

## FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

**Trisia Vironika<sup>1\*</sup>, Nelly Al Audhah<sup>2</sup>, Muhammad Abdan Shadiqi<sup>3</sup>, Roselina Panghiyangani<sup>4</sup>, Adi Nugroho<sup>5</sup>**

Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru<sup>1,2,3,4,5</sup>

*\*Corresponding Author : trisiaputri30@gmail.com*

### ABSTRAK

Anemia merupakan masalah kesehatan yang signifikan di kalangan remaja putri, sering kali disebabkan oleh kombinasi berbagai faktor. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor utama yang berkontribusi terhadap kejadian anemia pada remaja putri berdasarkan tinjauan literatur sistematik dari berbagai jurnal terkait. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri. Penelitian ini menggunakan Literatur Review dengan Pubmed dan google scholar sebagai database pencarinya. Data yang diambil adalah artikel penelitian dari tahun 2018-2022, dengan kata kunci adolescent anemia”, “Faktor anemia adolescents”, “Risk faktor for anemia”, “Faktor-faktor anemia pada remaja”, “Kejadian anemia remaja faktor resiko”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekurangan zat besi adalah penyebab utama anemia pada remaja putri. Pola makan yang tidak seimbang, pengetahuan kesehatan yang terbatas, status sosial-ekonomi yang rendah, keterbatasan akses ke makanan bergizi, kebiasaan makan yang buruk, serta kondisi kesehatan dan infeksi berkontribusi signifikan terhadap prevalensi anemia. Pengetahuan yang terbatas tentang nutrisi dan status sosial-ekonomi rendah juga merupakan faktor kunci yang memperburuk masalah anemia. Anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor yang saling terkait. Kekurangan zat besi merupakan penyebab utama, sementara pola makan yang tidak seimbang dan pengetahuan kesehatan yang terbatas memperburuk kondisi tersebut. Status sosial-ekonomi yang rendah dan keterbatasan akses ke makanan bergizi juga berperan penting. Intervensi yang melibatkan edukasi gizi, perbaikan pola makan, dan dukungan sosial-ekonomi diperlukan untuk mengurangi prevalensi anemia dan meningkatkan kesehatan remaja putri.

**Kata kunci** : anemia, pengetahuan, pola makan bergizi, remaja, sosial ekonomi

### *ABSTRACT*

*Anemia is a significant health issue among adolescent girls, often resulting from a combination of various factors. This study aims to identify and analyze the main factors contributing to the occurrence of anemia in adolescent girls through a systematic literature review of relevant journals. The objective of this research is to identify the factors causing anemia in adolescent girls. This study employs a literature review approach with PubMed and Google Scholar as search databases. Data were sourced from research articles published between 2018 and 2022, using keywords such as "adolescent anemia", "factors of anemia in adolescents", "risk factors for anemia", and "anemia in adolescents: risk factors". The study reveals that iron deficiency is the primary cause of anemia among adolescent girls. Other significant contributing factors include unbalanced diets, limited health knowledge, low socio-economic status, limited access to nutritious food, poor eating habits, and health conditions and infections. Limited knowledge about nutrition and low socio-economic status are also key factors exacerbating the problem of anemia. Anemia in adolescent girls is influenced by a combination of interrelated factors. Iron deficiency is the main cause, while unbalanced diets and limited health knowledge worsen the condition. Low socio-economic status and limited access to nutritious food also play crucial roles. Interventions involving nutritional education, dietary improvements, and socio-economic support are necessary to reduce the prevalence of anemia and enhance the health of adolescent girls.*

**Keywords** : anemia, nutritious diet, knowledge, socio-economic, adolescents

## PENDAHULUAN

Penurunan jumlah sel darah merah, yang terlihat melalui penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, dan hitung eritrosit, dikenal sebagai anemia. Tubuh memerlukan asupan besi dan protein yang cukup untuk memproduksi hemoglobin. Protein bertugas mengangkut besi ke sumsum tulang untuk pembentukan hemoglobin baru (Kulsum, 2020). Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi anemia di dunia berada di kisaran 40-80%. Di India, prevalensi anemia di kalangan remaja putri mencapai 45%, sementara di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja adalah 32%. Proporsi anemia lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki, dengan angka 27,2% untuk perempuan dan 20,3% untuk laki-laki. Angka anemia pada remaja putri di Indonesia meningkat dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi 48,9% pada Riskesdas 2018. Sekitar 12% remaja laki-laki dan 23% remaja perempuan di Indonesia mengalami anemia defisiensi zat besi. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di Indonesia adalah 48,9%, dengan kelompok umur 15–24 tahun dan 25–34 tahun memiliki proporsi anemia yang signifikan (Riskesdas, 2018).

Anemia disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor langsung dan tidak langsung, faktor langsung dapat disebabkan oleh kekurangan zat besi dalam darah dan infeksi penyakit. Faktor tidak langsung meliputi kurangnya perhatian keluarga, aktivitas fisik yang berlebihan, dan pola makan yang tidak tepat. Faktor utama yang berkontribusi pada anemia termasuk rendahnya tingkat pendidikan, pendapatan keluarga, dan status sosial (Karmila Mila, Hermanto, 2024). Salah satu faktor utama yang memengaruhi anemia adalah kebiasaan makan. Pola makan yang tidak seimbang, seperti kurangnya konsumsi sayuran dan berlebihan mengonsumsi karbohidrat serta lemak tanpa vitamin dan mineral yang cukup, dapat menghambat pembentukan sel darah merah dan menyebabkan anemia. Konsumsi makanan dan minuman yang bervariasi setiap hari penting untuk memenuhi kebutuhan zat gizi mikro dan makro (Lewar dkk, 2022). Gejala anemia meliputi kehilangan nafsu makan, kesulitan berkonsentrasi, penurunan sistem kekebalan tubuh, dan gangguan perilaku, atau dikenal dengan gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), serta wajah pucat dan pandangan berkulang-kulang. Pada remaja, anemia dapat mempengaruhi konsentrasi belajar, kesegaran fisik, dan pertumbuhan, sehingga tinggi dan berat badan mungkin tidak mencapai normal (Herwendar & Soviyati, 2020).

Pada remaja putri, anemia dapat berdampak pada kesehatan dan prestasi akademik mereka, serta meningkatkan risiko anemia saat hamil yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin, serta menyebabkan komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan kematian ibu serta anak (Sugiharti, 2021). Tujuan literatur review ini yaitu untuk mengidentifikasi faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri dengan memberikan upaya penanggulangan anemia, sehingga remaja putri dapat mencegah agar terhindar dari anemia. Literatur ini penting untuk dilakukan karena anemia pada remaja putri di Indonesia masih sangat banyak dimana kurangnya kesadaran dan kurangnya perhatian seseorang terhadap faktor yang merujuk pada anemia dan tingkat kepatuhan individu yang masih rendah dalam mengonsumsi zat besi. Hal ini dilakukan dengan cara mengumpulkan artikel dari Pubmed dan Google scholar 5 tahun terakhir.

Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri.

## METODE

Pada literatur review ini pencarian artikel ini dilakukan dengan *menggunakan electronic references library* melalui *Google scholar*. Penulusuran artikel menggunakan kata kunci “Faktor adolescent anemia”, “Faktor anemia adolescents”, “Risk faktor for anemia”, “Faktor-

faktor anemia pada remaja”, “Kejadian anemia remaja faktor resiko”. Artikel yang direview merupakan artikel yang dipublikasikan dalam tahun 2019-2024. Penulis menyaring judul dan abstrak semua artikel untuk dijadikan kriteria inklusi. Studi teks lengkap diambil dan ditinjau secara independen berdasarkan kriteria tersebut. Sehingga meninggalkan 11 artikel untuk dilakukan review akhir.

## HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan sebanyak 11 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Sebanyak 2 artikel Penelitian yang mengungkapkan tentang kekurangan zat besi yaitu oleh Boimau et al. (2024) dan Nurfaiz et al. (2020). Sebanyak 2 artikel yang membahas tentang Pola Makan yang Tidak Seimbang yang dapat mempengaruhi anemia pada remaja yaitu hasil penelitian Rahayu et al. (2023) dan Astutik et al. (2023). Sebanyak 2 artikel yang mendapatkan hasil tentang pengetahuan Kesehatan yang Terbatas sebagai faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja yaitu hasil penelitian Lasmaawanti et al. (2024) dan Kamilah (2021). Sebanyak 2 artikel yang menjelaskan bahwa Status Sosial-Ekonomi mampu mempengaruhi kejadian anemia pada remaja yaitu menurut penelitian Suandana et al. (2022) dan Anggoro et al. (2020). Sebanyak 2 artikel yang menjelaskan bahwa Keterbatasan Akses ke Makanan Bergizi menjadi salah satu faktor penyebab kejadian anemia pada remaja yaitu menurut Yulianti et al. (2024). Sebanyak 2 artikel yang menjelaskan bahwa kebiasaan Makan yang Buruk menjadi salah satu faktor penyebab kejadian anemia pada remaja yaitu menurut Astuti (2023) dan Rahayu et al. (2023). Terdapat 1 artikel yang menjelaskan bahwa bahwa kondisi Kesehatan dan Infeksi menjadi faktor pencetus kejadian anemia pada remaja yaitu Suandana et al. (2022) dan sebanyak 2 artikel yang menjelaskan bahwa lingkungan dan Dukungan Keluarga adalah faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja yaitu menurut lasmaawanti et al. (2024) dan Astutik et al. (2023)

**Tabel 1. Analisis Artikel Penelitian Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri**

No	Judul Penelitian	Nama Peneliti dan Tahun	Metode	Sampel	Hasil Penelitian
1	Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia pada Remaja Putri.	(Astuti, 2023)	literature review	Sampel penelitian ini adalah 15 literatur yang terdiri dari 8 jurnal nasional, 3 artikel dari jurnal terakreditasi sinta 3, 3 artikel dari jurnal terakreditasi sinta 4, dan 1 buku.	Faktor yang secara konsisten berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri antara lain tingkat pengetahuan remaja putri terkait anemia, asupan zat besi, status gizi serta lamanya menstruasi, IMT, kategori tempat tinggal (pedesaan/perkotaan), kebiasaan diet serta adanya infeksi seperti malaria. diperlukannya pemberian tablet tambah darah yang berkesinambungan kepada remaja putri dari pihak pemerintah dan sekolah agar dapat memenuhi kebutuhan gizinya serta penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan rancangan penelitian yang berbeda seperti case control dan cohort agar dapat membuktikan hubungan kausal yang lebih kuat, hal dikarenakan sudah cukup banyak penelitian yang terkait faktor risiko

					terhadap kejadian anemia pada remaja putri.
2	Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada siswi sma	(Anggoro, 2020)	Penelitian ini menggunakan jenis survey analitik dengan pendekatan cross sectional	Pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan sampel sebanyak 69 siswi	Hasil dari penelitian ini, dari 69 siswi terdapat 14 (20,3%) yang kadar hemoglobin tidak normal dan 55 (79,7%) dengan kadar hemoglobin normal. Setelah diuji menggunakan chi square didapatkan adanya pengaruh pengetahuan dengan nilai ( $p=0,003$ ), sikap ( $p=0,046$ ), pola makan ( $p=0,003$ ), dan pendapatan keluarga ( $p=0,025$ ) dengan kejadian anemia. Anemia pada siswi kelas X SMA Negeri 1 Kalibawang dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pengetahuan, sikap, pola makan, dan pendapatan keluarga.
3	Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMA Budi Agung Medan	(Lasmawanti et al., 2024)	desain penelitian dengan cara metode survei	pengambilan sampel dengan cara purpose sampling menggunakan rumus slovin yaitu 67 orang	hasil penelitian dengan uji chi-square pada Pengetahuan tentang Anemia diperoleh $p\text{-value}=0,003$ , Sikap $p\text{-value}=0,004$ , Pola Makan $p\text{-value}=0,002$ , Menstruasi $p\text{-value}=0,004$ . Kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Pengetahuan tentang Anemia, Sikap, Pola Makan, dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMA Budi Agung
4	Faktor-faktor yang menyebabkan Terjadinya Anemia pada Remaja Putri	(Risky Amalia et al., 2023)	Literatur Review	Hasil pencarian dan pemilihan artikel terhadap judul, abstrak dan full text didapatkan 11 artikel asli yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian melakukan telaah jurnal.	Hasil penelitian menemukan faktor dukungan yang mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri yaitu: Tingkat pengetahuan remaja ( $p\text{-value} = 0,000$ maka $p < 0,05$ ) memiliki hubungan yang signifikan terjadinya anemia pada remaja putri
5	Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di Smpn 6 Tana Tidung.	Astutik, W., Aini, N., Anam, K. and Masyita, G., 2023	Desain penelitian menggunakan survey analitik dengan pendekatan cross sectional.	Sampel yang digunakan adalah remaja putri di SMPN 6 dengan jumlah sampel 99 responden secara stratified random sampling.	Hasil Penelitian:Dari 99 responden, terdapat 52(52,5%) remaja putri tidak mengalami anemia, 56 (56,6%) memiliki pola makan baik, 54(54,5%) mengalami pola menstruasi tidak normal, dan 61 (61,6%) dengan pola tidur baik. Hasil analisis faktor paling dominan yang berhubungan dengan kejadian anemia adalah pola menstruasi dengan nilai $p\text{-value}$ 0,005 dan OR 2,573
6	Literature Review: Analisis	(Suandana et al., 2023)	literature review	Pemilihan artikel dibatasi dari	Faktor yang secara konsisten berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri antara lain

	Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri.	tahun 2014-2019 dan didapatkan 20 artikel yang sesua	tingkat pengetahuan remaja putri terkait anemia, asupan zat besi, status gizi serta lamanya menstruasi, IMT, kategori tempat tinggal (pedesaan/perkotaan), kebiasaan diet serta adanya infeksi seperti malaria. diperlukannya pemberian tablet tambah darah yang berkesinambungan kepada remaja putri dari pihak pemerintah dan sekolah agar dapat memenuhi kebutuhan gizinya serta penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan rancangan penelitian yang berbeda seperti case control dan cohort agar dapat membuktikan hubungan kausal yang lebih kuat, hal dikarenakan sudah cukup banyak penelitian yang terkait faktor risiko terhadap kejadian anemia pada remaja putri
7	Literatur Review : S.Z., 2021 Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Beresiko Anemia Pada Remaja Putri	Kamilah, Literatur e Review	<i>Hasil penelitian dari hasil pencarian terdapat 7 jurnal faktor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup tiga faktor yaitu predisposing faktor yang mencakup pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan. Faktor pendukung atau enabling faktor yang mencakup Media informasi, sarana prasarana. Serta reinforcing faktor mencakup peran orangtua dan peran guru. Kesimpulan ; faktor yang berhubungan dengan perilaku beresiko anemia pada remaja mencakup pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan, Media informasi, sarana prasarana. Serta peran orangtua dan peran guru.</i>
8	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri	Musrah, A.S., 2019	Desain Cross Sectional Pengambilan sampel menggunakan metode total sampling, sampel pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas XI angkatan 2018/2019 di SMKN 16 Bengkuring yaitu sebanyak 56 siswi. Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebanyak 41 % remaja puteri mengalami anemia. kemudian terdapat hubungan antara pola menstruasi ( $p\text{-value}=0,000$ ) dan pola makan ( $p\text{-value}=0,122$ ) dengan kejadian anemia. Kesimpulan pada penelitian yaitu kejadian anemia lebih banyak terjadi pada remaja putri dengan pola menstruasi yang tidak normal dibanding dengan remaja putri dengan pola mestruasi normal dan disarankan remaja putri mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) saat menstruasi.

9	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMAN 5 Yogyakarta	Rahayu, S., Wahyuningsih, (Rahayu et al., 2023)	Metode analitik dengan pendekatan cross sectional	Pengambilan sampel menggunakan metode probability sampling dengan teknik proporsional random sampling dengan jumlah remaja 78	Hasil penelitian diperoleh: Tingkat pengetahuan remaja putri tentang anemia sebagian besar dengan kategori baik (80,8%), Siklus menstruasi remaja putri sebagian besar normal (67,9%), Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah patuh (65,4%), dan Kejadian anemia sebagian tidak anemia (64,1%). Ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia dengan p-value 0,026. Tidak adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia di SMAN 5 Yogyakarta.
10	Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Kupang Tengah.	Boimau, F.S., Takaeb, A.E. and Nur, M.L., 2024	Jenis penelitian dalam survey analitik dengan desain penelitian cross-sectional	Populasi remaja putri yang mengalami anemia di SMAN 2 Kupang Tengah yaitu berjumlah 51 orang. Teknik penarikan sampel yang digunakan yakni dengan teknik random sampling.	Hasil penelitian menunjukkan faktor yang memiliki hubungan dengan anemia pada remaja putri di SMA N 2 Kupang Tengah adalah tingkat pengetahuan ( $p=0,000$ ), tingkat pendapatan ( $p=0,000$ ), siklus menstruasi ( $p=0,023$ ), status gizi ( $p=0,100$ ). Analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan, tingkat pendapatan, siklus menstruasi dan yang tidak terdapat hubungan adalah status gizi. Disimpulkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia di SMA N 2 Kupang Tengah disarankan kepada petugas kesehatan dapat meningkatkan upaya promotif dengan melakukan sosialisasi ataupun penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri.
11	Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri	Nurfaiz, A., Gunawan, L.S. and Prasetya, E., 2020	literature review	Dimana ditemukan 6 jurnal nasional, 6 jurnal akreditasi-SINTA, 6 jurnal internasional.	Berdasarkan studi literature, ditemukan bahwa Faktor-faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian anemia pada remaja putri adalah pola konsumsi dan suplementasi dengan faktor pendukung lainnya status gizi, sikap dan aktivitas fisik, penghasilan orangtua, kejadian infeksi parasit cacing golongan STH dan protozoa.

## PEMBAHASAN

Hasil dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri adalah hasil dari kombinasi faktor-faktor yang saling berhubungan. Kekurangan zat besi adalah penyebab utama anemia yang teridentifikasi di banyak studi. Zat besi adalah komponen krusial dalam produksi hemoglobin, dan defisiensi zat besi mengarah pada penurunan kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh (Boimau et al., 2024; Nurfaiz et al., 2020). Pola makan yang tidak seimbang seperti yang dilaporkan oleh Rahayu et al. (2023) dan Astutik et al. (2023), juga memainkan peran signifikan. Konsumsi makanan yang tidak mencukupi zat besi,

vitamin, dan mineral penting dapat mempengaruhi produksi sel darah merah. Pola makan yang buruk, seperti tingginya asupan karbohidrat dan lemak serta rendahnya konsumsi sayuran dan buah-buahan, menyebabkan kekurangan nutrisi yang penting untuk kesehatan darah.

Pengetahuan kesehatan yang terbatas di kalangan remaja putri dan keluarga mereka memperburuk masalah anemia. Studi Lasmawanti et al. (2024) dan Kamilah (2021) menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya asupan zat besi dan nutrisi lainnya mengarah pada pola makan yang tidak memadai. Edukasi kesehatan yang lebih baik diperlukan untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya nutrisi yang seimbang. Status sosial-ekonomi rendah dan keterbatasan akses ke makanan bergizi juga berkontribusi pada tingginya prevalensi anemia. Penelitian oleh Suandana et al. (2022) dan Anggoro et al. (2020) mengindikasikan bahwa keluarga dengan pendapatan rendah menghadapi kesulitan dalam menyediakan makanan yang bergizi, yang berdampak langsung pada kesehatan anak-anak mereka.

Kebiasaan makan yang buruk, seperti yang disorot oleh Astuti (2023) dan Rahayu et al. (2023), dapat mengurangi asupan zat besi dan nutrisi penting lainnya. Intervensi yang difokuskan pada perbaikan pola makan remaja putri dan keluarga mereka sangat diperlukan untuk mengurangi prevalensi anemia. Lingkungan dan dukungan keluarga memainkan peran penting dalam pencegahan anemia. Menurut Lasmawanti et al. (2024) dan Astutik et al. (2023) menunjukkan bahwa lingkungan yang mendukung dan akses ke edukasi kesehatan dapat membantu mengurangi angka anemia dengan memberikan informasi yang dibutuhkan untuk membuat pilihan makanan yang sehat dan memperbaiki pola makan.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari tinjauan ini menunjukkan bahwa anemia pada remaja putri adalah hasil dari interaksi kompleks antara kekurangan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, pengetahuan kesehatan yang terbatas, status sosial-ekonomi rendah, keterbatasan akses ke makanan bergizi, kebiasaan makan yang buruk, dan kondisi kesehatan yang mempengaruhi penyerapan zat besi. Oleh karena itu, pendekatan komprehensif yang meliputi edukasi gizi, perbaikan pola makan, peningkatan akses ke makanan bergizi, dan dukungan sosial diperlukan untuk mengatasi dan mencegah anemia secara efektif. Intervensi yang menyeluruh dan berbasis komunitas akan sangat penting dalam mengurangi prevalensi anemia dan meningkatkan kesehatan remaja putri.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat banjarbaru, Kalimantan selatan sebagai almamater tercinta telah memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat sehingga hasil penelitian ini dapat dipublikasikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, D., Hartinah, D., & Prabandari, D. W. (2021). Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Perubahan Nyeri Disminorhea. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(1), 171. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i1.920>
- Anggoro, S. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Siswi SMA. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 10(3), 341–350. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1742402&val=17145&title=Faktors%20Affecting%20The%20Event%20Of%20Anemia%20In%20High%20School%20Students>

- Anisa Yulianti, Siti Aisyah, & Sri Handayani. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10–17. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.276>
- Astuti, E. R. (2023). Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(2), 550–561. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i2.17341>
- Astuti, R., & Rosidi, A. (2015). Faktor Resiko Anemia pada Siswa Pondok Pesantren. *The 2 Nd University Research Coloquium 2015*, 2(Who 2001), 247–253. <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/1595>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377–1386. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Kelas, S., Di, X. I., Negeri, S. M. K., & Boyolali, M. (2023). Available online at <https://stikesmus.ac.id/jurnal/index.php/JKebIn/index>. 14(1), 148–154.
- Karmila Mila, Hermanto, K. R. (2024). *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri*. 8, 1732–1736.
- Ladin J, Anita B, A. W. (2024). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 14 Bandar Lampung dan SMA IT Baitul Jannah Bandar*. 6, 1–23.
- Lasmawanti, S., Muflih, & Ardilla Siregar, M. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja di SMA Budi Agung Medan. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 5(1), 77–85. <https://jurnal.akperrscikini.ac.id/index.php/JKC/article/view/152/153>
- 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>
- Novita Sari, E. (2020). Novita Sari, Eka. 2020. “Open Acces Acces.” *Jurnal Bagus* 02(01): 402–6. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Rahayu, S., Wahyuningsih, Melania, Wiyani, & Christin. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMAN 5 Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Respati Yogyakarta*, 5(1), 46–51.
- Risky Amalia, Emi Sutrisminah, & Yuli Astuti. (2023). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Terjadinya Anemia pada Remaja Putri : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(9), 1715–1720. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i9.3614>
- Salman, Y., Rosihan Anwar, & Pauzi, M. (2014). Asupan Zat Besi, Protein dan Vitamin C Sebagai Faktor Resiko Terjadinya Anemia pada Siswi di MTS Al- Amin Martapura Kabupaten Banjar Tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, 7–12.
- Sari, J. S., Fitria, F., & Esitra, E. (2020). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Suplemen Zat Besi : Systematic Literature Review. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 18. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i1.35836>
- Sistematis, T. P., Soares, I. M., Natalino, A., Real, C., & Pereira, N. (2024). *Strategi Mengurangi dan Mencegah Anemia pada Ibu Hamil :*
- Sri Wahyuni, Yustina Ananti, & Chentia Misce Issabella. (2021). Hubungan Anemia Kehamilan Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (Bblr): Systematic Literatur Review. *Journal of Health (JoH)*, 8(2), 94–104. <https://doi.org/10.30590/joh.v8n2.p94-104.2021>
- Suandana, I. A., Satya, M. C. N., Lisus Setyowati, Sari, D. K., & Renamastika, S. N. (2023).

- Literature Review: Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 44–53. <https://doi.org/10.37148/arteri.v4i1.256>
- Wahyuni, S. (2024). Defisiensi Besi dan Anemia Defisiensi Besi: Updated Literature Review. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 3(3), 1. <https://doi.org/10.29103/jkkmm.v3i3.16263>
- Yumni, D., Dewi, R., & Yusnaini. (2021). Literatur Review: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Anak Usia Sekolah Literature Review: Faktors Affecting the Event of Anaemia at School Age Children. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 28–34. <http://ejurnal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/jn>