

HUBUNGAN STATUS GIZI, LAMA MENSTRUASI DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 21 KOTA BENGKULU

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS, MENSTRUAL DURATION AND COMPLIANCE WITH FE TABLET CONSUMPTION TO THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT SMP N 21 BENGKULU CITY

Anten Sapitri Cahyanti^{1*}, Darwis¹, Sri Yanniarti¹

(*Email/Hp: antensapitricahyanti@gmail.com/ 085758000893)

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu

ABSTRAK

Pendahuluan: Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada wanita usia 13-49 tahun di dunia sebesar 29,9% dan di Indonesia sebesar 23%. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi, lama menstruasi, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 21 kota Bengkulu. **Bahan dan Metode:** Desain penelitian menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dengan rumus total sampling yaitu 167 orang. Pengumpulan data menggunakan alat ukur tinggi badan, timbangan, *easy touch* GCHb dan kuesioner. Analisis uji menggunakan chi-square dan regresi logistik untuk menentukan faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia. **Hasil:** Hasil penelitian dari remaja putri berjumlah 167 remaja putri mengalami anemia sebesar (13,2%). Remaja putri yang status gizi kurus sebesar (31,1%), lama menstruasi tidak normal sebesar (43,1%), dan tidak patuh mengonsumsi tablet Fe sebesar (37,1%). Ada hubungan bermakna antara status gizi, lama menstruasi, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Faktor dominan dari semua variabel independen memiliki nilai Sig. <0,05 tetapi variabel kepatuhan konsumsi tablet Fe memiliki nilai Exp (B) paling tinggi sebesar 29,761. **Kesimpulan:** Dari penelitian ini dapat disimpulkan Remaja putri di SMPN 21 Kota Bengkulu sebagian kecil mengalami anemia. Hampir sebagian kurus, hampir sebagian lama menstruasi tidak normal dan hampir sebagian tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah. Terdapat hubungan bermakna antara status gizi, lama menstruasi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Faktor yang dominan terhadap kejadian anemia adalah kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di SMP N 21 Kota Bengkulu.

Kata kunci: Anemia, Status Gizi, Lama Mesntruasi, Tablet Fe, Remaja Putri

ABSTRACT

Introduction: According to the *World Health Organization* (WHO, 2021), the prevalence of anemia in women aged 13-49 years in the world is 29.9% and in Indonesia it is 23%. **Objective:** This study aims to determine the relationship between nutritional status, length of menstruation, and compliance with FE tablet consumption on the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 21 Bengkulu City. **Materials and Methods:** Research design uses a cross sectional approach. The sample with a total sampling formula was 167 people. Data were collected using height measuring instruments, scales, *easy touch* GCHb and questionnaires. Test analysis uses chi square and logistic regression to determine factors associated with anemia. **Results:** The research results from 167 young women experienced anemia (13.2%). Adolescent girls with thin nutritional status were (31.1%), had abnormally long menstruation by (43.1%), and were not compliant with taking Fe tablets by (37.1%).

There is a significant relationship between Nutritional Status, Menstrual Length, and Compliance with Fe Tablet Consumption. The dominant factor of all independent variables has a Sig value. < 0.05 but the Fe Tablet Consumption Compliance variable has the highest Exp (B) value of 29.761. Conclusion: From this research it can be concluded that a small percentage of young women at SMP N 21 Bengkulu City suffer from anemia. Almost some are thin, almost all of them have abnormal menstrual periods and almost all of them are not obedient in taking blood supplement tablets. Based on the relationship, there is a significant relationship between Nutritional Status, Menstrual Length and Compliance with Fe Tablet Consumption on the incidence of Anemia in Adolescent Girls. And the dominant factor in the incidence of anemia is compliance with the consumption of fe tablets among young women at SMP N 21 Bengkulu City.

Keywords: *Anemia, Nutritional Status, Duration of Menstruation, Fe Tablets, Adolescent Women*

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada wanita usia 13-49 tahun di dunia sebesar 29,9% dan di Indonesia sebesar 23% remaja putri mengalami anemia.¹ Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja mengalami kenaikan dari Sebelumnya sebesar 22,7% pada tahun 2013, menjadi sebesar 32% pada tahun 2018, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia.³ Diketahui dari data dinas kesehatan Kota Bengkulu bahwa risiko anemia pada remaja putri di wilayah puskesmas jembatan kecil sebanyak 3 orang dengan persentase 4,93%, Puskesmas Nusa Indah sebanyak 16 orang dengan persentase 26,22%, dan Puskesmas Padang Serai sebanyak 42 orang dengan persentase 68,85%.⁴

Anemia pada remaja dapat berdampak menurunnya imunitas, konsentrasi belajar, kebugaran tubuh dan produktifitas. Daya tahan tubuh yang menurun disebabkan oleh berkurangnya kadar zat besi sehingga dapat menyebabkan produktivitas menurun.⁵ Ibu hamil yang mengalami anemia, tidak dapat mencukupi kebutuhan zat gizi bagi diri sendiri dan janin yang dikandungnya.⁶ Faktor utama yang menjadi penyebab anemia gizi pada remaja putri dikarenakan kurang tercukupinya asupan zat gizi yang dikonsumsi. Pada remaja yang memiliki status gizi yang kurang akan rentan mengalami anemia, karena kurangnya asupan nutrisi yang diperlukan untuk produksi sel darah merah dan hemoglobin.⁷ Menstruasi yang berlebihan biasanya berlangsung lebih dari 7 hari dengan perdarahan lebih banyak, yang dapat mengakibatkan tubuh mengalami kekurangan zat besi.⁸ Kepatuhan konsumsi tablet Fe dapat berpengaruh kejadian anemia terutama dalam konteks pengobatan/pencegahan.⁹

Asupan zat besi sangat dibutuhkan untuk mencegah anemia dan dapat diperoleh dari makanan yang bersumber protein hewani seperti hati, ikan, dan daging. terkadang tidak semua dapat mengonsumsi makanan sehingga diperlukan asupan zat besi tambahan diperoleh dari tablet Fe. Pemerintah telah merencanakan program pemberian tablet Fe yang diberikan 1 tablet tiap minggu sepanjang tahun untuk pencegahan dan penanggulangan anemia sehingga dapat menekan angka kejadian anemia remaja putri.¹⁰

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 19 April 2024 bahwa Puskesmas Jembatan Kecil melakukan pengecekan kadar Hb pada remaja putri di SMPN 21 Kota Bengkulu yaitu sebanyak 11 orang remaja putri yang anemia atau 12,64%, di SMPN 06 Kota Bengkulu yaitu sebanyak 1 remaja putri yang anemia atau 3,33% pada bulan Januari

2024. Survey pra-penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 21 April 2024, diperoleh informasi jumlah remaja putri kelas VII di SMPN 21 Kota Bengkulu yaitu 82 orang sebanyak 11 orang remaja putri yang terkena anemia atau sebesar 12,64%¹².

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi, lama menstruasi, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, dilakukan di SMPN 21 Kota Bengkulu pada bulan Mei 2024. Populasi penelitian yang berjumlah 167 orang dari kelas VII & VIII terdiri dari 13 kelas. Pengambilan sampel menggunakan rumus *total sampling*, yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu remaja putri yang bersedia jadi responden, siswi kelas VII & VIII, siswi yang sudah menstruasi, siswi yang mendapatkan tablet Fe. Subjek dapat tereksklusi jika tidak hadir atau sakit dalam kegiatan penelitian hingga akhir, pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner dan pemeriksaan kadar Hb, ukur tinggi badan dan berat badan.

Pelaksanaan penelitian dimulai dengan mendapatkan persetujuan etik dengan nomor KEPK.BKL/242/05/2024 dilanjutkan dengan meminta persetujuan subjek dengan menandatangani *inform consent*. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner mengenai status gizi, melakukan penimbangan badan dan ukur tinggi badan, lama menstruasi, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Pemeriksaan kadar Hb dilakukan menggunakan *Easy Touch GCHb*. Untuk memastikan data yang diperoleh, dilakukan *crosscheck* pada kuesioner yang telah diisi. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan SPSS 24. Uji bivariatnya menggunakan uji statistik *chi-square* dan uji multivariat menggunakan uji regresi logistik.

HASIL

Tabel 1. Angka Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu

Kejadian Anemia	Frekuensi	%
Anemia	22	13,2
Tidak Anemia	145	86,8
Total	167	100

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 167 remaja putri SMP Negeri 21 Kota Bengkulu, yang mengalami anemia berjumlah 22 remaja putri sebesar (13,2%) dan yang tidak anemia sebanyak 145 remaja putri sebesar (86,8%).

Tabel 2. Karakteristik Status Gizi, Lama Menstruasi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu

Status Gizi	Frekuensi	%
- Kurus	52	31,1
- Tidak Kurus	115	68,9
Total	167	100
Lama Menstruasi		
- Tidak Normal	72	43,1
- Normal	95	56,9
Total	167	100
Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe		
- Tidak Patuh	62	37,1
- Patuh	105	62,9
Total	167	100

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil dari 167 remaja putri SMP Negeri 21 Kota Bengkulu sebagian (68,9%) tidak kurus, sebagian (56,9%) dengan lama menstruasi normal, dan sebagian (62,9%) patuh konsumsi tablet Fe.

Tabel 3. Hubungan Status Gizi, Lama Menstruasi dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu

Variabel	Anemia				Jumlah	P Value	OR CI 95%	
	Anemia		Tidak Anemia					
	F	%	F	%				
Status Gizi								
-Kurus	14	26,9	38	73,1	52	100	0,000	4,928
-Tidak Kurus	8	7,0	107	93,0	115	100		
Lama Menstruasi								
-Tidak Normal	19	26,4	53	73,6	72	100	0,000	10,994
-Normal	3	3,2	92	96,8	95	100		
Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe								
-Tidak Patuh	20	32,3	42	67,7	62	100	0,000	24,524
-Patuh	2	1,9	103	98,1	105	100		

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 52 remaja yang kurus hampir sebagian mengalami anemia (26,9%). Hasil uji statistik nilai $P\text{-value}$ $0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu, diperoleh nilai $OR = 4,928$ artinya remaja yang kurus berpeluang 4 kali lipat mengalami anemia dibandingkan remaja yang tidak kurus. Dari 72 remaja dengan lama menstruasi tidak normal, hampir sebagian mengalami anemia (26,4%). Hasil uji statistik

menunjukkan nilai $P\text{-Value} = 0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan lama menstruasi terhadap kejadian anemia pada remaja putri, dengan nilai $OR=10,994$. Artinya remaja dengan lama menstruasi tidak normal berpeluang 10 kali lipat mengalami anemia dibandingkan remaja dengan lama menstruasi normal. Dari 62 remaja yang tidak patuh hampir sebagian mengalami anemia (32,3%). Hasil uji statistic menunjukkan nilai $P\text{-Value} 0,000$ berarti ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri, dengan nilai $OR=24,524$ artinya remaja yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe berpeluang 24 kali lipat mengalami anemia dibandingkan remaja yang patuh konsumsi mengonsumsi tablet Fe.

Tabel 4. Faktor-faktor yang dominan terhadap kejadian Anemia pada Remaja putri di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu

	Variabel	B	Sig.	Exp (B)
Step 1	Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe	3,200	0,000	24,524
Step 2	Lama Menstruasi	2,452	0,000	11,615
	Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe	3,244	0,000	25,643
Step 3	Status Gizi	1,749	0,005	5,750
	Lama Menstruasi	2,519	0,001	12,412
	Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe	3,393	0,000	29,761

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 4 menunjukkan bahwa semua variabel independen memiliki nilai Sig. $< 0,05$ tetapi variabel kepatuhan konsumsi tablet Fe memiliki nilai Exp (B) paling tinggi sebesar 29,761. Sehingga dapat hasil bahwa faktor kepatuhan konsumsi tablet Fe merupakan faktor yang paling dominan terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 21 Kota Bengkulu.

PEMBAHASAN

Anemia yang disebabkan oleh kurangnya zat besi dalam tubuh. Kekurangan zat besi sendiri dapat disebabkan beberapa hal, seperti asupan makanan yang rendah zat besi atau mungkin zat besi dalam makanan terdapat dalam bentuk yang sulit untuk diserap. Saat simpanan zat besi dalam tubuh sudah habis dan penyerapan zat besi pada makanan sedikit, tubuh akan mulai memproduksi sel darah merah lebih sedikit dan mengandung hemoglobin yang lebih sedikit pula.¹³ Hal inilah yang akhirnya menyebabkan anemia gizi besi, penyebab anemia dan defisiensi gizi yang paling sering terjadi. Faktor-faktor yang mendorong terjadinya anemia gizi pada usia remaja yaitu adanya penyakit infeksi yang kronis, haid yang berlebihan pada remaja putri, jumlah makanan atau penyerapan diet yang buruk dari zat besi, vitamin B12, vitamin B6, vitamin C, dan tembaga.¹³

Berdasarkan hasil penelitian di SMPN 21 Kota Bengkulu menggunakan IMT dan kuesioner bahwa ada hubungan antara status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja putri dengan hasil uji statistik Chi-Square nilai $P\text{-value} 0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa status gizi sangat berpengaruh terhadap kejadian anemia. Penelitian ini sejalan dengan Penelitian Cholifah tahun 2020 yang memperoleh nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,019, yang

menunjukkan adanya hubungan bermakna antara status gizi dengan kejadian Anemia.¹⁴ Defisiensi zat besi dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya seperti kondisi non gizi (kelainan genetik, penyakit infeksi serta cacangan) dan gizi karena ada makanan yang bersifat menghambat penyerapan zat besi seperti makanan yang mengandung senyawa tanin, fitat, polizat besinol, oksalat dan serat pangan yang banyak terdapat pada teh dan sereal. Jika Konsumsi dan kebutuhan gizi tidak seimbang atau tidak terpenuhi, maka dapat terjadi status gizi kurang.¹⁵

Berdasarkan hasil uji statistik tentang lama menstruasi menunjukkan nilai *P-Value* 0,000 lebih besar dari 0.05 bahwa ada hubungan lama menstruasi terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jaelani tahun 2017 hasil analisis menunjukkan berarti ada hubungan lama menstruasi terhadap kejadian anemia dan secara statistik signifikan nilai *P-Value* 0,000.¹⁶ Lama menstruasi pada remaja sangat dipengaruhi oleh kondisi tubuh remaja tersebut, beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi lama menstruasi pada remaja putri seperti kelelahan karena padatnya aktivitas dan pengaruh stres yang tinggi. Stres dapat mempengaruhi hormon yang ada dalam tubuh dan dapat menyebabkan masalah menstruasi pada wanita.¹⁷

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan nilai *P-Value* = 0,000. bahwa ada hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Destita tahun 2017 Hasil uji statistik menunjukkan nilai *P-Value* = 0,0005 berarti ada hubungan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri.¹⁸ Penyebab dari remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah yaitu anemia yang kompleks, anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kekurangan zat besi, kekurangan vitamin B12 atau asam folat, gangguan penyerapan nutrisi, penyakit kronis, gangguan genetik, atau perdarahan yang berlebihan.¹⁹

Berdasarkan hasil penelitian Kepatuhan Konsumsi tablet Fe memiliki nilai Exp (B) paling tinggi sebesar 29,761. Sehingga dapat hasil bahwa faktor kepatuhan konsumsi tablet Fe merupakan faktor yang paling dominan terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian ini sejalan penelitian yang dilakukan Desita Putri tahun 2017 diperoleh bahwa kepatuhan konsumsi tablet tambah Fe merupakan variabel yang paling dominan yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri adalah remaja putri yang tidak patuh mengonsumsi TTD berisiko 61,55 kali untuk menderita anemia dibanding remaja putri yang patuh mengonsumsi tablet tersebut. Hal ini berarti semakin banyak remaja putri yang patuh dalam mengonsumsi tablet Fe maka peluang anemia semakin rendah. Sebaliknya jika ketidakpatuhan konsumsi tablet Fe rendah maka peluang kejadian anemia akan terus meningkat dikalangan remaja putri.²⁰

KESIMPULAN

Dari penelitian ini, disimpulkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara status gizi, lama menstruasi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri. Faktor yang dominan terhadap kejadian anemia adalah kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di SMP N 21 Kota Bengkulu. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan variabel penelitian yang lebih variatif.

DAFTAR PUSTAKA

1. Amini, N. (2023). Hubungan Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Faktor Lainnya dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Mts Darul Ulum Cimahpar Tahun 2022. *Ghizai: Jurnal Gizi dan Keluarga*, 2(3),1-13.
2. Arozah, R. (2023). Hubungan Status Gizi Asupan Fe, Asupan Protein, dan Siklus Menstruasi terhadap Kejadian Anemia pada Siswi MTs. *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(11), 5232-5237.
3. Astuti, D., & Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314.
4. Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 5(1), 1-10.
5. Cholifah, N., Rusnoto, R., Himawan, R., & Trisnawati, T. (2020). Hubungan Siklus Menstruasi Dan Indek Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Smk Islam Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), 302-307.
6. Dilayanthi, Ni Putu, R. (2022). *Hubungan konsumsi Fe vitamin C dan Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan status anemia pada siswi SMAN 2* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Gizi 2022).
7. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2024). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2024*. Bengkulu: Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
8. Fatriana, P. (2021). *Pengaruh Edukasi Menggunakan Booklet Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Konsumsi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajahan Kota Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta).
9. Farinendya, A., Muniroh, L., & Buanasita, A. (2019). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Dan Siklus Menstruasi Dengan Anemia Pada Remaja Putri The Correlation of Nutrition Adequacy Level and Menstrual Cycle with Anemia Among Adolescent Girls. *Amerta Nutrition*, 3(4), 298-304.
10. Handayani, Y., & Budiman, I. A. (2022). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(2), 121-130.
11. Kemenkes, RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Masyarakat.
12. Kemenkes, RI. (2018). *Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. *Kemenkes RI*, 46. Kemenkes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. In *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
13. Latief, D. (2018) . *pencegahan dan penanggulangan Anemia pada Remaja putri dan wanita usia subur(WUS)*. Jakarta:kesehatan masyarakat
14. Marselina, F., Sofiyanti, I., Suryani, A. R., Pratiwi, R., & Kariyani, T. (2022, December). Studi Literatur: Penyebab Terjadinya Anemia pada Remaja Putri: Studi Literatur: Penyebab Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. In *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol.1,No.2,pp.544556).
15. Notoatmodjo . 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
16. Nurjannah, S. N., & Putri, E. A. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan. *Journal of Midwifery Care*, 1(02),125-131.
17. Nuraini, U. D., Theresia, E. M., & Es, D. (2020). *Gambaran karakteristik remaja dan kejadian anemia pada siswi kelas X di SMA Negeri 1 Kokap Kulon Progo Tahun 2019* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
18. Nuradhiani, A., Briawan, D., & Dwiriani, C. M. (2017). Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi*

- dan Pangan*, 12(3), 153-160.
19. Putri, S. R. (2023). Hubungan Antara Perilaku Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Jurnal kesehatan samodra ilmu*, 14(02), 46-48.
 20. Qomarasari, D., & Mufidaturrosida, A. (2022). Hubungan Status Gizi, Pola Makan Dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas Viii Di Smpn 3 Cibeber. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 6(2),4350.
 21. Rianti, R., Fatmawati, F., & Suwarni, S. (2022). Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Asupan Zat Besi (Fe) dengan Status Anemia pada Remaja Putri di SMKN 1 Molawe Kecamatan Molawe Kabupaten Konawe Utara. *Jurnal Gizi Ilmiah (JGI)*, 9(2), 12-18.
 22. Suhariyati, S., Rahmawati, A., & Realita, F. (2020). Hubungan antara Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 195-203.
 23. Susanti, Y, Briawan, D. and Martianto, D. (2016) *Suplementasi Besi Mingguan Meningkatkan Hemoglobin*, *Jurnal Gizi Pangan*.
 24. Taufiq, Z., Ekawidyani, K. R., & Sari, T. P. (2020). *Aku Sehat Tanpa Anemia: Buku Saku Anemia untuk Remaja Putri*. CV. Wonderland Family Publisher.
 25. Wahyu, M., Permatasari, N. (2016). *Hubungan antara status gizi, siklus dan lama menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di sma negeri 3 surabaya* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
 26. Yuniarti, Y., Rusmilawaty, R., & Tunggal, T. (2015). Hubungan antara kepatuhan minum tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1).