

## Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia di SMKN 1 Sitiung, Dharmasraya

**Novia Safitri**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia;  
[novia070600@gmail.com](mailto:novia070600@gmail.com) (Koresponden)

**Astuti Ardi Putri**

Prodi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia;  
[putriastuti863@gmail.com](mailto:putriastuti863@gmail.com)

**Dian Eka Putri**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia;  
[dianekaputri85@gmail.com](mailto:dianekaputri85@gmail.com)

### ABSTRACT

*According to the World Health Organization (WHO) 2021, research data conducted in 2020 increased the number of anemia cases from 1.42 billion to 1.74 billion. Based on the data collected, it shows that 18 out of 42 girls suffering from anemia in SMKN 1 Sitiung in 2022 will increase to 34 out of 58 girls in 2023. The aim of this research is to determine the effect of health education towards girls' knowledge and attitudes about anemia at SMKN 1 Sitiung in 2024. This research is pre-experimental research using a design (one group pre test) with a population of 39 34 people and the Whole Sampling method. Based on univariate analysis, it was obtained that low pre-test recognition was 29, namely 85.3%, and good post-test recognition was 34, namely 100%, and the post-test was 23 negatives. That is, 67.6 percent, and after being tested, the majority was 29. After learning about anemia in young women, their attitude was positive. Paired results using the Wilcoxon test and data processing using the SPSS program. The results of research on the influence of health education on adolescents' knowledge and attitudes towards anemia show that the knowledge and attitude value is  $P = 0.000$  because the  $P$  value is  $\leq 0.05$ . It can be concluded that health education influences teenagers' knowledge and attitudes about anemia. The teachers' council is advised to actively monitor the consumption of iron tablets and support education related to anemia to improve the health of female students at SMKN 1 Sitiung.*

**Keywords:** anemia; attitude; health education; knowledge.

### ABSTRAK

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) 2021, data kasus anemia pada studi yang dilaksanakan tahun 2020 mengalami peningkatan dengan angka awal menunjukkan kasus sebanyak 1,42 miliar menjadi 1,74 miliar. Didasarkan atas data yang berhasil dihimpun menunjukkan bahwa remaja putri SMKN 1 Sitiung yang menderita anemia pada tahun 2022 mencapai 18 dari 42 anak perempuan dan meningkat menjadi 34 dari 58 anak perempuan pada tahun 2023. Kajian ini diadakan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap anak perempuan terkait anemia di SMKN 1 Sitiung tahun 2024. Kajian yang dijalankan ini termasuk pada penelitian pra eksperimen yang memanfaatkan desain (one group pre test) dengan jumlah populasi 39 orang 34 orang dan metode Whole Sampling. Berdasarkan analisis univariat diperoleh pengakuan pre-test rendah sebesar 29 yaitu 85,3%, dan pengakuan *post-test* baik sebesar 34 yaitu 100%, dan *post-test* berjumlah 23 negatif. Artinya, 67,6 persen, dan setelah dites, mayoritasnya adalah 29. Setelah mengetahui anemia pada remaja putri, sikap mereka positif. Hasil berpasangan menggunakan uji Wilcoxon dan pengolahan data menggunakan program SPSS. Hasil penelitian pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja terhadap anemia menunjukkan nilai pengetahuan dan sikap  $P = 0,000$  karena nilai  $P \leq 0,05$ . Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang anemia. Majelis guru disarankan untuk aktif memantau konsumsi tablet tambah darah serta mendukung edukasi terkait anemia guna meningkatkan kesehatan siswi SMKN 1 Sitiung.

**Kata kunci:** anemia; pendidikan kesehatan; pengetahuan; sikap.

### PENDAHULUAN

#### Latar Belakang

Masa remaja adalah periode transisi dari kanak-kanak menuju dewasa, ditandai dengan perubahan psikologis dan fisik yang signifikan. Pada fase ini, remaja mengalami perubahan dalam tubuh, baik secara internal maupun eksternal, untuk mempersiapkan diri dalam hal reproduksi. Perubahan ini mencakup lebih dari sekadar peningkatan tinggi dan berat badan (Mutmainnah et al., 2021) Istilah “remaja” berasal dari bahasa Latin

“*adolescence*” yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Adolescence merujuk pada proses bertahap menuju kematangan fisik, intelektual, psikologis, sosial, dan emosional. Ini menunjukkan bahwa perkembangan seseorang tidak terjadi secara tiba-tiba dari satu tahap ke tahap lainnya, tetapi melalui proses bertahap (Nasruddin et al., 2021).

Menurut Menteri Kesehatan RI, (Moeloek, 2018), di Indonesia, remaja kerap menghadapi empat permasalahan kesehatan utama, yaitu kurang darah akibat rendahnya asupan zat besi, hambatan pertumbuhan yang menyebabkan tubuh lebih pendek dari standar usianya (*stunting*), kekurangan energi dalam jangka panjang yang membuat tubuh terlihat sangat kurus, serta kelebihan berat badan atau obesitas. Permasalahan remaja putri yang sering dialami adalah kekurangan zat besi atau disebut anemia. Anemia dapat dianggap sebagai kondisi kesehatan yang ditandai dengan menurunnya jumlah sel darah merah dalam tubuh, atau ketika kadarnya berada di bawah batas normal. Penyebab utama anemia biasanya adalah kekurangan hemoglobin dan zat besi, yang seharusnya diperoleh dari asupan makanan bergizi seperti hati, ikan, telur, daging, sayur-sayuran, buah berwarna cerah, serta vitamin B12 dan asam folat. Untuk memastikan apakah seorang remaja mengalami anemia, dapat dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah. Individu dapat dianggap menderita anemia jika kadar Hb-nya berada di bawah angka standar, yakni kurang dari 12 g/dl untuk remaja perempuan usia 15 tahun ke atas, dan kurang dari 13 g/dl untuk remaja laki-laki pada usia yang sama (Aulia, 2019).

Anemia menjadi satu dari berbagai kasus kesehatan global yang dari tahun ke tahun selalu meningkat, dan menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan masyarakat. Berdasarkan data terbaru, prevalensi anemia secara global mencapai sekitar 37% dari total populasi dunia. Kondisi tersebut mayoritas terjadi di negara-negara berkembang, khususnya wilayah Asia Tenggara dan Afrika. Hal tersebut terjadi karena distribusi makanan, kesehatan, dan pengetahuan yang masih terbatas. Polemik tersebut menyebabkan masyarakat menjadi miskin secara finansial, kesehatan, dan intelektualnya. Akhirnya akan berdampak pada kesadaran atas pentingnya kesehatan menurun, masyarakat mudah terinfeksi dan terjangkit virus, serta kekurangan gizi. Yang mana berbagai faktor tersebut yang menjadi indikator peningkatan angka anemia. Laporan global mencatat bahwa anemia telah ditelusuri prevalensinya sejak 1990-2019 di 204 negara di seluruh dunia. Hasil studi yang dipublikasikan pada tahun 2020 memperlihatkan adanya lonjakan signifikan dalam jumlah kasus, yakni tahun 1990 sebanyak 1,42 miliar kasus, kemudian tahun 2019 meningkat hingga 1,74 miliar kasus (WHO, 2019). Dengan demikian, erlu adanya tindakan yang komprehensif seperti perbaikan gizi dan pola hidup, edukasi kesehatan, hingga perbaikan layanan kesehatan agar angka anemia dapat ditekan secara global.

Kasus peningkatan angka anemia ini juga terjadi di Indonesia, khususnya terjadi pada usia rentan (anak-anak dan remaja). Atas dasar data yang didapatkan dari Kemenkes RI, tahun 2020 tercatat bahwa hampir separuh anak balita (47,0%) mengalami anemia, pada remaja putri sebanyak 26,5%, wanita usia subur (WUS) sebesar 26,9%, dan ibu hamil tercatat sebanyak 40,1% (Tim Poltekkes Depkes Jakarta I, 2020). Tingginya angka ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi tantangan besar dalam sektor kesehatan masyarakat di Indonesia. Upaya pencegahan dan penanggulangan perlu dilakukan secara terpadu melalui edukasi gizi, peningkatan akses terhadap makanan bergizi, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin, khususnya pada kelompok-kelompok berisiko tinggi.

Dari data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia tercatat sebanyak 23,7%. Angka ini menjadi bukti bahwa hampir satu dari empat penduduk mengalami anemia, dan kondisi ini tersebar di berbagai wilayah serta kelompok penduduk. Jika dilihat berdasarkan tempat tinggal, prevalensi anemia di wilayah perkotaan sebanyak 22,7%, sementara di daerah pedesaan angkanya lebih tinggi, yaitu mencapai 25,0%. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan antara masyarakat kota dan desa. Dari sisi jenis kelamin, proporsi perempuan yang mengalami anemia lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional, yaitu sebesar 23,9%. Data ini memperkuat fakta bahwa perempuan, terutama pada usia produktif, merupakan kelompok yang lebih rentan terhadap kekurangan zat besi akibat faktor biologis seperti menstruasi, kehamilan, dan kebutuhan gizi yang lebih tinggi. Jika dilihat berdasarkan kelompok usia, remaja usia 15–24 tahun menempati posisi tertinggi dalam prevalensi anemia, yakni sebesar 32,0%. Ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga dari kelompok usia tersebut mengalami anemia, yang berpotensi memengaruhi kualitas hidup, produktivitas, dan prestasi belajar. Sementara itu, pada kelompok remaja putri dan wanita usia subur (13–49 tahun), prevalensi masing-masing tercatat sebesar 22,7%. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya intervensi gizi sejak dini, terutama bagi remaja dan perempuan, melalui program fortifikasi makanan, suplemen zat besi, serta edukasi mengenai pola makan sehat dan seimbang sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia secara berkelanjutan (Mataram & Antarini, 2021).

Di Provinsi Sumatera Barat, anemia juga menjadi isu kesehatan yang cukup serius. Berdasarkan data terbaru, prevalensi anemia di wilayah ini mencapai 29,8% pada perempuan dan 27,6% pada laki-laki. Angka ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga dari populasi perempuan dan lebih dari seperempat laki-laki di provinsi tersebut mengalami anemia. Tingginya prevalensi pada perempuan kemungkinan besar disebabkan oleh kebutuhan fisiologis yang lebih tinggi terhadap zat besi, terutama selama masa menstruasi, kehamilan, dan menyusui. Sementara itu, meskipun prevalensi pada laki-laki sedikit lebih rendah, angka tersebut tetap menunjukkan bahwa anemia juga menjadi masalah penting pada kelompok laki-laki, yang sering kali luput dari perhatian dalam program kesehatan masyarakat. Fakta ini menegaskan bahwa intervensi gizi dan peningkatan kesadaran tentang pentingnya konsumsi makanan kaya zat besi perlu ditingkatkan di seluruh lapisan masyarakat, tanpa membedakan jenis kelamin. Strategi kesehatan yang menyeluruh dan berbasis data lokal sangat diperlukan untuk menurunkan

angka kejadian anemia di Sumatera Barat secara signifikan (Desri, 2022).

Berdasarkan data yang dirilis oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2018, jumlah kasus anemia di kalangan pelajar tingkat SMP dan SMA tercatat cukup tinggi. Sebanyak 5.270 siswa dilaporkan mengalami anemia, yang terdiri dari 3.837 remaja putri dan 1.433 remaja putra. Data ini menunjukkan bahwa remaja putri memiliki jumlah kasus hampir tiga kali lipat lebih banyak dibandingkan remaja putra. Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya bahwa perempuan, khususnya di usia remaja, lebih rentan mengalami anemia karena berbagai faktor fisiologis, seperti menstruasi dan pertumbuhan yang pesat. Tingginya jumlah pelajar yang mengalami anemia di tingkat pendidikan menengah ini mengindikasikan perlunya perhatian khusus dari pihak sekolah, orang tua, dan instansi kesehatan. Pemeriksaan kesehatan rutin di sekolah, penyuluhan gizi, serta pemberian tablet tambah darah (TTD) secara berkala dapat menjadi langkah strategis dalam mengurangi angka kejadian anemia di kalangan remaja.

Anemia pada remaja putri tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga dapat memengaruhi aspek kognitif dan prestasi akademik mereka. Kondisi ini menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dalam darah, yang berdampak langsung pada berkurangnya suplai oksigen ke otak. Akibatnya, remaja putri yang mengalami anemia cenderung mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, cepat lelah, dan kurang fokus saat mengikuti kegiatan belajar di sekolah. Penurunan fungsi kognitif ini dapat berdampak negatif pada pencapaian akademik. Berdasarkan data yang ada, remaja putri yang menderita anemia memiliki kemungkinan keberhasilan akademik 1,875 kali lebih rendah dibandingkan dengan teman sebayanya yang tidak mengalami anemia. Temuan ini memperkuat pentingnya penanganan anemia sejak dini, terutama di lingkungan sekolah. Intervensi seperti pemberian suplemen zat besi, edukasi gizi, dan pemantauan kesehatan secara berkala dapat membantu meningkatkan kapasitas belajar dan produktivitas siswa, khususnya bagi remaja putri yang merupakan kelompok rentan (Melyani & Alexander, 2019).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang dapat memicu motivasi intrinsik, yaitu dorongan yang berasal dari dalam diri seseorang tanpa bergantung pada pengaruh atau tekanan dari pihak luar. Motivasi jenis ini berperan besar dalam membentuk sikap dan perilaku individu, karena didasarkan pada kesadaran dan keinginan pribadi untuk mencapai tujuan atau melakukan sesuatu dengan sungguh-sungguh (Kas & Musyahidah Mustakim, 2022). Sikap adalah reaksi atau tanggapan batin seseorang terhadap suatu rangsangan atau objek tertentu. Sikap ini terbentuk sebagai hasil dari proses pembelajaran dan pengalaman yang dialami seseorang, sehingga memengaruhi bagaimana ia merespons orang lain, benda, maupun situasi yang dihadapinya dalam kehidupan sehari-hari.

Notoatmodjo (2012), pendidikan kesehatan merupakan sebuah proses yang bertujuan untuk meningkatkan tingkat kesehatan individu dengan memberikan pengetahuan dan pemahaman yang memadai. Program ini bisa diterapkan pada berbagai kelompok sasaran, namun keberhasilannya sangat bergantung pada penggunaan metode yang sesuai agar penerima mudah menerima dan memahami pesan atau informasi yang diberikan. Menurut laporan tahunan dari Puskesmas Gunung Medan, masalah anemia akibat kekurangan zat besi pada remaja masih menjadi tantangan yang signifikan. Data yang dikumpulkan dari empat sekolah di wilayah kerja Puskesmas tersebut, yaitu dua SMP dan dua SMA, menunjukkan bahwa salah satu sekolah memiliki kasus anemia tertinggi, yaitu SMKN 1 Sitiung. Lebih rinci, data tahun 2022 mencatat bahwa dari 42 remaja putri di SMKN 1 Sitiung, sebanyak 18 di antaranya mengalami anemia gizi besi. Angka ini kemudian meningkat pada tahun berikutnya, yakni tahun 2023, di mana jumlah remaja putri yang mengalami anemia naik menjadi 34 dari total 58 siswa. Kondisi ini menegaskan perlunya intervensi pendidikan kesehatan yang lebih intensif dan terarah untuk menekan angka anemia pada kelompok remaja di sekolah tersebut (Kemenkes RI, 2023).

Berdasarkan hasil survey awal melalui wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 29 Januari 2024, terhadap 5 siswi SMKN 1 Sitiung. 3 siswi diantaranya mengetahui apa pengertian, penyebab dan dampak tentang anemia secara umumnya saja, sedangkan 2 siswi lainnya tidak tau apa itu pengertian, penyebab dan dampak dari anemia itu sendiri. 3 siswi diantaranya bersikap lebih ingin tau apa itu anemia secara mendalam, dan 2 diantaranya bersikap acuh tak acuh, bahkan bersikap tidak ingin tau tentang persoalan anemia. Penanganan anemia yang sudah dilakukan Puskesmas Gunung Medan untuk siswi SMKN 1 Sitiung yaitu dengan pemberian tablet tambah darah (Fe) yang diberikan setiap 3 bulan sekali kepada instansi sekolah, selanjutnya pihak guru tersebut akan memberikan kepada siswinya 1 minggu 1 tablet pada hari yang sama, namun pihak sekolah hanya sebatas memberikan tablet Fe saja, tapi tidak ada memberikan pendidikan kesehatan tentang apa itu anemia.

## Tujuan Penelitian

Kajian yang diadakan ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri terkait anemia di SMKN 1 Sitiung.

## METODE

Metode yang diimplementasikan pada kajian ini yaitu metode Pre-Eksperimental yang memanfaatkan desain One Group Pre-Test Post-Test. Dalam pendekatan ini, hanya satu kelompok partisipan yang dilibatkan untuk mengamati hubungan sebab-akibat. Sebelum diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan mengenai

anemia pada remaja putri, dilakukan pengukuran awal (*pre-test*) untuk menilai tingkat pengetahuan dan sikap mereka terhadap anemia. Setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan tersebut, dilakukan pengukuran ulang (*post-test*) dengan instrumen yang sama untuk mengetahui adanya perubahan atau peningkatan pengetahuan serta sikap peserta terhadap anemia (Khobibah et al., 2021). Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 1 Sitiung, Kabupaten Dharmasraya, pada tanggal 30 Mei 2024. Sampel penelitian terdiri dari 34 siswi yang berasal dari kelas X dan XI dengan jurusan TKJ, RPL, dan DKV di sekolah tersebut. Dari jumlah tersebut, 5 siswi sebelumnya telah mengikuti survei awal melalui wawancara yang bertujuan untuk mengkaji tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia. Selain itu, sampel yang dibutuhkan pada kajian ini diambil dengan menggunakan metode total sampling, yang memanfaatkan seluruh populasi yang memenuhi kriteria dijadikan sampel tanpa pemilihan acak. Pendekatan ini memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar mewakili kondisi seluruh kelompok sasaran yang diteliti (Notoatmodjo, 2014). Kajian ini juga memanfaatkan dua jenis data yakni data primer sebagai data utama dan data sekunder sebagai penunjang data primer. Data primer dikumpulkan secara langsung selama pelaksanaan penelitian melalui kuesioner yang terdiri atas instrumen untuk mengukur pengetahuan dan sikap remaja putri terkait anemia. Kuesioner tersebut diadaptasi dari instrumen yang dikembangkan oleh S. Ali dan Alinda (2018). Sementara itu, data sekunder diperoleh dari dokumen dan laporan yang tersedia di SMKN 1 Sitiung. Dalam pengolahan data, digunakan dua jenis analisis, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dari variabel dependen, yakni tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap anemia. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan atau pengaruh antara variabel dependen dengan variabel independen. Analisis ini menggunakan uji Wilcoxon sebagai metode statistik yang sesuai untuk data yang tidak berdistribusi normal dan untuk membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*.

## HASIL

Pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan (*Pre-test*) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (*Post-test*) remaja putri Di SMKN 1 Sitiung Dharmasraya pada tablet di bawah ini:

Tabel 1. Pengetahuan *pre test* dan *post test* remaja putri tentang anemia

No	Kriteria Pengetahuan	Sebelum Penkes ( <i>Pre-Test</i> )		Sesudah Penkes ( <i>Post-Test</i> )		P Value
		f	%	f	%	
1	Baik	2	5.9	34	100	0,000
2	Cukup	3	8.8	0	0	
3	Kurang	29	85.3	0	0	
	Total	34	100	34	100	

Berdasarkan tabel yang disajikan, dari total 34 responden, mayoritas remaja putri menunjukkan tingkat pengetahuan yang kurang sebelum diberikan pendidikan kesehatan mengenai anemia, dengan sebanyak 29 responden atau 85,3% berada pada kategori tersebut saat *pre-test*. Hal ini mengindikasikan bahwa pengetahuan awal tentang anemia di kalangan peserta masih sangat minim, yang berpotensi memengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam menjaga kesehatan diri, terutama terkait dengan pencegahan anemia. Setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan, hasil *post-test* menunjukkan perubahan yang signifikan, di mana seluruh responden (100%) kini memiliki pengetahuan yang baik mengenai anemia. Peningkatan ini menandakan bahwa intervensi pendidikan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri tentang penyebab, dampak, dan cara pencegahan anemia. Perubahan yang drastis ini juga mengilustrasikan betapa pentingnya edukasi gizi dan kesehatan dalam meningkatkan kesadaran remaja, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada perubahan perilaku positif, seperti konsumsi makanan kaya zat besi dan rutin mengonsumsi tablet tambah darah (TTD). Selain itu, hasil ini menegaskan bahwa intervensi berbasis sekolah merupakan strategi yang tepat dalam menjangkau kelompok usia ini secara langsung dan sistematis. Namun, meskipun pengetahuan meningkat secara signifikan, aspek sikap dan perilaku juga harus terus dipantau dan dikembangkan agar pengetahuan tersebut dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, program pendidikan kesehatan harus dilanjutkan dan dikombinasikan dengan pendekatan lain seperti pendampingan, monitoring, serta pemberian suplemen yang sesuai agar hasil yang diperoleh benar-benar berdampak pada penurunan prevalensi anemia di kalangan remaja.

Tabel 1. Sikap *pre test* dan *post test* remaja putri tentang anemia

No	Kriteria Sikap	Sebelum Penkes (Pre-Test)		Sesudah Penkes (Post-Test)		P Value
		f	%	f	%	
1	Positif	11	32.4	29	85.3	0,000
2	Negatif	23	67.6	5	14.7	
	Total	34	100	34	100	

Jika diperhatikan dalam tabel 1. Data memperlihatkan bahwa nilai rata-rata sikap responden sebelum (*Pre-Test*) diberikan perlakuan (pendidikan kesehatan), 2334 responden memiliki sikap negatif (67.61%). Sementara nilai rata-rata sikap responden sesudah (*Post-Test*) diberikan perlakuan, sebanyak 2934 responden bersikap positif (85.31%).

## PEMBAHASAN

### Pengetahuan remaja putri di SMKN 1 Sitiung sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia

Dilandaskan atas data yang tercantum pada Tabel 1, terlihat bahwa dari 34 responden yang terlibat dalam penelitian, mayoritas yakni sebanyak 29 responden atau sekitar 85,3% memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah mengenai anemia sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Kondisi ini mengindikasikan kurangnya pemahaman yang memadai tentang anemia di kalangan remaja putri sebelum intervensi dilakukan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya, yaitu Manullang (2020), didapatkan dari 30 responden, pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 11,40% memiliki pengetahuan kurang, yang juga menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang anemia sering kali menjadi faktor utama yang menghambat upaya pencegahan dan penanganan anemia pada kelompok usia remaja. Penelitian lain menunjukkan bahwa tanpa adanya edukasi yang tepat, remaja cenderung kurang menyadari pentingnya konsumsi zat besi dan tanda-tanda anemia, sehingga risiko mengalami kondisi ini meningkat. Oleh karena itu, penting untuk memberikan pendidikan kesehatan yang efektif dan berkelanjutan agar pengetahuan remaja tentang anemia dapat meningkat secara signifikan, sebagaimana yang juga terlihat pada hasil penelitian ini setelah intervensi pendidikan. Dengan pengetahuan yang lebih baik, diharapkan sikap dan perilaku remaja pun akan berubah ke arah yang lebih positif, sehingga dapat berkontribusi pada pengurangan angka kejadian anemia di kalangan mereka. Pengetahuan dapat dipahami sebagai hasil dari peningkatan informasi yang diperoleh seseorang setelah melakukan proses penginderaan terhadap suatu objek atau fenomena. Dalam proses ini, persepsi serta tingkat fokus atau perhatian yang diberikan terhadap objek tersebut sangat berperan dalam terbentuknya pengetahuan. Sebagian besar informasi yang membentuk pengetahuan seseorang biasanya berasal dari indra penglihatan dan pendengaran, yang memungkinkan individu untuk memahami dan mengolah data dari lingkungan sekitar (Asnita, 2021).

Berdasarkan hasil kuesioner yang diberikan, diketahui bahwa dari 15 pertanyaan terkait pengetahuan responden mengenai dampak anemia, masih terdapat sejumlah pertanyaan yang banyak dijawab secara keliru oleh sekitar 43,52% responden. Pertanyaan-pertanyaan tersebut meliputi beberapa aspek penting, seperti pada nomor 6 yang menanyakan tentang berbagai dampak negatif anemia pada remaja putri, salah satunya penurunan daya tahan tubuh. Hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden belum sepenuhnya memahami konsekuensi serius dari anemia terhadap kesehatan mereka. Selain itu, pertanyaan nomor 12 mengenai jenis vitamin yang membantu meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh, yaitu vitamin C, juga banyak dijawab salah. Kurangnya pemahaman tentang peran vitamin ini mengindikasikan bahwa edukasi terkait interaksi nutrisi masih perlu ditingkatkan. Pertanyaan nomor 13, yang membahas tentang pencegahan anemia dengan mengonsumsi makanan kaya zat besi seperti daging sapi, telur, dan daging ayam, serta pertanyaan nomor 14 tentang sumber zat besi hewani yang mencakup hati ayam dan daging sapi, juga mengalami tingkat kesalahan jawaban yang cukup tinggi, sedangkan (15) sumber zat besi dari nabati tidak termasuk ikan dan nasi. Menurut peneliti, berdasarkan hasil wawancara pada remaja putri di SMKN 1 Sitiung bahwasanya banyak remaja putri yang sering mengalami lemas, letih, lesu, lunglai dan tidak itu saja remaja putri sering tertidur karna mudah mengantuk saat pagi hari dalam proses belajar, dan beberapa remaja putri mengatakan saat ingin berdiri dari duduknya tiba-tiba merasa pusing dan mata sedikit berkunang-kunang, ada beberapa remaja putri saat menstruasi mengalami lemas, pusing dan terlihat wajah, bibir pucat dan mudah lemah.

Menurut pengamatan peneliti saat melakukan penelitian, lebih dari 15 orang remaja putri sulit berkonstrasi mendengarkan materi yang disampaikan, dan inilah yang membuat prestasi belajar menurun karna salah satunya adalah sulit berkonsentrasi. Hasil observasi peneliti, remaja putri di SMKN 1 Sitiung mengalami kurangnya pengetahuan dan ini disebabkan salah satunya karna rendahnya minat belajar untuk mencari informasi tentang tanda-tanda yang telah dialami oleh remaja putri SMKN 1 Sitiung. Salah satunya yaitu dampak dari anemia yang dapat membuat remaja putri mengalami penyakit yang serius jika tidak di obati.

## Pengetahuan remaja putri di SMKN 1 Sitiung sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia.

Didasarkan temuan yang disajikan pada tabel 1, membuktikan bahwa taraf pengetahuan dari keseluruhan responden terkait anemia mengalami peningkatan yang signifikan setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan. Seluruh peserta penelitian berhasil mencapai tingkat pengetahuan yang masuk dalam kategori baik pasca-intervensi. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas metode pendidikan kesehatan yang diterapkan dalam memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan jelas tentang anemia kepada remaja putri. Hal ini juga menandakan bahwa materi yang disampaikan mampu menjawab kekurangan pengetahuan yang sebelumnya terlihat pada tahap pre-test. Keberhasilan tersebut sangat penting karena peningkatan pengetahuan menjadi langkah awal yang krusial dalam membentuk sikap positif dan perubahan perilaku yang mendukung pencegahan anemia. Dengan bekal pengetahuan yang cukup, diharapkan para remaja putri dapat menerapkan kebiasaan sehat, seperti konsumsi makanan kaya zat besi dan rutin mengikuti program suplementasi zat besi, sehingga dapat menurunkan risiko anemia dalam jangka panjang. Temuan yang diperoleh ini sangat relevan dengan hasil studi yang diadakan oleh Munir et al (2022), yang temuannya menunjukkan bahwa dari 25 responden, sebanyak 67,6% dari mereka mengalami peningkatan pengetahuan. Hasil ini mengindikasikan bahwa penyuluhan kesehatan memengaruhi secara signifikan yang sifatnya positif terhadap remaja terkait bahaya anemia di SMK Bogor Muhiddin School.

Pengetahuan meliputi kemampuan individu untuk memahami berbagai aspek seperti fakta, simbol, prosedur teknis, serta konsep atau teori yang mendasari suatu bidang tertentu (Lestari, 2017). Berdasarkan hasil kuesioner bahwa dari 15 pertanyaan, skor responden sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia sudah menunjukkan suatu perubahan nilai dari yang kurang menjadi baik dengan menjawab benar pada pertanyaan 6, 12, 13, 14, 15 (52,7%) yaitu (6) kondisi ini akan berdampak negatif bagi kesehatan remaja putri, khususnya penurunan metabolisme tubuh yang membuat mereka mudah terjangkit virus dan jatuh sakit. Dengan vitamin C, penyerapan zat besi ke dalam tubuh akan lebih efektif. Pencegahan anemia pada remaja putri juga dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, khususnya yang mudah diserap tubuh, seperti daging sapi, telur, dan daging ayam. (14) makanan mengandung zat besi yang berasal dari hewani termasuk hati ayam dan daging sapi, (15) makanan mengandung zat besi yang berasal dari nabati, kecuali ikan dan nasi, termasuk dalam kategori lainnya seperti sayuran berdaun hijau dan kacang-kacangan. Peneliti mengasumsikan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan kepada remaja putri di SMKN 1 Sitiung terkait anemia mampu memberikan pengetahuan baru dan menumbuhkan kesadaran terkait kesehatan khususnya penanganan dan pencegahan anemia. Melalui penggunaan media visual seperti *power point* dan presentasi ceramah, peneliti berhasil meningkatkan pemahaman remaja putri tentang anemia dan pentingnya menjaga kesehatan tubuh.

## Sikap remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia

Berdasarkan hasil penelitian yang tercantum dalam tabel 2, didapatkan informasi bahwa dari 34 responden, mayoritas atau sebanyak 23 responden (67,6%) menunjukkan sikap negatif terhadap anemia sebelum mereka menerima pendidikan kesehatan. Sikap negatif ini bisa mencerminkan kurangnya kesadaran atau pemahaman mengenai pentingnya pencegahan dan dampak anemia pada kesehatan remaja putri. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya Manullang (2020), didapatkan dari 30 responden didapatkan sikap siswi yang negatif yaitu (28,73) sebelum diberikan pendidikan kesehatan, yang juga mengungkapkan bahwa sikap kurang peduli atau kurang memahami anemia sering ditemukan pada kelompok remaja, sehingga hal ini menjadi hambatan dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia. Kondisi tersebut menegaskan perlunya intervensi pendidikan kesehatan yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu membentuk sikap positif yang mendorong perubahan perilaku sehat di kalangan remaja putri. Sikap merupakan kecenderungan seseorang untuk merespons, baik secara positif maupun negatif, terhadap suatu organisme, objek, atau situasi tertentu. Sikap ini bersifat internal dan tersembunyi, sehingga tidak dapat langsung diamati secara nyata. Oleh karena itu, sikap seseorang biasanya dapat dipahami atau diinterpretasikan melalui perilaku yang diperlihatkan dalam berbagai situasi (Harbiah, 2019).

Berdasarkan analisis kuesioner, ditemukan bahwa dari 10 pertanyaan yang mengukur sikap responden, sebagian besar jawaban negatif terkonsentrasi pada pertanyaan nomor 1, 2, 5, 6, dan 8 dengan persentase mencapai 49,3%. Pertanyaan-pertanyaan tersebut mencakup beberapa pandangan yang kurang tepat, antara lain: (1) anggapan bahwa anemia bukanlah masalah kesehatan yang serius, (2) keyakinan bahwa pencegahan anemia sejak dini tidak diperlukan, (5) pandangan bahwa mengonsumsi vitamin C atau buah-buahan yang mengandung vitamin C tidak penting untuk membantu penyerapan zat besi, (6) rasa cukup hanya dengan mengonsumsi makanan sumber zat besi nabati tanpa memperhatikan sumber hewani, serta (8) keraguan akan perlunya mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) meskipun sudah mengonsumsi makanan bergizi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sikap remaja putri di SMKN 1 Sitiung terhadap anemia cenderung negatif dan kurang mendukung upaya pencegahan yang efektif. Sikap seperti ini dapat menjadi hambatan dalam penerapan perilaku sehat yang berkelanjutan, sehingga diperlukan intervensi edukasi yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mampu membentuk sikap yang positif dan proaktif dalam menghadapi

anemia. Sikap remaja putri terhadap anemia ini dapat berdampak pada penyakit-penyakit kronis, seperti HIV/AIDS, kanker, ginjal dapat memengaruhi bentuk sel darah merah sehingga tidak berfungsi dan tidak bisa secara lancar mengangkut oksigen dan dampak dari anemia jika tidak teratasi yaitu bisa mengganggu pertumbuhan dalam kehamilan. Kurangnya sikap responden terhadap anemia dapat dipengaruhi oleh sikap negatif atau positif yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dan interaksi dengan teman sebaya. Selain itu, apabila seseorang kurang terbuka atau tidak memiliki komunikasi yang baik dengan orang tua, hal ini juga dapat berdampak negatif pada sikap mereka terhadap suatu masalah tertentu.

### **Sikap remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang anemia**

Berdasarkan data yang disajikan dalam tabel 2, terlihat bahwa dari 34 responden yang mengikuti penelitian, hampir seluruhnya, yaitu sebanyak 29 responden atau sekitar 85,3%, menunjukkan perubahan sikap menjadi lebih positif setelah mereka menerima pendidikan kesehatan mengenai anemia. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan yang diberikan berhasil memengaruhi pandangan dan sikap remaja putri terhadap pentingnya pencegahan dan penanganan anemia. Perubahan sikap positif ini sangat penting karena sikap yang baik merupakan salah satu faktor kunci dalam membentuk perilaku yang mendukung kesehatan, seperti peningkatan kepatuhan dalam mengonsumsi makanan bergizi dan rutin menggunakan tablet tambah darah. Dengan demikian, pendidikan kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu memotivasi remaja untuk lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya sendiri. Hasil penelitian sikap remaja putri tentang anemia ini juga sejalan dengan hasil penelitian Dwi (2019) yang melibatkan 38 responden, ditemukan bahwa sebanyak 20 responden atau sekitar 52,6% menunjukkan perubahan sikap yang positif setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai anemia di SMA Negeri 1 Yogyakarta. Perubahan sikap ini menandakan adanya peningkatan kesadaran dan perhatian remaja putri terhadap pentingnya mencegah anemia serta memahami dampak negatif yang bisa ditimbulkan oleh kondisi tersebut.

Sikap sendiri dapat dipahami sebagai fokus mental seseorang yang diarahkan pada suatu objek, individu, atau isu tertentu. Sikap terbentuk sebagai pola perilaku yang relatif konsisten dan merupakan kecenderungan individu untuk merespons secara tertentu dalam situasi sosial yang mereka hadapi. Pola perilaku ini tidak hanya mencerminkan reaksi spontan, tetapi juga kesiapan dan niat untuk beradaptasi atau bertindak sesuai dengan nilai dan keyakinan yang telah terbentuk. Selain itu, sikap merupakan suatu evaluasi atau penilaian yang bersifat umum, yang diberikan seseorang terhadap diri sendiri, orang lain, benda, atau masalah tertentu. Penilaian ini sangat berpengaruh pada bagaimana seseorang berperilaku dan membuat keputusan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam hal menjaga kesehatan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan yang berhasil mengubah sikap menjadi lebih positif akan memberikan dampak yang signifikan terhadap perilaku kesehatan yang lebih baik di kalangan remaja putri, seperti lebih disiplin dalam mengonsumsi makanan bergizi dan rutin mengikuti program suplementasi zat besi (Azwar, 2013).

Berdasarkan hasil analisis kuesioner, setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai anemia, ditemukan bahwa responden menunjukkan sikap yang lebih positif pada sebagian besar pertanyaan, khususnya pada pertanyaan nomor 1, 2, 5, 6, dan 8 dengan persentase sebesar 54,06%. Para responden memberikan jawaban "sangat tidak setuju" terhadap pernyataan-pernyataan seperti: (1) anemia bukan masalah kesehatan yang serius, (2) anemia tidak perlu dicegah sejak dini, (5) tidak penting mengonsumsi vitamin C atau buah-buahan yang mengandung vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi, (6) cukup mengandalkan zat besi dari sumber nabati saja, dan (8) meskipun sudah mengonsumsi makanan bergizi, tidak perlu mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hasil ini menunjukkan adanya perubahan positif dalam sikap remaja putri di SMKN 1 Sitiung setelah mereka menerima edukasi kesehatan. Pendidikan yang diberikan berhasil membentuk kesadaran dan perhatian yang lebih besar terhadap pentingnya pencegahan anemia serta peran nutrisi dan suplementasi dalam menjaga kesehatan darah. Menurut asumsi peneliti, perubahan sikap ini menggambarkan bahwa responden tidak hanya memahami informasi yang diberikan, tetapi juga mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari dengan lebih bijak, sehingga potensi risiko anemia pada remaja putri dapat diminimalisir melalui perilaku yang lebih sehat dan terarah. Remaja putri dalam masa pertumbuhan dan perkembangan dipengaruhi secara signifikan oleh hormon dan perkembangan tubuh menuju fungsi yang sempurna. Dengan adanya pendidikan yang memadai tentang anemia, remaja putri akan mengerti dan menyadari bahwa pertumbuhan dan perkembangan yang baik berkontribusi pada kesehatan tubuh.

### **Pengaruh pendidikan kesehatan tentang anemia terhadap pengetahuan remaja putri**

Perolehan uji statistik menggunakan uji Wilcoxon dengan taraf signifikansi yang dipakai  $\alpha = 0,05$ , menghasilkan nilai p-value senilai  $0,000 < 0,05$ . Yang membuktikan bahwa  $H_0$  ditolak sedangkan  $H_a$  diterima. Oleh karenanya, konklusi yang dapat ditarik yakni ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri di SMKN 1 Sitiung tahun 2024. Hasil penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan terkait anemia pada remaja putri di SMKN 1 Sitiung juga mendukung temuan yang sejalan dengan penelitian Fadhilah et al. (2022) yang memperlihatkan bahwa terdapat pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan terkait Anemia pada remaja putri di MTSN 3 Mataram.

Temuan tersebut sangat senada dengan penelitian Damanik (2019), yang menemukan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan dalam tingkat pemahaman pengetahuan remaja putri setelah mereka menerima pendidikan kesehatan menggunakan media booklet mengenai anemia dibandingkan dengan kondisi sebelum intervensi. Berdasarkan hasil kuesioner, remaja putri dapat memahami dan menerima informasi yang diberikan dengan baik, sehingga mampu mengubah tingkat pengetahuan mereka dari yang awalnya kurang memahami menjadi lebih mengerti tentang anemia. Penggunaan media booklet sebagai sarana edukasi terbukti efektif dalam membantu proses pemahaman materi, sehingga pesan-pesan penting terkait anemia dapat tersampaikan secara jelas dan mudah dipahami oleh sasaran. Peningkatan pengetahuan ini menjadi indikasi bahwa media edukasi yang tepat dapat berperan besar dalam meningkatkan kesadaran kesehatan remaja putri, yang pada akhirnya diharapkan dapat memengaruhi perilaku mereka dalam pencegahan anemia secara lebih baik.

Pendidikan merupakan suatu proses yang bertujuan untuk menanamkan berbagai pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai ke dalam diri individu melalui pengalaman belajar yang terstruktur. Proses ini dapat berlangsung dalam berbagai bentuk, baik secara formal di sekolah, non-formal di komunitas atau pelatihan, maupun secara informal melalui interaksi sehari-hari, dan berlangsung sepanjang kehidupan seseorang. Tujuan utama pendidikan adalah mengoptimalkan potensi individu agar mampu meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan serta kemampuan secara efektif di masa depan (Adi, 2022). Sementara itu, pengetahuan dapat diartikan sebagai hasil dari proses pengenalan atau "tahu" yang muncul setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek atau fenomena. Penginderaan ini melibatkan panca indera manusia, yaitu mata (penglihatan), telinga (pendengaran), hidung (penciuman), lidah (perasa), dan kulit (peraba). Dari semua panca indera tersebut, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui penglihatan dan pendengaran, yang menjadi saluran utama dalam memahami lingkungan sekitar dan memperoleh informasi (Notoatmodjo, 2012).

### **Pengaruh pendidikan kesehatan tentang anemia terhadap sikap remaja putri di SMKN 1 Sitiung.**

Hasil analisis statistik dengan menggunakan Uji Wilcoxon memperlihatkan nilai P senilai 0,000 ( $p \leq 0,05$ ), yang menyatakan bahwa ( $H_0$ ) ditolak sedangkan ( $H_a$ ) diterima. Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari pendidikan kesehatan terhadap sikap remaja putri di SMKN 1 Sitiung pada tahun 2024. Temuan ini juga sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fauziah et al. (2019), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan mampu memberikan dampak positif terhadap sikap remaja putri mengenai anemia. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi edukasi kesehatan berperan penting dalam membentuk sikap yang lebih positif dan sadar akan pentingnya pencegahan anemia di kalangan remaja putri. Demikian pula, penelitian oleh Adilla (2021) menunjukkan hasil serupa, bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap sikap remaja putri mengenai anemia.

Mesi et al. (2024) juga menyimpulkan kajian ini membuktikan adanya perubahan sikap yang signifikan pada remaja putri sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Dengan demikian, dapat diambil simpulan bahwa intervensi pendidikan kesehatan berhasil memengaruhi sikap remaja putri secara positif. Hasil kuesioner juga mengungkapkan bahwa peran pengawasan dan komunikasi yang terbuka dengan orang tua sangat penting dalam membantu perkembangan sikap positif pada remaja putri, khususnya dalam mencegah sikap negatif terkait anemia. Semakin terbuka hubungan dan komunikasi antara remaja dengan orang tua, semakin besar kemungkinan remaja tersebut menunjukkan sikap yang sehat dan bertanggung jawab terhadap kesehatannya sendiri. Hal ini berarti responden mampu mengenali perbedaan antara sikap yang baik dan buruk bagi diri mereka, serta mampu menghindari perilaku yang dapat meningkatkan risiko anemia. Secara definisi, sikap merupakan respons atau reaksi yang bersifat tersembunyi dari seseorang terhadap rangsangan atau objek tertentu. Sikap ini mencerminkan kesesuaian antara reaksi yang muncul dengan rangsangan yang diterima, yang dalam kehidupan sehari-hari biasanya berbentuk reaksi emosional terhadap berbagai rangsangan sosial yang dihadapi individu (Notoatmodjo, 2012).

### **KESIMPULAN**

Dari temuan yang diperoleh, konklusi yang dapat diambil yaitu pendidikan kesehatan mengenai anemia memengaruhi secara signifikan dan statistik terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMKN 1 Sitiung. Selain itu, intervensi yang sama juga terbukti secara signifikan memengaruhi sikap mereka terhadap anemia. Temuan ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan mampu membantu peningkatan pemahaman sekaligus membentuk pola pikir dan pandangan positif remaja putri dalam menghadapi isu anemia. Dengan demikian, pendidikan kesehatan tidak hanya berperan dalam menambah wawasan, tetapi juga dalam membangun sikap yang lebih peduli dan bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri.

### **REKOMENDASI**

Berdasarkan penelitian ini, disarankan agar majelis guru secara aktif memonitoring siswi SMKN 1 Sitiung dalam menjaga kesehatan khususnya terkait konsumsi tablet tambah darah yang telah diberikan oleh pihak puskesmas. Selain itu, perlu upaya berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi tentang anemia

dan sadar akan bahaya penyakit anemia ini, sehingga diharapkan kondisi kesehatan siswi SMKN 1 Sitiung dapat menjadi lebih baik lagi di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adilla, A. F. (2021). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang anemia dengan media booklet terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN 20 Kota Bengkulu TAHUN 2021. *Poltekkes Kemenkes Bengkulu*. [Http://Repository.Poltekkesbengkulu.Ac.Id/Id/Eprint/842](http://Repository.Poltekkesbengkulu.Ac.Id/Id/Eprint/842)
- Alexander, M. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di sekolah SMPN 09 Pontianak tahun 2019. *Jurnal Kebidanan*. [https://doi.org/10.33486/Jurnal\\_Kebidanan.V9i2.84](https://doi.org/10.33486/Jurnal_Kebidanan.V9i2.84)
- Antarini, M. (2021). Penyuluhan menu seimbang dan manfaat tablet besi sebagai upaya mencegah kejadian anemia pada remaja putri SMA di Bekasi Barat. *Jurnal Antara Abdimas Keperawatan*, 4(1), 34–43. <https://doi.org/10.37063/Abdimaskep.V4i1.556>
- Asnita. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan melalui media video animasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang seks pranikah di SMP Negeri 14 Kota Bengkulu tahun 2021. *Frontiers In Neuroscience*, 14(1).
- Aulia, V. (2019). *Gambaran Hasil Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Trimester I Dan Trimester III Di Puskesmas Muara Labuh*.
- Damanik, E. N. (2019). Pengaruh penyuluhan tentang anemia dengan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan siswi SMA Swasta Trisakti Lubuk Pakam. In *Politeknik Kesehatan Medan Jurusan Gizi*.
- Desri. (2022). Gambaran pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia di SMP N 2 Kubung Kabupaten Solok. *Universitas Andalas*.
- Dwi, R. M. (2019). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang pencegahan anemia terhadap sikap dalam pencegahan anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Yogyakarta. *Kesehatan Masyarakat*.
- Efri Susanti Mesi, Mudy Oktiningrum, & Nella Vallen. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri di SMA Kesatrian 2 Semarang. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(1), 246–253. <https://doi.org/10.55606/Jurrikes.V3i1.2772>
- Fadhilah, T. M., Qinthara, F. Z., Pramudiya, F., Nurrohmah, F. S., Nurlaelani, H. P., Maylina, N., & Alfiraizy, N. (2022). Pengaruh media video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(1), 159. <https://doi.org/10.30595/Jppm.V5i1.9823>
- Harbiah. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja dengan sikap remaja terhadap seks bebas di SMAN 17 Makassar. *Universitas Muhammadiyah Makassar*.
- Kas, S. R., & Musyahidah Mustakim. (2022). Analisis faktor yang berhubungan dengan upaya pencegahan anemia saat menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri Kabupaten Soppeng. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*. <https://doi.org/10.56127/Jukeke.V1i3.304>
- Kemenkes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia*. [pusdatin.kemkes.go.id](https://pusdatin.kemkes.go.id).
- Khobibah, K., Nurhidayati, T., Ruspita, M., & Astyandini, B. (2021). Anemia remaja dan kesehatan reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*. <https://doi.org/10.26714/Jpmk.V3i2.7855>
- Lestari, M. D. (2017). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Tentang Seks Bebas Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas (Smas) Satria Kendari Sulawesi. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Manullang, T. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media grup chat whatsapp cemia (cegah anemia) terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. [http://Repository.Poltekkesbengkulu.Ac.Id/Id/Eprint/458%0Ahttp://Repository.Poltekkesbengkulu.Ac.Id/458/1/Softfile Skripsi Tri Dame Uly Manullang.Pdf](http://Repository.Poltekkesbengkulu.Ac.Id/Id/Eprint/458%0Ahttp://Repository.Poltekkesbengkulu.Ac.Id/458/1/Softfile%20Skripsi%20Tri%20Dame%20Uly%20Manullang.Pdf)
- Moeloe, N. F. (2018). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019 Revisi 1 - Th. 2017* In Kementerian Kesehatan RI.
- Munir, R., Sari, A., & Hidayat, D. F. (2022). Pendidikan kesehatan : Pengetahuan remaja tentang anemia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(02), 83–93. <https://doi.org/10.34305/Jppk.V1i02.432>
- Mutmainnah, Sitti Patimah, & Septiyanti. (2021). Hubungan KEK dan wasting dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Majene. *Window Of Public Health Journal*. <https://doi.org/10.33096/Woph.V1i5.184>
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. (2021). Angka kejadian anemia pada remaja di Indonesia. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <https://doi.org/10.59141/Cerdika.V1i4.66>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi 2012)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- S, N. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. In PT Asdi Mahasatya.
- Saifuddin Azwar. (2013). *Sikap Dan Perilaku Manusia: Teori Dan Pengukurannya*. Unknown
- Tim Poltekkes Depkes Jakarta I. (2020). *Kesehatan Remaja Problem Dan Solusinya*.
- WHO. (2019). *Anemia In Women And Children WHO Global Anaemia Estimates, 2021 Edition*. World Health Organization.