



Hubungan pemenuhan nutrisi dengan kejadian anemia pada remaja putri

¹Raina Lola Fauzia, ²Yuli Irnawati

¹Program Studi Sarjana Fisioterapi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utami Pati

²Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utami Pati

How to cite (APA)

Fauzia, R.L., Irnawati, Y. (2024). Hubungan pemenuhan nutrisi dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(2), 228-235.

<https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i2.1076>

History

Received: 2 Februari 2024

Accepted: 12 Mei 2024

Published: 8 Juni 2024

Corresponding Author

Raina Lola Fauzia, Program Studi Sarjana Fisioterapi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utaji Pati; rainafauzia97@gmail.com



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) / **CC BY 4.0**

ABSTRAK

Latar Belakang: Saat ini, kasus anemia di kalangan remaja putri tergolong tinggi. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap prevalensi anemia di antara remaja mencakup pertumbuhan yang pesat, kurangnya konsumsi zat besi atau sumber vitamin C, kebiasaan melewati waktu makan, aktivitas olahraga yang intens, serta kehilangan darah yang signifikan selama menstruasi. Kondisi ini bisa meningkatkan kemungkinan anemia pada remaja, yang berakibat pada gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangan, rasa lelah yang berlebihan, penurunan imunitas sehingga lebih mudah terinfeksi, penurunan fungsi imun tubuh, peningkatan risiko keracunan, serta pengaruh negatif pada fungsi kognitif.

Metode: Studi ini menerapkan studi analitik korelatif dengan menggunakan desain *cross sectional* pada 31 responden, sampel penelitian menggunakan metode total sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan *Food Recal 24 Hours* dan pengukuran kadar Hb. Sedangkan Pengelolaan Data dengan menggunakan uji korelasi Spearman Rank (ρ).

Hasil: Temuan penelitian mengindikasikan adanya korelasi signifikan antara pemenuhan nutrisi dengan prevalensi anemia di kalangan remaja putri di Desa Tondomulyo Jakenan Pati. Uji Korelasi Spearman Rank *asymptotic* (2-tailed) menunjukkan angka 0,007.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil uji tersebut, mengindikasikan adanya korelasi antara pemenuhan nutrisi dan kejadian anemia di kalangan remaja putri.

Kata Kunci: Pemenuhan nutrisi, anemia, remaja putri

ABSTRACT

Background: Currently, cases of anemia among young women are relatively high. Some factors that contribute to the prevalence of anemia among adolescents include rapid growth, lack of iron or vitamin C sources, the habit of skipping meals, intense sports activities, and significant blood loss during menstruation. This condition can increase the possibility of anemia in adolescents, which results in impaired growth and development, excessive fatigue, decreased immunity making it easier to get infected, decreased body immune function, increased risk of poisoning, and negative effects on cognitive function.

Method: This study applies a correlative analytical study using a cross sectional design on 31 respondents, the research sample uses a total sampling method. This research instrument uses 24 Hours Food Recall and measurement of Hb levels. Meanwhile, data processing uses the Spearman Rank (ρ) correlation test.

Result: Research findings indicate that there is a significant correlation between nutritional requirements and the prevalence of anemia among young women in Tondomulyo Jakenan Pati Village. The Spearman Rank Correlation Test *asymptotic* (2-tailed) shows a figure of 0.007.

Conclusion: Based on the test results, indicates a correlation between nutritional fulfillment and the incidence of anemia among young women.

Keyword: Nutritional fulfillment, anemia, young women

Pendahuluan

Anemia pada remaja putri menjadi masalah kesehatan gizi yang harus diatasi dan dicegah karena remaja putri berpotensi menjadi calon ibu yang mengalami anemia, yang dapat mempengaruhi periode 1000 Hari Pertama Kehidupan dengan risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah. Bayi tersebut memiliki kemungkinan 3,63 kali lebih tinggi untuk menjadi stunting sebelum usia dua tahun (Riskesdas, 2018). Anemia yang sering terjadi pada remaja putri selama masa pubertas adalah anemia akibat kekurangan zat besi (Fitriany & Saputri, 2018). Kondisi ini terjadi karena kehilangan zat besi yang banyak saat menstruasi, bertambahnya kebutuhan zat besi, ditambah lagi dengan asupan zat besi yang tidak mencukupi serta rendahnya kemampuan tubuh dalam menyerap zat besi (Ikhmawati, 2013). Strategi untuk mencegah dan mengatasi anemia di kalangan remaja putri dalam program tersebut meliputi pemberian suplemen zat besi atau Tablet Tambah Darah (TTD), dengan tujuan untuk memastikan asupan zat besi yang memadai guna meningkatkan produksi hemoglobin dalam tubuh (Nuraeni et al., 2019).

Pentingnya pemenuhan nutrisi untuk mendapatkan gizi yang seimbang sebagai langkah mengurangi risiko anemia pada remaja putri diungkapkan (Purba et al., 2019) yang menemukan adanya korelasi antara asupan pemenuhan nutrisi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan p value 0,083 ($p < 0,05$), didukung studi (Putri et al., 2017) ada hubungan antara pola makan dan terjadinya anemia di kalangan siswi SMK Kesehatan Assyifa School Banda Aceh, dengan p value yaitu 0,003. Studi (Tiaki, 2017) juga memperlihatkan adanya hubungan antara pola makan dengan kasus anemia pada remaja putri, dengan tingkat signifikansi sebesar 0,028 ($p < 0,05$). Hal ini didasarkan pada survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan November 2022 di Desa Tondomulyo Jakenan Pati pada 12 remaja, 5 diantaranya setiap pagi tidak pernah sarapan namun pada saat makan

siang lauk pauk mereka lengkap dengan sayur, tempe dan ikan serta makan buah-buahan dan makan malamnya teratur dengan kadar Hb nya rata-rata sekitar 9,02 gr/dL dan merasakan tanda gejala mata berkunang-kunang dan susah fokus saat waktu belajar mengajar berlangsung. Kemudian, ada 7 remaja yang mengatakan skip makan siang karena sibuk kegiatan di sekolah sehingga tidak sempat untuk makan siang tetapi masih sempat untuk sarapan dengan nasi, telur, tempe dan susu dengan rata-rata kadar Hb 8,08 gr/dL, untuk makan malamnya mereka mengatakan kadang makan malam kadang juga tidak dan ada pula yang mengatakan pada malam hari sering merasa lelah bahkan ada yang mengalami insomnia.

Mengacu pada konteks yang dijelaskan sebelumnya, peneliti menjadi tertarik untuk melaksanakan sebuah studi berjudul "Hubungan Pemenuhan Nutrisi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Desa Tondomulyo Jakenan Pati".

Metode

Studi ini menggunakan metode analitik korelatif karena tujuannya adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara asupan nutrisi remaja dan kejadian anemia.. Penelitian dilakukan dengan pendekatan cross sectional, Dengan populasi semua remaja putri awal hingga akhir yang berusia 10 – 24 tahun sejumlah 31 remaja putri bertempat tinggal di Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati. Sampel dalam penelitian ini diperoleh melalui teknik total sampling, yang berarti semua anggota populasi yang tersedia digunakan sebagai sampel. Kriteria Inklusi dari studi ini ialah remaja putri awal hingga akhir berumur 10-24 tahun, remaja putri yang berada di Desa Tondomulyo, remaja putri dengan Hb < 11 gr/dl, remaja putri yang tidak mengidap penyakit kronis yang dapat mempengaruhi kondisi anemia, remaja putri yang bersedia menjadi responden. Untuk pengumpulan data, digunakan kuesioner Food Recall 24 Hours untuk mengetahui pemenuhan nutrisi

dan alat kesehatan cek Hb untuk mengetahui kejadian anemia pada remaja putri. Peneliti menyerahkan kuesioner kepada remaja putri

dan meminta mereka untuk mengisinya. Setelah diisi, kuesioner yang telah dijawab dikembalikan kepada peneliti.

Hasil

1. Analisis Univariat

a. Usia

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Usia

Usia					
	Usia	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	3	9.7	9.7	9.7
	12	4	12.9	12.9	22.6
	13	5	16.1	16.1	38.7
	14	6	19.4	19.4	58.1
	15	6	19.4	19.4	77.4
	16	6	19.4	19.4	96.8
	17	1	3.2	3.2	100.0
	Total	31	100.0	100.0	

Tabel 1 menunjukkan distribusi usia responden dengan jumlah terbanyak adalah 6 remaja putri usia 14 tahun (19,4%), 6 remaja putri usia 15 tahun (19,4%), 6

putri usia 16 tahun (19,4%) dan jumlah responden terendah yaitu satu remaja putri berusia 17 tahun, yang merupakan 3,2% dari keseluruhan.

b. Pemenuhan Nutrisi

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan Pemenuhan Nutrisi

Pemenuhan Nutrisi					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	3	9.7	9.7	9.7
	Cukup	19	61.3	61.3	71.0
	Lebih	9	29.0	29.0	19.3
	Total	31	100.0	100.0	100.0

Tabel 2 Distribusi responden berdasarkan pemenuhan nutrisi yaitu didominasi oleh pemenuhan nutrisi cukup

yang berjumlah 19 remaja putri (61,3%) dan yang terkecil pemenuhan nutrisi kurang yang berjumlah 3 remaja putri (9,7%).

c. Anemia

Tabel 3. Distribusi Responden berdasarkan Pemenuhan Nutrisi

		Anemia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	28	90.3	90.3	90.3
	Sedang	3	9.7	9.7	9.7
	Berat	0	0.0	0.0	0.0
	Total	31	100.0	100.0	100.0

Tabel 3 Distribusi responden berdasarkan kejadian anemia dengan jumlah yang terbanyak yaitu anemia ringan dengan

jumlah 28 remaja putri (90,3%) dan paling sedikit yaitu anemia sedang berjumlah 3 remaja putri (9,7%).

2. Analisis Bivariate

Analisis bivariate merupakan uji statistik uji Spearman rank untuk melihat hubungan pemenuhan nutrisi dengan

kejadian anemia pada remaja putri, hasil penelitian tersedia pada Tabel 4

Tabel 4. Hubungan Pemenuhan Nutrisi terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Pemenuhan Nutrisi	Tingkat Anemia								P
	Anemia Ringan		Anemia Sedang		Anemia Berat		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Kurang	3	9.3	1	0.0	0.0				0.007
Cukup	16	1.47	0.15	0.0	0.0				0.34
Lebih	9	3.1	0.3	0.0	0.0				
Total	28	90.3	3	9.7	0	00.0	31	100	

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4 menunjukkan tingkat anemia pada responden berdasarkan pemenuhan nutrisi. Responden terbanyak yang mengalami anemia dapat diketahui yaitu mengalami anemia dengan ringan sebanyak 28 remaja putri, sedangkan 3 remaja putri (9,7%) mengalami anemia sedang dan anemia berat 0 (0,0%) responden dari uji Korelasi Spearman Rank rho asymp.sig.(2-tailed) menunjukkan angka 0,007 yang artinya ada

hubungan yang signifikan antara pemenuhan nutrisi dengan kejadian anemia. Terdapat koefisien korelasi = 0,34 berarti hubungan cukup kuat dan karena nilainya positif maka hubungan dari penelitian ini searah. Berdasarkan hasil uji tersebut, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada hubungan antara pemenuhan nutrisi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Pembahasan

1. Pemenuhan Nutrisi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berdasarkan pemenuhan nutrisi yaitu didominasi oleh pemenuhan nutrisi cukup yang berjumlah 19 remaja putri (61,3%), pemenuhan nutrisi lebih yang berjumlah 9 remaja putri (29,0%) dan yang terkecil pemenuhan nutrisi kurang yang berjumlah 3 remaja putri (9,7%). Pada dasarnya, status gizi remaja dipengaruhi oleh beragam faktor seperti tingkat pendidikan, usia, jenis kelamin, lokasi tempat tinggal, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, pola makan, dan cukup tidaknya asupan energi (Sholicha & Muniroh, 2019). Anemia ialah kondisi kesehatan di mana terjadi kekurangan sel darah merah atau hemoglobin dibawah nilai normal. Untuk remaja putri, nilai hemoglobin yang normal berada pada angka 12 gr/dl. Seorang remaja putri dianggap mengalami anemia apabila kadar hemoglobinnya <12 gr/dl (Sukartiningsih & Amaliah, 2018)

Hasil studi sejalan dengan penelitian (Ayu & Naristasari, 2015) di Yogyakarta total 52 responden, sebagian besar memiliki kondisi gizi yang normal, yakni tercatat sejumlah 31 responden (59,6%). Sedangkan 17 orang (32,6%) berada dalam kategori berat badan kurang (underweight), dan sejumlah kecil, yaitu 4 orang (7,7%), mengalami kelebihan berat badan (overweight). Kondisi gizi pada remaja putri seringkali dipengaruhi oleh pola makan dan persepsi terhadap body image mereka. Studi (Amany, 2015) Menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara kebiasaan makan dan status gizi di kalangan remaja putri ($p = 0,001$). Studi (Singh et al., 2019) di Delhi mengungkapkan adanya korelasi antara persepsi terhadap body image dengan status gizi ($p < 0,01$, $r = 0,37$). Berdasarkan penelitian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa kejadian anemia meskipun memiliki pemenuhan nutrisi yang cukup memiliki peran penting dalam kejadian anemia pada usia remaja.

2. Anemia

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.3. Menunjukkan distribusi responden menggunakan uji Spearman's rho menghasilkan nilai $p=0,000$, menunjukkan bahwa ada

berdasarkan insiden anemia dengan jumlah yang terbanyak yaitu anemia ringan dengan jumlah 28 remaja putri (90,3%) dan paling sedikit yaitu anemia sedang berjumlah 3 remaja putri (9,7%).

Anemia ialah kondisi yang karakteristiknya adalah kadar hemoglobin (Hb) yang lebih rendah dari normal untuk usia tertentu (Satyagraha et al., 2020). Anemia gizi besi disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk konsumsi zat besi yang tidak cukup, penurunan ketersediaan zat besi dalam diet, peningkatan kebutuhan akan zat besi, kehilangan darah secara berkelanjutan, penyakit seperti malaria dan cacing tambang, infeksi lainnya, serta kurangnya pengetahuan tentang anemia zat besi (Permatasari et al., 2018). Prevalensi anemia yang tinggi pada wanita seringkali disebabkan oleh konsumsi bahan makanan yang kurang, termasuk dari sumber protein hewani seperti daging, ikan, ayam, hati, dan telur, serta dari sumber nabati seperti sayuran hijau tua, kacang-kacangan, dan tempe. Faktor lain termasuk diet untuk penurunan berat badan, kehilangan darah akibat menstruasi, gaya hidup tidak teratur pada remaja putri, ketidakseimbangan asupan nutrisi dengan aktivitas yang dijalankan, serta penghasilan yang rendah sehingga tidak memungkinkan untuk mengonsumsi makanan yang bergizi. (Nuradhiani et al., 2017). Berdasarkan penelitian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa anemia sangat berpengaruh terhadap produktivitas remaja putri. Remaja putri yang memiliki anemia akan kurang maksimal dalam kegiatan belajar dan mengalami masalah saat menstruasi atau siklus menstruasinya.

3. Hubungan Pemenuhan Nutrisi Terhadap Kejadian Anemia

Hasil uji statistik korelasi Spearman's rank-rho dalam penelitian ini adalah $asympt.sig.(2-tailed) = 0,007$ yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara kecukupan nutrisi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hal ini sesuai dengan hasil studi (Dieniyah et al., 2019) di wilayah Bogor Analisis statistik dengan

hubungan signifikan antara status gizi dan kejadian anemia pada remaja putri. Hal

ini didukung oleh studi (Bangun, 2017) yang juga menemukan adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia ($p=0,009 < \alpha = 0,05$). Remaja yang berada dalam kategori berat badan kurang memiliki kemungkinan 3,1 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan remaja dengan status gizi normal. Analisis ini sesuai dengan temuan (Aritonang & Siagian, 2017) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara status gizi dan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,001$).

Studi (Hidayati et al., 2020), menunjukkan adanya hubungan signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dan anemia, di mana risiko terkena anemia pada remaja putri yang IMT-nya terkategori kurus adalah 1,4 kali lebih tinggi dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki IMT normal dari total 48 remaja putri. Meskipun demikian, kepastian mengenai asupan nutrisi mereka tidak dapat ditentukan. Ini mengindikasikan bahwa memiliki status gizi yang normal berperan sebagai faktor pendukung untuk menghindari anemia. Selain itu, hasil analisis ini didukung juga oleh penelitian (Atmaka et al., 2020) yang berjudul Dietary Intake Changes in Adolescent Girl After Iron Deficiency Anemia Diagnosis yang menyatakan bahwa sekelompok remaja putri lebih beresiko anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki, karena remaja putri yang nantinya akan hamil dan melahirkan. Oleh karena itu, intervensi harus dilakukan untuk melawan anemia dan kekurangan gizi pada remaja putri.

Berdasarkan penelitian diatas, kesimpulannya remaja yang memiliki status gizi dari cukup hingga kurus berisiko lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang status gizinya dalam kategori normal atau lebih. Hal ini menunjukkan bahwa pemenuhan nutrisi yang baik dan cukup merupakan faktor penunjang seseorang khususnya remaja putri untuk tidak mengalami anemia, karena akan berdampak pada saat pertumbuhan remaja, hamil dan dalam proses reproduksinya.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Pemenuhan nutrisi pada remaja putri di Desa Tondomulyo sebagian besar normal. Dibuktikan dari hasil penelitian, diperoleh sebanyak pemenuhan nutrisi cukup yang berjumlah 19 remaja putri (61,3%), Anemia pada remaja putri di Desa Tondomulyo sebagian besar mengalami anemia ringan Dibuktikan dari hasil penelitian, bahwa yang mengalami anemia ringan dengan jumlah 28 remaja putri (90,3%), Terdapat hubungan bermakna antara pemenuhan nutrisi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Tondomulyo Jakenan Pati. Uji Korelasi Spearman Rank asymp.sig.(2-tailed) menunjukkan angka 0,007. Berdasar hasil dari uji tersebut, H_0 ditolak dan H_a diterima yang mengindikasikan ada hubungan antara pemenuhan nutrisi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Saran

Dari seluruh proses penelitian yang telah peneliti lakukan dalam menyelesaikan penelitian ini dan berdasarkan kesimpulan diatas maka ada beberapa upaya yang perlu diperhatikan diantaranya:

1. Bagi Perkembangan Ilmu

Diharapkan dengan adanya perkembangan tentang hubungan pemenuhan nutrisi dengan anemia sehingga hasil penelitian ini dapat di jadikan pendukung teori yang sudah ada.

2. Bagi Objek yang diteliti

Diharapkan dengan adanya penelitian ini diharapkan agar remaja putri dapat meningkatkan kesadaran mereka terhadap kebutuhan nutrisi yang memadai untuk mencegah berbagai masalah kesehatan, termasuk anemia.

3. Bagi peneliti

Para peneliti di masa mendatang diharapkan bisa melanjutkan studi ini menggunakan jumlah sampel yang lebih luas dan di lokasi yang beragam, dengan tujuan mendapatkan data yang terdistribusi secara normal. Mereka juga diharapkan dapat mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap

hubungan antara kecukupan nutrisi dan prevalensi anemia di kalangan remaja putri.

Daftar Pustaka

- Amany, A. H. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di 3 Sma Kota Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan*, 5, 5.
- Aritonang, E., & Siagian, A. (2017). Relation Between Food Consumption And Anemia In Children In Primary School In A Final Disposal Waste Area. *Pakistan Journal Of Nutrition*, 16(4), 242–248. <https://doi.org/10.3923/Pjn.2017.242.248>
- Atmaka, D. R., Ningsih, W. I. F., & Maghribi, R. (2020). Dietary Intake Changes In Adolescent Girl After Iron Deficiency Anemia Diagnosis. *Health Science Journal Of Indonesia*, 11(1), 27–31. <https://doi.org/10.22435/Hsji.V11i1.313>
- Ayu, A., & Naristasari, D. (2015). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Kelas Xi Di Tiga Sma Kota Yogyakarta Tahun 2015 Pada Siswi Kelas Xi Di Tiga Sma Kota Yogyakarta Tahun 2015.
- Bangun, A. V. (2017). Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal Of Nursing), Volume 8, No.2. Hubungan Tingkat Pengetahuan Perawat Dengan Ketrampilan Melaksanakan Prosedur Tetap Isap Lendir / Suction Di Ruang Icu Rsud Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto, 8(2), 120–126. <http://www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/97>
- 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>
- Fitriany, J., & Saputri, A. I. (2018). Anemia Defisiensi Besi. *Averrous: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 4(2), 1. <https://doi.org/10.29103/Averrous.V4i2.1033>
- Hidayati, R. W., St, S., Km, M., Rohmah, F., & Kes, S. (2020). *Literatur Review Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/ld/eprint/5238>
- Ikhmawati, Y. (2013). Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Anemia Dan Kebiasaan Makan Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Asrama Sma Mta Surakarta [Naskah Publikasi]. http://eprints.ums.ac.id/23419/17/Naskah_Publikasi.Pdf
- Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2017). Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kota Bogor. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 12(3), 153–160. <https://doi.org/10.25182/Jgp.2017.12.3.153-160>
- Nuraeni, R., Sari, P., Martini, N., Astuti, S., & Rahmiati, L. (2019). Peningkatan Kadar Hemoglobin Melalui Pemeriksaan Dan Pemberian Tablet Fe Terhadap Remaja Yang Mengalami Anemia Melalui “Gerakan Jumat Pintar” Putri Usia 13-18 Tahun Dengan Prevalensi 22, 7 %. Remaja Putri Lebih Rentan Terkena Anemia. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 200–221.
- Permatasari, T., Briawan, D., & Madanijah, S. (2018). Efektivitas Program Suplementasi Zat Besi Pada Remaja Putri Di Kota Bogor (Effectiveness Of Iron Supplementation Programme In Adolescent Girl At Bogor City). *Jurnal Mkmi*, 14(1), 1–8. <http://dx.doi.org/10.30597/Mkmi.V14i1.3705>
- Purba, R. B., Djendra, I. M., Kindangen, R. Z., Ranti, I. N., Paruntu, O., Langi, G. K., & Laoh, J. M. (2019). Eating Behavior And Protein Intake In Adolescent Girls With Anemia In Junior High School Krispa Silian The Regency Of Southeast Minahasa North Sulawesi Indonesia. *International Journal Of Pharma Medicine And Biological Sciences*, 8(2), 53–57. <https://doi.org/10.18178/ijpmb.8.2.53-57>

- Putri, R. D., Simanjuntak, B. Y., & Kusdalinah, K. (2017). Pengetahuan Gizi, Pola Makan, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 404. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.626>
- Riskesdas. (2018). Riskesdas 2018 Nasional.Pdf. In *Riskesdas 2018* (P. Hal 156).
- Satyagraha, K., Putera, K., Noor, M. S., & Heriyani, F. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Di Smp Negeri 18 Banjarmasin 2019 / 2020. *Jurnal Homeostatis*, 3(2), 217–222.
- 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

<I>[Correlation Between Intake Of Iron, Protein, Vitamin C And Menstruation Pattern With Haemoglobin Concentration Among .
Media Gizi Indonesia, 14(2), 147. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.147-153>
- Singh, M., Rajoura, O. P., & Honnakamble, R. A. (2019). Prevalence Of Anemia Among Adolescent Schools Girls Of Delhi: A Cross Sectional School Based Study. *National Journal Of Community Medicine | Volume*, 10(4), 187–189. www.njcmindia.org
- Sukartiningsih, M. C. E., & Amaliah, M. (2018). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru Kabupaten Sumba Timur. *Kesehatan Primer*, 3(1), 16–29.
- Tiaki, N. K. A. (2017). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas Xi Di Smk N 2 Yogyakarta. *Naskah Publikasi*, 10. http://digilib.unisayogya.ac.id/2469/1/Naskah_Publikasi_Hatim.Pdf