HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024

Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: December, 10, 2025
Revised: February, 06, 2026
Available online: February, 06, 2026
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Peran status gizi, konsumsi tablet tambah darah, dan siklus menstruasi terhadap kejadian anemia remaja putri

Adelina Irmayani Lubis*, Fildzah Hashifah Taufiq, Jafar Arifin, Dina Supriyati, Elsa Bargifa Tampubolon, Miftahul Zannah, Anjeli Zebua

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Korespondensi penulis: Adelina Irmayani Lubis. *Email: adelina.irmayani@fkm.unsri.ac.id

Abstract

Background: Anemia is a health problem that significantly impacts adolescent girls. Adolescent girls are particularly vulnerable to anemia due to their rapid growth, requiring optimal nutritional intake. Islamic boarding schools (pesantren) serve not only as places of learning but also as residences for female students, posing challenges in maintaining their nutritional status and health. Common causes of anemia include nutritional status, iron supplement tablet consumption, and menstrual cycles.
Purpose: To analyze the role of nutritional status, consumption of iron tablets, and menstrual cycle on the incidence of anemia in adolescent girls.
Method: This quantitative study, using a cross-sectional design, was conducted in November 2025 at the Raudhatul Ulum Islamic Boarding School in Ogan Ilir Regency. A sample of 75 female students was selected using purposive sampling. Data were obtained through hemoglobin (Hb) examinations, weight and height measurements, and questionnaire interviews regarding iron supplement tablet consumption and menstrual cycles. The chi-square test was used for analysis.
Results: This study found that 8.0% of participants had anemia. The chi-square test results showed a relationship between nutritional status (p-value = 0.049) and menstrual cycle (p-value = 0.017) with the incidence of anemia. Meanwhile, there was no relationship between iron supplement tablet consumption and anemia (p-value = 0.626).
Conclusion: Nutritional status and menstrual cycle were significantly associated with the incidence of anemia, but iron supplement tablet consumption was not. Therefore, it is important to improve education about nutrition and reproductive health by involving peers, teachers, dormitory heads, and families.
Suggestion: Islamic boarding schools can improve education about nutrition and reproductive health through outreach programs involving teachers, families, and dormitory heads. Improving compliance with iron supplement consumption is also necessary by establishing a policy of weekly joint iron supplement consumption.

Keywords: Anemia; Iron Supplement Tablets; Menstrual Cycle; Nutritional Status.

Pendahuluan: Anemia menjadi masalah kesehatan yang memiliki dampak besar pada remaja putri. Kelompok remaja putri merupakan kelompok rentan anemia karena sedang masa pertumbuhan pesat yang membutuhkan asupan gizi optimal. Pesantren tidak hanya sebagai tempat belajar tetapi juga sebagai tempat bermukin bagi santriwati memiliki tantangan agar dapat menjaga status gizi dan kesehatan santriwati. Faktor penyebab anemia yang sering terjadi adalah status gizi, konsumsi tablet tambah darah dan siklus menstruasi.
Tujuan: Untuk menganalisis peran status gizi, konsumsi tablet tambah darah, dan siklus menstruasi terhadap kejadian anemia remaja putri.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.2012

Metode: Penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *cross sectional*, dilakukan pada bulan November 2025 di Pondok Pesantren Raudhatul Ulum di Kabupaten Ogan Ilir dengan jumlah sampel 75 santriwati. Sampel dipilih secara *purposive sampling*. Data diperoleh dengan melakukan pemeriksaan Hb, pengukuran berat badan dan tinggi badan, serta wawancara menggunakan kuesioner tentang konsumsi tablet tambah darah dan siklus menstruasi. Analisis yang digunakan adalah uji *chi-square*.

Hasil: Temuan pada penelitian ini adalah sebanyak 8.0% partisipan mengalami anemia. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan status gizi (p-*value* = 0.049) dan siklus menstruasi (*p-value* = 0.017) dengan kejadian anemia. Sementara itu, tidak terdapat hubungan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia (*p-value* = 0.626).

Simpulan: Status gizi dan siklus menstruasi memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia, namun konsumsi tablet tambah darah tidak berkorelasi. Oleh karena itu, pentingnya melakukan peningkatan edukasi tentang gizi dan kesehatan reproduksi dengan melibatkan teman sebaya, guru, kepala asrama, dan keluarga.

Saran: Pihak pesantren dapat meningkatkan edukasi tentang gizi dan kesehatan reproduksi dengan penyuluhan melibatkan guru, keluarga, dan kepala asrama. Peningkatan kepatuhan konsumsi TTD juga diperlukan dengan membuat kebijakan minum TTD bersama setiap pekan.

Kata Kunci: Anemia; Status Gizi; Tablet Tambah Darah; Siklus Menstruasi.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang memiliki dampak besar, terutama pada remaja putri. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), anemia memengaruhi sekitar 29.9% wanita usia produktif secara global dengan prevalensi yang lebih tinggi pada kelompok remaja (World Health Organization, 2025). Prevalensi anemia pada perempuan usia 15-49 tahun sekitar 30.7% pada tahun 2023. Di Indonesia, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 15.5%. Masalah ini sangat relevan mengingat dampak buruk anemia terhadap kesehatan fisik dan mental, serta kinerja akademik dan produktivitas remaja putri di sekolah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Isu anemia pada remaja putri, terutama disebabkan oleh kekurangan zat besi yang terkait dengan faktor-faktor seperti siklus menstruasi, status gizi yang buruk, serta rendahnya kepatuhan terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD). Penurunan hemoglobin akibat defisiensi zat besi dapat mengganggu fungsi tubuh, mengurangi daya tahan tubuh, serta mempengaruhi kecerdasan dan konsentrasi belajar pada remaja putri (Sodik, Yudhana, & Dwianggimawati, 2018). Penelitian sebelumnya menyatakan, bahwa anemia pada remaja putri berhubungan langsung dengan pola makan yang tidak seimbang dan ketidakteraturan siklus menstruasi, yang semakin meningkatkan risiko kekurangan zat besi (Zahra, Fatmawati, Simanungkalit, & Wahyuningsih, 2024).

Salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya anemia adalah status gizi. Beberapa teori menjelaskan hubungan antara status gizi dan anemia, salah satunya adalah teori defisiensi zat besi. Menurut teori ini, anemia terjadi ketika tubuh kekurangan zat besi yang diperlukan untuk produksi hemoglobin, yang berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh tubuh (Putri, Suyanto, Restila, Laksono, & Sundjaya, 2025). Remaja putri membutuhkan lebih banyak zat besi akibat pertumbuhan yang pesat dan kehilangan darah saat menstruasi. Kekurangan gizi pada kelompok ini, seringkali disebabkan oleh pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya asupan makanan yang kaya akan zat besi (Utami, Margawati, Pramono, & Wulandari, 2022).

Sebuah studi mengemukakan, bahwa siklus menstruasi yang tidak teratur berperan besar dalam meningkatnya risiko anemia, terutama pada remaja putri yang mengalami perdarahan menstruasi yang berlebihan (Astikasari, Wahyuni, Ripursari, & Mandasari, 2025). Selain itu, tingkat kepatuhan terhadap konsumsi TTD juga

Adelina Irmayani Lubis*, Fildzah Hashifah Taufiq, Jafar Arifin, Dina Supriyati, Elsa Bargifa Tampubolon, Miftahul Zannah, Anjeli Zebua

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Korespondensi penulis: Adelina Irmayani Lubis. *Email: adelina.irmayani@fkm.unsri.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.2012

memengaruhi kejadian anemia, yang sering kali rendah pada remaja putri karena kurangnya pemahaman dan kebiasaan makan yang tidak teratur (Effendy, Sawitri, & Herawati, 2025).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa remaja putri yang tidak mengonsumsi TTD secara teratur memiliki prevalensi anemia yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang rutin mengonsumsi suplemen zat besi (Putri et al., 2025). Dalam konteks ini, pesantren menjadi tempat yang sangat rentan terhadap masalah anemia pada remaja putri, mengingat pola makan yang terbatas dan kurangnya perhatian terhadap pentingnya gizi yang seimbang. Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, dan daya tahan tubuh yang lemah, yang pada gilirannya menghambat prestasi akademik mereka (Zahra et al., 2024). Oleh karena itu, intervensi yang tepat untuk meningkatkan kepatuhan terhadap konsumsi TTD dan memperbaiki status gizi santriwati di pesantren sangat diperlukan.

Penelitian sebelumnya telah banyak mengeksplorasi faktor-faktor penyebab anemia pada remaja putri, namun masih terdapat kesenjangan dalam memahami secara komprehensif interaksi antara status gizi, siklus menstruasi, dan konsumsi TTD dalam konteks pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis hubungan antara status gizi, konsumsi TTD, dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pesantren Raudhatul Ulum, Kabupaten Ogan Ilir. Dengan meningkatkan kesadaran dan kepatuhan terhadap konsumsi TTD serta memperbaiki status gizi remaja putri, diharapkan kejadian anemia dapat ditekan secara signifikan.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, dilakukan pada bulan November 2025 di Pondok Pesantren Raudhatul Ulum, Kabupaten Ogan Ilir. Populasi penelitian ini adalah seluruh santriwati, dipilih secara *purposive sampling* dan didapatkan sejumlah 75 santriwati yang bermukim di pesantren.

Varibel *independent* dalam penelitian ini adalah status gizi, siklus menstruasi, dan konsumsi tablet tambah darah, sedangkan variabel *dependen* adalah kejadian anemia. Cara pengumpulan data dengan pemeriksaan Hb, pengukuran berat badan dan tinggi badan dilakukan untuk mendapatkan data status gizi. Selain itu, kriteria status gizi diperoleh dengan menghitung IMT kemudian dibandingkan dengan usia (IMT/U). Wawancara menggunakan kuesioner dilakukan untuk memperoleh data konsumsi TTD dalam satu bulan terakhir dan siklus menstruasi.

Kadar Hb (g/dL) pada remaja dikategori menjadi normal jika kadar Hb ≥ 12.0, anemia ringan 10.0 – 11.9, anemia sedang 8.0 – 9.9, dan anemia berat < 8.0. Status gizi dihitung menggunakan Z-Score IMT/U dengan beberapa kategori, yakni sangat kurus jika skor < -3 SD, kurus jika skor -3 SD s.d < -2 SD, normal jika skor -2 SD s.d +1 SD, gemuk jika skor > +1 SD s.d +2 SD, dan obesitas jika skor > +2 SD. Siklus menstruasi dibedakan menjadi 2 kategori, yakni normal jika siklusnya 21–45 hari dan haid 3–7 hari; siklus tidak normal biasanya terlalu cepat, terlalu lama, atau bahkan tidak haid > 3 bulan

Data hasil penelitian akan dientry dan diolah menggunakan program statistik komputer dengan analisis univariat secara deskriptif dan analisis bivariat dengan uji *chi-square.*

Adelina Irmayani Lubis*, Fildzah Hashifah Taufiq, Jafar Arifin, Dina Supriyati, Elsa Bargifa Tampubolon, Miftahul Zannah, Anjeli Zebua

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Korespondensi penulis: Adelina Irmayani Lubis. *Email: adelina.irmayani@fkm.unsri.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.2012

HASIL

Tabel Distribusi Karakteristik Partisipan (N=75)

Variabel	Hasil	p-value
Umur (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(16.023±1.53)(10-18)	
Kadar Hb (n/%)		
Anemia	6/8.0	
Normal	69/92.0	
Status Gizi (n/%)		
Kurang	7/9.3	**0.049**
Normal	68/90.7	
Konsumsi Tablet Tambah Darah (n/%)		
Tidak	57/76.0	**0.626**
Ya	18/24.0	
Siklus Menstruasi (n/%)		
Unnormal	49/65.4	**0.017**
Normal	26/34.7	

Berdasarkan tabel di atas, usia partisipan termasuk pada rentang usia remaja yaitu kisaran 10-18 tahun. Selanjutnya, mayoritas partisipan memiliki kadar Hb yang normal sebanyak 69 partisipan (92.0%) dan ditemukan bahwa 6 partisipan (8.0%) mengalami anemia. Berdasarkan status gizi, masih ditemukan 7 partisipan (9.3%) mengalami gizi kurang, meskipun begitu sebagian besar partisipan 68 (90.7%) termasuk dalam gizi normal. Setelah dilakukan uji statistik *chi-square* terhadap status gizi dan anemia, diperoleh *p-value* = 0.049 (< 0.05), berarti terdapat hubungan antara status gizi dengan anemia. Sekitar 57 partisipan (76.0%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah dalam satu bulan terakhir dan 18 partisipan (24%) mengonsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan uji statistik, diperoleh *p-value* = 0.626 (> 0.05) yang berarti tidak terdapat hubungan antara konsumsi TTD dengan kejadian anemia. Berdasarkan variabel siklus menstruas, sebanyak 49 partisipan (65.3%) memiliki siklus menstruasi tidak normal dan 26 partisipan (34.7%) dalam siklus menstruasi normal. Perolehan *p-value* pada uji statistic sebesar 0.017 (< 0.05) yang berarti ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia.

PEMBAHASAN

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi dan siklus menstruasi berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri, sedangkan konsumsi tablet tambah darah (TTD) dalam sebulan terakhir tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia. Berdasarkan uji statistik chi-square, diperoleh *p-value* = 0.049 untuk hubungan antara status gizi dan anemia, mengindikasikan bahwa status gizi kurang berhubungan dengan peningkatan kejadian anemia. Siklus menstruasi menunjukkan *p-value* = 0.017 yang berarti ada hubungan antara siklus menstruasi yang tidak normal dengan kejadian anemia.

Penelitian sebelumnya mendukung hasil penelitian ini, dengan menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia (p=0.000) (Putri, Jeki, & Fatmawati, 2024; Fita, Fatmawati, & Putri, 2025). Penelitian di Muaragembong, Kabupaten Bekasi menunjukkan bahwa status gizi kurus, pola konsumsi makanan tidak seimbang, siklus menstruasi abnormal, dan konsumsi suplemen besi rendah (<4×/bulan) secara bersama-sama berhubungan dengan kejadian anemia (Fitriyanti & Achadi, 2024). Temuan ini mendukung bahwa, anemia pada remaja putri bersifat multifaktorial dan interaksi antar faktor penting.

Adelina Irmayani Lubis*, Fildzah Hashifah Taufiq, Jafar Arifin, Dina Supriyati, Elsa Bargifa Tampubolon, Miftahul Zannah, Anjeli Zebua

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Korespondensi penulis: Adelina Irmayani Lubis. *Email: adelina.irmayani@fkm.unsri.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.2012

Sebuah studi mengatakan bahwa adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Meskipun sebagian besar responden memiliki status gizi normal (tidak gizi kurang), namun kejadian anemia multifaktor yang mengindikasikan masih tetap berisiko mengalami anemia dikarenakan faktor lainnya (Alfyan, Kasim, & Widyaningsih, 2025). Penelitian lain menunjukkan bahwa remaja putri dengan status gizi kurang lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan dengan yang memiliki status gizi baik. Penurunan status gizi akibat konsumsi makanan yang tidak seimbang atau rendah zat besi berperan besar dalam kejadian anemia (Sigit, Ilmi, Desfiandi, Saputri, Fajarini, Susianti, & Faras, 2024). Namun, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa status gizi yang normal tidak selalu mengurangi prevalensi anemia jika konsumsi zat besi masih kurang dalam pola makan, terutama di kalangan remaja yang menjalani diet tidak sehat (Muhayati & Ratnawati, 2019).

Status gizi yang buruk menyebabkan tubuh kekurangan cadangan zat besi, yang pada gilirannya meningkatkan kerentanannya terhadap anemia. Kekurangan zat besi yang disebabkan oleh status gizi yang buruk dapat menyebabkan penurunan produksi hemoglobin, yang mengarah pada anemia (Farinendya, Muniroh, & Buanasita, 2019). Selain itu, sebagai remaja putri, kebutuhan zat besi meningkat karena pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi, sehingga status gizi menjadi sangat krusial.

Zat besi sangat penting dalam pembentukan sel darah merah yang dapat mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Status gizi yang buruk berhubungan langsung dengan asupan zat besi yang tidak mencukupi, yang akhirnya meningkatkan risiko anemia (Sigit et al., 2024; Fitriyanti & Achadi, 2024). Status gizi berpengaruh terhadap kejadian anemia sesuai dengan mekanisme defisiensi zat besi yaitu saat asupan makanan dan status gizi tidak memadai, cadangan zat besi tubuh berkurang, sehingga produksi hemoglobin juga menurun untuk memenuhi kebutuhan (misalnya bila remaja dalam fase pertumbuhan atau mengalami menstruasi). Studi literatur mendukung bahwa rendahnya status gizi terutama defisiensi zat besi, protein, vitamin C dan mikronutrien lain merupakan faktor risiko utama anemia pada remaja putri (Putri, Dary, & Mangalik, 2022).

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan konsumsi TTD dengan kejadian anemia. Namun, beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan konsumsi TTD dengan anemia. Hasil yang bertentangan ini bisa disebabkan karena rendahnya tingkat kepatuhan terhadap konsumsi TTD yang terlihat dari data bahwa sebagian besar responden tidak mengonsumsi TTD dalam sebulan terakhir. Rendahnya kepatuhan terhadap konsumsi suplemen besi merupakan masalah utama dalam upaya pencegahan anemia di kalangan remaja putri (Zahra et al., 2024). Rendahnya tingkat kepatuhan terhadap konsumsi TTD merupakan salah satu penyebab utama mengapa konsumsi TTD tidak selalu efektif dalam mengurangi anemia. Dengan demikian, meskipun konsumsi TTD seharusnya memiliki dampak positif terhadap anemia, rendahnya kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi TTD menjadi kendala utama (Djogo & Letor, 2022). Selain itu, alasan lain adalah pola makan yang teratur sudah diterapkan di pesantren Raudhatul Ulum yaitu dengan frekuensi makan 3 kali sehari dengan siklus menu dalam penyelenggaraan makannya. Hal ini memungkinkan asupan makan para santri sudah cukup dan beragam, sehingga tamblet tambah darah hanya bersifat sebagai tambahan atau suplemen. Selain itu, berdasarkan data diketahui bahwa 90.7% responden memiliki status gizi baik.

Banyak penelitian yang sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan hasil yang sama yaitu terdapat hubungan siklus menstruasi dengan anemia (Yulianti, Aisyah, & Handayani, 2024; Sari, Herawati, Dhamayanti, & Hilmanto, 2022). Remaja putri dengan siklus menstruasi yang tidak teratur memiliki risiko anemia yang lebih tinggi. Hal ini terjadi karena menstruasi yang lebih lama dan lebih banyak dapat meningkatkan kehilangan darah, yang menyebabkan kekurangan zat besi, terutama jika asupan gizi tidak mencukupi (Sari et al., 2022). Menstruasi menyebabkan kehilangan darah rutin, dan jika asupan zat besi tidak memadai atau cadangan tubuh kurang, hal ini meningkatkan risiko defisiensi dan anemia (Listiarini, Sari, Chaniago, & Nadeak, 2021).

Penelitian lain juga mengatakan, bahwa ada siklus menstruasi dan kejadian anemia. remaja putri dengan siklus menstruasi yang tidak teratur memiliki risiko anemia yang lebih tinggi (Farinendya et al., 2019). Hal ini dapat dijelaskan oleh fakta bahwa menstruasi yang

Adelina Irmayani Lubis*, Fildzah Hashifah Taufiq, Jafar Arifin, Dina Supriyati, Elsa Bargifa Tampubolon, Miftahul Zannah, Anjeli Zebua

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Korespondensi penulis: Adelina Irmayani Lubis. *Email: adelina.irmayani@fkm.unsri.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.2012

lebih lama dan lebih banyak dapat meningkatkan kehilangan darah, yang menyebabkan kekurangan zat besi, terutama jika asupan gizi tidak memadai (Winda, Nurhudhariani, Sulistyowati, & Puteri, 2024). Adanya pendarahan menstruasi yang lebih lama dan berat dapat memperburuk defisiensi zat besi dan berisiko tinggi menyebabkan anemia (Yulianti et al., 2024). Jika menstruasi berlangsung lebih lama atau lebih sering (misalnya, siklus yang lebih pendek dari normal 21-35 hari), maka tubuh memiliki lebih banyak kesempatan untuk kehilangan darah. Kehilangan darah yang berulang dalam siklus menstruasi yang tidak teratur atau lebih panjang dapat meningkatkan risiko anemia defisiensi besi jika asupan zat besi tidak cukup untuk menggantikan kehilangan tersebut.

Berdasarkan pembahasan tersebut, anemia pada remaja putri sebaiknya dilihat sebagai masalah kesehatan multifaktor. Oleh karena itu, pencegahan anemia harus mencakup upaya untuk memperbaiki status gizi, memperhatikan kebiasaan makan sehat, serta memantau dan mengelola siklus menstruasi dengan lebih baik. Perlu adanya pendidikan gizi dan pemantauan secara berkala dari puskesmas hingga pos kesehatan pondok pesantren

SIMPULAN

Status gizi dan siklus menstruasi memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri, sedangkan konsumsi tablet tambah darah (TTD) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Adanya hubungan antara status gizi dan kejadian anemia, menunjukkan pentingnya memperhatikan asupan gizi yang cukup, terutama zat besi, untuk mencegah terjadinya anemia. Selain itu, siklus menstruasi yang tidak normal berhubungan dengan peningkatan risiko anemia, menunjukkan bahwa pengelolaan siklus menstruasi yang tidak teratur sangat penting dalam pencegahan anemia pada remaja putri.

SARAN

Pihak pesantren dapat meningkatkan edukasi tentang gizi dan kesehatan reproduksi dengan penyuluhan melibatkan guru, keluarga, dan kepala asrama. Peningkatan kepatuhan konsumsi TTD juga diperlukan dengan membuat kebijakan minum TTD bersama setiap pekan.

DAFTAR PUSTAKA

Alfyan, M. T., Kasim, F., & Widyaningsih, F. (2025). Effort to Reduce The Incidence of Anemia in Grade XII Students of SMAN 1 Sei Rampah Using The Action Research Approach. *JURNAL FARMASIMED (JFM)*, *7*(2), 342-349.

Astikasari, N. D., Wahyuni, C., Ripursari, T., & Mandasari, D. (2025). Factor Analysis of Menstrual Duration, Level of Knowledge, and Compliance with the Consumption of Blood Supplement Tablets on the Prevalence of Anemia in Adolescents with Prostate. *Journal Of Nursing Practice*, *8*(3), 601-614.

Djogo, H. M. A., & Letor, Y. M. (2022). The association between nutritional status and anemia in adolescent girls in Kupang city: A cross-sectional study. *KnE Life Sciences*, 909-919.

Effendy, D. S., Sawitri, P. A., & Herawati, S. (2025). Risk Factors of Anemia in Coastal Communities in Indonesia: A Review. *Journal of Epidemiology and Health Science*, *2*(1), 155-161.

Farinendya, A., Muniroh, L., & Buanasita, A. (2019). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Dan Siklus Menstruasi Dengan Anemia Pada Remaja Putri The Correlation of Nutrition Adequacy Level and Menstrual Cycle with Anemia Among Adolescent Girls. *Amerta Nutrition*, *3*(4), 298-304.

Fita, A., Fatmawati, T. Y., & Putri, S. K. (2025). Hubungan Status Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *14*(1), 166-173.

Fitriyanti, N., & Achadi, A. (2024). Factors Associated to the Incidence of Anemia Among Adolescent Girls in Muaragembong District Bekasi Regency. *Journal of Public Health for Tropical and Coastal Region*, *7*(3), 256-266.

Adelina Irmayani Lubis*, Fildzah Hashifah Taufiq, Jafar Arifin, Dina Supriyati, Elsa Bargifa Tampubolon, Miftahul Zannah, Anjeli Zebua

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Korespondensi penulis: Adelina Irmayani Lubis. *Email: adelina.irmayani@fkm.unsri.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.2012

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). SKI 2023 dalam angka. Diakases dari: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/

Listiarini, U. D., Sari, I. D., Chaniago, A. D., & Nadeak, E. (2021). The Relationship of Menstrual Pattern With The Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMA PAB 5 Klumpang, Deli Serdang in 2021. *International Archives of Medical Sciences and Public Health*, *2*(2), 134-145.

Muhayati, A., & Ratnawati, D. (2019). Hubungan antara status gizi dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, *9*(01), 563-570.

Putri, F., Suyanto, S., Restila, R., Laksono, A. D., & Sundjaya, T. (2025). Exploring the role of nutritional status and anthropometric factors in anemia among adolescent girls in Pekanbaru, Indonesia. *SAGE Open Medicine*, *13*, 20503121251355406.

Putri, M. P., Dary, D., & Mangalik, G. (2022). Asupan protein, ZAT besi dan status gizi pada remaja PUTRI. *Journal of Nutrition College*, *11*(1), 6-17.

Putri, S. K., Jeki, A. G., & Fatmawati, T. Y. (2024). Status Gizi, Tingkat Konsumsi Zat Gizi Besi (Fe) dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri: Nutritional Status, Iron (Fe) Consumption Level And Menstrual Cycle With The Incidence Of Anemia Of Adolescent Girls. *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, *2*(1), 9-15.

Sari, P., Herawati, D. M. D., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). Anemia among adolescent girls in west java, Indonesia: related factors and consequences on the quality of life. *Nutrients*, *14*(18), 3777.

Sigit, F. S., Ilmi, F. B., Desfiandi, P., Saputri, D., Fajarini, N. D., Susianti, A., & Faras, A. (2024). Factors influencing the prevalence of anaemia in female adolescents: A population-based study of rural setting in Karanganyar, Indonesia. *Clinical Epidemiology and Global Health*, *25*, 101500.

Sodik, M. A., Yudhana, A., & Dwianggimawati, M. S. (2018). Nutritional status and anemia in islamic boarding school adolescent in Kediri City East Java Indonesia. *Indonesian Journal of Nutritional Epidemiology and Reproductive*, *1*(3), 92-96.

Utami, A., Margawati, A., Pramono, D., & Wulandari, D. R. (2022). Prevalence of anemia and correlation with knowledge, nutritional status, dietary habits among adolescent girls at Islamic Boarding School. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, *10*(2), 114-121.

Winda, F., Nurhudhariani, R., Sulistyowati, D., & Puteri, V. T. A. (2024). Simulasi Makanan Per Hari Tinggi Zat Besi Remaja Putri Peduli Stunting Kelurahan Sendangmulyo. *Kelompok Studi Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(2), 121-124.

World Health Organization. (2025). Anaemia in women and children. Diakses dari: https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children

Yulianti, A., Aisyah, S., & Handayani, S. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, *5*(1), 10-17.

Zahra, N. A., Fatmawati, I., Simanungkalit, S. F., & Wahyuningsih, U. (2024). Kejadian Anemia pada Santriwati Pondok Pesantren Al-Hidayah Kota Depok dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, *16*(3), 118-125.

Adelina Irmayani Lubis*, Fildzah Hashifah Taufiq, Jafar Arifin, Dina Supriyati, Elsa Bargifa Tampubolon, Miftahul Zannah, Anjeli Zebua

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya
Korespondensi penulis: Adelina Irmayani Lubis. *Email: adelina.irmayani@fkm.unsri.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i11.2012