
UPAYA MENINGKATKAN KESADARAN DAN PENGETAHUAN ANEMIA DI KALANGAN PEMUDA DESA RANCAGEDE MELALUI EDUKASI

Efforts to Increase Awareness and Knowledge of Anemia Among Youth in Rancagede Village Through Education

Dewi Aisha^{1*}, Rohimah¹, Encep Adi Saputra¹, Nihayatul Muslimah¹, Nita Rusdiana¹

¹Farmasi, Universitas Muhammadiyah A.R Fachruddin, Tangerang, Indonesia

*Korespondensi: dewiaisha54@email.com

Diterima: 03 Mei 2025

Dipublikasikan: 22 Mei 2025

ABSTRAK

Pendahuluan: Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi tinggi, terutama pada wanita usia subur dan anak-anak. Remaja putri menjadi kelompok berisiko tinggi karena kebutuhan zat gizi yang meningkat serta siklus menstruasi.

Tujuan: Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pemuda Desa Rancagede tentang anemia melalui edukasi interaktif.

Metode: Metode pelaksanaan meliputi pra-pelaksanaan, edukasi dengan presentasi visual, sesi tanya jawab, serta evaluasi melalui pretest dan posttest. Sebanyak 28 pemuda berpartisipasi dalam kegiatan ini.

Hasil: Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan peserta, dari sebelumnya 96% dengan kategori cukup dan kurang, menjadi 89% dengan kategori baik dan kategori cukup 11% setelah edukasi.

Simpulan: Edukasi berbasis komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman terkait anemia dan pencegahannya. Namun, untuk mencapai perubahan perilaku jangka panjang, diperlukan tindak lanjut berupa program berkelanjutan, pelatihan kader remaja, serta peningkatan akses terhadap makanan bergizi dan suplementasi zat besi.

Kata kunci: Anemia, Edukasi, Pengabdian, Remaja

ABSTRACT

Introduction: Anemia is a significant public health concern with a high prevalence, particularly among women of reproductive age and children. Adolescent girls are especially vulnerable due to increased nutritional requirements and the onset of menstruation.

Objectives: This community engagement activity aimed to enhance awareness and knowledge about anemia among the youth of Rancagede Village through interactive educational sessions.

Methods: The program was implemented through several stages, including pre-activity preparation, educational sessions utilizing visual presentations, interactive discussions, and an evaluation component consisting of pre-tests and post-tests. A total of 28 youths participated in the activity.

Results: The results demonstrated a notable improvement in participants' knowledge levels. Prior to the intervention, 96% of participants fell into the fair and poor knowledge categories. Following the educational sessions, 89% were classified in the good category and 11% in the fair category.

Conclusion: Community based educational interventions are effective in increasing awareness and understanding of anemia and its prevention. However, to achieve sustained behavioral change, follow-up initiatives such as ongoing programs, youth cadre training, and improved access to nutritious foods and iron supplementation are essential.

Keywords: Anemia, Education, Service, Teenagers

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan yang banyak terjadi di dunia dengan angka prevalensi tinggi salah satunya adalah penyakit anemia, atau kadar hemoglobin dibawah batas

normal (12 gr/dL). Sejak tahun 2000, prevalensi global anemia pada wanita usia subur mengalami stagnasi, pada ibu hamil sedikit menurun, dan prevalensi global anemia pada balita secara perlahan menurun dari tahun ke tahun, dari 48,0% menjadi 39,8% dan mulai tahun 2010 mengalami stagnan. Pada tahun 2019, prevalensi anemia global pada wanita usia 15 sampai 49 tahun mencapai 29,9% atau setara dengan setengah miliar lebih. Sedangkan prevalensi anemia pada anak usia 6-59 bulan sebesar 39,8% atau setara dengan 269 juta anak (Aureli et al., 2022; Sugihantoro dkk, 2023).

Anemia merupakan salah satu kelainan darah yang banyak terjadi ketika kadar sel darah merah (eritrosit) dalam tubuh terlalu rendah. Hal ini akhirnya menyebabkan masalah kesehatan karena kurangnya hemoglobin pada darah akan menyebabkan terganggunya suplay oksigen ke dalam tubuh (Rahayu et al, 2019). Kondisi dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin (Hb) di dalamnya lebih rendah dari biasanya. Hemoglobin diperlukan untuk membawa oksigen dan jika sel darah merah terlalu sedikit atau abnormal, atau tidak cukup hemoglobin, maka akan terjadi penurunan kapasitas darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh (Ghebreyesus, 1981). Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang terjadi di negara berkembang maupun negara maju. Pengaruh anemia pada segala usia memiliki konsekuensi besar bagi kesehatan manusia serta beban sosial ekonomi. Menurut WHO, anemia ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) 12,0 g/dl pada wanita dan 13,0 g/dl pada pria (Domenica Cappellini and Motta, 2015). WHO menyebutkan zat besi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan remaja adalah 0,55 mg/hari. Asumsi kehilangan zat besi basal 0,65 mg dan menstruasi 0,48 mg, sehingga kebutuhan zat besi sekitar 1,68 mg per hari. Untuk Indonesia, rekomendasi kebutuhan zat besi untuk remaja wanita usia 10-12 tahun sebesar 20 mg dan usia 13-19 tahun sebesar 26 mg. kebutuhan zat besi remaja pria lebih sedikit dibandingkan wanita, yaitu sebesar 13 mg untuk usia 10-12 tahun, 19 mg usia 13-15 tahun, 15 mg usia 16-18 tahun dan 13 mg usia 19-29 tahun. Kebutuhan zat besi pada remaja pria yang lebih rendah tersebut menyebabkan prevalensi anemia pada kelompok pria lebih rendah dibanding wanita (Sharief, 2021).

Raja putri merupakan salah satu kelompok wanita berisiko mengalami anemia selain ibu hamil. Remaja putri menjadi rentan untuk mengalami anemia disebabkan kebutuhan zat gizi yang lebih besar di usia remaja, kebutuhan zat besi yang tinggi pada masa pertumbuhan, dan adanya siklus menstruasi setiap bulan (Lodia Tutuop et al., 2023). Dampak anemia pada remaja adalah adanya keterlambatan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta emosional yang dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan sel otak yang menurunkan daya tahan tubuh, mudah lemas dan lapar, konsentrasi belajar terganggu, dan kurangnya produktivitas. Anemia yang terjadi pada usia remaja dapat berlanjut hingga usia dewasa yang dapat berkontribusi besar angka kematian ibu dan bayi, bayi lahir premature, dan BBLR (Bayi Berat Lahir Rendah) (Lodia Tutuop et al., 2023).

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang sering ditemukan di daerah pedesaan, termasuk di kalangan pemuda. Kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang anemia mulai dari penyebab, gejala, hingga cara pencegahannya dapat berdampak negatif pada kesehatan dan produktivitas generasi muda. Melihat kondisi tersebut, pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pemuda Desa Rancagede tentang anemia melalui kegiatan edukasi, diskusi, tanya jawab, dan meningkatkan pengetahuan pemuda Desa Rancagede. Diharapkan,

setelah mendapatkan pemahaman yang lebih baik, para pemuda menjadi lebih peduli terhadap kondisi kesehatan mereka dan mampu mencegah risiko terkena anemia.

Anemia pada remaja dapat diatasi dengan terpenuhinya masalah gizi yaitu meningkatkan asupan zat besi dalam makanan sehari-hari. Zat besi berfungsi dalam sistem pertahanan tubuh dan merupakan mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah. Salah satu upaya pemerintah yaitu memberikan suplemen tablet Fe berupa zat besi (60 mg FeSO₄) dan asam folat (0,400 mg) (Arifin et al., 2023). Berdasarkan teori kesehatan masyarakat, salah satu cara efektif untuk mengurangi prevalensi anemia adalah melalui edukasi yang tepat mengenai gejala, penyebab, serta pencegahan dan pengobatannya. Edukasi ini diharapkan dapat mengubah perilaku masyarakat, khususnya pemuda, dalam menjaga asupan gizi yang baik dan menghindari faktor risiko anemia. Penyuluhan atau edukasi kesehatan merupakan salah satu metode yang terbukti efektif dalam memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan masyarakat, yang pada gilirannya dapat mengubah pola hidup dan kebiasaan mereka.

METODE

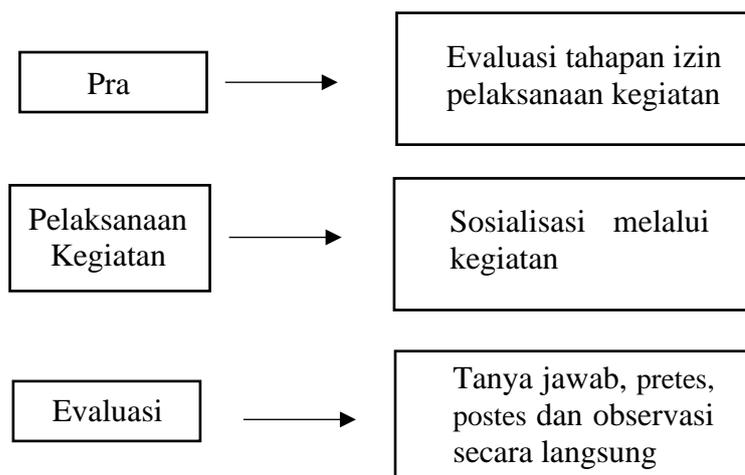
Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Desa Rancagede pada hari Sabtu, tanggal 15 April 2025, dimulai pada pukul 09.00 WIB. Peserta kegiatan adalah pemuda pemudi Desa Rancagede, Kec. Gunung Kaler. Kab. Tangerang Prov. Banten yang di hadiri oleh 28 orang. Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Pra-pelaksanaan. Tahap ini merupakan langkah awal yang sangat penting untuk menjamin kelancaran kegiatan. Kegiatan pada tahap ini meliputi identifikasi masalah terkait rendahnya kesadaran dan pengetahuan mengenai anemia di kalangan pemuda, penyusunan rencana edukasi, koordinasi dengan pihak tokoh masyarakat setempat, serta persiapan bahan edukasi dan logistik pendukung seperti media presentasi, kuisioner, dan materi berbentuk ppt yang nantinya akan di presentasikan.
- b. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk edukasi interaktif yang mencakup penyampaian materi mengenai anemia, penyebab, gejala, dampak, serta cara pencegahan dan penanggulangannya. Edukasi diberikan melalui presentasi visual menggunakan proyektor agar materi lebih mudah dipahami. Untuk meningkatkan partisipasi dan pemahaman peserta, edukasi juga dikombinasikan dengan sesi diskusi tanya jawab. Sebelum edukasi dimulai, peserta diberikan pretes untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mereka mengenai anemia. Setelah kegiatan edukasi selesai, dilakukan postes guna mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta. Kegiatan ini bertujuan agar peserta lebih aktif, terlibat secara langsung, dan mampu mengingat serta memahami materi yang telah disampaikan.
- c. Evaluasi dilakukan melalui metode tanya jawab, pretes, postes dan observasi langsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang mengusung judul "Upaya Meningkatkan Kesadaran dan Pengetahuan Anemia di Kalangan Pemuda Desa Rancagede Melalui Edukasi" disusun secara terstruktur guna menjamin keberhasilan program dalam meningkatkan pemahaman remaja terkait penyakit anemia. Kegiatan ini di adakan di Desa Rancagede, Kec. Gunung Kaler. Kab. Tangerang Prov. Banten yang di hadiri oleh 28 peserta yang terdiri atas 20 perempuan dan 8 laki-laki. Kegiatan ini bertujuan untuk

meningkatkan kesadaran dan pengetahuan anemia di kalangan Masyarakat pemuda dan pemudi.



Gambar 3. Tahap Pelaksanaan

Tahap Pra pelaksana, penentuan masalah dalam penelitian ini dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap kurangnya angka pengetahuan tentang anemia di kalangan pemuda Desa Rancagede. Selain itu, diadakan diskusi dengan tokoh masyarakat setempat untuk memahami kurangnya pemahaman mengenai kondisi kesehatan ini. Hasil pengamatan awal memperlihatkan bahwa banyak pemuda memiliki pengetahuan yang terbatas tentang penyebab, tanda-tanda, serta cara-cara pencegahan anemia. Keterbatasan ini diakibatkan oleh minimnya ketersediaan informasi kesehatan dan kurangnya efektivitas kegiatan edukasi yang ada. Temuan ini didukung oleh riset-riset sebelumnya (El Shara, Wahid, & Semiarti, 2017; Novayanti & Sundari, 2020) yang menyoroti pentingnya edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, terutama di wilayah pedesaan.

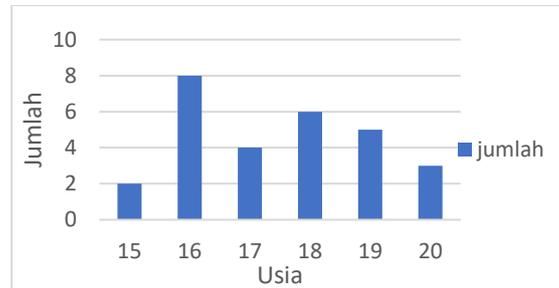
Setelah masalah tersebut teridentifikasi dengan jelas, tim pengabdian masyarakat merancang serangkaian kegiatan edukasi yang bersifat interaktif. Kegiatan ini meliputi penyampaian materi, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pemuda mengenai anemia, sehingga mereka dapat mengambil langkah-langkah untuk mengurangi risiko terkena kondisi tersebut (Lodia Tutuop et al., 2023; Arifin et al., 2023). Materi edukasi disampaikan dengan menggunakan presentasi visual agar lebih mudah dipahami (Widyasih, 2018). Koordinasi yang baik dengan tokoh masyarakat setempat menjadi kunci untuk memastikan dukungan dan partisipasi aktif dari para pemuda di Desa Rancagede. Untuk mengukur efektivitas edukasi, pengetahuan peserta dievaluasi sebelum dan sesudah kegiatan melalui pretes dan postes."

Tabel 1. Jumlah Responden berdasarkan gender

Gender	jumlah	presentasi
Laki-laki	20	71%
Perempuan	8	29%

Berdasarkan Tabel di atas, terlihat bahwa mayoritas responden dalam kegiatan edukasi ini adalah perempuan, yaitu sebanyak 20 orang atau 71% dari total responden. Sementara itu, responden laki-laki berjumlah 8 orang, atau 29%. Proporsi ini menunjukkan bahwa partisipasi perempuan dalam kegiatan edukasi mengenai anemia

lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini bisa menjadi indikator bahwa perempuan, yang secara biologis lebih rentan terhadap anemia, memiliki ketertarikan dan kesadaran lebih besar terhadap isu ini, sehingga menjadi kelompok sasaran yang sangat relevan dalam upaya peningkatan pengetahuan dan pencegahan anemia di kalangan pemuda Desa Rancagede.



Gambar 2. Jumlah Responden berdasarkan usia

Gambar 2 menunjukkan distribusi usia para responden yang mengikuti edukasi mengenai anemia. Mayoritas responden berada pada rentang usia 16 hingga 18 tahun, dengan puncaknya di usia 17 tahun sebanyak 9 orang. Kelompok usia ini merupakan masa remaja, di mana pengetahuan dan kesadaran terhadap kesehatan, khususnya anemia, sangat penting untuk dibentuk. Tingginya jumlah responden usia remaja menunjukkan bahwa kegiatan edukasi ini telah menasar kelompok yang tepat, karena remaja rentan terhadap anemia akibat kebutuhan zat besi yang meningkat pada masa pertumbuhan.



Gambar 3. Sesi diskusi & tanya jawab

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan sesi pembelajaran interaktif. Dalam sesi ini, pemuda di Desa Rancagede mendapatkan penjelasan mengenai anemia, meliputi penyebab, tanda-tanda, dampak, serta cara-cara pencegahan dan penanganannya. Materi pembelajaran disajikan melalui presentasi visual yang menggunakan proyektor, dengan tujuan untuk mempermudah pemahaman peserta. Pemilihan metode ini didasarkan pada keyakinan bahwa presentasi visual dapat membantu peserta dalam mencerna informasi dengan lebih baik. Selain presentasi, diskusi dan sesi tanya jawab juga menjadi bagian penting dari kegiatan ini, karena dapat mendorong keterlibatan aktif peserta dan memperdalam pemahaman mereka. Sebelum sesi pembelajaran dimulai, peserta diberikan pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mereka mengenai anemia. Setelah sesi pembelajaran selesai, posttest diberikan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta. Rangkaian kegiatan ini dirancang sedemikian rupa agar peserta tidak hanya menjadi pendengar pasif, tetapi juga terlibat secara aktif dan mampu mengingat materi yang telah disampaikan.

Sebagai bagian dari proses evaluasi, digunakan beberapa metode, yaitu tanya jawab, pretest, posttest, dan observasi langsung. Pretest dan posttest berfungsi sebagai alat untuk mengukur perubahan dalam pengetahuan peserta secara kuantitatif. Secara keseluruhan, pembelajaran kesehatan yang bersifat interaktif dan terstruktur terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai anemia."

Kondisi ini juga membuktikan bahwa edukasi kesehatan, terutama yang menyangkut kelompok remaja, harus bersifat kontekstual dan partisipatif. Artinya, materi yang disampaikan harus relevan dengan kebutuhan, usia, dan latar belakang peserta. Dalam hal ini, pemilihan tema anemia sangat tepat mengingat remaja, khususnya remaja putri, merupakan kelompok yang paling rentan terhadap anemia karena kebutuhan zat gizi yang tinggi akibat pertumbuhan dan siklus menstruasi (El Shara et al., 2017).

Tabel 1. Perbandingan tingkat pengetahuan pretes postes

Keterangan	Baik	Cukup	Kurang
Pretes	1	7	20
Postes	25	3	0

Setelah edukasi yang dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan menggunakan media visual, terlihat adanya peningkatan yang cukup signifikan dalam pemahaman peserta. Dari 28 responden, sebanyak 25 orang (89%) menunjukkan pemahaman yang baik, sementara 3 orang (11%) berada pada kategori cukup. Hasil ini menjadi bukti bahwa metode yang digunakan seperti presentasi dengan proyektor, diskusi aktif, dan sesi tanya jawab mampu meningkatkan keterlibatan peserta serta membantu mereka memahami materi dengan lebih mendalam. Pendekatan ini juga sejalan dengan prinsip Pembelajaran Orang Dewasa, yang menekankan pentingnya interaksi dialogis, pengalaman langsung, dan penggunaan media yang relevan untuk mempercepat proses transfer pengetahuan (Widyasih, 2018).

ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan secara interaktif dan sistematis memiliki dampak yang sangat signifikan terhadap peningkatan pengetahuan peserta mengenai anemia. Sebelum diberikan edukasi, hampir separuh dari total peserta memiliki tingkat pengetahuan yang belum optimal, yaitu sebanyak 27 orang (96%) berada dalam kategori pengetahuan cukup dan kurang. Hal ini mencerminkan kondisi awal masyarakat, khususnya pemuda Desa Rancagede, yang masih memiliki keterbatasan dalam pemahaman mengenai anemia sebagai masalah kesehatan serius.

Rendahnya tingkat pengetahuan sebelum edukasi sejalan dengan temuan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa masyarakat di daerah pedesaan, khususnya remaja, sering kali kurang mendapatkan akses informasi kesehatan yang memadai (El Shara, Wahid, & Semiarti, 2017; Novayanti & Sundari, 2020). Kurangnya informasi ini dapat disebabkan oleh minimnya kegiatan penyuluhan kesehatan, rendahnya literasi kesehatan, serta keterbatasan media informasi yang menjangkau kalangan remaja secara efektif. Kondisi ini juga membuktikan bahwa edukasi kesehatan, terutama yang menyangkut kelompok remaja, harus bersifat kontekstual dan partisipatif. Artinya, materi yang disampaikan harus relevan dengan kebutuhan, usia, dan latar belakang peserta. Dalam hal ini, pemilihan tema anemia sangat tepat mengingat remaja, khususnya remaja putri, merupakan kelompok yang paling rentan terhadap anemia karena kebutuhan zat gizi yang tinggi akibat pertumbuhan dan siklus menstruasi (El Shara et al., 2017).

Keberhasilan edukasi ini memiliki beberapa implikasi penting, Edukasi dapat dijadikan intervensi awal yang murah, mudah, dan efektif dalam menekan prevalensi anemia jika dilakukan secara berkala dan berkelanjutan. Keterlibatan masyarakat lokal, khususnya tokoh masyarakat, dalam proses koordinasi dan pelaksanaan kegiatan, turut memperkuat keberterimaan program di tingkat komunitas. Adanya pretest dan posttest menjadi alat evaluasi yang efektif dalam mengukur perubahan pengetahuan peserta secara kuantitatif.

Namun demikian, penting dicatat bahwa peningkatan pengetahuan belum tentu langsung berbanding lurus dengan perubahan perilaku. Meskipun para pemuda telah menunjukkan peningkatan pengetahuan, dibutuhkan tindak lanjut berupa pemantauan jangka panjang, penguatan motivasi berperilaku sehat, serta penyediaan akses terhadap makanan bergizi dan suplemen zat besi untuk mengurangi angka kejadian anemia secara nyata (WHO, 2021; Arifin et al., 2023). Selain itu, akan lebih optimal jika kegiatan serupa ditindaklanjuti dengan pelatihan kader kesehatan remaja di desa, yang dapat menjadi Agen Perubahan dalam menyebarkan informasi kesehatan dan membangun kesadaran kolektif. Hal ini penting agar keberhasilan program tidak hanya bersifat sesaat, tetapi berkelanjutan dan berdampak luas.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang anemia di kalangan pemuda Desa Rancagede telah berhasil dilaksanakan dengan baik. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki tingkat pengetahuan yang kurang optimal mengenai anemia. Namun, setelah dilakukan edukasi interaktif menggunakan media visual dan sesi diskusi, terjadi peningkatan signifikan di mana seluruh peserta mencapai tingkat pengetahuan kategori baik. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara sistematis dan partisipatif terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang anemia, penyebab, dampak, serta cara pencegahannya. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis komunitas berperan penting dalam upaya pencegahan anemia, khususnya di kalangan remaja yang merupakan kelompok berisiko tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada para pemuda pemudi Desa Ranca gede yang telah bersedia menjadi mitra dalam kegiatan ini.

REFERENSI

- Arifin, Z., Listihayu, A., & Sayekti, S. (2023). PKM Pemeriksaan Hemoglobin dan Penyuluhan Anemia Pada Remaja di Dusun Bencal, Desa Pandanwangi, Kecamatan Diwek, Kabupaten Jombang. *Jurnal Pengabdian Cendekia*, 2(4), 67–71.
- Aureli, D. A., Kusumawardhani, R., & Fauziah, N. (2022). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 4(2), 55–60. <https://doi.org/10.53599/jip.v4i2.104>
- Domenica Cappellini & Motta, I. (2015). *Anemia: Patofisiologi, Strategi Diagnostik dan Terapeutik*. Tinjauan Hematologi.
- El Shara, S., Wahid, A., & Semiarti, M. (2017). "Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri". *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 9(1), 45–52.
- Ghebreyesus, dr tedros adhanom. (1981). Health statistics. In *Euro Reports and Studies*:

Vol. No. 43 (Issue 17).

- Lodia Tutuop, K., Martina Pariaribo, K., Asriati, A., Adimuntja, N. P., & Nurdin, M. A. (2023). Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri, Mahasiswa FKM Universitas Cendrawasih. *Panrita Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 19. <https://doi.org/10.56680/pijpm.v2i1.46797>
- Novayanti, A., & Sundari, E. (2020). "Hubungan Asupan Zat Besi dan Kejadian Anemia pada Remaja". *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), 87–94.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019). Buku referensi Metode ORKES- KU (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri. Yogyakarta: CV Mine.
- Sharief, S. A. (2021). Kebiasaan Makan dan Kejadian Anemia. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(2013), 168–172. <https://forikes-journal.com/index.php/SF/article/view/sf12nk131/12nk131>
- Sugihantoro dkk, H. (2023). Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Junrejo, Kota Batu, Jawa Timur, Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 5(2), 76–80.
- WHO. 2021. Worldwide Prevalence of Anaemia in Woman of Reproductive Age; WHO Global Database on Anaemia. Geneva: World Health Organization.
- Widyasih, E. 2018. "Efektivitas Suplementasi Tablet Fe dalam Pencegahan Anemia Remaja". *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 221–229.



This is an open access article under the [CC BY-NC 4.0 license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).