e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Anemia pada Remaja Putri Kelas VII SMP Puspanegara

Efforts to Improve Anemia Knowledge Among Seventh-Grade Female Students at Puspanegara Junior High School

Justin Ibnu Hakim Munawar*, Anugerah Egar Thomasila, Hanum Zahra Faras Fadhilah, Reyhan Heldi Antoni, Kayla Naysha Nathazzya Meres, Johan Mardansyah, Hanifah, Novita Ridha Amelia

*Kepaniteraan Klinik Ilmu Kesehatan Masyarakat, Kedokteran Komunitas, Fakultas Kedokteran Militer, Universitas Pertahanan Republik Indonesia, Indonesia

justinibnuhakimm@gmail.com*

Resive : 29 Oktober 2026 Revised : 02 November 2026 Accept: 03 November 2026 Publish: 03 November 2026

Abstract

Introduction: Anemia is an important health problem among adolescent girls and may affect their health and development. Health education is one of the promotive and preventive approaches that can be used to improve adolescents' knowledge regarding anemia and its prevention. This study aimed to assess changes in anemia-related knowledge among seventh-grade female students at SMP Puspanegara following an educational intervention. Methods: This evaluative quantitative study used a pre-experimental one-group pre-test post-test design. The study was conducted among 89 seventh-grade female students at SMP Puspanegara, an educational institution within the working area of Puskesmas Citeureup, Bogor Regency, in August–September 2026. Anemia education was delivered using a booklet covering the definition, risk factors, signs and symptoms, impacts, iron-rich foods, iron supplementation, healthy dietary patterns, and prevention of anemia. Knowledge was measured using a 15-item true-or-false questionnaire before and after the intervention. Data with complete pre-test and post-test measurements were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. Results and Discussion: Among 89 respondents, 35 (39.3%) had normal hemoglobin levels, while 54 (60.7%) were classified as having anemia. Complete pre-test and post-test knowledge data were available for 84 respondents. The mean knowledge score increased from 12.54 ± 1.59 before education to 13.94 ± 0.83 after education, representing a mean increase of 1.40 points. A total of 56 respondents (66.7%) experienced an increase in knowledge scores, while 28 (33.3%) showed no change and none experienced a decrease. The Wilcoxon Signed-Rank Test demonstrated a statistically significant difference in knowledge scores before and after education ($Z = 6.600$; $p < 0.001$). Conclusion: Anemia education using a booklet was associated with a significant improvement in anemia-related knowledge among seventh-grade female students at SMP Puspanegara. Health education may therefore serve as a promotive approach to strengthen adolescent girls' knowledge regarding anemia prevention.

Keywords **:** *Anemia, Adolescent Girls, Health Education, Knowledge, Booklet*

Abstrak

Pendahuluan: Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang penting pada remaja putri dan dapat memengaruhi kesehatan serta perkembangan mereka. Edukasi kesehatan merupakan salah satu pendekatan promotif dan preventif yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan upaya pencegahannya. Penelitian ini bertujuan menilai perubahan tingkat pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri kelas VII SMP Puspanegara setelah diberikan edukasi. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian evaluatif dengan pendekatan kuantitatif menggunakan desain *pre-experimental one-group pre-test post-test*. Penelitian dilaksanakan pada Agustus–September 2026 di SMP Puspanegara, wilayah kerja Puskesmas Citeureup,

Author@ This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/



e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Kabupaten Bogor. Subjek penelitian berjumlah 89 siswi kelas VII yang dipilih dengan teknik total sampling. Edukasi diberikan menggunakan buku saku dengan materi mengenai pengertian, faktor risiko, tanda dan gejala, dampak, sumber zat besi, Tablet Tambah Darah (TTD), pola makan bergizi, dan pencegahan anemia. Pengetahuan diukur menggunakan kuesioner 15 pertanyaan benar-salah sebelum dan setelah edukasi. Analisis perbedaan skor dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Hasil: Dari 89 responden, 35 (39,3%) memiliki kadar hemoglobin normal dan 54 (60,7%) mengalami anemia. Sebanyak 84 responden memiliki data *pre-test* dan *post-test* lengkap. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 12,54 ± 1,59 menjadi 13,94 ± 0,83, dengan peningkatan rata-rata 1,40 poin. Sebanyak 56 responden (66,7%) mengalami peningkatan skor dan 28 (33,3%) tidak mengalami perubahan. Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan yang bermakna antara skor sebelum dan setelah edukasi ($Z = 6,600$; $p < 0,001$). Kesimpulan: Edukasi anemia menggunakan buku saku meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan upaya pencegahannya pada remaja putri kelas VII SMP Puspanegara.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Putri, Edukasi Kesehatan, Pengetahuan, Buku Saku

Penulis Korespondensi : Justin Ibnu Hakim Munawar

I. PENDAHULUAN

Anemia pada remaja putri merupakan permasalahan kesehatan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan, kehilangan darah akibat menstruasi, asupan zat gizi yang tidak adekuat, kepatuhan terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta kondisi kesehatan lainnya. Selain faktor biologis dan nutrisi, lingkungan keluarga dan sekolah serta akses terhadap informasi kesehatan turut berperan dalam membentuk perilaku yang berkaitan dengan pencegahan anemia.

Pengetahuan mengenai anemia merupakan salah satu komponen penting dalam mendukung upaya pencegahannya. Pemahaman mengenai penyebab, tanda dan gejala, dampak, pemenuhan zat besi, serta penggunaan TTD dapat membantu remaja putri memahami pentingnya perilaku pencegahan. Namun, pengetahuan bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan kejadian anemia. Penelitian pada remaja putri di Indonesia menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan pemahaman mengenai penyebab, dampak, pencegahan anemia, serta pentingnya suplementasi zat besi, sementara dukungan keluarga dan guru juga berperan dalam mendukung partisipasi remaja dalam program pencegahan anemia (Indriasari et al., 2024).

Permasalahan anemia juga ditemukan pada remaja putri di wilayah Jawa Barat. Data yang digunakan dalam laporan menunjukkan bahwa penelitian pada 335 remaja putri usia 12–19 tahun di Cimahi, Purwakarta, dan Bandung Barat menemukan sekitar 45,4% responden mengalami anemia. Di wilayah kerja Puskesmas Citeureup, cakupan skrining anemia pada remaja putri kelas VII pada tahun 2025 telah mencapai 100%, tetapi dari 882 siswi yang diperiksa masih ditemukan 423 kasus anemia atau 47,96%. Meskipun angka tersebut menurun dibandingkan tahun 2024 yang mencapai 61,44%, prevalensi anemia masih menunjukkan beban masalah yang cukup tinggi.

Kondisi tersebut semakin terlihat pada sasaran penelitian di SMP Puspanegara. Berdasarkan hasil pemeriksaan Cek Kesehatan Gratis (CKG) pada 21 Agustus 2026, seluruh 89 siswi kelas VII telah menjalani pemeriksaan kadar hemoglobin. Sebanyak 35 siswi (39,3%) memiliki kadar hemoglobin dalam kategori normal, sedangkan 54 siswi (60,7%) mengalami anemia. Dari keseluruhan sasaran, 53 siswi (59,6%) termasuk kategori anemia sedang dan 1 siswi (1,1%) termasuk kategori anemia berat. Temuan tersebut menunjukkan bahwa meskipun cakupan identifikasi masalah telah mencapai 100%, beban anemia pada kelompok sasaran masih tinggi.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penguatan upaya promotif dan preventif yang tidak hanya berfokus pada pemeriksaan, tetapi juga pada peningkatan pemahaman mengenai anemia dan upaya pencegahannya.

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Edukasi kesehatan merupakan salah satu pendekatan yang dapat diterapkan di lingkungan sekolah karena memungkinkan penyampaian informasi kepada sasaran secara terstruktur. Tinjauan sistematis dan meta-analisis yang dikaji dalam laporan menunjukkan bahwa edukasi gizi pada remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan konsumsi tablet zat besi, meskipun perubahan kadar hemoglobin tidak selalu menunjukkan hasil yang konsisten. Oleh karena itu, perubahan pengetahuan lebih sesuai digunakan sebagai outcome langsung dalam intervensi edukasi dengan durasi singkat (Febrianti et al., 2023).

Pemilihan media edukasi juga menjadi bagian penting dalam intervensi pada remaja. Penelitian Mulyani et al. (2025) yang dikaji dalam laporan menunjukkan bahwa edukasi menggunakan e-booklet dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia. Temuan tersebut mendukung penggunaan media edukasi yang sederhana dan disesuaikan dengan karakteristik remaja. Dalam penelitian ini, edukasi diberikan menggunakan buku saku dengan materi mengenai pengertian anemia, faktor risiko, tanda dan gejala, dampak anemia, pemenuhan zat besi, TTD, pola makan bergizi, dan upaya pencegahan anemia.

Berdasarkan tingginya beban anemia pada siswi kelas VII SMP Puspanegara dan kebutuhan untuk memperkuat upaya promotif serta preventif di lingkungan sekolah, penelitian ini dilakukan untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan mengenai anemia dan upaya pencegahannya setelah diberikan edukasi. Perubahan pengetahuan dinilai melalui perbandingan skor pre-test dan post-test pada peserta yang sama.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian evaluatif kuantitatif dengan desain *pre-experimental one-group pre-test post-test*. Penelitian dilaksanakan pada Agustus–September 2026 di SMP Puspanegara, wilayah kerja Puskesmas Citeureup, Kabupaten Bogor. Subjek penelitian adalah seluruh siswi kelas VII sebanyak 89 orang yang dipilih dengan teknik *total sampling*. Intervensi berupa edukasi mengenai anemia dan upaya pencegahannya menggunakan buku saku.



Gambar 1. Alur Penelitian

Pengetahuan diukur menggunakan kuesioner 15 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0 sehingga skor total berkisar 0–15. Instrumen mengacu pada kuesioner yang digunakan oleh Pasamba et al. (2026), yang diadopsi dari Pertiwi (2019) dan telah dilaporkan melalui pengujian validitas dan reliabilitas pada penelitian sebelumnya.

Pengukuran pengetahuan dilakukan sebelum dan setelah edukasi menggunakan kuesioner yang sama. Data primer berupa skor *pre-test* dan *post-test*, sedangkan data Cek Kesehatan Gratis (CKG) dan data program Puskesmas digunakan sebagai data sekunder untuk menggambarkan kondisi awal dan menentukan sasaran

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS *Statistics*. Perubahan skor dihitung berdasarkan selisih skor *post-test* dan *pre-test*, kemudian dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test* dengan tingkat kemaknaan p <0,05.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden dan Kadar Hemoglobin

Karakteristik	n	%	Mean ± SD	Median	Minimum–Maksimum
Usia (tahun)	89		12,19 ± 0,40	12,00	12 - 13
Berat badan (kg)	84		46,31 ± 10,37	46,50	28,0 - 69,0
Tinggi badan (cm)	84		151,88 ± 7,86	152,00	119 - 165
IMT (kg/m²)	84		19,97 ± 3,82	20,40	13,4 - 33,1
Kategori IMT					
Sangat kurus	21	25,0			
Kurus	12	14,3			
Normal	44	52,4			
Gemuk	3	3,6			
Obesitas	4	4,8			
Kadar Hemoglobin (g/dL)	89		10,69 ± 1,63	10,40	7,4 - 13,0
Status Hemoglobin					
Normal	35	39,3			
Anemia sedang	53	59,6			
Anemia Berat	1	1,1			
Status Menstruasi					
Sudah Menstruasi	70	83,3			
Belum Menstruasi	14	16,7			
Konsumsi TTD					
Tidak pernah	67	79,8			
Pernah	4	4,8			
Rutin	13	15,5			
Riwayat edukasi anemia					
Pernah	70	83,3			
Tidak Pernah	14	16,7			

Penelitian melibatkan 89 siswi kelas VII SMP Puspanegara dengan rentang usia 12–13 tahun dan rerata usia 12,19 ± 0,40 tahun. Data antropometri tersedia pada 84 responden, dengan rerata berat badan 46,31 ± 10,37 kg, tinggi badan 151,88 ± 7,86 cm, dan IMT 19,97 ± 3,82 kg/m². Berdasarkan kategori IMT, sebanyak 44 responden (52,4%) berada pada kategori normal, 21 (25,0%) sangat kurus, 12 (14,3%) kurus, 3 (3,6%) gemuk, dan 4 (4,8%) obesitas.

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik
Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

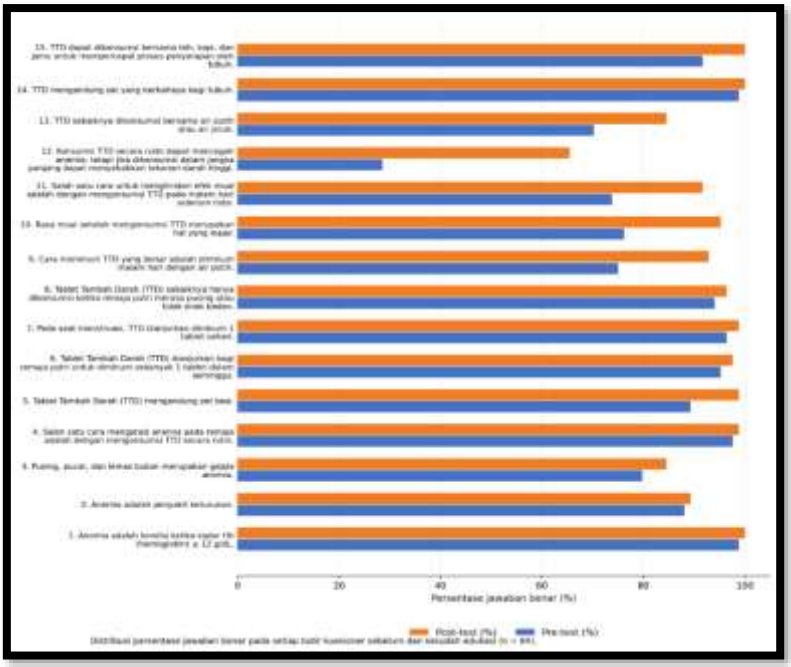
Rerata kadar hemoglobin adalah 10,69 ± 1,63 g/dL dengan rentang 7,4–13,0 g/dL. Sebanyak 35 responden (39,3%) memiliki kadar hemoglobin normal, sedangkan 54 (60,7%) mengalami anemia, yang terdiri atas 53 (59,6%) anemia sedang dan 1 (1,1%) anemia berat. Sebagian besar responden telah mengalami menstruasi (83,3%), tidak pernah mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) (79,8%), dan pernah memperoleh edukasi mengenai anemia (83,3%).

Tabel 2. Hasil Pengukuran Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Edukasi

Variabel	n	Mean ± SD	Median	Minimum–Maksimum	Hasil Uji Normalitas	Wilcoxon Z	*p-value*
Pre-test	84	12,54 ± 1,59	13,00	6 - 15	Tidak normal	6,600	<0,001
Post-test	84	13,94 ± 0,83	14,00	12 - 15			
Perubahan skor	84	+1,40	+1,00		Tidak normal		

Analisis perubahan pengetahuan dilakukan pada 84 responden yang memiliki data *pre-test* dan *post-test* lengkap. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 12,54 ± 1,59 sebelum edukasi menjadi 13,94 ± 0,83 setelah edukasi, dengan peningkatan rerata sebesar 1,40 poin. Median skor meningkat dari 13 menjadi 14, sedangkan rentang skor berubah dari 6–15 pada *pre-test* menjadi 12–15 pada *post-test*.

Sebanyak 56 responden (66,7%) mengalami peningkatan skor pengetahuan, 28 responden (33,3%) tidak mengalami perubahan, dan tidak terdapat responden yang mengalami penurunan skor. Uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan skor pengetahuan yang bermakna secara statistik antara sebelum dan setelah edukasi (Z = 6,600; p < 0,001).



Gambar 2. Distribusi Persentase Jawaban Benar Pada Setiap Butir Kuesioner Sebelum Dan Setelah Edukasi (n = 84)

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Distribusi persentase jawaban benar menunjukkan adanya perubahan pada sebagian besar butir kuesioner setelah edukasi. Peningkatan terbesar terdapat pada butir 12, dengan proporsi jawaban benar meningkat dari 28,6% menjadi 65,5%. Peningkatan juga terlihat pada butir 10 dari 76,2% menjadi 95,2%, butir 9 dari 75,0% menjadi 92,9%, dan butir 11 dari 73,8% menjadi 91,7%. Sebaliknya, perubahan pada butir 1, 4, dan 14 relatif kecil karena proporsi jawaban benar pada *pre-test* telah berada pada tingkat tinggi.

2. Pembahasan

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 60,7% siswi mengalami anemia, dengan sebagian besar termasuk kategori anemia sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar pada kelompok sasaran meskipun seluruh siswi telah menjalani pemeriksaan kadar hemoglobin. Kondisi tersebut menjadi konteks penting dalam pelaksanaan intervensi promotif dan preventif di lingkungan sekolah.

Sebagian besar responden telah mengalami menstruasi dan sebagian besar belum pernah mengonsumsi TTD. Kedua karakteristik tersebut relevan dengan upaya pencegahan anemia pada remaja putri, khususnya dalam pemenuhan kebutuhan zat besi dan penerapan suplementasi. Namun, karakteristik tersebut tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat dengan kejadian anemia karena penelitian ini tidak dirancang untuk menganalisis faktor risiko.

Terdapat peningkatan skor pengetahuan setelah pemberian edukasi menggunakan buku saku. Rerata skor meningkat sebesar 1,40 poin dan 66,7% responden mengalami peningkatan skor. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik antara skor sebelum dan setelah edukasi ($p < 0,001$).

Temuan ini sejalan dengan tinjauan sistematis dan meta-analisis Febrianti et al. (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi pada remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan konsumsi tablet zat besi, meskipun perubahan kadar hemoglobin tidak selalu menunjukkan hasil yang konsisten. Oleh karena itu, perubahan pengetahuan merupakan *outcome* yang relevan untuk mengevaluasi intervensi edukasi dalam jangka pendek.

Penggunaan buku saku dalam penelitian ini memberikan media penyampaian informasi yang terstruktur. Mulyani et al. (2025) melaporkan bahwa edukasi menggunakan *e-booklet* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai anemia. Media edukasi yang sederhana dan sesuai dengan karakteristik sasaran dapat membantu penyampaian informasi secara sistematis.

Peningkatan terbesar pada butir 12 menunjukkan bahwa terdapat aspek pengetahuan yang masih relatif kurang dipahami sebelum intervensi. Peningkatan pada butir 9, 10, dan 11 juga menunjukkan perbaikan pemahaman setelah edukasi. Sebaliknya, perubahan yang lebih kecil pada butir dengan proporsi jawaban benar yang sudah tinggi pada *pre-test* dapat mencerminkan keterbatasan ruang peningkatan atau *ceiling effect*.

Materi edukasi mencakup pengertian anemia, tanda dan gejala, pemenuhan zat besi, serta aspek TTD termasuk manfaat, frekuensi, waktu konsumsi, efek samping, dan cara konsumsi. Cakupan materi tersebut relevan dengan kebutuhan pencegahan anemia pada remaja putri. Penelitian pada remaja putri di Indonesia juga menunjukkan bahwa pemahaman mengenai penyebab, dampak, pencegahan anemia, dan suplementasi zat besi masih perlu diperkuat (Indriasari et al., 2024).

Meskipun terdapat peningkatan pengetahuan yang bermakna, hasil penelitian perlu diinterpretasikan secara proporsional. Desain *one-group pre-test post-test* tanpa kelompok kontrol memungkinkan penilaian perubahan pengetahuan setelah intervensi, tetapi belum dapat memastikan bahwa seluruh perubahan disebabkan oleh edukasi. Selain itu, peningkatan pengetahuan tidak secara langsung menunjukkan perubahan perilaku atau perbaikan kadar hemoglobin. Upaya pencegahan anemia tetap memerlukan pendekatan berkelanjutan melalui edukasi, pemenuhan gizi, konsumsi TTD, serta dukungan sekolah, keluarga, dan Puskesmas.

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

IV. KESIMPULAN

Edukasi mengenai anemia menggunakan buku saku pada 89 siswi kelas VII SMP Puspanegara menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada 84 responden dengan data *pre-test* dan *post-test* lengkap. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 12,54 ± 1,59 menjadi 13,94 ± 0,83, dengan hasil uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik ($Z = 6{,}600$; $p < 0{,}001$). Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi dapat menjadi salah satu upaya promotif untuk memperkuat pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan pencegahannya. Keberlanjutan program perlu didukung melalui edukasi yang dilakukan secara berkala, penguatan pemahaman mengenai konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta pemantauan dan dukungan dari pihak sekolah dan Puskesmas untuk mendukung penerapan perilaku pencegahan anemia.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, R., Wirawan, F., Sadariskar, A.A., Setianingsing, A.A., Nadiya, K., Prafiantini, E., Asri, E.K., Purwanti, T.S., Kusyuniati, S., Karyadi, E. and Raut, M.K. (2021) 'Associations of Knowledge, Attitude, and Practices toward Anemia with Anemia Prevalence and Height-for-Age Z-Score among Indonesian Adolescent Girls', Food and Nutrition Bulletin, 42(1_suppl), pp. S92–S108. doi: 10.1177/03795721211011136.

Febrianti, K.D., Ayu, W.C., Anidha, Y. and Mahmudiono, T. (2023) 'Effectiveness of Nutrition Education on Knowledge of Anemia and Hemoglobin Level in Female Adolescents Aged 12–19 Years: A Systematic Review and Meta-Analysis', Amerta Nutrition, 7(3), pp. 478–486. doi: 10.20473/amnt.v7i3.2023.478-485.

Indriasari, R. (2024) 'Comprehensive knowledge and supports from closest relatives are crucial to improve awareness and participation of Indonesian adolescent girls in anemia prevention program', International Journal of Adolescent Medicine and Health, 36(5), pp. 513–521. doi: 10.1515/ijamh-2024-0064.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2026) 'Anemia pada remaja putri: Tantangan pencegahan melalui konsumsi Tablet Tambah Darah'. Available at: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/anemia-pada-remaja-putri-tantangan-pencegahan-melalui-konsumsi-tablet-tambah-darah/ (Accessed: 28 October 2026).

Mulyani, N.S., Noviardhi, A. and Susiloretni, K.A. (2025) 'Efektivitas E-Booklet Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Anemia', Jurnal Riset Gizi, 13(2), pp. 107–112. doi: 10.31983/jrg.v13i2.13195.

Pasamba, L.A., Titaley, C.R., Istia, S.S., Tahitu, R., Asmin, E., Noya, F.C., Laurence, M.C., Tando, Y.D., Malakauseya, M.L.V. and Sartika Sara, L. (2026) 'The Jaga Diri digital intervention improved knowledge and adherence to weekly iron-folic acid supplementation among adolescent girls in Maluku Province, Indonesia', Frontiers in Digital Health, 7, p. 1729623. doi: 10.3389/fdgth.2025.1729623.

Syahuda, S., Martianto, D. and Rachman, P.H. (2024) 'Pengembangan Media Edukasi Mia-Card serta Dampaknya terhadap Pengetahuan dan Sikap terkait Anemia pada Remaja Putri', Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik, 3(4), pp. 244–251. doi: 10.25182/jigd.2024.3.4.244-251.

World Health Organization (2025) 'Anaemia'. Available at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia (Accessed: 28 October 2026).