

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI: LITERATURE REVIEW**Octaviona Seconda Deargaceza¹, Rehan Izza Retiyandini²**[¹octavionaceza@gmail.com](mailto:octavionaceza@gmail.com), [²izzaretiyandini@gmail.com](mailto:izzaretiyandini@gmail.com)**Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun****ABSTRAK**

Anemia pada remaja putri masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian karena dapat memengaruhi pertumbuhan, kemampuan belajar, produktivitas, serta kesehatan reproduksi di masa mendatang. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kejadian anemia dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti tingkat pengetahuan, status gizi, konsumsi zat besi, siklus menstruasi, kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), literasi gizi, dan kondisi sosial ekonomi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri berdasarkan hasil penelitian yang telah dipublikasikan. Metode yang digunakan adalah literature review dengan menelaah sepuluh artikel ilmiah yang diterbitkan pada tahun 2021–2026 dan diperoleh melalui database Google Scholar dan Garuda. Proses pemilihan artikel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, kemudian dianalisis secara deskriptif melalui tahap identifikasi, seleksi, ekstraksi data, dan sintesis hasil penelitian. Hasil kajian menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menyatakan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung menerapkan perilaku pencegahan anemia, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, memenuhi kebutuhan zat besi, serta mengonsumsi Tablet Tambah Darah secara rutin. Selain itu, status gizi, konsumsi zat besi, siklus menstruasi, dan kondisi sosial ekonomi juga berperan dalam meningkatkan risiko anemia. Berbagai bentuk pendidikan gizi dan media edukasi, seperti penyuluhan, booklet, video edukasi, permainan edukatif, dan buku saku digital, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan anemia. Berdasarkan hasil literature review ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, sehingga diperlukan pelaksanaan edukasi kesehatan yang berkelanjutan serta dukungan dari sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan, membentuk perilaku hidup sehat, dan menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Putri, Pengetahuan, Pendidikan Gizi, Tablet Tambah Darah, Literature Review.

PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup banyak ditemukan pada remaja putri, baik di Indonesia maupun di berbagai negara berkembang. Kondisi ini terjadi ketika kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah batas normal sehingga kemampuan darah dalam membawa oksigen ke seluruh tubuh menjadi berkurang. Remaja putri termasuk kelompok yang paling rentan mengalami anemia karena pada masa ini terjadi pertumbuhan yang cukup pesat disertai meningkatnya kebutuhan zat gizi, khususnya zat besi. Selain itu, menstruasi yang dialami setiap bulan juga menyebabkan kehilangan zat besi sehingga risiko terjadinya anemia semakin besar (Nurjanah & Dewi, 2024; Listian et al., 2026).

Masalah anemia tidak dapat dianggap ringan karena dampaknya tidak hanya dirasakan dalam jangka pendek, tetapi juga dapat memengaruhi kesehatan di masa mendatang. Remaja yang mengalami anemia sering mengeluhkan tubuh mudah lelah, lemas, sulit berkonsentrasi, dan mengalami penurunan prestasi belajar. Apabila kondisi ini berlangsung dalam waktu lama, anemia dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi

ketika memasuki usia dewasa dan masa kehamilan. Oleh karena itu, pencegahan anemia sejak usia remaja menjadi salah satu langkah penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan perempuan di masa depan (Yulianti et al., 2024; Nurjanah & Dewi, 2024).

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) menunjukkan bahwa anemia pada remaja masih menjadi masalah yang memerlukan perhatian dari berbagai pihak. Pemerintah telah melakukan berbagai upaya, salah satunya melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja putri di sekolah. Namun, pelaksanaan program tersebut belum memberikan hasil yang optimal karena masih banyak remaja yang tidak mengonsumsi tablet tersebut secara rutin. Rendahnya kepatuhan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya pengetahuan mengenai manfaat TTD dan pentingnya pencegahan anemia (Listian et al., 2026; Andini et al., 2026).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang sering dikaitkan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Remaja yang memiliki pengetahuan baik umumnya lebih memahami penyebab, gejala, dampak, dan cara pencegahan anemia. Pengetahuan tersebut akan memengaruhi perilaku dalam memilih makanan bergizi, mengonsumsi sumber zat besi, serta mematuhi anjuran minum Tablet Tambah Darah. Sebaliknya, apabila pengetahuan masih rendah, maka perilaku pencegahan anemia juga cenderung kurang baik sehingga risiko terjadinya anemia menjadi lebih besar (Kusnadi, 2021; Yulianti et al., 2024).

Selain pengetahuan, terdapat beberapa faktor lain yang turut berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian Andini et al. (2026) menjelaskan bahwa status sosial ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, literasi gizi, status gizi, serta kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah ikut memengaruhi risiko anemia. Penelitian Listian et al. (2026) juga menemukan bahwa konsumsi zat besi merupakan faktor yang paling dominan terhadap kejadian anemia, sedangkan pengetahuan gizi menjadi faktor penting berikutnya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penyebab anemia tidak hanya berasal dari satu faktor, tetapi dipengaruhi oleh berbagai aspek yang saling berkaitan.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa status gizi dan pola makan memiliki hubungan dengan kejadian anemia. Remaja yang memiliki asupan makanan kurang beragam atau jarang mengonsumsi makanan sumber zat besi lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan remaja dengan pola makan yang baik. Namun demikian, Fatmawati et al. (2024) melaporkan bahwa status gizi dan pengetahuan tidak menunjukkan hubungan yang bermakna terhadap upaya pencegahan anemia. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara pengetahuan dan kejadian anemia masih perlu dikaji lebih mendalam melalui telaah berbagai penelitian.

Di sisi lain, berbagai bentuk pendidikan gizi mulai banyak dikembangkan sebagai salah satu strategi pencegahan anemia pada remaja putri. Edukasi yang diberikan melalui penyuluhan, booklet, video edukasi, permainan edukatif, maupun buku saku digital terbukti mampu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku, terutama dalam mengonsumsi makanan bergizi seimbang dan Tablet Tambah Darah secara rutin (Hidayah et al., 2022; Agiratama & Kurniasari, 2023; Djannah & Wisudawati, 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diketahui bahwa penelitian mengenai hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri masih menunjukkan hasil yang beragam. Sebagian besar penelitian menyatakan adanya hubungan yang signifikan, sementara beberapa penelitian lainnya menunjukkan hasil yang berbeda. Oleh karena itu, diperlukan literature review yang menggabungkan hasil dari berbagai penelitian agar diperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi sumber

informasi ilmiah sekaligus menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun program pencegahan anemia yang lebih efektif di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review, yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan, menelaah, membandingkan, dan menganalisis berbagai hasil penelitian yang telah dipublikasikan mengenai hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Metode ini dipilih untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia serta efektivitas pendidikan gizi sebagai upaya pencegahannya. Proses pencarian artikel dilakukan secara sistematis melalui database Google Scholar dan Garuda (Garba Rujukan Digital) dengan menggunakan kata kunci anemia, remaja putri, pengetahuan, status gizi, pendidikan gizi, edukasi kesehatan, tablet tambah darah, dan literature review. Kata kunci tersebut dikombinasikan menggunakan operator Boolean AND dan OR untuk memperoleh artikel yang relevan dengan tujuan penelitian.

Artikel yang digunakan merupakan artikel ilmiah berbahasa Indonesia yang dipublikasikan pada rentang tahun 2021–2026, tersedia dalam bentuk full text, serta membahas hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia atau faktor-faktor yang berkaitan dengan anemia pada remaja putri. Artikel yang tidak sesuai dengan topik penelitian, hanya tersedia dalam bentuk abstrak, dipublikasikan di luar rentang tahun yang telah ditentukan, atau merupakan artikel duplikat tidak diikutsertakan dalam proses analisis. Proses seleksi artikel dilakukan mengikuti tahapan Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) yang meliputi identifikasi, penyaringan (screening), penilaian kelayakan (eligibility), dan penentuan artikel yang memenuhi syarat (included). Berdasarkan proses tersebut diperoleh 10 artikel ilmiah yang memenuhi kriteria untuk dianalisis dalam penelitian ini.

Selanjutnya, data dari setiap artikel diekstraksi berdasarkan nama penulis, tahun publikasi, judul penelitian, tujuan penelitian, desain penelitian, karakteristik responden, lokasi penelitian, variabel yang diteliti, serta hasil utama penelitian. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan metode deskriptif naratif dengan cara membandingkan, mengelompokkan, dan mensintesis hasil dari setiap penelitian untuk mengidentifikasi hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia serta faktor-faktor lain yang memengaruhi anemia pada remaja putri. Hasil sintesis tersebut selanjutnya disajikan dalam bentuk uraian naratif dan tabel karakteristik artikel sehingga memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai topik yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik Artikel yang Dianalisa

No	Judul Jurnal	Nama Pengarang	Tahun	Fokus Penelitian	Telaah	Partisipan / Lokasi	Desain & Metode	Kontribusi terhadap Pengendalian
1	Pengaruh Pendidikan Gizi dan Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja tentang Pencegahan Anemia	Rika Ariana, Nur Alam Fajar	2024	Faktor Risiko Anemia	Faktor Risiko meliputi Gizi, Menstruasi, Sosial Ekonomi, Pendidikan	Berbagai negara	Literature Review	Dasar intervensi pencegahan Anemia
2	Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	Nurul Hidayah dkk	2022	Edukasi Anemia	Pengetahuan meningkat setelah di edukasi	Desa Jipurapah	Pra-eksperimmental	Edukasi efektif
3	Pengaruh Pemberian Media Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja	Fajrian Noor Kusnadi	2021	Pengetahuan & Anemia	Pengetahuan berhubungan dengan pencegahan Anemia	Studi Literatur	Literature Review	Pentingnya Edukasi
4	Pengaruh Edukasi terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan Tentang Anemia dan Gizi di Desa Jipurapah	Nanda Putri Agiratama, Ratih Kurniasari	2023	Media Edukasi	Media meningkatkan Pengetahuan	Indonesia	Literature Review	Media edukasi efektif
5	Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri	Roichatul Djannah, Wida W	2023	Pendidikan Gizi	Ada peningkatan signifikan	Kota Tangerang	Quasi Experiment	Mendukung Pendidikan Gizi
6	Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri	Widya Andini dkk.	2026	Faktor Risiko Anemia	Faktor sosial ekonomi, literasi gizi, TTD, status gizi dan kualitas asupan berhubungan; pekerjaan ibu dominan.	230 siswi SMAN 1 Majalaya, Karawang	Observasional analitik, Cross Sectional	Dasar intervensi faktor sosial ekonomi dan perilaku gizi
7	Status Gizi dan Pengetahuan Remaja Putri dalam Upaya Pencegahan Anemia Defisiensi Besi	Tina Yuli Fatmawati dkk.	2024	Pengetahuan & status gizi	Tidak ada hubungan signifikan, edukasi tetap penting.	60 siswi SMPN 8 Kota Jambi	Cross Sectional	Mendukung pentingnya edukasi gizi.
8	Faktor-Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Raha	Ayu Listian dkk.	2026	Faktor risiko anemia	Konsumsi zat besi dan pengetahuan gizi signifikan; konsumsi zat besi paling dominan.	146 remaja putri SMAN 1 Raha	Case Control	Dasar penguatan TTD dan edukasi gizi
9	Gambaran gejala Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Indramayu	Suci Nurjanah, Berlian Kusuma Dewi	2024	Gambaran kejadian Anemia	21,8% responden mengalami anemia	87 remaja putri Kabupaten Indramayu	Deskriptif Cross Sectional	Memberikan gambaran prevalensi anemia
10	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri	Anisa Yulianti dkk.	2024	Status gizi, menstruasi, pengetahuan	Ketiganya berhubungan signifikan dengan anemia.	65 remaja putri Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peningjauan OKU	Cross Sectional	Mendukung edukasi dan pemantauan status gizi.

Berdasarkan hasil telaah terhadap tujuh jurnal yang diterbitkan pada tahun 2023–2026, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur memiliki hubungan dengan tekanan darah pada mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho et al. (2024) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kualitas tidur yang buruk memiliki kecenderungan mengalami peningkatan tekanan darah dibandingkan mahasiswa yang memiliki kualitas tidur baik. Hasil serupa juga ditemukan oleh Hidayat et al. (2023), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada

mahasiswa Pondok Pesantren Mahasiswa Putra Universitas Sains Al-Qur'an. Temuan tersebut diperkuat oleh dua penelitian literature review yang menyimpulkan bahwa kualitas tidur merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan perubahan tekanan darah pada mahasiswa, meskipun besar hubungan yang ditemukan berbeda pada setiap penelitian (Novriyanti et al., 2025; Faradila et al., 2026).

Gangguan kualitas tidur pada mahasiswa umumnya dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti beban akademik, penyelesaian tugas akhir, aktivitas organisasi, penggunaan gawai hingga larut malam, serta tingkat stres yang tinggi. Kondisi tersebut menyebabkan waktu tidur menjadi lebih singkat sehingga proses pemulihan tubuh tidak berlangsung secara optimal. Akibatnya, mahasiswa lebih mudah mengalami kelelahan, penurunan konsentrasi, serta perubahan kondisi fisiologis yang dapat memengaruhi kestabilan tekanan darah. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pola tidur yang baik merupakan salah satu faktor penting yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan mahasiswa (Nugroho et al., 2024; Hidayat et al., 2023).

Meskipun sebagian besar penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kualitas tidur dan tekanan darah, hasil yang berbeda ditemukan pada penelitian Lorena dan Amalia (2024). Penelitian tersebut menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada mahasiswa tingkat akhir. Peneliti menjelaskan bahwa sebagian besar responden masih berusia muda, memiliki kondisi kesehatan yang baik, dan belum memiliki faktor risiko hipertensi lainnya sehingga tekanan darah tetap berada dalam kategori normal meskipun kualitas tidurnya kurang baik. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa tekanan darah tidak hanya dipengaruhi oleh kualitas tidur, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti usia, indeks massa tubuh, aktivitas fisik, pola makan, konsumsi kafein, tingkat stres, dan riwayat keluarga. Oleh karena itu, kualitas tidur sebaiknya dikaji bersama faktor risiko lainnya agar diperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai penyebab perubahan tekanan darah (Lorena & Amalia, 2024; Medic Nutricia, 2025).

Hasil sintesis literatur juga menjelaskan bahwa kualitas tidur yang buruk dapat memengaruhi tekanan darah melalui perubahan mekanisme fisiologis tubuh. Gangguan tidur menyebabkan peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis yang memicu pelepasan hormon stres, seperti kortisol dan adrenalin. Peningkatan hormon tersebut mengakibatkan denyut jantung meningkat dan pembuluh darah mengalami vasokonstriksi sehingga tekanan darah menjadi lebih tinggi. Sebaliknya, saat seseorang memiliki kualitas tidur yang baik, tubuh memperoleh waktu yang cukup untuk melakukan proses pemulihan sehingga tekanan darah cenderung tetap stabil. Mekanisme tersebut dijelaskan secara konsisten dalam beberapa penelitian yang menjadi sumber kajian pada literature review ini (Novriyanti et al., 2025; Faradila et al., 2026; Medic Nutricia, 2025).

Secara keseluruhan, enam dari tujuh jurnal yang dianalisis menunjukkan adanya hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah, sedangkan satu penelitian menunjukkan hasil yang tidak signifikan. Perbedaan hasil tersebut dipengaruhi oleh karakteristik responden, jumlah sampel, metode penelitian, serta faktor-faktor lain yang belum sepenuhnya dikendalikan. Namun demikian, seluruh penelitian sepakat bahwa kualitas tidur merupakan salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya menjaga kesehatan kardiovaskular. Oleh karena itu, peningkatan kualitas tidur melalui pengelolaan waktu istirahat, pengurangan penggunaan gawai sebelum tidur, pengendalian stres, dan penerapan pola hidup sehat perlu menjadi bagian dari upaya promotif dan preventif untuk mencegah peningkatan tekanan darah pada mahasiswa (Nugroho et al., 2024; Hidayat et al., 2023; Novriyanti et al., 2025; Faradila et al., 2026).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil literature review terhadap sepuluh artikel ilmiah yang dipublikasikan pada tahun 2021–2026, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai penyebab, gejala, dampak, dan cara pencegahan anemia cenderung memiliki perilaku yang lebih baik dalam menjaga pola makan, memenuhi kebutuhan zat besi, serta mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin sehingga risiko terjadinya anemia dapat berkurang.

Selain pengetahuan, hasil kajian juga menunjukkan bahwa kejadian anemia dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti status gizi, konsumsi zat besi, siklus menstruasi, kepatuhan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), literasi gizi, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Meskipun terdapat satu penelitian yang menunjukkan bahwa status gizi dan pengetahuan tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap upaya pencegahan anemia, sebagian besar artikel menyatakan bahwa faktor-faktor tersebut memiliki peran penting dalam meningkatkan maupun menurunkan risiko anemia pada remaja putri.

Hasil kajian ini juga menunjukkan bahwa berbagai bentuk pendidikan gizi dan edukasi kesehatan, baik melalui penyuluhan, booklet, video edukasi, permainan edukatif, maupun buku saku digital, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai anemia. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan dan didukung oleh keterlibatan sekolah, keluarga, serta tenaga kesehatan diharapkan mampu meningkatkan perilaku pencegahan anemia dan menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Agiratama, N. P., & Kurniasari, R. (2022). Kajian pustaka: Pengaruh pemberian media edukasi gizi terhadap pengetahuan anemia pada remaja: Literature review. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(1), 55–64. <https://doi.org/10.26714/jgk.15.1.2022.55-64>
- Andini, W., dkk. (2026). Faktor risiko anemia pada remaja putri. <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i12.2021>
- Anisa Yulianti, Siti Aisyah, & Sri Handayani. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10–17. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.276>
- Djannah, R., & Wisudawati, W. (2023). Pengaruh pendidikan gizi dan anemia terhadap pengetahuan remaja tentang pencegahan anemia. Vol. 9 No. 1 (2023): *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada* <https://doi.org/10.56861/jikkbh.v9i1.105>
- Fatmawati, T. Y., Julaecha J., Nel Efni. (2024). Status gizi dan pengetahuan remaja putri dalam upaya pencegahan anemia defisiensi besi. *JABJ*, Vol. 13, No. 2, September 2024, 168-174 <https://doi.org/10.36565/jab.v13i2.53>
- Hidayah, N. ., Imaningsih, A. N., Damayanti, E. D., Fitria, N. W. ., Ramadhani , M. P. ., Merisdiansyah, W. E. ., & Shahla, G. R. V. . (2022). PENGARUH EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PEREMPUAN DESA JIPURAPAH TENTANG ANEMIA DAN GIZI SEIMBANG : The Effect of Education on Adolescent Girls' Knowledge Level Jipurapah Village About Anemia and Balanced Nutrition. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4), 612-619. <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1314>
- Hidayah, N., Imaningsih, A. N., Damayanti, E., Fitria, N. W., Ramadhani, M. P., Merisdiansyah, W. E., & Vasthia, G. R. S. (2022). Pengaruh Edukasi terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan Desa Jipurapah tentang Anemia dan Gizi Seimbang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4). <https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1314>
- Karina Az-zahra, & Kurniasari, R. (2022). Efektivitas pemberian media edukasi gizi yang menarik dan inovatif terhadap pencegahan anemia kepada remaja putri: Literature review. *Media*

- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Medika Utama*, 3(1), 1293–1298.
- Listian, A., Binekada, I. M. C., & Susanty, S. (2026). Faktor-Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Raha . *Journal of Innovative and Creativity (Joecy)*, 6(1), 12661–12669. <https://doi.org/10.31004/joecy.v6i1.8424>
- Nurjanah, S., & Dewi, B. K. (2024). Gambaran kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Indramayu. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 12(2). <https://doi.org/10.33650/jkp.v12i2.9405>