

The Effect of Nutritional Counseling Using E-Booklets on Knowledge of Anemia Prevention in Female Adolescents

Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan E-Booklet terhadap Pengetahuan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri

Nadiyya Puspadiina^{1*}, Herlin Fitriani Kurniawati²

¹⁻²Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

*Corresponding Author: nadiyyapuspadiina@gmail.com

Received: 28 Oktober 2023; Revised: 29 Oktober 2023; Accepted: 31 Oktober 2023

ABSTRACT

One's knowledge can influence the incidence of anemia in female adolescents. The lack of knowledge about anemia, its signs, impacts, and prevention results in female adolescents consuming foods that contain little iron so the iron intake needed by them is not met. Factors that can influence the lack of knowledge of female adolescents about anemia prevention include the lack of information obtained by respondents from health workers, mass media, electronic media, and family as well as the ability of female adolescents to understand the information provided. The study aimed to find out whether there is an effect of nutritional counseling using e-booklets on knowledge of anemia prevention in female adolescents at SMP (Junior High School) Muhammadiyah 1 Kalasan. The research design was a pre-experiment with a one-group pre-test and post-test design. The sampling technique used was total sampling with a total of 67 respondents. The data collection instrument was a questionnaire. The data collection method was carried out using primary data. Data analysis used univariate and bivariate analysis with the Wilcoxon test. The results of the data analysis showed a p-value of 0.000 where the p-value was <0.05, meaning that there was an effect of nutritional counseling using e-booklets on knowledge of anemia prevention in female adolescents at SMP Muhammadiyah 1 Kalasan. It is hoped that female adolescents will be able to increase their knowledge of anemia prevention and be motivated to prevent anemia by applying the knowledge gained in their daily lives.

Keywords : Nutritional counseling, E-Booklet, Anemia, Adolescents

ABSTRAK

Pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda-tanda, dampak dan pencegahannya mengakibatkan remaja putri mengkonsumsi makanan yang kandungan zat besinya sedikit sehingga asupan zat besi yang dibutuhkan remaja putri tidak terpenuhi. Faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia antara lain kurangnya informasi yang didapat oleh responden baik dari tenaga kesehatan, media masa, media elektronik maupun dari pihak keluarga, serta kemampuan dari remaja putri untuk memahami informasi yang diberikan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh penyuluhan gizi menggunakan *e-booklet* terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan. Desain penelitian ini menggunakan *pre-eksperimen* dengan rancangan *one group pre-test post-test design*. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* berjumlah 67 remaja putri. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *wilcoxon*. Hasil analisis data diketahui *p-value* sebesar 0,000 dimana *p-value* <0,05 artinya ada pengaruh penyuluhan gizi menggunakan *e-booklet* terhadap pengetahuan

pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan. Diharapkan remaja putri mampu meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan anemia dan termotivasi untuk mencegah terjadinya anemia dengan menerapkan pengetahuan yang didapat dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : Penyuluhan Gizi, *E-booklet*, Anemia, Remaja

LATAR BELAKANG

Pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri. Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda-tanda, dampak dan pencegahannya mengakibatkan remaja putri mengonsumsi makanan yang kandungan zat besinya sedikit sehingga asupan zat besi yang dibutuhkan remaja putri tidak terpenuhi. Hasil penelitian Setyowati *et al.*, (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan anemia.

Anemia tahun 2021 pada wanita usia produktif dengan rentang usia 15-49 tahun menurut WHO secara global adalah sebesar 29.9% (WHO, 2021). Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi yaitu (22.7%) dibandingkan laki-laki yaitu (20.3%). Adapun prevalensi anemia di Indonesia pada rentang usia 15-24 tahun yaitu sebesar 32%. WHO menyebutkan apabila prevalensi anemia pada suatu populasi lebih dari 15% sudah merupakan masalah nasional. Dikatakan tingginya kejadian anemia pada remaja putri akan memicu tingginya kematian ibu dan bayi (Harahap, 2020).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan DIY remaja putri yang mengalami anemia terjadi peningkatan sebesar 48,9% pada Riskesdas 2018, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun (Riskesdas, 2018). Berdasarkan laporan gizi Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, prevalensi anemia remaja putri di Kabupaten Sleman dari tahun 2020 yaitu sebesar 10.20% meningkat menjadi 15.33% pada tahun 2021.

Faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia antara lain kurangnya informasi yang didapat oleh responden baik dari tenaga kesehatan, media masa, media elektronik maupun dari pihak keluarga, serta kemampuan dari remaja putri untuk memahami informasi yang diberikan (Indrawatiningsih *et al.*, 2021). Pengetahuan remaja terkait dengan cara pencegahan anemia masih kurang dan banyak yang mengabaikannya. Hal ini akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku remaja dalam pencegahan terjadinya anemia. Pandangan masyarakat terhadap sikap remaja masa kini dalam mencegah terjadinya anemia masih kurang baik ditandai dengan asupan zat besi dan kebutuhan gizi yang masih kurang pada masa pertumbuhan.

Remaja putri memiliki sikap yang sangat memperhatikan bentuk badan, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan banyak pantangan terhadap makanan seperti pada diet *vegetarian*. Diet *vegetarian* yang sedang *trend* dikalangan

remaja juga dapat mempengaruhi hormon reproduksi dimana dalam diet ini membatasi konsumsi daging atau sama sekali tidak memakan daging. Pada wanita yang melakukan diet *vegetarian* terjadi peningkatan frekuensi gangguan siklus menstruasi. Hal ini disebabkan oleh sumber zat besi dari hewani yang lebih rendah dibandingkan sumber nabati (Ainiyyah, 2020).

Dampak langsung yang terjadi pada remaja putri yang terkena anemia adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah dan lunglai (Sandra *et al.*, 2017). Akibat dari jangka panjang penderita anemia gizi besi pada remaja putri yang nantinya akan hamil, maka remaja putri tersebut tidak mampu memenuhi zat-zat gizi pada dirinya dan pada janinnya sehingga jika tidak tertangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu (AKI), meningkatkan terjadinya resiko kematian maternal, prematuritas, BBLR, dan kematian perinatal. Untuk mencegah kejadian anemia defisiensi besi, maka remaja putri perlu dibekali dengan pengetahuan dan cara mencegah anemia defisiensi besi itu sendiri (Muis, 2017).

Salah satu kebijakan pemerintah untuk mencegah anemia yaitu Permenkes No. 97 Tahun 2014 pasal 9, pemberian suplementasi gizi bertujuan pencegahan anemia gizi dengan pemberian edukasi gizi seimbang dan tablet tambah darah (Kemenkes, 2014). Peran Bidan menurut PERMENKES RI NO.1464/MENKES/PER/X/2010 salah satunya adalah memberi pelayanan remaja diantaranya penyuluhan dan konseling, informasi kesehatan reproduksi. Media dalam penyuluhan kesehatan dapat digunakan sebagai alat bantu pendidikan gizi dalam menyampaikan informasi yang sangat berperan penting untuk meningkatkan pengetahuan. Penyampaian pesan kesehatan berbasis teknologi sekarang dapat diberikan secara elektronik atau online salah satu contohnya seperti *e-booklet* (Setyawati & Herlambang, 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan Kelas VII, VIII dan IX dengan mewawancarai 10 siswi didapatkan hasil bahwa 2 siswi mengetahui pengertian dari anemia, tidak ada yang mengetahui penyebab dari anemia, 2 siswi mengetahui tanda dan gejala anemia, tidak ada yang mengetahui dampak dari anemia, 1 siswi mengetahui pencegahan anemia dan tidak ada siswi yang mengetahui pengetahuan gizi seimbang untuk pencegahan anemia. Berdasarkan latar belakang diatas pengetahuan sangat berperan penting dalam pencegahan anemia sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan Gizi

Menggunakan *E-Booklet* Terhadap Pengetahuan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan”.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen design*. Jenis penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rancangan *one group pre-test post-test design*. Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan pada Juli 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII, VIII dan IX SMP Muhammadiyah 1 Kalasan yang berjumlah 67 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu *e-booklet* dan kuesioner. Data yang telah dikumpulkan baik data *pretest* maupun data *posttest* dicek kelengkapannya. Setelah itu, data di analisa dengan SPSS dan dilakukan uji statistic dengan uji *wilcoxon* untuk melihat pengaruh antara variabel bebas dengan variabel terikat. Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan surat layak etik dan telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta dengan No. 2973/KEP-UNISA/VI/2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan dengan hasil penelitian :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Remaja Putri Di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Informasi		
Belum pernah mendapatkan informasi pencegahan anemia	48	71,6
Pernah mendapatkan informasi pencegahan anemia	19	28,4
Sumber Informasi		
Televisi	3	4,5
Internet (sosial media)	13	19,4
Keluarga	3	4,5
Guru	0	0
Jumlah	67	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 dengan jumlah responden 67 orang, data karakteristik informasi menunjukkan bahwa mayoritas belum pernah mendapatkan informasi tentang pencegahan anemia sebanyak 48 orang (71,6%). Sedangkan 19 orang (28,4%) pernah mendapatkan informasi pencegahan anemia dengan terbanyak

mendapatkan sumber informasi dari internet / sosial media sebanyak 13 orang (19,4%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sebelum Diberikan Penyuluhan Gizi Menggunakan *E-Booklet*

Variabel	Kategori	N	%
Pengetahuan Anemia	Baik	12	17,9
	Cukup	26	38,8
	Kurang	29	43,3
Gizi Seimbang	Baik	11	16,4
	Cukup	22	32,8
	Kurang	34	50,8
Total		67	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pada variabel pengetahuan anemia sebelum diberikan penyuluhan, mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 29 orang (43,3%). Sama halnya dengan hasil pengetahuan gizi seimbang sebelum diberikan penyuluhan, mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 34 orang (50,8%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Anemia Sesudah Diberikan Penyuluhan Gizi Menggunakan *E-Booklet*

Variabel	Kategori	N	%
Pengetahuan Anemia	Baik	51	76,1
	Cukup	16	23,9
	Kurang	0	0
Gizi Seimbang	Baik	49	73,1
	Cukup	18	26,9
	Kurang	0	0
Total		67	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa pada variabel pengetahuan anemia sesudah diberikan penyuluhan, mayoritas responden berpengetahuan baik sebanyak 51 orang (76,1%). Sama halnya dengan hasil pengetahuan gizi seimbang sesudah diberikan penyuluhan, mayoritas responden berpengetahuan baik sebanyak 49 orang (73,1%).

Tabel 4 Hasil Uji Wilcoxon Pengetahuan Pencegahan Anemia

Variabel	Keterangan	Z Score	P-value
Pengetahuan Anemia	<i>Pretest dan Posttest</i>	-7.127	0,000
Pengetahuan Gizi Seimbang	<i>Pretest dan Posttest</i>	-6.986	0,000

Sumber: Data Primer, 2023

Hasil penelitian berdasarkan tabel 4 dapat diketahui nilai *p-value* bernilai 0.000, karena nilai $0.000 < 0.05$ sehingga dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, ada pengaruh penyuluhan gizi menggunakan *e-booklet* terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebelum diberikan penyuluhan gizi menggunakan *e-booklet* dari 67 responden diketahui sebagian besar pengetahuan remaja putri dalam kategori kurang dan sebagian besar responden belum pernah mendapatkan informasi tentang pencegahan anemia. Mularsih (2017) menyatakan bahwa remaja putri tidak mengetahui tentang pencegahan anemia karena disebabkan oleh informasi yang responden terima tidak lengkap atau tidak menyeluruh. Informasi juga memberikan pengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indrawatiningsih *et al.*, (2021) faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia antara lain kurangnya informasi yang didapat oleh responden baik dari tenaga kesehatan, media masa, media elektronik maupun dari pihak keluarga, serta kemampuan dari remaja putri untuk memahami informasi yang diberikan.

Kurangnya pengetahuan tentang anemia, tanda-tanda, dampak dan pencegahannya mengakibatkan remaja putri mengkonsumsi makanan yang kandungan zat besinya sedikit sehingga asupan zat besi yang dibutuhkan remaja putri tidak terpenuhi (Setyowati *et al.*, 2017). Edukasi gizi digunakan sebagai alat meningkatkan kesadaran yang dapat meningkatkan sikap individu tentang pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi. Oleh karena itu perlu diberikannya edukasi kepada remaja mengenai pengetahuan gizi dan juga kesehatan (Az-zahra & Kurniasari, 2022). Menurut penelitian Budianto (2016) yang menyimpulkan bahwa pengetahuan yang rendah tentang anemia berpengaruh terhadap terjadinya anemia pada remaja.

Hal ini sesuai dengan penelitian Laksmi & Yenie (2018) diperoleh adanya hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan kejadian anemia, sehingga diharapkan adanya upaya penurunan angka kejadian anemia dengan memberikan penyuluhan. Sejalan dengan penelitian Kusumarani *et al.*, (2018) pentingnya dilakukan upaya pencegahan anemia melalui pendidikan gizi yang dapat membuat perilaku remaja menjadi lebih baik dalam menyesuaikan asupan zat besi dengan kebutuhannya. Penyampaian materi pendidikan akan lebih mudah untuk

diterima dengan menggunakan media pendidikan yang menarik. Salah satu media pendidikan yang digunakan dalam edukasi gizi adalah *booklet* (Imanuna *et al.*, 2022).

Sesudah diberikan penyuluhan gizi diperoleh hasil dari 67 responden tersebut diketahui sebagian besar pengetahuan remaja putri adalah dalam kategori baik. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Ginting Br *et al.*, (2022) yang menyebutkan bahwa penyuluhan dapat mengubah pengetahuan seseorang menjadi lebih baik, Penekanan konsep penyuluhan kesehatan lebih pada upaya mengubah perilaku sasaran agar berperilaku sehat terutama pada aspek kognitif (pengetahuan dan pemahaman sasaran). Sejalan dengan penelitian Irawati (2022) dalam penelitian ini remaja putri pada tahap awal *pre-test*, rata-rata pengetahuan responden adalah cukup, setelah diberikan penyuluhan rata-rata pengetahuan responden meningkat 16,9%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berpengaruh terhadap penerimaan informasi sehingga meningkatkan pengetahuan orang tersebut.

Media dalam penyuluhan kesehatan dapat digunakan sebagai alat bantu pendidikan gizi dalam menyampaikan informasi yang sangat berperan penting untuk meningkatkan pengetahuan. Penyampaian pesan kesehatan berbasis teknologi sekarang dapat diberikan secara elektronik atau online salah satu contohnya seperti *e-booklet* (Setyawati & Herlambang, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2019) terkait efektivitas media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan remaja memberikan hasil bahwa edukasi menggunakan *booklet* lebih efektif daripada media *leaflet*. Seseorang akan lebih mudah mengingat jika mempunyai media, salah satunya seperti *e-booklet* yang mempunyai kelebihan yaitu dapat dipelajari kapan saja menggunakan *handphone* atau laptop, *design* menarik, dapat dipelajari secara mandiri, pesan atau informasi relatif lebih banyak dan konfigurasi *booklet* yang menarik akan membuat pembaca tertarik untuk memahaminya (Dewi *et al.*, 2022).

Berdasarkan penelitian ini *e-booklet* efektif dalam memberikan informasi dimana didapatkan hasil dari uji *wilcoxon* nilai *p-value* 0.000 ($p < 0.05$) yang menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan penyuluhan gizi menggunakan *e-booklet* terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan siswi dengan nilai $p < 0.05$ (Hasanah & Permadi, 2020). Penelitian lain menyebutkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara media *e-booklet* terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada

remaja putri, sehingga disimpulkan bahwa media *e-booklet* efektif untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri (Sheladiq & Yulianti, 2023).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pengetahuan remaja putri meningkat setelah diberikan penyuluhan gizi menggunakan *e-booklet*, yang berarti adanya pengaruh penyuluhan gizi menggunakan *e-booklet* terhadap pengetahuan pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Kalasan, hal ini ditunjukkan dari hasil uji statistik *wilcoxon* yang diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 yang dimana *p-value* <0,05 sehingga dapat dinyatakan bahwa H₀ ditolak H_a diterima karena nilai probabilitas <0,05.

Saran

Remaja putri mampu meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan anemia dan termotivasi untuk mencegah terjadinya anemia dengan menerapkan pengetahuan yang didapat dalam kehidupan sehari-hari. Sekolah juga dapat memfasilitasi untuk memberikan informasi kesehatan tentang pencegahan anemia dengan memanfaatkan media *e-booklet* untuk meningkatkan pengetahuan atau dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan seperti di Puskesmas untuk memberikan penyuluhan sebagai langkah promotif serta sebagai tindakan preventif dalam pencegahan anemia sehingga diharapkan remaja putri mampu memahami dengan baik pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainiyyah, N. (2020). Literature Review: Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 2020. <http://digilib.unisayogya.ac.id/5221/>
- Az-zahra, K., & Kurniasari, R. (2022). Efektivitas Pemberian Media Edukasi Gizi yang Menarik dan Inovatif terhadap Pencegahan Anemia kepada Remaja Putri: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(6), 618–627. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i6.2293>
- Budianto, A. (2016). Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(10). <https://doi.org/10.35952/jik.v5i10.31>
- Dewi, R, S., Pratiwi, P, Q., Febrina, M., & Agistia, N. (2022). Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Obat Tradisional setelah Pemberian E-Booklet di Kabupaten Karimun. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 128–136. <https://doi.org/10.22435/jki.v0i0.5950>

- Ginting Br, S., Simamora CR, A., & Siregar N, S, N. (2022). *Penyuluhan Kesehatan Tingkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mencegah Stunting*. Penerbit : NEM.
- Harahap, N, R. (2020). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nursing Arts*, 12(2), 78–90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Hasanah, U., & Permadi, M. (2020). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Stunting Di Kabupaten Probolinggo. *Harena : Jurnal Gizi*, 24 No 11, 56–64.
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S, A., Sari, E, P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Irawati, E. (2022). Efektifitas Penyuluhan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri Di Kelurahan Dayeuhluhur Kecamatan Warudoyong Kota Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 40–50.
- Kemenkes, R. (2014). *Permenkes No.97 Tahun 2014 Tentang Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, Serta Pelayanan Kesehatan Seksual*. Kemenkes RI.
- Kusumarani, A., Noviardhi, A., & Susiloretni, K. (2018). Pengaruh Media Komik Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sayur Dan Buah Di SD Aisyiyah Dan SDN Kalicilik 2 Demak. *Jurnal Riset Gizi*, 6 No 2, 46–50.
- Laksmi, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 104. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1016>
- Muis, D, U. (2017b). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Anemia Terhadap Sikap Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Yogyakarta*. 1–14.
- Mularsih, S. (2017). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi Di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 6 No 2, 80–85.
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI
- Sandra, F., Ahmad, S., & Arinda, V. (2017). *Gizi Anak dan Remaja*. Rajagrafindo Persada.
- Sari, L. (2019). Efektivitas Media Booklet Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dampak Kehamilan Remaja. *Jambura Journal Of Health Sciences And Research*, 1(2), 47–53.
- Setyawati, V, A, V., & Herlambang, B. A. (2015). Model Edukasi Gizi Berbasis E-booklet untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Balita. *Jurnal Informatika Upgris*, 1(1 Juni), 86–94.
- Setyowati, N, D., Riyanti, E., & Indraswari, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Remaja Putri Dalam Pencegahan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak Simongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5, 2356–3346. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Sheladjiq, A, C., & Yulianti, F. (2023). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3 No 3, 494–500.
- WHO. (2021). *World Health Statistic 2021 Monitoring Health for SDGs* (Issue February).
- Yulianingsih, E., Suherlin, I., Aswad, Y., Ischak, W., & Hulawa, D. (2021). Penggunaan Booklet Terhadap Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri. *Journal Midwifery Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Gorontalo*, 6 No 2, 63.