



Journal Homepage
<http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php?journal=Jaman>

PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 SEPUTHI MATARAM LAMPUNG TENGAH TAHUN 2025

Yona Desni Sagita¹, Reni Oktavia Ningrum²

^{1,2}Program Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung

renioktavianingrum86@gmail.com

Abstract

Nutritional anemia results from deficiencies in nutrients essential for hemoglobin formation, either due to inadequate intake or impaired absorption. The impact of anemia on adolescents includes decreased work productivity, reduced academic performance due to poor concentration, lower physical activity, and diminished learning achievement. This study aimed to determine the effect of nutrition education on the knowledge of anemia before and after the intervention among female adolescents at State Senior High School 1 of Seputih Mataram of Central Lampung in 2025. This research employed a quantitative approach with a pre-experimental method using a one-group pretest-posttest design. The study population consisted of all female students in grades X and XI, totaling 407 students. A sample of 80 respondents was selected using cluster sampling. Data were collected using a structured questionnaire, and analysis was performed using a paired samples test. The results showed that the average knowledge score regarding anemia before the intervention was 60.81 (moderate knowledge), which increased to 82.70 (good knowledge) after the intervention. A significant effect of nutrition education on anemia-related knowledge was found, as indicated by a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). It is recommended that female adolescents routinely consume iron supplementation tablets (one tablet per week) and eat a balanced, nutrient-rich diet high in iron from both animal sources (meat, liver, eggs) and plant sources (green vegetables, fruits). Additionally, iron absorption can be enhanced by consuming foods rich in vitamin C.

Keywords: Anemia, Female Adolescents, Iron Tablets, Nutrition Education

Abstrak

Anemia gizi disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, dapat karena kekurangan konsumsi atau gangguan absorpsi. Dampak anemia terhadap remaja juga dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja atau kemampuan akademis karena kurang konsentrasi, menurunkan aktivitas dengan kemampuan kerja fisik dan prestasi belajar. Tujuan penelitian adalah diketahui pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi terhadap anemia pada remaja putri di SMAN 1 Seputih Mataram Lampung Tengah Tahun 2025. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode pra eksperiment. Rancangan penelitian ini menggunakan one grup pre-posttest design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang berjumlah 407 siswi dengan sampel sebanyak 80 orang diambil secara cluster sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan pengumpulan lembar kuesioner. Analisa data menggunakan uji paired samples test. Hasil Penelitian diketahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum intervensi dengan rata-rata 60,81 (pengetahuan cukup), dan sesudah intervensi dengan rata-rata 82,70 (pengetahuan baik). Terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri dengan p-value 0,000 ($P \text{ value} < \alpha = 0,05$). Saran bagi remaja Diharapkan remaja putri minum tablet tambah darah (TTD) secara rutin (satu tablet seminggu) dan mengkonsumsi makanan bergizi seimbang yang kaya zat besi dari sumber hewani (daging, hati, telur) dan nabati (sayuran hijau, buah-buahan kering), serta meningkatkan penyerapan zat besi dengan mengonsumsi vitamin C.

Kata kunci: Anemia, Remaja Putri, Tablet Fe, Edukasi

I. PENDAHULUAN

Anemia gizi disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, dapat karena kekurangan konsumsi atau gangguan

absorpsi. Zat besi tersebut adalah besi, protein, vitamin B6 yang berperan sebagai katalisator dalam sintesis hem didalam molekul hemoglobin, vitamin C, Zinc yang mempengaruhi absorpsi besi

dan vitamin E yang mempengaruhi stabilitas membran sel darah merah. Sebagian besar adalah anemia gizi besi. Penyebab anemia gizi besi adalah kurangnya asupan besi terutama dalam bentuk besi-hem (Ramayanti et al., 2024).

Dampak dari anemia secara umum jika dibiarkan tanpa penanganan, anemia berisiko menyebabkan komplikasi serius, yaitu kesulitan melakukan aktivitas berat, masalah pada jantung, seperti gangguan irama jantung (aritmia) dan gagal jantung, gangguan pada paru-paru seperti hipertensi pulmonal. Jika dibiarkan pada remaja putri akan berpengaruh terhadap kemampuan mental dan fisik. Selain itu mengapa pada remaja putri, karena pertumbuhan cepat, kebutuhan meningkat, menstruasi (kehilangan darah rutin dalam jumlah cukup banyak), periode usia melahirkan (kehilangan darah saat persalinan, jarak antar persalinan, usia melahirkan saat remaja), pola makan untuk menjaga penampilan. Anemia menimbulkan tanda-tanda seperti pucat dikelopak mata serta diwajah, mengalami lesu, lemah, letih, lelah dan lunglai (5L), sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang. Dampak anemia terhadap remaja juga dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja atau kemampuan akademis karena kurang konsentrasi, menurunkan aktivitas dengan kemampuan kerja fisik dan prestasi belajar (Maulina et al., 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) Prevelensi anemia diseluruh dunia dikalangan remaja adalah 15% (27% di negara berkembang dan 6% di negara maju) (Suci,2024). Berdasarkan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) prevalensi anemia pada remaja putri usia 15-24 tahun 2024 adalah 32%. (Kemenkes,2024). Provinsi Lampung adalah salah satu provinsi yang memiliki prevalensi anemia tertinggi di Pulau Sumatera dengan presentase 63%. Data tersebut juga menunjukan bahwa 24,6%, penderita anemia di Provinsi Lampung terjadi pada usia remaja putri (Farra dkk.,2024). Di SMA Negeri 1 Seputih Mataram Kabupaten Lampung Tengah Di tahun 2024 dari 181 remaja putri yang mengalami anemia ringan hingga sedang mencapai 98 atau 53% (Puskesmas Seputih Mataram,2024).

Beberapa upaya pemerintah sudah dilakukan untuk menanggulangi anemia akibat defisiensi zat besi misalnya penyuluhan kepada masyarakat tentang peningkatan konsumsi zat besi, melakukan sertifikasi bahan makanan yaitu menambah besi, asam folat vitamin A dan asam amino essensial yang biasa di konsumsi oleh masyarakat luas atau dengan suplemen besi folat secara rutin kepada penderita anemia dengan

jangka waktu tertentu sampai kadar hemoglobin normal (Maulina et al., 2023)

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dilakukan dengan memberikan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) yaitu satu tablet setiap minggu dan ditambah 1 tablet setiap hari selama menstruasi untuk mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada remaja putri dan WUS (Muthia et al., 2024).

Salah satu bentuk pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan remaja terhadap anemia dengan melakukan pendidikan kesehatan. Dalam proses pendidikan kesehatan perlu adanya metode dan media pendidikan kesehatan. Penggunaan metode dan media pendidikan kesehatan pada penelitian ini bertujuan untuk mempermudah penyampaian pesan mengenai anemia yang ditujukan untuk remaja putri. Penyampaian pesan dapat dilakukan dengan menggunakan media video. Media video adalah media audio visual yang lebih menggunakan penglihatan dan pendengaran yang bisa dilihat dan didengar secara langsung. Media video dibuat untuk menarik perhatian guna meningkatkan pengetahuan remaja (Maulina et al., 2023).

Menurut penelitian (Fadhilah et al., 2022) bahwa hasil dari perhitungan statistika, data pengetahuan Anemia terhadap remaja putri menunjukkan peningkatan yang signifikan dengan nilai p-value <0,05. Kesimpulan kegiatan ini adalah terdapat pengaruh peningkatan antara sebelum dan setelah diberikan pendidikan gizi melalui video pengetahuan anemia pada remaja putri.

Pengetahuan yang kurang merupakan salah satu faktor pendorong terjadinya anemia pada remaja. Oleh karena itu, penulis ingin melakukan upaya bersifat preventif yaitu dengan cara pemberian edukasi gizi terkait anemia khususnya pada remaja putri dengan menggunakan media video guna untuk meningkatkan kesadaran pada remaja akan pentingnya mencegah terjadinya Anemia di SMAN 1 Seputih Mataram Lampung Tengah Tahun 2025.

II. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode *pra eksperiment*. Rancangan penelitian ini menggunakan *one grup pre-posttest design* Responden diberikan pre-test terlebih dahulu, kemudian intervensi berupa edukasi video tentang anemia, dan setelah itu dilakukan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Seputih Mataram., bersedia menjadi responden, dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*). Responden yang tidak melengkapi kuesioner atau tidak hadir saat penelitian berlangsung dikelompokkan sebagai eksklusi.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI SMAN 1 Seputih Mataram yang berjumlah 407 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana populasi dibagi menjadi kelompok-kelompok atau kluster, dan sampel acak diambil dari kluster-kluster tersebut. Didapatkan sampel sebanyak 80 orang dengan menggunakan rumus slovin.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 28 juli 2025 di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Seputih Mataram Lampung Tengah. Proses pengumpulan data dilakukan dalam satu hari kegiatan.

Instrumen dan Media Penelitian

Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan yang terdiri dari 23 soal dengan skala Rasio (renntag nilai 0-100). Kuesioner ini diadaptasi dari penelitian sebelumnya (Dewa Ayu, 2022) dan telah diuji validitas serta reliabilitas, dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,850 ($>0,6$) sehingga dinyatakan reliabel. Media intervensi berupa video edukasi berdurasi 5 menit yang memuat materi pengertian anemia, kadar anemia, penyebab anemia, tanda gejala, dampak anemia dan pencegahan anemia. Pemutaran video dilakukan satu kali dengan bantuan laptop dan pengeras suara.

Prosedur Pengumpulan Data

1. Peneliti memperoleh izin penelitian dari Universitas Aisyah Pringsewu dan SMAN 1 Seputih Mataram.
2. Responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian.
3. Responden yang bersedia menandatangani *informed consent*.
4. Responden mengisi kuesioner pre-test.
5. Responden menonton video edukasi tentang anemia.
6. Setelah intervensi, responden mengisi kuesioner post-test.
7. Data yang terkumpul diperiksa kelengkapannya untuk kemudian dianalisis.

Analisis Data

- a. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden dan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.
- b. Uji normalitas dilakukan menggunakan *kolmogorov smirnov test*, hasilnya menunjukkan data berdistribusi normal ($p = 0,447 > 0,05$).
- c. Analisis bivariat menggunakan uji *paired sample test*. Signed-Rank Test untuk mengetahui perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil uji menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh signifikan edukasi video terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1

Rata-rata pengetahuan sebelum diberikan intervensi pada remaja putri di SMAN 1 Seputih Mataram Lampung Tengah Tahun 2025

Pengukuran	Mean	Sdt Dev	Min-Max	N
Sebelum	60,81	14,99	30-87	80

Tabel 1 menunjukkan sampel yang terdiri dari 80 remaja putri. Rata-rata pengetahuan sebelum intervensi adalah 60,81 (Kategori cukup), dengan standar deviasi 14,99, nilai terendah 30 dan nilai tertinggi 87

Pengetahuan atau aspek kognitif memiliki peran yang signifikan dalam membentuk perilaku seseorang. Pengetahuan seringkali didapatkan melalui pengalaman pribadi maupun pengalaman yang diperoleh dari orang lain. Pengetahuan remaja perempuan, yang menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka memiliki pemahaman yang terbatas tentang anemia, termasuk definisi anemia, gejala, penyebab, dampak, dan cara pencegahannya. Hal ini disebabkan oleh kebiasaan makan remaja yang sering mengonsumsi makanan di luar rumah serta kurangnya informasi yang mereka terima tentang anemia (Amelia et al, 2024).

Asumsi peneliti tentang pengetahuan remaja putri mengenai anemia pada pre-test adalah bahwa tingkat pengetahuan mereka cenderung rendah atau kurang baik, yang ditandai dengan tidak memahami anemia secara menyeluruh, tidak melakukan tindakan pencegahan, serta kurangnya

informasi gizi yang tepat untuk konsumsi sehari-hari. Pengetahuan yang rendah ini dianggap dapat memengaruhi kecenderungan remaja putri untuk mengalami kejadian anemia, yang penting untuk dicegah karena faktor pertumbuhan dan risiko kesehatan reproduksi.

Tabel 2
Rata-rata pengetahuan sesudah diberikan intervensi pada remaja putri di SMAN 1 Seputih Mataram Lampung Tengah Tahun 2025

Pengukuran	Mean	Sdt Dev	Min-Max	N
Sesudah	82,70	7,71	57-96	80

Berdasarkan Tabel 2, Sampel yang terdiri dari 80 remaja putri. Rata-rata pengetahuan sesudah *intervensi* adalah 82,70 (Kategori baik), dengan standar deviasi 7,71, nilai terendah 57 dan nilai tertinggi 96. Seluruh responden masuk kategori baik setelah diberikan intervensi. Peningkatan ini memperkuat teori bahwa pengetahuan lebih mudah ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan, karena informasi disampaikan secara sistematis dan sesuai kebutuhan sasaran.

Setelah menyelesaikan sesi penyuluhan kesehatan, terdapat peningkatan tingkat pengetahuan di kalangan remaja putri mengenai anemia dengan media video Hal ini menunjukkan bahwa remaja putri sudah mengerti tentang tanda dan gejala anemia antara lain lelah, letih, lesu, lalai dan lunglai serta sarapan yang dikonsumsi setiap pagi dapat menghindarkan terjadinya anemia. Selain dari pada itu remaja putri sudah mengerti tentang kadar hemoglobin dalam kondisi di bawah tingkat normal 12 gr/dl yang disebut dengan anemia, kehilangan darah dalam jumlah yang banyak bisa terjadi saat menstruasi, serta remaja putri disarankan untuk mengonsumsi makanan yang tinggi kandungan zat besi guna mencegah terjadinya anemia (Asmawati et al., 2023)..

Anlisa Bivariat

Tabel 3
Uji Normalitas

	One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test
	Unstandardized Residual
Asymp. Sig. (2-tailed)	,447

Berdasarkan tabel 3 Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel yang di teliti berdistribusi normal atau tidak. Sampel yang dijadikan sebagai subjek penelitian merupakan sampel yang (>50) maka dipergunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov Test*. kriteria uji normalitas adalah data berdistribusi normal jika taraf signifikan $> \alpha (0,05)$. Dari analisis uji normalitas variabel pengetahuan sebesar $0,447 > (\alpha 0,05)$. Maka hasil uji normalitas berdistribusi normal maka uji yang digunakan yaitu *paired sample test*.

Tabel 4
Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri SMAN 1 Seputih Mataram Lampung Tengah Tahun 2025.

	Mean	N	Sig (2 Tailed)
Sebelum	60,81	80	0,000
Sesudah	82,70	80	
Paired Samples Test P=0,000			

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari sampel 80 remaja putri sebelum intervensi terdapat mean sebanyak 60,81 (Kategori cukup) sedangkan sesudah intervensi terdapat mean 82,70 (Kategori baik), selisih mean sebelum dan sesudah sebanyak 21,88.

Hal tersebut menunjukkan bahwa hasil post-test lebih besar dari pada hasil pre-test. Nilai p yang terdapat pada hasil uji Paired Samples Test diatas adalah sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$) sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri SMAN 1 Seputih Mataram Lampung Tengah Tahun 2025.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Fauziah et al. (2023) yang berjudul Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Mengenai Anemia Gizi Besi Dan Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambahan Darah Di SMP 149 Jakarta. Hasil rata-rata pengetahuan siswi setelah menerima edukasi kesehatan mengenai pencegahan anemia selama menstruasi tercatat sebesar 76,15, pada nilai terendah 45,50. Dari interval estimasi yang diperoleh, dapat ditarik kesimpulan 95% keyakinan ada pada rentang 73,12 hingga 79,17 untuk rata-rata tingkat pengetahuan dikalangan siswi setelah mendapatkan penyuluhan.

Asumsi peneliti bahwa edukasi dengan menggunakan metode video sangat efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia hal ini dibuktikan dengan peningkatan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengalami peningkatan 22,11. Penelitian ini di dukung dengan keantusiasan siswi untuk mengikuti penelitian ini.

KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan dalam penelitian terdapat faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan dan asupan zat besi seperti pendidikan orang tua, sosial budaya dan informasi yang didapat dari luar. Keterbatasan waktu dapat memengaruhi kemampuan peneliti untuk mengelola penelitian secara optimal. Penelitian mungkin tidak dapat sepenuhnya mengukur perubahan perilaku jangka panjang yang terjadi setelah penyuluhan, seperti kepatuhan mengonsumsi tablet zat besi. Faktorfaktor tersebut tidak dapat dikendalikan sehingga bisa menjadi kelemahan dari penelitian ini.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa rata-rata pengetahuan remaja putri tentang anemia sebelum diberikan intervensi sebanyak 60,81 (Kategori cukup), dengan standar deviasi 14,99, nilai terendah 30 dan nilai tertinggi 87, rata-rata pengetahuan remaja putri tentang anemia sesudah diberikan intervensi sebanyak 82,70 (Kategori baik), dengan standar deviasi 7,71, nilai terendah 57 dan nilai tertinggi 96, terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi gizi terhadap pengetahuan tentang anemia pada remaja putri SMAN 1 Seputih Mataram Lampung Tengah Tahun 2025 dengan p-value 0,000.

Saran dari penelitian ini antara lain, saran bagi pihak sekolah diharapkan sekolah menjadi media perantara yang memberikan informasi terkait pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya anemia. Saran bagi Universitas Aisyah Pringsewu meningkatkan kolaborasi antara program studi, puskesmas, dan sekolah untuk penyuluhan berkelanjutan. Selain itu, mengembangkan materi edukasi yang interaktif dan aplikatif, booklet atau pelatihan praktis, bukan hanya teoritis, dan meningkatkan penelitian yang berfokus pada faktor-faktor lain yang berkontribusi pada anemia, selain pengetahuan semata. saran bagi penulis lain diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi dan dijadikan sebagai salah satu acuan dalam penelitian serta dapat dikembangkan secara lebih luas, sehingga informasi ini dapat diterima secara nasional oleh Masyarakat. Saran bagi

siswi/remaja putri diharapkan remaja putri minum tablet tambah darah (TTD) secara rutin (satu tablet seminggu) dan mengonsumsi makanan bergizi seimbang yang kaya zat besi dari sumber hewani (daging, hati, telur) dan nabati (sayuran hijau, buah-buahan kering), serta meningkatkan penyerapan zat besi dengan mengonsumsi vitamin C. Jika mengalami gejala anemia, konsultasikan ke dokter untuk pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, D., Wardani, D. K., Putra, D. E., Wardani, N. A., & Karimah, R. N. (2024). Pengaruh pengetahuan terhadap anemia remaja putri di Kabupaten Jember. *Jurnal Ilmiah Inovasi*, 23 (3), 294–305. <https://doi.org/DOI:10.25047/jii.v23i3.4318>
- Anjani, D., Pauziah, U., & Novianti, D. (2022). Pelatihan Pembuatan Video Pembelajaran Menggunakan Aplikasi Perekam Layar di Madrasah Ibtidaiyah Far’ul Hidayah Depok. *ABDINE: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 69–79. <https://doi.org/10.52072/abdine.v2i1.322>
- Asmawati, N., Icha Dian Nurcahyani, Kurnia Yusuf, Fitri Wahyuni, & St Mashitah. (2021). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia Pada Remaja Putri SMPN
- 1 Turikale Tahun 2020. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 13(2), 22–30. <https://doi.org/10.35473/jgk.v13i2.122>
- Dewi, N. K. T., Kayanaya, A. G. R., & Kencana, I. K. (2020). Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Anemia dan Asupan Konsumsi Zat Besi. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 10(4) Doi: 10.36565/jak.v3i1.148
- Dwi Imani, R., Sucipto, H., Afridah, N., Syaifulloh, M., & Bambang Riono, S. (2023). Penyuluhan Pentingnya Label Pada Kemasan Produk Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM) Desa Randusanga Wetan. *ITAKARYA:Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 43–55. <https://ejournal.citakonsultindo.or.id/index.php/CITAKARYA/article/view/235>
- Fadhilah, T. M., Qinthora, F. Z., Pramudiya, F., Nurrohmah, F. S., Nurlaelani, H. P., Maylina, N., & Alfiraizy, N. (2022). Pengaruh Media Video Edukasi terhadap

- Peningkatan Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri. JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat), 5(1), 159.
<https://doi.org/10.30595/jppm.v5i1.9823>
- Farhan, K., Maulida, N. R., & Lestari, W. A. (2024). Pengaruh Edukasi Anemia Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan, Sikap, Serta Keberagaman Konsumsi Makanan Remaja Putri Di Smp Negeri 86 Jakarta. Journal of Nutrition College, 13(2), 127–138.
<https://doi.org/10.14710/jnc.v13i2.41172>
- Fauziyah, G. A., Pascawati, R., & Widayani, W. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Sman 5 Cimahi. Jurnal Medika 3(3), 97-104
<https://doi.org/10.33024/jikk.v11i5.15195>
- Fauziah,B., Junita,L & Wulansari,S (2022). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Mengenai Anemia Gizi Besi Dan Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di SMP 149 Jakarta. Darussalam Nutrition Journal.
<https://repository.binawan.ac.id/672>
- Febriani, A. Y. U., & Sijid, S. T. A. (2021). Review : Anemia Defisiensi Besi. Jurnal Biologi, 137–142.
<http://doi.org/10.333867/jb.v5i2.183>
- Gunawan Sakti, H. (2022). Sosialisasi Penggunaan Video Edukatif Pada Sikap Tanggung Jawab Siswa Smp Negeri 3 Sakra Timur. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Cahaya Mandalika, 3(2), 2722–2824.
<http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/abdimandalika/issue/archive>
- Kemenkes RI. (2023). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil dan Remaja Putri. Jakarta. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat
- Lasmawanti, S., Muflih, & Ardilla Siregar, M. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMA Budi Agung Medan. Jurnal Keperawatan Cikini, 5(1), 77–85.
<https://jurnal.akperrscikini.ac.id/index.php/JKC/article/view/152/153>
- Lelly Maria Ervianti, Zesika Intan Navelia, Yunri Merida. (2025). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja putri Di SMA Negeri 6 Pontianak. Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences), 14 (1)
<https://jurnal.ikta.ac.id/index.php/kebidanan>
- Lette,A. R., Fitri, H. N., Wulandari, E., Nenogasu, Y. D., & Jumetan, M. A. (2024). Pengaruh Metode Penyuluhan Menggunakan Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Siswa tentang Kesehatan Reproduksi Remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Amabi Oefeto. MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 4(8), 3442–3454.
<https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i8.14472>
- Maulina, W., Maryuni, S., & Karmila Sari, E. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia. Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI) E- ISSN, 4(1), 52–0.
<https://doi.org/10.34305/jiksi.v1i02.432>
- Mawarni, D. A. C. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi tentang Anemia Gizi Besi dengan Media Sosial Tiktok terhadap Pengetahuan Anemia Gizi Besi pada Siswi di SMPN 6 Cibitung Bekasi. Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta II
- Muthia, G., Nelly Syofiah, P., Maidelwita, Y., & Isra Hayati, I. (2024). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet Fe Di Sman 2 Padang. Jurnal Kesehatan Tambusai,5(2), 5056–5063.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/28317>
- Nardyawati, Elly and Toaha, Aminah and Adib, Nino (2023) Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Di Smpn 36 Samarinda. Journal of Educational Analytics (JEDA), 2 (3). pp. 349-360. ISSN e-ISSN: 2830-043
<https://doi.org/journal.formosapublisher.org/index.php/jed...>
- Nugroho, R. F., & Wardani, E. M. (2022). Habit of Consumption of Tea, Coffee and Fe Tablets With The Incidence of Anemia In Pregnant Women in Sidoarjo. Pancasakti Journal Of Public Health Science And

- Research, 1(3), 198–203.
<https://doi.org/10.47650/pjphsr.v1i3.321>
- Oktanasari, W., Yohana, B., & Ayuningtyas, O. (2024). Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Menu Seimbang Anak TK Kasih Ibu Kebun Rimba Belian Kabupaten Sanggau. *Jurnal Bina Cipta Husada*, XX(Januari), 29–40.
<https://doi.org/10.37267/jbch.v4i4.1259>
- Rahmani, S., & Yuliana, N. (2025). Edukasi Pentingnya Konsumsi Tablet Fe pada Remaja di SMAS Adhyaksa 1 Kota Jambi. 7(1), 105–112.
<https://doi.org/10.36565/jak.v7i1.872>
- Ramayanti, T. J., Sanjaya, R., Veronica, S. Y., Fara, Y. D., Lasmawanti, S., Mufliah, Ardilla Siregar, M., Nugroho, R. F., Wardani, E. M., Dwi Imani, R., Sucipto, H., Afridah, N., Syaifulloh, M., Bambang Riono, S., Fadhilah, T. M., Qinthara, F. Z., Pramudiya, F., Nurrohmah, F. S., Nurlaelani, H. P., ... Ayuningtyas, O. (2024). Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 3(2), 29–40.
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v15i02.1186>
- Rusdiana, R., & Zubaidah, Z. (2024). Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *JoIN : Journal of Intan Nursing*, 3(1), 1–8.
<https://doi.org/10.54004/join.v3i1.109>
- Ibu, P., Dan, H., & Putri, R. (2024.). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri. Jakarta. Kementerian Kesehatan RI; 2024.
<https://repository.kemkes.go.id/book/841> [20 Juli 2025]
- Salsabilla, F. H., Yanti, D. E., & Ekasari, F. (2024). Pendidikan Media Video Terhadap Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri. *Surya Medika: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 19(2), 91–95.
<https://doi.org/10.32504/sm.v19i2.950>
- Sugiyono. (2025). Statistik Untuk Penelitian. Bandung. Alfabeta.
- Wa Ode Siti Nur Asnia, Devi Savitri Effendy, & Ruwiah Ruwiah. (2025). Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2024. *Jurnal Medika Nusantara*, 3(1), 86–93.
<https://doi.org/10.59680/medika.v3i1.1657>
- Wari Nurjanah, F. (2023). Edukasi Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dengan Terapi Farmakologi Dan Non Farmakologi. *Jurnal Budimas*, 05(02), 1–6.
<https://doi.org/10.34311/jbs.v11i1.686>
- Widiyaning Pertiwi, H., Wijayanti, T., Setiyaningsih, A., & Studi Sarjana Kebidanan STIKES Estu Utomo, P. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Melalui Sosialisasi Aplikasi Ceria Dengan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada. *Ejurnal.Stikeseub.Ac.Id*, XV(02), 214–223.
<https://ejurnal.stikeseub.ac.id/index.php/jkeb/article/view/669>
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). Metodologi Penelitian. Pangkalpinang. CV Science Techno Direct.Dalam Pemberian Asi Eksklusif Di Kabupaten Bireuen. *Idea Nursing Journal*, 13(3), 7–14.
<https://doi.org/10.20473/imhsj.v6i3.2022.257-265>