

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Tahun 2025

Factors Related to the Incidence of Anemia in Adolescent in 2025

Richard Dimas Aditya⁽¹⁾, Ony Linda⁽¹⁾

⁽¹⁾Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta, Indonesia

Korespondensi Penulis : Richard Dimas Aditya Muhammad, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta, Indonesia
E-mail: dimasrichard572@gmail.com

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah gizi yang dijumpai pada remaja putri di dunia maupun di Indonesia. Remaja putri memiliki resiko lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra, di Indonesia tercatat 25,8% remaja putri usia 10-18 tahun menderita anemia. Sementara itu, di Jawa Barat tercatat 30,3% remaja putri usia 10-18 tahun yang mengalami anemia. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Taman Islam Kabupaten Bogor tahun 2025. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *observational* analitik dan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri di SMA Taman Islam pada kelas X-XII dengan jumlah sampel yaitu 80 remaja putri dengan teknik *sampling* menggunakan *purposive Sampling*. Hasil penelitian didapatkan bahwasannya 42 orang (52.5%) mengalami anemia, dan terdapat 3 variabel berupa pengetahuan anemia ($p\text{-value}=0,001$), konsumsi TTD ($p\text{-value}=0,002$) dan konsumsi kopi ($p\text{-value}=0,000$) yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia. Sedangkan pola menstruasi ($p\text{-value}=0,296$), konsumsi teh ($p\text{-value}=0,422$) dan *intake fe* ($p\text{-value}=0,341$) tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Kata Kunci: Anemia, Hemoglobin, Remaja Putri

ABSTRACT

Anemia is a nutritional problem found in adolescent girls in the world and in Indonesia. Adolescent girls have a greater risk of suffering from anemia compared to adolescent boys, in Indonesia it was recorded that 25.8% of adolescent girls aged 10-18 years suffered from anemia. Meanwhile, in West Java it was recorded that 30.3% of adolescent girls aged 10-18 years experienced anemia. The purpose of this study was to determine the factors related to the incidence of anemia in adolescent girls at SMA Taman Islam, Bogor Regency in 2025. The type of research used in this study was observational analytic and used a Cross Sectional approach. The population in this study were adolescent girls at SMA Taman Islam in grades X-XII with a sample size of 80 adolescent girls with a sampling technique using purposive sampling. The results of the study showed that 42 people (52.5%) had anemia, and there were 3 variables in the form of knowledge of anemia ($p\text{-value} = 0.001$), TTD consumption ($p\text{-value} = 0.002$) and coffee consumption ($p\text{-value} = 0.000$) which had a significant relationship with the incidence of anemia. Meanwhile, menstrual patterns ($p\text{-value}=0.296$), tea consumption ($p\text{-value}=0.422$) and iron intake ($p\text{-value}=0.341$) did not have a significant relationship.

Keywords: Anemia, Hemoglobin, Adolescent Girls.

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin dalam darah, di mana sel darah merah tidak mampu mengangkut oksigen secara optimal ke seluruh jaringan tubuh. Hal ini mengakibatkan penderita mengalami gejala seperti kelelahan, kelemahan, pucat, dan penurunan daya tahan tubuh. Penyebab anemia beragam, mulai dari kekurangan zat besi, defisiensi vitamin, pendarahan kronis, hingga gangguan produksi sel darah merah, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kesehatan seseorang secara signifikan. Nilai Anemia dalam darah merujuk pada ketetapan WHO, pada remaja putri 10-18 tahun yang belum hamil adalah <12 gr/dl (WHO, 2024).

WHO memperkirakan bahwa 30% wanita usia 15–49 tahun di seluruh dunia menderita anemia (Rismayanti et al., 2023). Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, di Indonesia tercatat 25.8% remaja putri usia 10-18 tahun menderita anemia. Sementara itu, di Jawa Barat tercatat 30,3% remaja putri usia 10-18 tahun yang menderita anemia (SKI, 2023).

Anemia berdampak besar pada kesehatan manusia, sosial, dan perkembangan ekonomi. Hasil pembangunan kesehatan yang buruk, seperti kematian neonatal dan perinatal, berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, dan pertumbuhan anak yang terhambat, sering dikaitkan dengan anemia (Chaparro & Suchdev, 2019). Baik jangka pendek maupun jangka panjang, anemia dapat menyebabkan masalah fisik, mental, prestasi belajar yang menurun, dan penurunan kebugaran remaja (Andriyana & Lubis, 2021).

Anemia pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional. Hal ini dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak sehingga dapat menimbulkan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah sakit, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, prestasi belajar menurun, meningkatkan risiko menderita infeksi, serta dapat mengakibatkan produktivitas kerja yang rendah.

Anemia pada wanita dapat disebabkan oleh banyak faktor, terutama pada remaja putri. Kekurangan zat besi, yang disebabkan oleh kehilangan darah selama menstruasi, serta perilaku pengaturan nutrisi atau pola makan yang sering kali rendah zat besi, konsumsi teh

dan kopi yang mengandung tannin adalah penyebab paling umum anemia pada wanita usia subur (WHO, 2021). Jika simpanan zat besi dalam tubuh tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan metabolisme, dapat terjadi defisiensi zat besi, yang dapat menyebabkan terhambatnya proses pembentukan eritrocyt atau sel darah merah, yang pada akhirnya dapat menyebabkan anemia. Pola makan yang buruk, yang dikenal sebagai rendah zat besi, dapat menyebabkan asupan zat besi yang rendah yang tidak sesuai dengan kebutuhan harian zat besi yaitu sebanyak 15mg, sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia. Selain itu, peradangan juga dapat menghambat penyerapan zat besi (WHO, 2020).

Upaya untuk mengatasi anemia harus dibarengi dengan rencana pemantauan yang jelas dan dirancang dengan baik. Penurunan prevalensi anemia, yang diukur dengan peningkatan konsentrasi hemoglobin di antara populasi sasaran, adalah indikator hasil utama yang menjadi perhatian dalam upaya pengurangan anemia (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan hasil skrining anemia yang dilakukan oleh Puskesmas Situ Udk pada tahun 2023 yang dilakukan di SMA Taman Islam kepada 74 remaja putri didapatkan 48 remaja putri yang mengalami anemia. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui mengenai "Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Taman Islam Kabupaten Bogor tahun 2025."

SUBYEK DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian observasional analitik serta pendekatan cross sectional memiliki kelebihan waktu pelaksanaan yang singkat dan hemat biaya, pendekatan cross sectional ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Taman Islam Kabupaten Bogor Tahun 2025.

Variabel dependen pada penelitian ini adalah kejadian anemia. Sedangkan variabel independen penelitian ini meliputi pengetahuan anemia, konsumsi TTD, pola menstruasi, konsumsi teh dan kopi serta *intake*. Penelitian ini dilakukan pada Desember 2024 sampai Mei 2025.

Sampel pada penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus *purposive sampling* dengan merujuk pada sitasi yang relevan sehingga dari total 153 orang siswi yang menjadi populasi kelas X-XII, didapatkan 80 orang siswi yang menjadi responden. Sampel dipilih secara random dengan catatan tidak sedang mengalami menstruasi karena akan mempengaruhi pengukuran.

Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan pendekatan analisis bivariat dengan menerapkan uji chi-square (χ^2) untuk menguji hubungan antara dua variabel kategorikal. Proses analisis dimulai dengan melakukan tabulasi silang (crosstab) antara variabel independen dan variabel dependen, kemudian dilakukan perhitungan nilai chi-square untuk menentukan apakah terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara kedua variabel tersebut.

Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel kontingensi yang menampilkan frekuensi observasi dan frekuensi harapan, dilengkapi dengan nilai chi-square hitung, derajat kebebasan (df), dan nilai p-value. Interpretasi hasil dilakukan dengan membandingkan nilai p-value terhadap tingkat signifikansi yang telah ditetapkan ($\alpha = 0,05$), dimana hubungan antar variabel dianggap signifikan jika p-value < 0,05, serta dilakukan analisis lebih lanjut menggunakan koefisien kontingensi untuk mengukur kekuatan hubungan antar variabel yang diteliti.

HASIL

A. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk memberikan gambaran terkait karakteristik responden, kejadian anemia pada remaja putri dan variabel bebas yang diteliti. Berikut adalah hasil analisis univariat pada penelitian ini:

Tabel 1. Hasil Univariat Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Tahun 2025

Variabel	Jumlah	
	n	%
Keterangan Anemia		
Anemia	42	52.5%
Tidak Anemia	38	47.5%
Pengetahuan Anemia		
Rendah	56	70%
Tinggi	24	30%
Konsumsi TTD		
Tidak Teratur	72	90%
Teratur	8	8%
Pola Menstruasi		
Tidak Normal	62	77.5%
Normal	18	22.5%
Konsumsi teh		
Tidak Baik	29	36.25%
Baik	51	63.75%
Konsumsi kopi		
Tidak Baik	54	67.5%
Baik	26	32.5%
Intake Fe		
Tidak Cukup	76	95%
Cukup	4	5%

Berdasarkan tabel rekapitulasi hasil analisis univariat, dapat dilihat bahwa mayoritas responden (52,5%) mengalami anemia, dengan 70% responden memiliki pengetahuan anemia yang rendah dan 30% yang ringan. Sebagian besar responden (90%) tidak teratur mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), sementara 77,5% mengalami pola menstruasi yang tidak normal.

Terkait konsumsi makanan, 63,75% responden memiliki konsumsi teh yang baik, namun 67,5% memiliki konsumsi kopi yang tidak baik. Yang mengkhawatirkan adalah 95% responden memiliki intake zat besi yang tidak cukup, dengan hanya 5% yang memiliki intake zat besi cukup. Data ini menunjukkan adanya hubungan yang jelas antara rendahnya pengetahuan tentang anemia, ketidakteraturan konsumsi TTD, pola menstruasi yang tidak normal, dan terutama intake zat besi yang tidak

adekuat dengan tingginya prevalensi anemia pada populasi yang diteliti, mengindikasikan perlunya intervensi komprehensif untuk meningkatkan pengetahuan, kepatuhan konsumsi suplemen, dan perbaikan pola konsumsi makanan sumber zat besi.

B. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mencari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan uji statistik. Uji statistik yang digunakan yaitu uji Chi-Square dan penentuan Prevalensi Rato (PR) dengan tingkat kepercayaan (CI) 95% dengan tingkat kemaknaan 0.05. Berikut adalah hasil analisis bivariat penelitian menggunakan aplikasi pengolah data.

Tabel 2. Hasil Bivariat Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Tahun 2025

Pengetahuan	Anemia				Total		PR 95%	P value
	Ya		Tidak		n	%		
Rendah	37	66.1%	19	33.9%	56	100%	3.171	
Tinggi	5	20.8%	19	79.2%	24	100%	(1.422-	0.001
Total	42	52.5%	38	47.5%	80	100%	7.073)	
Konsumsi TTD								
Tidak Teratur	42	58.3%	30	41.7%	72	100%	0.417	
Teratur	0	0%	8	100%	8	100%	(0.317-	0.002
Total	42	52.5%	38	47.5%	80	100%	0.548)	
Pola Menstruasi								
Tidak Normal	35	56.5%	27	43.5%	62	100%	0.689	
Normal	7	38.9%	11	61.1%	18	100%	(0.371-	0.296
Total	42	52.5%	38	47.5%	80	100%	1.279)	
Konsumsi Teh								
Tidak Baik	13	44.8%	16	55.2%	29	100%	0.788	
Baik	29	56.9%	22	43.1%	51	100%	(0.493-	0.422
Total	42	52.5%	38	47.5%	80	100%	1.260)	
Konsumsi Kopi								
Tidak Baik	19	35.2%	35	64.8%	54	100%	0.398	
Baik	23	88.5%	3	11.5%	26	100%	(0.270-	0.000
Total	42	52.5%	38	47.5%	80	100%	0.586)	
Intake Fe								
Tidak Cukup	41	53.9%	35	46.1%	76	100%	2.158	
Cukup	1	25%	3	75%	4	100%	(0.390-	0.341
Total	42	52.5%	38	47.5%	80	100%	11.931)	

Berdasarkan hasil analisis bivariat, terdapat hubungan yang signifikan antara beberapa variabel dengan kejadian anemia. Pengetahuan anemia menunjukkan hubungan signifikan ($p=0,01$), konsumsi TTD memiliki hubungan signifikan ($p=0,02$) dan konsumsi kopi memiliki hubungan signifikan ($p=0,00$). Sedangkan pola menstruasi ($p=0,296$), konsumsi teh ($p=0,422$) dan intake fe ($p=0,341$) tidak memiliki hubungan yang signifikan karena nilai $p\text{-value}>0,005$.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian diketahui distribusi kejadian anemia pada remaja putri di SMA Taman Islam yaitu 42 orang (52,5%), hasil tersebut menunjukkan adanya selisih dari yang menderita anemia dengan yang tidak menderita anemia.

Hasil observasi berdasarkan penelitian dapat dilihat bahwasannya remaja putri di SMA Taman Islam cenderung memiliki pengetahuan yang rendah 56 orang (70%) terkait anemia dan memiliki hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p\text{-value } 0,001<0,05$, hal tersebut karena minimnya edukasi yang didapat dan kurang rasa ingin tahu terkait anemia, sehingga meningkatkan risiko terkena anemia karena dengan memiliki pengetahuan yang tinggi maka akan dengan bijak dapat menentukan perilaku dan kebiasaan dalam mencegah anemia. Sejalan dengan itu penelitian terdahulu membuktikan, kegiatan edukasi gizi seimbang dan pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 254 Jakarta menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah dilakukan edukasi. Persentase siswa dengan pengetahuan sangat baik meningkat dari 31,9% menjadi 59,4%, dengan nilai $p\text{-value } 0,043$ yang menunjukkan hasil ini signifikan secara statistik. Oleh karena itu, edukasi ini diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan untuk mencegah anemia dan meningkatkan status gizi remaja putri secara umum (Fitria & Nurul 2023). Menurut hasil penelitian terdahulu remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang tentang anemia berisiko lebih tinggi mengalami kondisi tersebut. Setelah dilakukan edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, dimana hanya 31,9% siswi yang memiliki pengetahuan dengan kategori sangat baik sebelum edukasi, dan meningkat menjadi 59,4% setelah edukasi, peningkatan pengetahuan mengenai anemia ini

sangat penting sehingga risiko terkena anemia dapat berkurang (Fitria & Astuti, 2023).

Tidak terurnya konsumsi TTD 72 orang (90%) memiliki hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p\text{-value } 0,002<0,05$, sebagai dari akibat faskes tidak teratur dalam memberikan TTD kepada remaja putri di sekolah-sekolah yang berada diwilayah kerja puskesmas Situ Udk dan juga ketidaktahuan untuk mengkonsumsinya secara mandiri yang berkaitan dengan kemampuan dalam minimnya membeli menyebabkan prevalensi anemia di SMA Taman Islam cukup tinggi. Hasil penelitian mengenai konsumsi tablet Fe (TTD) di kalangan remaja putri di SMK NU Ungaran yang dilakukan oleh Ariska Utami menunjukkan bahwa keteraturan dalam mengkonsumsi Tablet Tambah Darah dapat mempengaruhi kejadian anemia. Penelitian ini menemukan hubungan signifikan antara konsumsi tablet Fe dan kejadian anemia, dengan $p\text{-value } 0,033$, yang menunjukkan bahwa remaja putri dengan konsumsi tablet Fe yang baik memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami anemia. (Utami, 2019).

Kebiasaan mengkonsumsi kopi dengan tidak baik 54 orang (67.5%) yang berkaitan dengan kandungan tanin yang dapat mengikat zat besi sehingga penyerapannya terhambat memiliki hubungan yang signifikan ditandai dengan nilai $p\text{-value } 0,000<0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara waktu konsumsi kopi dan kejadian anemia pada remaja putri. Dari analisis, 44% remaja putri yang mengonsumsi kopi 1-2 jam sebelum/sesudah makan mengalami anemia, sedangkan hanya 6,9% dari mereka yang mengonsumsi kopi lebih dari 2 jam sebelum/sesudah makan mengalami anemia ($p=0,005$). Namun, tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara jumlah konsumsi kopi dengan anemia, dengan $p\text{-value } 0,128$ (Adiansyah et al., 2024).

Meskipun variabel pola menstruasi, konsumsi teh dan intake fe tidak memiliki hubungan yang signifikan secara statistik akan tetapi masing-masing dari variabel tersebut memiliki peluang untuk mengalami anemia dengan masing-masing peluang pada remaja putri yang mengalami pola menstruasi tidak normal berpeluang 0,689 kali terkena anemia dibandingkan dengan remaja putri yang pola menstruasi normal. Remaja putri yang memiliki konsumsi teh tidak baik berpeluang 0,788 kali terkena anemia dibandingkan remaja putri yang

kensumsi tehnya dalam kategori baik. Kemudian, remaja putri yang *intake fe* nya tidak cukup berpeluang 2,158 kali terkena anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki *intake fe* cukup.

Berdasarkan teori kemenkes terdapat beberapa faktor yang memiliki hubungan signifikan dalam mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri. Pola makan yang tidak seimbang dan kurang asupan zat besi dapat menyebabkan defisiensi zat besi yang merupakan penyebab utama anemia gizi. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia dan gizi mempengaruhi perilaku konsumsi makanan bergizi, dimana pengetahuan yang baik akan mendorong pemilihan makanan sumber zat besi yang tepat. Pola menstruasi, khususnya menstruasi dengan volume darah yang banyak dan siklus yang tidak teratur, dapat meningkatkan kehilangan zat besi sehingga meningkatkan risiko anemia. Konsumsi tanin yang terdapat dalam kopi dan teh dapat menghambat absorpsi zat besi non-heme di usus halus karena tanin membentuk kompleks dengan zat besi yang sulit diserap tubuh. Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai suplementasi zat besi terbukti efektif dalam mencegah dan mengatasi anemia, sedangkan intake zat besi dari makanan (dietary iron) merupakan sumber utama zat besi yang dibutuhkan tubuh untuk pembentukan hemoglobin. Keenam faktor ini saling berinteraksi dan mempengaruhi status hemoglobin dalam darah, sehingga pemahaman terhadap hubungan antar variabel tersebut menjadi dasar teoritis yang kuat dalam penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Untuk mengatasi kejadian anemia di SMA Taman Islam yang disebabkan oleh rendahnya pengetahuan tentang anemia, konsumsi TTD yang tidak teratur, dan kebiasaan konsumsi kopi yang tidak baik, diperlukan pendekatan komprehensif melalui program edukasi kesehatan yang intensif kepada siswa mengenai pentingnya pencegahan anemia, gejala, dan dampaknya terhadap prestasi akademik. Sekolah perlu berkoordinasi dengan puskesmas atau dinas kesehatan setempat untuk memastikan distribusi TTD yang konsisten dan terjadwal, sembari memberikan panduan konsumsi yang tepat seperti diminum dengan vitamin C dan menghindari konsumsi bersamaan dengan teh

atau kopi. Selain itu, perlu dilakukan kampanye pengurangan konsumsi kopi terutama saat makan atau setelah minum TTD, serta mempromosikan pola makan bergizi seimbang dengan makanan kaya zat besi seperti sayuran hijau, daging, dan kacang-kacangan. Program *peer education* atau pembentukan kader kesehatan remaja di sekolah juga dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kesadaran dan kepatuhan siswa dalam mencegah anemia.

KESIMPULAN

Hasil penelitian didapatkan bahwasannya 42 orang (52.5%) terkena anemia, dan terdapat 3 variabel berupa pengetahuan anemia, konsumsi TTD dan konsumsi kopi yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia. Perlunya pemberian edukasi mengenai anemia sehingga dapat meningkatkan perilaku pencegahan anemia, pemberian TTD secara konsisten dan berkala serta pemantauan keteraturan dalam mengkonsumsinya, dan memberikan edukasi mengenai porsi dan waktu yang tepat dalam mengkonsumsi kopi sehingga penyerapan zat besi dalam tubuh menjadi optimal.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kepala sekolah dan *staff* SMA Taman Islam karena telah memberikan izin untuk dilakukan penelitian, serta kepada banyak pihak yang tidak dapat disebutkan semua karena telah membantu baik dalam segi moral dan moril dalam pelaksanaan dan penyajian terkait Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Taman Islam Kabupaten Bogor Tahun 2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiansyah, Mi., Muniroh, L., & Maharani, F. P. (2024). Kebiasaan Konsumsi Kopi Dan Tingkat Kecukupan Zat Besi Dengan Anemia Pada Remaja Putri. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 34(3), 504–512.
- Amalia, N., & Meikawati, W. (2024). *Factors Associated With The Incidence Of Anemia in Adolescent Girls Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri menyebabkan kehilangan banyak darah . Remaja putri mempunyai kebutuhan Menurut hasil studi pendahuluan , Pemberian .* 4(2), 129–141.

- Anemia, K., Pada, G., Putri, R., & Anggraini, L. (2019). *Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri* (M. S. Noor, F. Rahman, D. Rosadi, A. R. Sari, N. Laily, & V. Y. Anhar (eds.); Cetakan ke). Penerbit CV Mine.
- Aspihani, G. M., Studi, P., Kebidanan, S., Kesehatan, F., & Sari, U. (2023). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Puteri Di SMAN 1 Kelumpang Tengah*. 3(3), 40–52.
- Atik, N. S., Susilowati, E., & Kristinawati. (2022). Gambaran Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMK Wilayah Dataran Tinggi. *Jurnal Indonesia Kebidanan*, 6(2), 61–68. <http://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/ijb/article/view/1731/1033>
- Boli, E. B., Al-faida, N., & Ibrahim, N. S. I. (2022). Konsumsi Tablet Tambah Darah, Kebiasaan Minum Teh, Dan Anemia Pada Remaja Putri Di Nabire. *Human Care Journal*, 7(1), 141. <https://doi.org/10.32883/hcj.v7i1.1617>
- Entoh, C., Radjulaeni, Z., & Astuti, M. D. (2023). *Napande : Jurnal Bidan Hubungan Pola Makan dan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri*. 2, 48–53. <https://doi.org/10.33860/njb.v2i1.2188>
- Fitria, F., & Astuti, N. H. (2023). Cegah Anemia dengan Edukasi Gizi Seimbang Pada Remaja Putri di SMPN 254 Jakarta. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 5(2), 181–188. <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v5i2.1690>
- Hidayat, G. F., & Widhiyastuti, E. (2022). Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Pengunjung Kedai “Sederhana Kopi” Surakarta. *Journal of Indonesian Medical Laboratory and Science (JoIMedLabS)*, 3(2), 108–118. <https://doi.org/10.53699/joimedlabs.v3i2.78>
- Hu, Z., Tang, L., Chen, L., Kaminga, A. C., & Xu, H. (2019). Original Article Prevalence and Risk Factors Associated with Primary Dysmenorrhea among Chinese Female University Students : A Cross-sectional Study. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 33(1), 15–22. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2019.09.004>
- Ikhtiyaruddin, I., Alamsyah, A., Mitra, M., & Setyaningsih, A. (2020). Determinan Kejadian Anemia pada siswi Di SMAN 1 Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir pada tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(1), 56–62. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol6.iss1.527>
- Ilham Kamaruddin, Juwariah, T., & Susilowati, T. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan Masyarakat* (Issue September).
- Indonesian Ministry Of Health Development Policy Board. (2023). Indonesian Health Survey (Survei Kesehatan Indonesia) 2023. *Ministry of Health*, 1–68.
- Islam, S. T. (2024). *Profil SMA Taman Islam Kabupaten Bogor*. <http://sma.tamanislam.sch.id/index.php/ar/semtentang-sma-taman-islam>
- Kemenkes RI. (2020a). Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Ibu Hamil. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 24. https://promkes.kemkes.go.id/pub/files/files99516TTD_BUMIL_OK2.pdf
- Kemenkes RI. (2020b). Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. *Kementerian Kesehatan RI*, 22. <http://appx.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). *Permenkes RI Tabel AKG*. 1–23.
- Marini, A. R., & Stefani, M. (2024). *Hubungan Konsumsi Teh Dan Kopi Ready To Drink Serta Kualitas Tidur Terhadap Risiko Anemia Remaja Putri Di Sman 8 Kota Bogor*. 13(September 2023), 115–126.
- Nabila, S. F. (2022). PERKEMBANGAN REMAJA Adolescense Sofa Faizatin Nabila. *Book Chater, March*, 1–12. https://www.researchgate.net/publication/359369967_PERKEMBANGAN_REM_AJA_Adolescense
- Nursilaputri, H. P., Subiastutik, E., & Setyarini, D. I. (2022). Literature Review Konsumsi Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(2), 283–290. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i2.1033>

- Pakpahan, Martina, Deborah Siregar, Andi Susilawaty, Tasnim, M., Radeny Ramdany, E. I. M., Efendi Sianturi, M. R. G. T., & Yenni Ferawati Sitanggang, M. M. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Yayasan Kita Menuis.
- Pallangga, P. (2019). *Seminar nasional sains, teknologi, dan sosial humaniora uit 2019*.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Setiawan, M. I., & Ayu, A. D. S. (2021). Implikasi pemberian susu fermentasi sinbiotik (Lactobacillus plantarum DAD13-FOS) dengan asupan protein, pengetahuan dan penurunan anemia pada remaja putri. *Prosiding Seminar Nasional Lingkungan Lahan Basah*, 6(2), 1–7.
- Rismayanti, E., Kerja, W., Laboy, P., Working, R., Of, A., & Jaya, L. (2023). *Evidance midwifery journal*. 2(1), 1–5.
- Saku, B., Anemia, P., Ibu, P., Dan, H., & Putri, R. (n.d.). *616.152 Ind b Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri*.
- Sman, D. I., & Gresik, M. (2019). *Hubungan Asupan Zat Besi , Protein , Vitamin C Dan Pola Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri*. 14(2), 147–153.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928.
<https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Utami, A. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Konsumsi Tablet FE Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMK NU Ungaran. *E-Jurnal Universitas Ngudi Waluyo*, 1–13.
<http://repository2.unw.ac.id/id/eprint/256>
- Utri, P. (2020). *Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja*. 11(2), 314–327.
- Volume, J., & Islamy, A. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Factors That Influence The Menstruation Cycle In Young Women Level Iii*. 1, 13–18.
- Widyaningrum, R., & Setyaningrum, Z. (2024). *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMK Batik 2 Surakarta*. 24(3), 2174–2178.
- WHO. (2024). *Anemia*. WHO.
<https://www.who.int/health-topics/anaemia#tab>