

**EDUKASI BAHAYA ANEMIA PADA REMAJA DI MADRASAH ALIYAH AL MA'SHUM
SEBAGAI LANGKAH PREVENTIF KESEHATAN REMAJA***EDUCATION ON THE DANGERS OF ANEMIA IN ADOLESCENTS AT MADRASAH ALIYAH AL
MA'SHUM AS A PREVENTIVE HEALTH MEASURE FOR YOUTH***Herviza Wulandary Pane^{1*}, Joharmi²**^{1,2} Program Studi DIII Kebidanan, STIKes As Syifa Kisaran, Asahan, Indonesia*hervizawulandaryp@gmail.com**Abstrak**

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang sering dialami oleh remaja Indonesia, terutama remaja perempuan. Kondisi ini dapat berdampak pada kualitas hidup dan prestasi belajar. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai bahaya anemia dan pentingnya nutrisi yang baik untuk mencegahnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pemberian pendidikan kesehatan berbasis media pengetahuan efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai anemia dan pencegahannya. Kegiatan dilakukan di SMA Al Ma'Shum dengan melibatkan 50 siswa sebagai peserta. Metode yang digunakan mencakup *pretest* dan *posttest* untuk mengukur perubahan pengetahuan siswa, serta pemberian pendidikan kesehatan mengenai anemia dan nutrisi pencegahannya. Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini berupa leaflet, presentasi PowerPoint, dan video. Penilaian pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan materi yang disampaikan. Dari 50 peserta menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa. Sebanyak 90% (45 peserta) memahami tentang anemia, termasuk penyebab, gejala, dan dampaknya, sedangkan 84% (42 siswa) menunjukkan pemahaman mengenai nutrisi yang baik untuk mencegah anemia. Hasil ini menunjukkan efektivitas pendekatan edukasi berbasis media dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa. Untuk keberlanjutan, diperlukan upaya koordinasi dengan pihak sekolah dan Puskesmas setempat, termasuk monitoring dan tindak lanjut kegiatan secara rutin. Disarankan pula pembentukan kelompok sebaya atau pojok informasi kesehatan di sekolah untuk meningkatkan efektivitas pencegahan anemia pada remaja secara berkelanjutan. Hal ini penting guna mendukung kesehatan remaja yang optimal dan mencegah dampak jangka panjang dari anemia.

Kata Kunci: Anemia, Remaja, Nutrisi, Pendidikan.**Abstract**

Anemia is one of the major health problems often experienced by Indonesian adolescents, especially female adolescents. This condition can affect the quality of life and academic achievement. The purpose of this activity is to increase students' knowledge about the dangers of anemia and the importance of good nutrition to prevent it. This community service activity takes the form of providing health education based on effective knowledge media in increasing students' understanding of anemia and its prevention. The activity was carried out at Al Ma'shum High School involving 50 students as participants. The methods used include *pretest* and *posttest* to measure changes in student knowledge, as well as providing health education about anemia and nutrition to prevent it. The educational media used in this activity were leaflets, PowerPoint presentations, and videos. Knowledge assessment was carried out using a questionnaire compiled based on the material presented. Of the 50 participants, there was an increase in student knowledge. As many as 90% (45 participants) understood anemia, including its causes, symptoms, and impacts, while 84% (42 students) showed an understanding of good nutrition to prevent anemia. These results show the effectiveness of the media-based education approach in increasing student awareness and understanding. For sustainability, coordination efforts are needed with the school and local health center, including routine monitoring and follow-up of activities. It is also recommended to form peer groups or health information corners in schools to increase the effectiveness of anemia prevention in adolescents in a sustainable manner. This is important to support optimal adolescent health and prevent the long-term impacts of anemia.

Keyword: Anemia, Adolescents, Nutrition, Education.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global yang sering kali diabaikan, terutama di kalangan remaja. Menurut data dari World Health Organization (WHO), diperkirakan sekitar 1,62 miliar orang di seluruh dunia mengalami anemia, dengan prevalensi yang tinggi di negara berkembang (1). Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja mencapai 18,4% berdasarkan data Riskesdas 2018. Angka ini menunjukkan bahwa anemia adalah ancaman serius yang perlu mendapatkan perhatian lebih, terutama di lingkungan pendidikan seperti Madrasah Aliyah Al Ma'Shum .

Data statistik menunjukkan tingginya prevalensi penyakit anemia di Indonesia, sebanyak 19,7% yang di alami wanita, 13,1% jenis kelamin laki-laki, dan 9,8% anak-anak yang mengalami kondisi ini. Sebanyak 60,2 % kasus Anemia mikrositik hipokrom disebabkan oleh defisiensi zat besi dari kasus anemia keseluruhan (2,3). Hasil dari Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa lebih dari 32% anak usia 15-24 tahun di Indonesia yang menderita anemia.(2).

Anemia pada remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Salah satu penyebab utamanya adalah kekurangan zat besi dalam tubuh. Zat besi penting untuk produksi hemoglobin, komponen darah yang membawa oksigen ke seluruh tubuh. Remaja yang mengonsumsi makanan tidak seimbang seperti makanan cepat saji dan makanan rendah zat besi memiliki risiko lebih tinggi terkena anemia (3).

Anemia dapat mempengaruhi kualitas hidup, baik dari segi kesehatan fisik maupun prestasi akademik. Penurunan kadar hemoglobin darah dapat menyebabkan kelelahan, pusing, dan penurunan konsentrasi. Anemia juga dapat menurunkan imunitas, tidak bugar dan mengalami penurunan produktifitas yang pada akhirnya mempengaruhi kemampuan belajar dan kegiatan ekstrakurikuler para remaja. Pada remaja putri, Anemia dapat memperbesar resiko kematian saat melahirkan, bayi lahir prematur, dan berat badan bayi yang cenderung rendah. (4) Oleh karena itu, penting untuk memahami penyebab, akibat, dan tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengobati anemia pada remaja.

Dampak anemia tidak hanya terbatas pada kesehatan fisik, tetapi juga dapat memengaruhi kesehatan mental remaja. Penelitian Mithra, et al (2021) menunjukkan bahwa remaja dengan anemia lebih rentan terhadap depresi dan kecemasan, yang pada gilirannya dapat memengaruhi prestasi akademik (5). Oleh karena itu, penting untuk melakukan upaya pencegahan dan penanganan anemia di kalangan remaja, khususnya di Madrasah Aliyah Al Ma'Shum .

Selain itu, menstruasi juga berperan penting dalam tingginya angka anemia pada remaja putri. Kehilangan darah terjadi saat proses menstruasi sehingga dapat menurunkan kadar hemoglobin dalam tubuh. Oleh karena itu, remaja putri hendaknya lebih memperhatikan asupan zat besi. Hasil penelitian Dewi dan Suryani (2022) menunjukkan bahwa remaja perempuan dengan siklus menstruasi berat cenderung memiliki angka kejadian anemia lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki (4).

Dampak terbesar anemia pada remaja adalah pada kemampuan mereka berkonsentrasi dan belajar. Menurut penelitian Hidayah (2021) menunjukkan remaja yang menderita anemia cenderung memiliki prestasi sekolah yang buruk. Kesulitan berkonsentrasi dan seringnya perasaan lelah mengganggu kemampuan anak untuk berpartisipasi dengan sukses dalam belajar. Hal ini tentunya akan mempengaruhi prestasi akademik mereka dan menurunkan minat dan motivasi belajar mereka (3)

Anemia juga dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja. Kurangnya oksigen ke otak dapat mempengaruhi suasana hati dan menimbulkan gejala kecemasan dan depresi. Remaja yang sering merasa lelah dan bersemangat cenderung lebih stres dan sulit bersosialisasi. Gangguan kesehatan mental ini dapat mempengaruhi hubungan sosial di dalam dan di luar sekolah (6). Dari segi kesehatan, anemia pada remaja juga dapat meningkatkan risiko terkena penyakit menular. Anemia dalam jangka panjang melemahkan sistem kekebalan tubuh sehingga membuat remaja lebih rentan terkena infeksi seperti influenza, batuk, dan penyakit pernafasan lainnya (4).

Penanggulangan dan pencegahan anemia pada remaja dapat dilakukan dengan beberapa hal berikut: 1) Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi; 2) Suplementasi zat besi dengan mengkonsumsi tablet tambah darah (TTD); 3) Meningkatkan konsumsi buah dan sayur sebagai sumber vitamin C; 4) Meningkatkan konsumsi sumber protein hewani; 5) Menghindari konsumsi teh dan kopi saat makan atau saat mengkonsumsi TTD; dan 6) Berolahraga atau beraktifitas fisik secara rutin (Kemenkes, 2018 dan Wouthuyzen *et al.*, 2015 dalam (7)), mengatakan bahwa mencegah dan menanggulangi kondisi anemia diperlukan kerjasama dari pihak pemerintah dan masyarakat. Oleh karena itu, remaja diharapkan dapat menerapkan langkah-langkah pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan dalam pengabdian masyarakat ini diantaranya meningkatkan pemahaman remaja tentang anemia dan dampaknya, meningkatkan pengetahuan tentang nutrisi pencegahan anemia serta memberikan edukasi kesehatan berbasis media interaktif dalam pencegahan anemia di kalangan remaja khususnya Madrasah Aliyah Al-Ma'shum dengan mengidentifikasi faktor penyebab, dampaknya terhadap kesehatan dan pendidikan, dan tindakan pencegahan yang dapat dilakukan sekolah dan masyarakat untuk mengurangi prevalensi anemia.

METODE DAN BAHAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu edukasi berupa penyuluhan. Adapun metode pelaksanaan dan prosedur kerja dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

1. Tahap pertama

Pada tahap ini melakukan survey pada lokasi pengabdian masyarakat bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai lokasi dan kebermanfaatan yang diperoleh oleh siswi di MA Al Ma'Shum dari apa yang akan disampaikan selama proses pengabdian masyarakat. Selanjutnya yaitu melakukan koordinasi dengan kepala Sekolah yang dilakukan langsung oleh Tim Pengabdian masyarakat kepada wali kelas siswi.

2. Tahap kedua

Tahap ini merupakan pelaksanaan kegiatan inti. Kegiatan inti diawali dengan pembukaan acara dan wawancara untuk keperluan data sebelum diberikan penyuluhan. Siswi-siswi melakukan kegiatan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan mereka mengenai bahaya anemia pada remaja kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi terkait konsep anemia pada remaja. Bahaya Anemia pada Remaja putri.

3. Tahap ketiga

Setelah kegiatan pelatihan selesai, siswi-siswi akan melakukan posttest untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan mereka setelah dilaksanakan edukasi mengenai bahaya anemia pada remaja putri.

Penyampaian materi menggunakan metode ceramah dan tanya jawab. Dilakukan pengukuran pengetahuan pre test dan post test kepada sasaran untuk mengetahui peningkatan pengetahuan mengenai materi yang disampaikan. Penyampaian materi yang dilakukan oleh narasumber dengan menggunakan media power point presentasi, Leaflet. Materi berisikan mengenai penjelasan tentang Penyampaian materi berlangsung selama kurang lebih 30 menit, selanjutnya peserta diberikan waktu untuk bertanya seputar materi yang disampaikan. Narasumber memberikan contoh apabila remaja dengan anemia, memperlihatkan bahaya anemia pada remaja yang nantinya apabila si remaja yang dengan anemia ingin hamil maka sangat berisiko stunting dan perdarahan. Pengukuran yang dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu dengan membagikan kuesioner berisi pertanyaan mengenai materi penyuluhan terkait anemia pada remaja, kuesioner diberikan sebelum dan sesudah penyampaian materi (pre test dan post test). Pertanyaan wawancara yang dilakukan meliputi pengetahuan tentang faktor-faktor penyebab anemia pada remaja, cara mengelola

dan mengurangi risiko anemia pada remaja, makanan penambah zat besi agar terhindar dari anemia. bagaimana mengidentifikasi gejala awal anemia serta penanganan yang akan dilakukan ketika mengalami kondisi sering pusing, konjungtiva pucat, mudah lelah dan letih.

WAKTU DAN TEMPAT

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 28 November 2024. Kegiatan berlangsung mulai pukul 08.30 hingga 13.00 WIB. Pemberian penyuluhan berlangsung jam 08.30 sampai jam 12.00 WIB dengan peserta 50 siswa. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan di Sekolah SMA Al Ma'Shum Kisaran yang beralamat di Jl. Batu Asah No.2, Sidodadi, Kec. Kota Kisaran Barat, Kabupaten Asahan, Sumatera Utara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data berikut dapat diperoleh setelah melakukan analisis terhadap semua instrumen yang dievaluasi. Kegiatan tersebut melibatkan lima puluh siswa. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara pre- dan post-test. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori hasil pre- dan post-test disajikan dalam Tabel 1. Tabel 1 dan 2 menunjukkan hasil upaya bahwa pengetahuan siswa tentang anemia berbeda secara signifikan antara sebelum dan setelah mendapatkan pendidikan kesehatan. Ini dapat disebabkan oleh fakta bahwa responden telah mengetahui tentang anemia selama pendidikan gizi, yang dijelaskan oleh narasumber serta melalui media edukasi, seperti leaflet dan video. Menurut Sari (2019) pendidikan gizi tentang anemia pada remaja akan meningkatkan pengetahuan mereka. Tahap operasional formal terdiri dari siswa Sekolah Menengah Umum. Pada titik ini, siswa-siswi telah belajar berpikir secara abstrak, yaitu berpikir tentang konsep dan memikirkan solusi atau cara untuk memecahkan masalah yang terjadi pada remaja. Mereka juga tidak hanya dapat menerima informasi, tetapi juga dapat memprosesnya dan mengubahnya sesuai dengan pemikiran mereka sendiri (8).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan terhadap Anemia

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Baik	13	26	45	90
Kurang	37	74	5	10
Total	50	100	50	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Mengenai Nutrisi Adekuat Terhadap Pencegahan Anemia

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Baik	29	58	42	84
Kurang	21	42	8	16
Total	50	100	50	100

Siswa SMA sudah dapat diajak untuk berpikir kritis dan memperoleh pengetahuan tentang semua hal yang berhubungan dengan mereka saat ini dan di masa depan. Tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan dapat membantu menyiapkan generasi yang sehat dan sukses. Tidak masalah apakah alat peraga atau media edukasi memengaruhi pendidikan gizi tentang anemia. Media dapat membantu proses sosialisasi yang akan datang. Media dapat didefinisikan sebagai segala sesuatu yang dapat

menyampaikan informasi dari sumber informasi ke penerima informasi, serta sebagai alat yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan (8).

Media yang digunakan untuk kegiatan ini adalah leaflet, PowerPoint, dan video. Leaflet dipilih karena memiliki tujuan yang dapat disesuaikan dan dapat digunakan sebagai bahan untuk belajar secara mandiri. Selain itu, karena leaflet dapat dibawa ke mana pun, siswa dapat memahami informasi dengan mudah dan dapat membagikannya dengan teman dan keluarga mereka. Leaflet juga dapat memberikan lebih banyak detail tentang hal-hal yang tidak dapat disampaikan secara lisan, sehingga mengurangi kebutuhan untuk mencatat.

Tabel 1 dan 2 menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan remaja sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan. Seseorang dapat meningkatkan kemampuan kognitifnya jika mereka memahami dan menyadari adanya stimulus yang dirasakan dan tertarik dengan stimulus tersebut. Program kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang anemia melalui media edukasi seperti PowerPoint, leaflet, dan video. Media yang menarik sangat membantu peserta fokus, yang berdampak pada pengetahuan mereka setelahnya (8).

Jumlah informasi yang telah diterima oleh remaja juga dapat memengaruhi tingkat pengetahuan mereka; semakin sedikit informasi yang diterima, semakin sedikit pengetahuan yang dimiliki seseorang. Sebagian besar orang dapat memperoleh pengetahuan melalui telinga dan mata (8). Salah satu jenis media edukasi kesehatan adalah video, yang menggunakan audio dan visual sebagai perantara untuk menyampaikan informasi sehingga remaja belajar. Video tentang pencegahan anemia ini dikemas dengan menarik dengan menggunakan gambar, efek, dan suara yang disesuaikan dengan materi sehingga memberikan gambaran yang lebih nyata dan mudah dipahami (9).

Menurut penelitian sebelumnya, pengetahuan remaja putri tentang deteksi dini kanker payudara dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan yang diberikan melalui media video (8). Pengetahuan terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap sesuatu. Pengetahuan memainkan peran penting dalam membentuk tindakan seseorang (10). Pengetahuan diperlukan untuk mendorong seseorang untuk berperilaku. Perilaku yang didasarkan pada pengetahuan, seperti kesadaran dan sikap positif, akan terus berlanjut, tetapi perilaku yang tidak didasarkan pada pengetahuan tidak akan bertahan lama (10). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan mendorong tindakan. Lebih dari itu, kesadaran remaja putri tentang pentingnya nutrisi yang cukup untuk mencegah anemia juga perlu ditingkatkan. Mengingat keadaan saat ini, banyak jajanan yang kurang bergizi, sehingga jika dibiarkan, akan berdampak negatif pada kesehatan remaja. Remaja yang kurang pengetahuan memiliki risiko 2 hingga 3 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang pengetahuannya baik (9).

Hasil peningkatan pengetahuan ini juga tertuang di dalam penelitian yang dilakukan oleh Asmara dan Nurani dengan judul Penyuluhan Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja hasil didapatkan setelah dilakukan penyuluhan tingkat pengetahuan sasaran semakin meningkat dan mampu menjawab dengan benar (11). Pendapat dari Barik dan Purwaningtyas dalam penelitian dengan berjudul Efektivitas Media Tradisional (Leaflet dan Poster) dalam Mempromosikan Kesehatan dalam Masyarakat Di Era Digital Tinjauan Sistematis mengemukakan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang dapat di berikan media kesehatan seperti leaflet sebagai upaya promosi kesehatan yang bertujuan untuk mengubah kebiasaan masyarakat ke arah yang lebih baik lagi (12).

Penelitian yang dilakukan Janah (2021) menyebutkan bahwa status gizi remaja berhubungan dengan kejadian anemia remaja, dalam penelitiannya didapatkan 76,5% remaja anemia memiliki status gizi kurus dari pemeriksaan IMT yang dilakukan (13). Kaimudin dan Lestari (2021) dalam penelitiannya yang berjudul Skrining dan Determinan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMA Negeri 3 Kendari juga menyebutkan bahwa sebanyak 61% remaja yang mengalami anemia memiliki status gizi kurus (14).



Gambar. Memberikan Penjelasan Mengenai Materi Penyuluhan dan Pemberian Cendramata kepada Peserta Penyuluhan

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengajaran kesehatan remaja dengan menggunakan alat PowerPoint, video, dan leaflet yang menarik dapat meningkatkan pengetahuan remaja sekolah di MA Al Ma'Sum. Sangat penting bahwa kegiatan ini terus dikoordinasikan dengan pihak sekolah sehingga mereka dapat memantau dan berkoordinasi dengan Puskesmas setempat untuk melakukan follow-up kegiatan secara berkelanjutan. Untuk meningkatkan upaya pencegahan anemia pada remaja, kelompok sebaya atau pojok informasi kesehatan di sekolah sangat diperlukan.

Remaja harus lebih memahami tentang anemia dengan membaca lebih banyak buku, majalah, internet, dan sosial media atau bertanya kepada profesional kesehatan. Petugas kesehatan diharapkan berpartisipasi secara aktif dalam penyuluhan bahaya anemia. Selain petugas kesehatan, orangtua juga harus memulai pembicaraan edukasi seksual dari sisi kesehatan, disesuaikan dengan kebutuhan anak serta diharapkan dukungan penuh dari para guru dan tenaga pendidik di sekolah sebagai tempat atau lingkungan siswi dalam menimba ilmu dan mendapat banyak wawasan dan pengalaman dengan memberikan edukasi kesehatan reproduksi disesuaikan dengan zaman sekarang

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kepala Sekolah MA ALMa`Shum yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini serta kepada guru dan staff pegawai yang telah membantu terlaksananya kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Anaemia. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>. 2021.
2. Kemenkes RI. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). 2018.
3. Hidayah. Peran Suplemen Zat Besi dalam Mencegah Anemia pada Remaja. *J Gizi Indones*. 2021;5(3):45–50.
4. Dewi, Suryani, Fitriani. Dampak Anemia pada Kesehatan Remaja di Indonesia. *J Kesehat Masy*. 2022;11(2):123–34.
5. Mithra P, Khatib MN, Sinha AP, Kumar N, Holla R, Unnikrishnan B, et al. Interventions for Addressing Anemia Among Children and Adolescents: An Overview of Systematic Reviews. *Front Pediatr*. 2021;16(8).
6. Kementerian Kesehatan RI. Panduan Gizi Seimbang untuk Remaja. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020.
7. Helmyati. Pencegahan Anemia pada Remaja. [tps://pkgm.fk.ugm.ac.id](https://pkgm.fk.ugm.ac.id). 2022.

8. Sari. Pengaruh Media Video terhadap Pengetahuan tentang Deteksi Dini Kanker Payudara pada Remaja Putri di SMAN 1 Sanden Bantul Tahun 2019. Politeknik Kesehatan Jogja; 2019.
9. Hannanti, Malkan, Nur MHS. The Effect of Nutrition Education Using Comic and Leaflet on the Improvement of Anemia Knowledge. Jgk. 2021;13(1):40–53.
10. Herwandar, Soviyati. Perbandingan Kadar Hemoglobin pada Remaja Premenarche dan Postmenarche di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018. J Ilmu Kesehat Bhakti Husada Heal Sci J. 2020;11(1):71–82.
11. Asmara, Nurani A. Penyuluhan Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Anemia pada Remaja. J Kolaborasi (Inspirasi Masy Madani). 2022;2(3):254–61.
12. Barik, Purwaningtyas, Astuti. The Effectiveness Of Traditional Media (Leaflet And Poster) To Promote Health In A Community Setting In The Digital Era A Systematic Review. J Ners. 2019;14(3):76–80.
13. Janah, Ningsih. Hubungan Antara Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri The Correlation Between Nutritional Status With The Incidence Of Anemia In Adolescent Girls. Indones J Med Sci. 2021;8(1):39–44.
14. Kaimudin, Lestari, Afa. Skrining dan Determinan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMA Negeri 3 Kendari. J Ilm Mhs Kesehat Masy. 2017;2(6):1–10.