

EFEKTIVITAS EDUKASI ISI PIRINGKU MELALUI MEDIA LEAFLET TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DALAM MENCEGAH ANEMIA DI MTS CICANGKANG HILIR TAHUN 2024

Wina Wulandari¹, M. Iqbal Sutisna², Istianah³, Arie J. Pitono⁴
^{1,2,3,4}Institut Kesehatan Rajawali

E-mail: Winabidurimeilani1805@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received :25-02-2025

Revised : 03-03-2025

Accepted :08-03-2025

Keywords: Anemia,
Education Leaflet, Fill My
Plate, Knowledge

Kata Kunci: Anemia, Edukasi
Leaflet, Isi Piringku,
Pengetahuan

DOI:10.62335

ABSTRACT

Anemia is a clinical condition due to a lack of healthy red blood cell supply, red blood cell volume, and/or hemoglobin count. a disease that often occurs in adolescent girls, where anemia can be caused by several things including menstrual bleeding that occurs every month experienced by adolescent girls. Anemia will have a bad impact on adolescents known as 5L (Weak, Tired, Lethargic, Tired, Negligent). Efforts that can be made to prevent adolescent girls from anemia include nutrition education on the contents of my plate. The purpose of this study was to determine the effectiveness of education on the contents of my plate through leaflet media on the level of knowledge of adolescent girls in preventing anemia at MTs Cicangkring Hilir in 2024. This type of research is quantitative. Pre-experimental pre-test post-test one group design research. The sampling technique obtained was Quota sampling with a total of 40 respondents. Using the Wilcoxon test to determine the difference in knowledge before and after the intervention. The results of the study using the Wilcoxon test showed a p value <0.001. There was a difference in the knowledge of adolescent girls before and after being given education on the contents of my plate through Leaflet media..

ABSTRAK

Anemia merupakan kondisi klinis akibat kurangnya suplay sel darah merah sehat, volume sel darah merah, dan atau jumlah hemoglobin. penyakit yang sering terjadi pada remaja putri, dimana anemia dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya perdarahan mentruasi yang terjadi setiap bulannya yang dialami oleh remaja putri. Anemia akan berdampak buruk bagi remaja dikenal dengan sebutan 5L (

Lemah, Letih, Lesu, Lelah, Lalai). Upaya yang dapat dilakukan agar remaja putri tercegah dari anemia salah satunya dengan edukasi gizi isi piringku. Tujuan Penelitian ini ntuk mengetahui efektivitas edukasi isi piringku melalui media leaflet terhadap Tingkat pengetahuan remaja puteri dalam mencegah anemia di MTs Cicangkang Hilir Tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian Pra eksperiment pre-test post-test one group design. Teknik pengambilan sampling yang didapatkan dengan Quota sampling dengan jumlah 40 responden. Menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon menunjukan hasil p value <0,001. Terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi isi piringku melalui media Leaflet

PENDAHULUAN

Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal, sehingga kapasitas darah dalam membawa oksigen ke jaringan tubuh berkurang. Anemia memengaruhi 30% wanita usia reproduktif secara global. Kondisi ini berdampak signifikan pada kesehatan fisik, kognitif, dan produktivitas individu, terutama pada remaja putri. Dampaknya tidak hanya dirasakan dalam jangka pendek, seperti penurunan konsentrasi belajar, tetapi juga dalam jangka panjang, termasuk komplikasi kesehatan reproduksi di masa depan. (WHO, 2023).

Di Indonesia, anemia merupakan masalah kesehatan serius yang menyerang hampir sepertiga remaja putri. Prevalensi anemia adalah 26,8% pada usia 5-14 tahun dan 32% pada remaja usia 15-24. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi anemia di indonesia masih tinggi dan menjadi masalah kesehatan Masyarakat. Tingginya prevalensi anemia ini menuntut intervensi kesehatan yang efektif, terutama di kalangan remaja putri sebagai generasi penerus bangsa. (KEMENKES, 2024)

Provinsi Jawa Barat merupakan salah satu wilayah dengan prevalensi anemia tertinggi di Indonesia. Berdasarkan data yang sama, prevalensi anemia di Jawa Barat mencapai 41,93%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional. Kondisi ini dipengaruhi oleh tingginya angka penduduk usia remaja, pola makan yang tidak seimbang, serta minimnya edukasi mengenai kesehatan dan gizi di wilayah ini. (Sukmawati al., 2023)

Di Kabupaten Bandung Barat, prevalensi anemia bahkan lebih tinggi, yaitu 68,3%. Data ini menjadikannya kabupaten dengan angka prevalensi anemia tertinggi di Provinsi Jawa Barat. Tingginya prevalensi anemia ini menunjukkan adanya permasalahan mendasar terkait pola makan, kesadaran gizi, dan akses terhadap intervensi kesehatan yang efektif (Putri et al., 2024). Survei Baseline Program BISA tahun 2020 menunjukkan bahwa meskipun 76,4% remaja putri di Kabupaten Bandung Barat menerima tablet tambah darah (TTD), hanya 45% yang rutin mengonsumsinya selama 12 bulan. Selain itu, meskipun 91,9% remaja putri telah mengonsumsi makanan kaya zat besi, prevalensi anemia tetap tinggi. Data ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara upaya intervensi program kesehatan dan

hasil yang diharapkan. (DISDIK Kabupaten Bandung Barat, 2021).

Faktor utama penyebab anemia pada remaja putri adalah Pola makan tidak seimbang Dimana Kurangnya asupan zat besi dari makanan seperti daging merah, sayuran hijau, dan kacang-kacangan. Kebiasaan konsumsi makanan rendah gizi yang ditandai dengan tingginya konsumsi makanan cepat saji dan rendah kandungan gizi memperburuk risiko anemia. Kurangnya edukasi akan mempengaruhi Rendahnya pengetahuan remaja tentang pentingnya konsumsi TTD dan asupan gizi seimbang. (Susanto et al., 2023).

Penyebab utama dari masalah gizi di setiap rentang kehidupan dipengaruhi secara langsung oleh dua faktor utama, yaitu asupan gizi yang kurang memadai dan kejadian infeksi berulang. Asupan gizi yang kurang memadai dapat dipengaruhi oleh beberapa hal seperti ketersediaan makanan, pola makan keluarga, jumlah anggota keluarga, pengetahuan mengenai gizi seimbang kepercayaan terkait budaya dan tekanan sosial. (Susanto et al., 2023).

Kementerian Kesehatan RI memperkenalkan pedoman "Isi Piringku". Pedoman ini menekankan pentingnya konsumsi makanan seimbang dalam setiap porsi makan, yang terdiri dari 50% buah dan sayuran, 30% makanan pokok, dan 20% lauk pauk. Selain itu, perilaku hidup sehat seperti olahraga, mencuci tangan sebelum makan, dan konsumsi TTD secara rutin juga menjadi bagian dari edukasi ini. (KEMENKES, 2022)

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pra eksperiment pre test post test one group design*. Dimana subjek diberikan kuisisioner pre-test terlebih dahulu kemudian peneliti melakukan intervensi berupa edukasi isi piringku melalui media leaflet dan tahap terakhir adalah memberikan kuisisioner pot-test untuk mengetahui perbedaan pengetahuan pencegahan anemia dengan isi piringku.

Populasi pada penelitian ini adalah Seluruh remaja putri kelas VIII MTs Cicanggang Hilir tahun 2024 dengan jumlah populasi 85 orang. Pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah non probability sampling dengan tehnik Quota sampling yaitu tehnik penentuan sampel dalam kuota menetapkan setiap strata populasi berdasarkan tanda yang mempunyai pengaruh terbesar variabel yang akan diteliti (Nursalam, 2020).

Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuisisioner atau angket isi piringku sebanyak 15 pertanyaan menggunakan skala guttman, menurut (Sugiyono, 2016) jika jawaban benar maka diberi nilai 1 dan jika jawaban salah maka diberi nilai 0 untuk mendapatkan jawaban yang tegas dari responden. Notoatmodjo (2018) mengemukakan bahwa secara kualitas Tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang dapat dibagi menjadi tiga Tingkat yaitu:

- a. Pengetahuan Kurang < 55%
- b. Pengetahuan Cukup 56%-75%
- c. Pengetahuan Baik >76%

Kemudian data yang sudah terkumpul dilakukan Analisa menggunakan uji statistik komparatif kategorik berpasangan >2 kategori dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan nilai pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi isi piringku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Diberikan Edukasi Isi Piringku Melalui Media Leaflet Dalam Mencegah Anemia di MTs Cicanggang Hilir

Pengetahuan	n	%
Pengetahuan Kurang	31	77,5
Pengetahuan Cukup	9	22,5
Pengetahuan Baik	0	0
Total	40	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir seluruh remaja putri Kelas VIII MTs Cicanggang Hilir yaitu 31 orang (77,5%) berada dalam kategori pengetahuan kurang.

Tabel 2 Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Diberikan Edukasi Isi Piringku Melalui Media Leaflet Dalam Mencegah Anemia di MTs Cicanggang Hilir.

Pengetahuan	n	%
Pengetahuan Kurang	0	0
Pengetahuan Cukup	8	20
Pengetahuan Baik	32	80
Total	40	100

Tabel 2 menjelaskan bahwa terdapat 8 orang (20%) berada dalam kategori cukup dan 32 responden (80%) dalam rentang pengetahuan baik.

Tabel 3. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Isi Piringku Melalui Media

		Pengetahuan Edukasi		Setelah	Total	Nilai <i>p</i>
		Kurang	Cukup	Baik		
Pengetahuan Sebelum Edukasi	Kurang	0 (0,0)	8 (25,8)	23 (25,8)	31 (100,0)	<0,001
	Cukup	0 (0,0)	0 (0,0)	9 (100,0)	9 (100,0)	
	Baik	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	
Total		0 (0,0)	8 (20)	32 (80)	40 (100,0)	

Uji Wilcoxon

Tabel 3 menjelaskan hasil pengukuran nilai pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi isi piringku melalui media leaflet menunjukkan adanya perbedaan bermakna dengan hasil uji Wilcoxon diperoleh *p-value* < 0,001

PEMBAHASAN

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Diberikan Edukasi Isi Piringku Melalui Media Leaflet Dalam Mencegah Anemia di MTs Cicangkang Hilir Tahun 2024

Dilihat dari segi pengetahuan sebelum mendapatkan edukasi isi piringku dari total 40 responden, terdapat 31 responden (77,5%) memiliki pengetahuan yang kurang, dan 9 responden (22,5%) memiliki pengetahuan cukup. Responden yang memiliki pengetahuan kurang lebih banyak dibandingkan responden pengetahuan baik. Didapatkan hasil bahwa pengetahuan kurang rata-rata berusia 13 dan 14 tahun. Pada usia 13- 14 tahun ini termasuk usia remaja muda dimana pada masa ini berada dalam tahap perkembangan kognitif dimana kemampuan berpikir kompleks belum sepenuhnya berkembang. Selain usia faktor yang mempengaruhi kurangnya pengetahuan yaitu informasi yang didapat oleh responden. Dimana kurangnya kesadaran responden untuk mengakses informasi karena responden belum terbiasa untuk mencari informasi sendiri dan keterbatasan media informasi sehingga mempengaruhi pengetahuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Febria et al., 2023) menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang tentang isi piringku. Hal ini ditunjukkan oleh 68% responden (34 orang) yang tergolong dalam kategori pengetahuan kurang. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum memahami secara memadai pedoman gizi seimbang yang digambarkan dalam isi piringku. Salah satu faktor penyebabnya adalah remaja belum pernah mendapatkan edukasi khusus mengenai Isi Piringku sebelumnya. Kurangnya paparan terhadap informasi ini mengakibatkan pengetahuan tentang konsep gizi seimbang belum maksimal. Menurut (Intan et al., 2024) sebagian responden memiliki pengetahuan yang kurang mengenai topik isi piringku 37 responden (97,36%) yang menunjukkan bahwa mayoritas responden belum memahami isi piringku dengan baik.

Salah satu pernyataan isi piringku yang kurang dipahami oleh 31 responden (77,5%) dengan pengetahuan kurang adalah nomor 6 dengan pertanyaan "proporsi makanan pokok seperti nasi, jagung, ubi adalah sebanyak 50%" terkait dengan jumlah proporsi makanan pokok dimana responden menjawab benar sedangkan pernyataan tersebut salah. Pada pertanyaan nomor 6 sebanyak 25 responden yang menjawab salah. Hal tersebut terjadi karena responden belum mengerti tentang pembagian proporsi pada makanan. serta keterbatasan dalam informasi tentang isi piringku dan kurangnya Pendidikan Kesehatan tentang pentingnya gizi seimbang.

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Diberikan Edukasi Isi Piringku Melalui Media Leaflet Dalam Mencegah Anemia di MTs Cicangkang Hilir Tahun 2024

Dilihat dari pengetahuan sesudah mendapatkan edukasi isi piringku melalui media leaflet didapatkan nilai kategori pengetahuan baik 32 responden (80%). Disimpulkan bahwa pengetahuan responden meningkat menjadi baik setelah diberikan edukasi Kesehatan mengenai isi piringku.

Hal ini sejalan dengan (Kusumawardani et al., 2022) menyatakan bahwa dengan diadakan edukasi isi piringku dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini memberikan dampak positif bagi remaja karena dapat meningkatkan pemahaman remaja yang sebelumnya tidak tahu menjadi tahu. Hasil penelitian yang disampaikan oleh (Atasasih dalam Kusumawardani et al., 2022) menjelaskan bahwa salah satu indikator suatu negara dapat dikategorikan

sebagai negara maju adalah melalui prevalensi kesehatan dan Tingkat kecerdasan. Faktor-faktor ini sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan bagaimana asupan gizi yang dikonsumsi oleh Masyarakat. Pola makan yang sehat dan pemahaman Masyarakat tentang pentingnya zat gizi yang cukup berperan dalam mencegah berbagai penyakit yang berkaitan seperti anemia.

Nilai tertinggi post test terdapat pada pertanyaan nomor 3 dengan pertanyaan “konsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C seperti jeruk dapat mencegah anemia” tentang manfaat vitamin C dimana pada pertanyaan ini terdapat 39 orang yang menjawab benar. Nilai tertinggi post test terdapat pada pertanyaan nomor 11 dengan pertanyaan “manfaat zat gizi bagi remaja adalah untuk meningkatkan konsentrasi belajar” mengenai manfaat zat gizi. Pada pertanyaan ini terdapat 38 responden yang menjawab dengan benar.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, hasil penilaian menunjukkan distribusi yang menggambarkan tingkat pemahaman responden setelah mengikuti penyuluhan. Dalam penelitian ini, 32 reponden (80%) berada dalam kategori baik, yang berarti mereka memperoleh skor persentase antara 76-100% mencerminkan pemahaman yang baik terhadap materi isi piringku yang diberikan. Semakin banyak informasi yang didapatkan semakin tinggi Tingkat pemahaman yang didapatkan oleh responden.

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Isi Piringku Melalui Media Leaflet Dalam Mencegah Anemia di MTs Cicangkang Hilir Tahun 2024

Berdasarkan tabel 3 hasil penelitian yang telah dilakukan uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon*, yang bertujuan untuk menguji perbedaan nilai pengetahuan *pre tests* dan *post test* pada remaja putri MTs Cicangkang Hilir Tahun 2024 dan didapatkan temuan yang penting sebagai hasil dari penelitian mengenai efektivitas edukasi isi piringku melalui media leaflet terhadap Tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan *p-value* <0,001 ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil uji statistik tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi isi piringku melalui media leaflet di MTs Cicangkang Hilir Tahun 2024.

Setelah dilakukan intervensi edukasi isi piringku melalui media leaflet, terdapat peningkatan yang signifikan dalam Tingkat pengetahuan responden, dimana dari 31 responden yang sebelumnya berpengetahuan kurang, setelah diberikan intervensi dan diberikan soal post-test kategori berubah menjadi baik. Pada pertanyaan no 6 “proporsi makanan pokok seperti nasi, jagung dan ubi adalah sebanyak 50%” yang menguji pemahaman tentang proporsi makanan pokok sebanyak 30%, sebelum diberikan intervensi 15 responden menjawab pertanyaan dengan benar hal ini meningkat setelah diberikan intervensi edukasi isi piringku menjadi 35 responden menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini mencerminkan edukasi isi piringku melalui media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden dengan peningkatan jumlah responden.

Media yang digunakan pada penelitian ini adalah leaflet sebuah media cetak yang menggabungkan unsur gambar dan tulisan untuk menyampaikan informasi kesehatan tentang pola makan yang terdapat dalam isi piringku yang bertujuan untuk memberikan pemahaman visual kepada responden. Dengan menggunakan gambar yang mudah dipahami dan penjelasan yang jelas, media leaflet membantu responden untuk memahami dan mengingat pesan yang disampaikan secara visual. Hal ini sejalan dengan teori

(Notoatmodjo, 2014) leaflet adalah selembaran kertas yang dilipat dan digunakan untuk menyampaikan informasi secara singkat dan jelas. Berisi kombinasi tulisan dan gambar yang dirancang untuk menarik perhatian dan memudahkan pembaca tentang informasi yang disampaikan. Kelebihan leaflet sebagai media informasi yaitu mudah dipahami oleh pembaca dengan kombinasi gambar dan tulisan dan biaya relatif murah dan dapat menjangkau lebih banyak orang. Kekurangan leaflet yaitu mudah rusak serta terbatas pada informasi yang singkat.

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan metode leaflet dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan responden mengenai isi piringku. Setelah diberikan intervensi berupa edukasi isi piringku, terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman responden. Metode leaflet efektif dalam memberikan informasi kepada responden, karena metode leaflet merupakan penggabungan visual dan teks dengan memadukan elemen gambar, ilustrasi atau grafik dengan informasi tertulis untuk menyampaikan pesan secara singkat. Oleh karena itu, peran tenaga kesehatan sangat penting untuk menyampaikan informasi yang lebih lengkap dan akurat mengenai isi piringku.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat ditarik Kesimpulan sebagai berikut :

- a. Tingkat pengetahuan remaja putri di MTs Cicangkang Hilir sebelum diberikan intervensi edukasi isi piringku melalui media leaflet sebanyak 31 responden (77,5%) memiliki Tingkat pengetahuan kurang .
- b. Tingkat pengetahuan remaja putri di MTs Cicangkang Hilir sesudah diberikan intervensi edukasi isi piringku melalui media leaflet sebanyak 32 responden (80%) memiliki pengetahuan Baik.
- c. Terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi isi piringku melalui media leaflet terhadap Tingkat pengetahuan remaja putri di MTs Cicangkang Hilir Tahun 2024 dengan *p-value* <0,001.

DAFTAR PUSTAKA

- Black, J. M., Hawks, J. H. 2014. Keperawatan Medikal Bedah. Edisi 8, Jilid 3. Elsevier. Jakarta : PT Salemba Medika.
- Dinas Pendidikan Kabupaten Bandung Barat. 2021. Save The Children, Gulirkan Program BISA di Bandung Barat [Online] Available From: <https://disdikbb.org/news/save-the-children-gulirkan-program-bisa-di-bandung-barat/>
- Febria, C., Nugrahmi, M. A., Mariyona, K. 2023. Edukasi Aksi Bergizi Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja. Jurnal Pengabdian Masyarakat, 6 (2), 446-465. <https://lonsuit.unismuhluwuk.ac.id/monsuan/article/view/2896>
- Dunbar, N. E., & Segrin, C. (2012). Clothing and Teacher Credibility: An Application of Expectancy Violations Theory. *International Scholarly Research Network ISRN Education*, 2012. <https://doi.org/10.5402/2012/140517>
- Intan, A., Putri, S., Rachman, M. Z. (2024). Pengaruh edukasi isi piringku dengan menggunakan media lembar balik terhadap tingkat pengetahuan gizi seimbang. *Journal of Health Research Science*, 4(2), 153-159. <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/jhrs/article/view/1196>

- Kusumawardani, H., Rakhma, L. R., Lalili, N. A., Putri, A. M., Anggraini, D., Rosida, S. M., Mastura, K., Fadila, R. R., & Salsabila, C. A. A. 2022. Peningkatan Pengetahuan Remaja Mengenai Pemenuhan Gizi Seimbang Melalui Isi Piringku di MAN 1 Surakarta. *Jurnal Abdi Insani*, 9 (3), 1200-1208. <https://abdiinsani.unram.ac.id/index.php/jurnal/article/view/700>
- Kementerian Kesehatan RI. 2024. Menjadi Remaja Sehat Glowing Inside Out. [Online] Available From : <https://lms.kemkes.go.id/courses/c621ac89-7dff-4efd-bc21-2ee4a77f98f8>
- Notoatmodjo, S. 2014. Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2020. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis. Jakarta : Salemba Medika.
- Putri, R. H., Kamillah, S., & Gunardi, S. 2024. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Sarapan Bergizi Terhadap Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Putra Juang Cianjur Tahun 2023. *JICN : Jurnal Intelek dan Cendekiawan Nusantara*, 1(5), 6984-6997. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn/article/view/1189>
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta.
- Susanto, S., Rubiyanti, J.T., Sari, N.I.K., Ranitadewi, IN. 2023. Modul Edukasi dan Aksi Remaja Untuk Gizi dan Pencegahan Anemia. Jakarta : BKKBN.
- Sukmanawati, D., Badriah, D. L., & Setiayu. 2023. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang Manfaat Konsumsi Tablet Fe dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMAN 1 Darma. *National Nursing Conference*, 1(2), 165-176. <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/nnc/article/view/870>
- WHO. 2023. Anemia [Online]. Available From : <https://www.who.int/health-topics/anaemia>
- WHO. 2023. Anemia Pada Wanita dan Anak-Anak. [Online]. Available From : https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children