1 responden (1.4%). Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa sumber informasi dari keluarga terutama ibu memiliki peran yang sangat penting untuk dapat memberikan ilmu pengetahuan pada anak. Peran orang tua dalam hal ini memiliki bagian yang cukup banyak untuk menyampaikan pengetahuan, dukungan maupun motivasi pembelajaran kepada anak mengenai kesehatan. Komunikasi antara orangtua dan anak akan menambah informasi yang lebih mudah dipahami oleh anak (Saprudin & Sudirman, 2020).

Melihat hal tersebut peneliti berasumsi bahwa pengalaman remaja putri mengikuti pendidikan kesehatan dari berbagai sumber informasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro.

##### 5. **Tingkat Pengetahuan Responden remaja putri tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro**

Berikut akan disajikan distribusi karakteristik berdasarkan Penghasilan

**Tabel 4** Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan remaja putri

No	Tingkat Pengetahuan	f	(%)
1	Kurang	11	15.7
2	Cukup	19	27.1
3.	Baik	40	57.1
Jumlah		70	100

Hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan baik tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di SMA 1 Negeri Ngraho Bojonegoro. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunita *et al.*, (2020) Dalam penelitiannya mayoritas responden yang diteliti memiliki pengetahuan tinggi terhadap konsumsi zat besi (66.67%). Hasil yang sama juga diperoleh pada penelitian tingkat pengetahuan responden dalam penelitian ini pada remaja putri di MAN 4 sebanyak 21 siswi (55%), pengetahuan cukup 15 responden (40%), dan 2 responden yang mempunyai pengetahuan cukup, 21 responden mempunyai sikap positif dan 17 responden mempunyai sikap negative dalam mengkonsumsi tablet Fe.

Pengetahuan tentang anemia meliputi gambaran kepaahaman siswi akan anemia, dimana pengetahuan siswi di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro baik dikarenakan banyak siswi yang sudah mendapatkan banyak informasi dari guru. Adapun pengetahuan siswi tersebut diantaranya definisi tablet, apabila suplemen tablet Fe dikonsumsi secara teratur dapat mencegah anemia 55,7%, fungsi dari tablet Fe sebagai vitamin 32,9%, dan aturan konsumsi tablet Fe bagi remaja putri setiap satu minggu sekali 54,3%. Meskipun demikian masih banyak remaja putri yang tidak mengetahui secara spesifik efek samping dari tablet Fe. Dimana banyak siswi yang beranggapan bahwa efek samping dari konsumsi tablet Fe seperti mual, muntah, dan nyeri ulu hati dianggap sangat berbahaya sehingga banyak siswi yang mengabaikan tentang pentingnya konsumsi tablet Fe 36,4%.

Teori yang dikemukakan oleh Jalambo *et al.*, (2018) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu tahap pertama menuju perubahan perilaku. Pengetahuan tentang gizi merupakan dasar penting untuk kebiasaan diet yang baik. Individu yang memiliki pengetahuan gizi yang lebih baik memiliki sikap yang lebih positif terhadap makan makanan yang sehat. Sebaliknya, pengetahuan yang buruk adalah salah satu faktor risiko untuk mengembangkan gizi buruk, termasuk risiko untuk menderita anemia.

Pengetahuan tentang anemia meliputi gambaran kepaahaman siswi akan anemia, faktor resiko atau penyebab terjadinya anemia, proses terjadinya, tanda gejala dari anemia dan penanggulangan serta pengobatan anemia. Pengetahuan-pengetahuan tersebut dapat merefleksikan sebagai bentuk upaya pencegahan terhadap anemia dalam kehidupannya. Dampak yang ditimbulkan apabila siswi mengalami anemia adalah kesulitan berkonsentrasi, sering mengalami kelelahan, mudah capek, lesu, dan keluhan pusing (Novita Sari, 2020).

Pengetahuan mengenai anemia merupakan faktor yang dapat menyebabkan kejadian anemia pada remaja putri hal tersebut dikemukakan oleh Laksmi dan Laksmi & Yenie (2018) dari hasil penelitian pada remaja putri di SMAN 1 Talang Padang. Adanya pengetahuan mengenai manfaat sesuatu hal akan membuat individu memiliki pandangan yang baik terhadap hal itu. Untuk situasi ini, pengetahuan mengenai anemia mempengaruhi cenderungnya remaja putri untuk memilih pangan dengan tinggi nutrisi dan zat besi yang tinggi.

Pengetahuan remaja putri jika dilihat dari segi usia, menurut penelitian yang dilakukan oleh menyatakan bahwa semakin muda usia remaja maka pengetahuan dalam mengkonsumsi tablet tambah darah juga semakin berkurang. Hal tersebut

sesuai dengan penelitian ini, dimana usia remaja di bangku sekolah menengah pertama akan berbeda pengetahuannya dalam mengkonsumsi tablet tambah darah dengan remaja putri yang sedang menuntut ilmu di bangku sekolah menengah atas. Usia remaja putri saat ini masih memasuki remaja tahap awal yaitu pada usia 13–16 tahun. Menurut Nirmasari *et al.*, (2018) remaja bercirikan perilakunya yang kurang menentu, cenderung emosional, belum stabil, banyak permasalahan, dan tentu saja merupakan masa kritis pada usia remaja.

Peneliti berasumsi bahwa tablet besi diperlukan tubuh karena seiring bertambah usia, aktivitas tubuh yang banyak, dan menstruasi pada remaja perempuan maka kebutuhan akan zat besi ikut meningkat. Apabila cadangan zat besi yang tersimpan dalam tubuh dipakai terus menerus, maka kadang asupan zat besi dari makanan sehari-hari tidak mampu memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, maka kesimpulan yang diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Karakteristik responden di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro mayoritas berusia 13–16 tahun, mayoritas orang tua bekerja sebagai petani, dengan penghasilan orang tua mayoritas sekitar Rp.500.000 – Rp.1.000.000, dan mayoritas remaja putri mendapatkan sumber informasi dari guru.
2. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet Fe di SMA Negeri 1 Ngraho Bojonegoro menunjukkan bahwa mayoritas mempunyai pengetahuan yang baik.

Sedangkan saran pada penelitian ini yaitu:

1. Bagi Masyarakat  
Penelitian memberikan informasi bagi remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe dan remaja putri untuk selalu mengonsumsi tablet Fe agar mencegah anemia.
2. Bagi Institusi Keperawatan  
Penelitian menjadi referensi bagi institusi keperawatan terkait tentang konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya mampu menganalisis dan mengobservasi faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi tablet Fe atau kejadian anemia.

### DAFTAR RUJUKAN

- Ade Tyas Mayasari, Hellen Febriyanti, I. P. (2021). *Kesehatan Reproduksi Wanita Di Sepanjang Daur Kehidupan*. Banda Aceh: Syiah Kuala University.
- Angrainy, R., Fitri, L., & Wulandari, V. (2019). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet FE Pada Saat Menstruasi Pengan Anemia. *Jurnal Endurance*, 4(2), 343. <https://doi.org/10.22216/Jen.V4i2.4100>
- Arifin, D. T., & Yunasri, M. A. (2021). Pengaruh Perokok Aktif Diatas 5 Tahun Terhadap Kadar Hemoglobin Di Kecamatan Panyileukan Kota Bandung. *JIP (Jurnal Inovasi Penelitian)*, 2(5), 1655–1660. <https://stp-mataram.e->

Journal.Id/JIP/Article/View/951

- Arikunto, S. (2016). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2021). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). <https://doi.org/10.36053/Mesencephalon.V6i2.246>
- Budiman & Agus. (2018). Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika. In *Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan (Its) Pku Muhammadiyah Surakarta*. Salemba Medika.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal Istighna*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/Istighna.V1i1.20>
- Dieniyah, P., Sari, M. M., & Avianti, I. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smk Analisis Kimia Nusa Bangsa Kota Bogor Tahun 2018. *Promotor*, 2(2), 151–158. <https://doi.org/10.32832/pro.v2i2.1801>
- Dieny, F. F., Tsani, A. F. A., & Jauharany, F. F. (2021). *Buku Pintar Santri Bebas Anemia*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- Dwihestie, L. K. (2018). Tingkat pendidikan ibu dan tingkat pendapatan orang tua tidak berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Keperawatan Intan Husada*, 6(2), 28–39. <http://www.akperinsada.ac.id/e-jurnal/index.php/insada/article/view/115>
- Hamranani, S. S. T., Permatasari, D., & Subiakni, B. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Minum Obat Tablet Fe Pada Remaja Putri Kelas X Di SMK N 1 Klaten. *Stikes Muhammadiyah Klaten*. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1201>
- Harahap, N. R. (2018). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nursing Arts*, 12(2), 78–90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Hasyim, D. I. (2018). Pengetahuan, sosial ekonomi, pola makan, pola haid, status gizi dan aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 06–14. <https://doi.org/10.31101/jkk.544>
- Hermiaty Nasrudin, Rachmat Faisal Syamsur, Dinda Permatasari. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja Indonesia. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 04(1), 357364. <https://Cerdika.Publikasiindonesia.Id/Index.Php/Cerdika/Article/Download/66/111>
- Idayanti, I. (2021). Hubungan Sarapan Pagi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari*. <http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/2534/>
- Iftitah, O., & Hanum, S. ST., MM., M. Kes, S. M. F. (2021). Incidence Of Anemia Reviewed From Daily Diet In Adolescents In Waru Village. *Academia Open*, 6, 1–10. <https://doi.org/10.21070/Acopen.6.2022.1692>
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V21i1.1116>
- Izdihar, M. S., Noor, M. S., Istiana, I., Juhairina, J., & Skripsiana, N. S. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Puteri di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin. *Homeostasis*, 5(2), 333.

- <https://doi.org/10.20527/ht.v5i2.6278>
- Jalambo, M. O., Sharif, R., Naser, I. A., & Karim, N. A. (2018). Improvement in Knowledge, Attitude and Practice of Iron Deficiency Anaemia among Iron-Deficient Female Adolescents after Nutritional Educational Intervention. *Global Journal of Health Science, 9*(7), 15. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v9n7p15>
- Kalsum, U., & Hakim, R. (2019). Kebiasaan Sarapan Pagi Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Sma Negeri 8 Muaro Jambi. *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Sains, 18*(1), 9–19.
- Kamila, N. A., & Prahayu, E. (2022). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Konsumsi Tablet Fe di SMK Islam Yasnuhu Lombok Timur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Farmasi, 10*(1), 11–14. <https://doi.org/10.51673/jikf.v10i1.1085>
- Kemkes RI. (2018). *Manajemen Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Rematri Dan Wus*. <https://promkes.kemkes.go.id>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional.Pdf* (P. 674).
- Kesehatan, K. D., & Timur, P. J. (2018). *Profil Kesehatan Sambutan Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur*. <https://dinkes.jatimprov.go.id>
- Kurniati, I. (2020). Anemia Defisiensi Zat Besi ( Fe ). *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung, 4*(1), 18–33.
- Labib, M. (2020). *Defisiensi Zat Besi & Kecerdasan Anak Dalam Pandangan Islam*. Purwokerto selatan Banyumas: CV. Pena Persada
- Laksmi, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, 14*(1), 104. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>
- Mandagi, I. V. (2022). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Tablet FE Dalam Upaya Pencegahan Anemia Di SMAN 6 Model Sigi The Knowledge Of Teenage Girls About The Consumption Of FE Tablets In Efforts To Prevent Anemia In SMAN 6 Model Sigi. *Jurnal Sains Kolaboratif 03, 2020–2023*. <https://doi.org/10.56338/jks.v3i5.1723>
- Merita, M., Hamzah, N., & Djayusmantoko, D. (2020). Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan Dan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Kota Jambi. *Journal Of Nutrition College, 9*(2), 81–86. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i2.24603>
- Murdiningsih, H. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Kepanjen Kabupaten Malang*. Malang: Poltekkes Kemenkes Malang [Http://Perpustakaan.Poltekkes-Malang.Ac.Id/Index.Php/Web\\_Kti/Detail\\_By\\_Id/40005](http://Perpustakaan.Poltekkes-Malang.Ac.Id/Index.Php/Web_Kti/Detail_By_Id/40005)
- Nirmasari, C., Putri, S. D. K., dan C. N. (2018). Hubungan Usia Ibu Hamil dengan Kepatuhan ANC di Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan Maternitas, 3*(1), 33–41.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novita Sari, E. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Bagus, 02*(01), 402–406.
- Nuraini, S., Sa'diah, Y. S., & Fitriany, E. (2021). Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres Dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenorea Primer Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan, 3*(3),

- 443–450. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.398>
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Palimbong, V., Krianto Karjoso, T., & Damayanti, R. (2022). Peran Sosial Budaya Terhadap Anemia Remaja Putri Di Pulau Morotai Selatan Tahun 2021. *Hearty*, 11(1), 69. <https://doi.org/10.32832/hearty.v11i1.7441>
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia (Hb) Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 49–61.
- Putri, R. M., Rahayu, W., & Maemunah, N. (2018). Kaitan Pendidikan, Pekerjaan Orang Tua Dengan Status Gizi Anak Pra Sekolah. *Jurnal Care*, 5(2), 231–243. <https://jurnal.unitri.ac.id/index.php/care/article/view/841>
- Putri, S. H. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi SMK Al-Ikhlas Pangkalan Susu Tahun 2020. *Skripsi*. <http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/jspui/handle/123456789/1896>
- Rizki, M. Ikhwan. (2021). Fisioterapi Pada Keadaan Anemia. *Journal of Current Pharmaceutical Sciences* 5(1).
- Romandani, Q. F., & Rahmawati, T. (2020). Hubungan Pengetahuan Anemia Dengan Kebiasaan Makan Pada Remaja Putri di SMPN 237 Jakarta. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (Jppni)*, 4(3), 193.
- Rotua, M. (2019). Hubungan Status Gizi Dan Kadar Hemoglobin Dengan Prestasi Belajar Siswa Sma Negeri 14 Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 13(2), 90–97. <https://doi.org/10.36086/jpp.v13i2.232>
- Safitri, S., & Maharani, S. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(2), 96–100. <https://doi.org/10.36565/jabj.v8i2.19>
- Saprudin, N., & Sudirman, R. M. (2020). Peningkatan Sikap Dan Motivasi Orangtua Tentang Perawatan Pasca Tranfusi Pada Anak Thalasemia Melalui Pemberian Komunikasi Informasi Edukasi Berbasis Audio Visual Di Kabupaten Kuningan. *Journal of Nursing Practice and Education*, 1(1), 43–57. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v1i1.195>
- Satriani, Veni, H., & Nilawati, A. (2019). Hubungan Faktor Pendidikan Dan Faktor Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Usia 12-18 Tahun Di Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto. *Jurnal JKFT*, 4(2), 56–64.
- Sholicha, C. A., & Muniroh, L. (2019). Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C Dan Pola Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Sman 1 Manyar Gresik [Correlation Between Intake Of Iron, Protein, Vitamin C And Menstruation Pattern With Haemoglobin Concentration Among Adoles. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 147. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.147-153>
- Suryani, L., Rafika, R., & Sy Gani, S. I. A. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smk Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analis Kesehatan*, 11(1), 19. <https://doi.org/10.32382/mak.v11i1.1513>
- Susanti, Y., Briawan, D., & Martianto, D. (2018). Suplementasi Besi Mingguan Meningkatkan Hemoglobin Sama Efektif Dengan Kombinasi Mingguan Dan Harian Pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 11(1), 27–34.
- Sugiyono. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung:

Alfabeta.

- Syarif, S. I. P. (2022). Studi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Tablet Ferum (Fe) Selama Kehamilan. *Formosa Journal Of Science And Technology*, 1(5), 491–498. <https://doi.org/10.55927/Fjst.V1i5.1226>
- Wahyu, S. (2022). Pemberian Zat Besi (Fe) Dalam Kehamilan Oleh : Is Susiloningtyas. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 50(128), 128. <http://lppm-unissula.com/jurnal.unissula.ac.id/index.php/majalahilmiahsultanagung/article/view/74>
- WHO. (2019). *Pravelensi Anemia*. [https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia\\_in\\_women\\_and\\_children](https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children)
- Yuanti, Y. (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan & Kebidanan*, 9(2), 1–11. <https://smrh.ejournal.id/jkk/article/view/109>
- Yunita, F. A., Parwatiningsih, S. A., Hardiningsih, M., Nurma Yuneta, A. E., Kartikasari, M. N. D., & Ropitasari, M. (2020). The Relationship Between Young Women 'S Knowledge About Iron Consumption And The Incidence Of Anemia In Junior High School 18 Surakarta. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 36.
- Zuhrah, T., Karina, R. E., & Tirta, P.S. (2020). *Buku Saku Anemia untuk Remaja Putri*. Sumatera Barat: Wonderland Publisher. [https://books.google.co.id/books/about/Aku\\_Sehat\\_Tanpa\\_Anemia.html?id=W6ggEAAAQBAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books/about/Aku_Sehat_Tanpa_Anemia.html?id=W6ggEAAAQBAJ&redir_esc=y)