

PENYULUHAN ANEMIA PADA REMAJA SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PENCEGAHAN ANEMIA DI POSYANDU REMAJA “SEHATI” DESA TEMPEL KECAMATAN GATAK KABUPATEN SUKOHARJO

Febrian Rida Saputra^{4*}, Ilham Nur Ahmadyani⁴, Pinkan Puspita Kinanty⁴, Qoriah Titin Masyitoh¹, Maharani¹, Husna Ayu Amalia¹, Aisyah Sekar Widya Nansha², Mala Azzahra², Dewi Vinata³, Maya Cristinawati³, Shofia Nur Latifa³, Tiara Fatmariska¹, Dwi Sarbini²

¹Prodi Fisioterapi – Fakultas Ilmu Kesehatan – Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Prodi Ilmu Gizi – Fakultas Ilmu Kesehatan – Universitas Muhammadiyah Surakarta

³Prodi Keperawatan – Fakultas Ilmu Kesehatan – Universitas Muhammadiyah Surakarta

⁴Prodi Kesehatan Masyarakat – Fakultas Ilmu Kesehatan – Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: j410210041@student.ums.ac.id

Abstrak

(1) Permasalahan gizi di Indonesia, khususnya anemia pada remaja putri, masih menjadi tantangan serius. Di Desa Tempel, Kabupaten Sukoharjo, prevalensi anemia tinggi disebabkan oleh asupan zat besi yang kurang dan kehilangan darah saat menstruasi. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah mencegah anemia melalui edukasi gizi seimbang dan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD).; (2) Metode yang digunakan meliputi survei lapangan, cek kesehatan, pre- test, edukasi, diskusi, dan *pos-test*. Sasaran kegiatan adalah remaja di Desa Tempel, yang dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan tentang pencegahan anemia dengan menerapkan pedoman gizi seimbang.; (3) Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia. Hasil *pre-test* menunjukkan nilai rata- rata 8,22, sementara *pos-test* meningkat menjadi 8,94. Ini menunjukkan efektivitas pendekatan edukasi yang komprehensif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya gizi seimbang dan konsumsi TTD.; dan (4) kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia. Saran yang diberikan adalah perlunya keberlanjutan program melalui Posyandu Remaja dan dukungan berkelanjutan dari kader kesehatan untuk memastikan kepatuhan konsumsi makanan bergizi dan TTD.

Kata Kunci: Anemia; Gizi seimbang; Penyuluhan; Remaja putri; TTD

Abstract

(1) Nutritional problems in Indonesia, particularly anemia in adolescent girls, remain a serious challenge. In Tempel Village, Sukoharjo Regency, the high prevalence of anemia is caused by insufficient iron intake and blood loss during menstruation. The objective of this community service activity is to prevent anemia through balanced nutrition education and iron supplementation (Tablet Tambah Darah - TTD). (2) The methods used include field surveys, health checks, pre-tests, education, discussions, and *pos-tests*. The target group is adolescents in Tempel Village, with activities conducted through health examinations and counseling on anemia prevention by applying balanced nutrition guidelines. (3) The results show an increase in adolescents' knowledge about anemia. Pre-test results showed an average score of 8.22, while *pos-test* scores increased to 8.94. This indicates the effectiveness of a comprehensive educational approach in enhancing adolescents' understanding of the importance of balanced nutrition and TTD consumption. (4) This activity successfully increased awareness and knowledge among adolescents about anemia prevention. The suggestion is to ensure the program's sustainability through the Youth Posyandu and ongoing support from health cadres to ensure adherence to nutritious diets and TTD consumption.

Keywords: Anemia; Balanced nutrition; Counseling; Teenage girl; TTD

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi di Indonesia masih menjadi pekerjaan rumah yang belum terselesaikan. Masalah kekurangan gizi mikro seperti anemia merupakan salah satu dari beberapa masalah yang terjadi di Indonesia.

Tidak hanya di Indonesia, anemia juga merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia. Hampir 2,3 miliar orang mengalami anemia. Di Indonesia, anemia merupakan penyakit paling umum. Prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%, artinya 3-4 dari 10 remaja

menderita anemia (1).

Remaja putri pada masa pubertas sangat berisiko mengalami anemia gizi. Penyebabnya adalah banyaknya zat besi yang hilang selama proses menstruasi. Kejadian anemia juga diperburuk oleh kurangnya asupan zat besi (2). Beberapa dampak anemia pada remaja putri cukup memprihatinkan, seperti penurunan Kesehatan. Di masa dewasa, kondisi anemia diperparah ketika hamil yang menyebabkan tidak optimalnya pertumbuhan dan perkembangan janin, komplikasi hamil dan persalinan, serta berakibat pada kematian ibu dan anak (3).

Pada wanita usia subur (15-49 tahun) dikategorikan anemia jika memiliki Hb <12 g/dl. Berdasarkan data Riskesdas 2013 proporsi anemia pada perempuan (23,9%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (18,4%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 18,4% tahun 2013. Proporsi tersebut naik berdasarkan data Riskesdas 2018 yang menyebutkan bahwa proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (20,3%). Proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% tahun 2018 (1).

Sesuai rekomendasi WHO pada tahun 2011, upaya penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur difokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan, yaitu peningkatan makanan kaya zat besi atau dengan gizi yang seimbang, suplemen (TTD), serta peningkatan fortifikasi bahan pangan dengan zat besi dan asam folat. Suplementasi TTD pada remaja putri dan wanita usia subur merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh (4).

Berdasarkan Dinkes Provinsi Jawa Tengah

tahun 2014 anemia pada remaja putri yang berada di Kabupaten Sukoharjo masih merupakan masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya mencapai angka lebih dari 15% dan pada usia sekolah sebesar 26,5%. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Djatmika menunjukkan bahwa dari 626 remaja putri di Sukoharjo sebesar 37,53% mengalami suspek anemia (5). Kemudian di Desa Tempel Kabupaten Sukoharjo, dari hasil sampling pemeriksaan yang dilakukan untuk mengecek anemia pada remaja putri di Desa Tempel, ditemukan bahwa terdapat 7 orang remaja putri yang terkena anemia dari total keseluruhan sampling berjumlah 50 orang remaja putri.

Di balik hamparan sawah dan keramahan penduduknya, Desa Tempel di Kabupaten Sukoharjo menyimpan sebuah ancaman tersembunyi bagi kesehatan masyarakat yaitu anemia. Anemia merupakan kondisi di mana tubuh kekurangan sel darah merah atau hemoglobin. Hemoglobin adalah protein dalam sel darah merah yang membawa oksigen ke seluruh tubuh. Kekurangan oksigen dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti kelelahan, kelemahan, sesak napas, dan pusing (6).

Dampak anemia pada remaja sangatlah signifikan. Anemia dapat menyebabkan kelemahan dan kelelahan sehingga mengganggu aktivitas belajar dan bersosialisasi. Selain itu, daya tahan tubuh remaja dapat menurun, membuat mereka lebih rentan terhadap penyakit dan memperlambat proses pemulihan. Dalam kasus yang parah, anemia bahkan bisa berakibat fatal, merenggut nyawa remaja yang seharusnya penuh potensi (7).

Untuk mengatasi anemia di kalangan remaja Desa Tempel, berbagai upaya perlu dilakukan secara komprehensif dan berkelanjutan. Peningkatan edukasi tentang

anemia sangat penting, melalui program sekolah, kegiatan komunitas, dan media massa.

Pola makan juga perlu diperbaiki dengan mendorong konsumsi makanan kaya zat besi dan memberikan edukasi tentang pola makan seimbang. Pemberian suplemen zat besi kepada remaja yang berisiko tinggi, seperti mereka yang memiliki pola makan kurang bergizi atau riwayat penyakit kronis, juga perlu dilakukan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ngatu et al., yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan pemenuhan kebutuhan zat gizi pada siswi di SMKN 4 Yogyakarta (8).

Berdasarkan hasil analisis, rumusan masalah yang ditetapkan yakni kasus anemia pada remaja perempuan di Desa Tempel. Tujuan kegiatan dilakukan untuk mencegah anemia melalui pedoman gizi yang seimbang dan TTD. Program yang dilaksanakan meliputi pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan pencegahan anemia. Lokasi pengabdian Masyarakat ini berada di Balai Desa Tempel. Kegiatan program ini, diharapkan dapat memberikan manfaat seperti meningkatkan kesadaran dan pengetahuan para remaja mengenai pentingnya pencegahan anemia serta mendorong perubahan perilaku dalam mengkonsumsi makanan yang bergizi seimbang dan kepatuhan untuk minum TTD. Dengan adanya program pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat mengurangi tingginya kasus anemia pada remaja perempuan di Desa Tempel.

METODE PENGABDIAN

Program pengabdian masyarakat Desa Tempel Kecamatan Gatak dilakukan melalui beberapa tahap, diantaranya yaitu : (1) survei

lapangan; (2) persiapan pelaksanaan kegiatan; (3) cek kesehatan; (4) *pre-test*; (5) edukasi gizi dan anemia; (6) diskusi; (7) *pos-test*.

Sasaran kegiatan ini adalah Para remaja di Desa Tempel, Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo. Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 02 Juni 2024 pukul 09.00 WIB bertempat di Kantor Desa Tempel. Kegiatan dilakukan dengan tahapan :

1. Pada tahap survei dilakukan analisis situasi ibu hamil di wilayah Desa Tempel, sehingga diketahui kondisi para remaja dengan jelas. Pengamatan dilakukan dengan cara berkomunikasi dengan Bidan Desa Tempel, Kecamatan Gatak dengan menanyakan berbagai hal mengenai kondisi para remaja di Desa Tempel Kecamatan Gatak. Selanjutnya merumuskan solusi dan target luaran yang akan dicapai. Pada tahap ini juga dilakukan perizinan tempat guna kegiatan pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan. Kemudian tahap persiapan guna menindaklanjuti rumusan solusi dan target luaran yang sudah ditentukan berdasarkan permasalahan yang ada.
2. Tahap persiapan materi
Pada tahap ini dilakukan pembuatan materi penyuluhan dan edukasi yang tepat yang akan dilakukan untuk mencapai target luaran yang sudah direncanakan.
3. Tahap pelaksanaan
Sebelum pelaksanaan edukasi, diawali dengan cek kesehatan dilakukan pada saat para remaja sampai di lokasi kegiatan. Cek kesehatan meliputi cek tinggi badan, berat badan, pengukuran LILA, pengukuran lingkaran perut, tensi, dan cek GDS.

Pelaksanaan edukasi Sebelum diberikan edukasi peserta diberikan *pre-test* yang berisi kuisisioner 10 pertanyaan dengan ceklis benar

salah. Seluruh remaja mengerjakan pre-test tentang pencegahan anemia dengan menerapkan pedoman gizi seimbang dalam waktu 5 menit dengan menggunakan *google form*. Tahap edukasi pencegahan anemia dengan menerapkan pedoman gizi seimbang dilakukan secara ceramah dengan media PowerPoint.

Pada tahap ini pengabdian atau penerbitan memberikan materi tentang pencegahan anemia dengan menerapkan pedoman gizi seimbang yang dilanjutkan sesi tanya jawab untuk memperjelas materi yang sudah disampaikan. Tahap akhir dari pelaksanaan kegiatan edukasi ini adalah *pos-test*. *Pos-test* dilakukan setelah materi diberikan sebagai tahap evaluasi kepada para remaja di Desa Tempel Kecamatan Gatak. *Pos-test* diberikan dalam bentuk 10 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar salah. Hasil pre-test dan *pos-test* kemudian dianalisis secara sederhana untuk mengetahui perubahan pengetahuan yang dicapai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan pencegahan anemia pada remaja yang dilaksanakan di Desa Tempel, Selasa, 02 Juni 2024, dengan peserta para remaja sebanyak 18 orang. Rangkaian kegiatan yang dilakukan antara lain :

a. Pemeriksaan Kesehatan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dilakukan mulai pukul 09.00 yang dilakukan oleh mahasiswa keperawatan yang bertugas. Kegiatan pemeriksaan ini dimulai dari pengecekan Tanda-Tanda Vital dan Pengukuran Antropometri, meliputi cek tinggi badan, berat badan, pengukuran LILA, pengukuran lingkar perut, tensi, dan cek GDS. Setelah itu para remaja diberikan waktu untuk mengerjakan *pre-test* melalui *google form* tentang pengetahuan anemia pada remaja.



Gambar 1. Pelaksanaan Posyandu Remaja



Gambar 2. Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan

b. Penyuluhan Kesehatan

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan anemia dengan menerapkan pedoman gizi seimbang menggunakan media PPT dimulai pukul 09.30 dengan pembicara dari mahasiswa prodi gizi yang bertugas. Pemaparan materi dilakukan selama 30 menit dan sesi tanya jawab dilakukan selama 15 menit. Para remaja yang aktif bertanya akan mendapatkan doorprize.

Materi penyuluhan disusun oleh mahasiswa prodi gizi dengan mengacu pada beberapa sumber jurnal. Isi dari materi mencakup pengertian anemia, penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, dampak anemia, serta cara pencegahan dan penanggulangan anemia. Dalam kegiatan penyuluhan, para remaja dibagikan leaflet tentang status

gizi yang seimbang, disampaikan juga masalah gizi seimbang pada remaja, pemenuhan gizi seimbang, 10 pedoman gizi seimbang, isi piringku, cara pencegahan anemia dengan “CERIA”, serta anjuran untuk minum TTD (Tablet Tambah Darah) untuk remaja dan wanita usia subur. Kegiatan penyuluhan dirancang untuk memberikan pemahaman menyeluruh kepada

para remaja tentang anemia dan gizi seimbang, menjelaskan aspek-aspek penting terkait pencegahan, dan memberikan informasi praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut didukung oleh Fitriyani et al., bahwa setelah pelaksanaan penyuluhan anemia pada siswi MAN 21 Jakarta, diperoleh pengetahuan dan pemahaman para siswa mengenai anemia meningkat secara signifikan (9).



Gambar 3. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan

Pengisian *post-test* melalui *google form* diselenggarakan sebagai evaluasi dari materi penyuluhan yang telah dijelaskan sebelumnya. Pertanyaan-pertanyaan dalam *google form* mencakup materi yang telah dipaparkan oleh mahasiswa pada sesi penyuluhan. Penggunaan teknologi diintegrasikan dengan mengadakan *post-test* melalui *google form*, dimana sebelumnya mahasiswa telah merancang sejumlah pertanyaan untuk diberikan kepada remaja di Desa Tempel.

Pembuatan media Leaflet dan Modul sebagai pencegahan anemia dengan

menerapkan gizi yang seimbang berfungsi sebagai media informasi tambahan kepada para remaja di Desa Tempel, dalam memenuhi asupan kebutuhan sehari-hari. Modul tersebut diberikan kepada kader posyandu agar dapat digunakan dan dibawa setiap kali melaksanakan posyandu remaja.

Kegiatan ini didampingi oleh bidan desa dengan jumlah peserta sebanyak 18 remaja, karakteristik yang dapat dilihat pada kegiatan ini meliputi jenis kelamin, pendidikan, dan pengetahuan *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 1. Karakteristik Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase(%)
Perempuan	16	88,9
Laki-laki	2	11,1
Total	18	100

Berdasarkan tabel 1 karakteristik jenis kelamin, dapat diketahui bahwa 16 dari 18 orang dengan presentase 88,9% remaja berjenis kelamin perempuan, sedangkan 2 lainnya dengan presentase 11,1% remaja berjenis kelamin laki-laki. Namun, hal ini remaja putri

yang masih harus mendapatkan perhatian karena remaja putri cenderung beresiko mengalami anemia. Hal ini didukung oleh penelitian Sari et al., bahwa remaja putri dengan asupan protein kurang mempunyai peluang lebih besar untuk mengalami anemia (10). Oleh karena itu, sejalan dengan kegiatan ini yakni

untuk mencegah anemia dengan menerapkan gizi yang seimbang.

Tabel 2. Karakteristik Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Presentase(%)
SD	4	22,2
SMP	6	33,3
SMA	8	44,4
Total	18	100

Berdasarkan tabel 2 karakteristik pendidikan, dapat diketahui bahwa 4 dari 18 orang dengan presentase 22,2% remaja dengan pendidikan SD, kemudian 6 dari 18 orang dengan presentase 33,3% remaja dengan pendidikan SMP, dan 8 dari 18 orang dengan

presentase 44,4% remaja dengan pendidikan SMA. Dengan demikian pelaksanaan kegiatan posyandu remaja ini banyak didominasi oleh remaja dengan tingkat pendidikan SMA.

Tabel 3. Hasil Pengetahuan *Pre-test* dan *Post-test*

	Mean	S.deviation	Min-Max
<i>Pre-test</i>	8,22	1,003	6-10
<i>Post-test</i>	8,94	0,998	7-10

Berdasarkan tabel 3 *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan para remaja di Desa Tempel yang dilaksanakan saat posyandu remaja, menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada saat sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan dengan hasil mean pada *pre-test* sebesar 8,22 dan *post-test* 8,94, pada S.deviation *pre-test* mendapatkan hasil 1,003 dan *post-test* 0,998, dan min-max *pre-test* mendapatkan hasil 6-10 dan *post-test* mendapatkan hasil 7-10.

Pada tahap akhir dari pelaksanaan kegiatan edukasi ini adalah berupa *pos-test* sebagai tahap evaluasi kepada para remaja di Desa Tempel Kecamatan Gatak. Hasil dari kegiatan monitoring menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan para remaja tentang pencegahan anemia dengan menerapkan pedoman gizi seimbang. Hal ini didukung oleh penelitian Rahayu et al., menyatakan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian

anemia pada remaja putri (11). Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia akan cenderung untuk mencukupi konsumsi pangannya guna mencukupi kebutuhan gizi agar terhindar dari masalah anemia.

Keterlibatan para kader posyandu remaja dalam menjalankan dan mempertahankan upaya pencegahan anemia setelah mahasiswa KKN tidak lagi berada dilokasi, mampu menunjukkan keberlanjutan kegiatan pencegahan anemia dengan baik.

Dalam pencegahan anemia memerlukan pendekatan yang holistik, dengan mengimplementasikan kegiatan penyuluhan edukasi tentang pencegahan anemia dengan menerapkan pedoman gizi yang seimbang dan mengkonsumsi TTD (Tablet Tambah Darah), Desa Tempel telah menunjukkan kemajuan dalam Upaya pencegahan anemia di kalangan remaja, sekaligus memperkuat sistem kesehatan

local untuk tanggap terhadap isu-isu kesehatan masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Penyuluhan Anemia Pada Remaja Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Anemia Di Posyandu Remaja “Sehati” Desa Tempel Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo.” Melalui kegiatan pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan di Desa Tempel tahun 2024 telah berhasil dilaksanakan. Keberhasilan kegiatan ini menjadi indikator bahwa langkah-langkah yang dirancang untuk pencegahan anemia di kalangan remaja putri telah membuahkan hasil yang signifikan. Melalui pendekatan yang terintegrasi yang melibatkan edukasi melalui pedoman gizi seimbang dan kepatuhan minum TTD. Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, diperoleh peningkatan pengetahuan tentang anemia yang semula pada *pre-test* sebesar 8,22 kemudian hasil pada *post-test* sebesar 8,94. Dari peningkatan pengetahuan tersebut, maka membuktikan pendekatan yang komprehensif dengan melibatkan edukasi dan pemantauan terbukti efektif dalam mengurangi anemia

remaja putri di Desa Tempel.

Saran yang dapat disampaikan setelah terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah perlu adanya upaya keberlanjutan dari kegiatan disaat Posyandu Remaja. Selain itu, Bidan atau para kader Kesehatan yang terlibat juga diharapkan dapat memeriksa dan memberikan dukungan terkait kepatuhan untuk mengkonsumsi makanan-makanan yang seimbang dan kepatuhan untuk minum TTD. Dengan adanya pemeriksaan dan penyuluhan ini diharapkan dapat mencegah terjadi anemia pada rema putri di Desa Tempel.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada berbagai pihak yang telah turut serta dalam membantu terlaksananya program pengabdian ‘Penyuluhan Anemia Pada Remaja Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Anemia Di Posyandu Remaja “Sehati” Desa Tempel Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo’ dengan begitu acara program penyuluhan berjalan dengan sebaik-baiknya dan lancar hingga akhir acara.

DAFTAR PUSTAKA

1. Balitbangkes RI. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta; 2018.
2. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241510196>. 2016. Guideline: Daily iron Supplementation in Adult Women and Adolescent Girls.
3. Kemenkes RI. Remaja putri sehat bebas anemia di masa pandemi Covid-19. Jakarta: Kemenkes RI. 2021;
4. Fathony Z, Amalia R, Lestari PP. Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Disertai Cara Benar Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*. 2022;4(2):49–53.
5. Djatmika FN. Perbandingan Asupan Zat Besi dan Seng pada Remaja PUTERI Suspek Anemia Defisiensi Besi di Sekolah Menengah Atas Negeri dan Swasta. Skripsi: Universitas Sebelas Maret. 2021;
6. Kusuma TU. Peran Edukasi Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Surya Muda*. 2022;4(1):61–78.

7. Aulya Y, Siauta JA, Nizmadilla Y. Analisis anemia pada remaja putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 2022;4(4):1377–86.
8. Ngatu ER, Rochmawati L. Hubungan pengetahuan tentang anemia pada remaja dengan pemenuhan kebutuhan zat besi pada siswi SMKN 4 Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2018;6(1).
9. Fitriyani SL, Rochmano FP, Cahyani RD, Rizqiya F. Penyuluhan mengenai CEMARA (Cegah Anemia Pada Remaja) serta pemberian TTD sebagai upaya pencegahan stunting kepada siswi MAN 21 Jakarta. In: *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. 2022.
10. Dardjito E, Anandari D. Anemia gizi besi pada remaja putri di wilayah Kabupaten Banyumas. *Kesmas Indonesia*. 2016;8(1):16–31.
11. Rahayu A, Yulidasari F, Setiawan MI, Ayu ADS. Implikasi Pemberian Susu Fermentasi Sinbiotik (*Lactobacillus plantarum* DAD13-FOS) dengan Asupan Protein, Pengetahuan dan Penurunan Anemia Pada Remaja Puteri (Studi Kasus Anemia Pada Remaja Puteri di Bantaran Sungai Martapura, Kabupaten Banjar). In: *Prosiding Seminar Nasional Lingkungan Lahan Basah*. 2021.