

Literature Study:
Education on Anemia Prevention Behavior in Adolescent Girls

Studi Literatur:
Edukasi Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

¹Kadek Primadewi

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng

✉ Kadek Primadewi
gekdewi87@gmail.com

Abstract

Anemia is a condition where the hemoglobin level in the body is less than normal. In general, adolescent girls are prone to anemia due to inadequate nutritional intake, physical activity, and menstruation. Objective: to determine efforts to prevent anemia in adolescent girls. Method: This research uses a literature review using the Prisma method from the Scopus and Google Scholar databases with the keywords "adolescent anemia education" and "adolescent anemia prevention". 10 main journals were obtained for study and analysis. Results: Programs that can be implemented as an effort to prevent anemia in adolescent girls include developing health and nutrition education strategies, policies to end early marriage, strengthening integrated programs with various sectors, early detection of anemia by checking Hb and counseling to improve attitudes and behavior through the use of educational methods. to young women that are easy to understand. Conclusion: Efforts to prevent anemia in adolescent girls must be carried out early because the impacts are very complicated if not treated. Providing anemia prevention education to adolescent girls is very important in efforts to increase knowledge and improve the attitudes and behavior of adolescents.

Keywords: anemia, education, prevention, teenagers

Abstrak

Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam tubuh kurang dari normal. Pada umumnya anemia rentan terjadi pada remaja putri karena asupan gizi yang kurang, kegiatan fisik dan menstruasi. Tujuan: untuk mengetahui upaya pencegahan anemia pada remaja putri Metode: Penelitian ini menggunakan *literature review* dengan metode Prisma dari basis data Scopus dan Google Scholar dengan kata kunci "edukasi anemia remaja" dan "pencegahan anemia remaja". Didapatkan 10 jurnal utama untuk dilakukan kajian dan analisis. Hasil: Program yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri yaitu pengembangan strategi pendidikan kesehatan dan gizi, kebijakan mengakhiri pernikahan dini, penguatan program terintegrasi dengan berbagai sektor, deteksi dini anemia dengan pemeriksaan Hb serta penyuluhan untuk peningkatan sikap dan perilaku melalui penggunaan metode edukasi kepada remaja putri yang mudah untuk dipahami. Simpulan: Upaya pencegahan anemia pada remaja putri harus dilakukan pencegahan sejak dini, karena dampak yang ditimbulkan sangat komplikatif jika tidak ditangani. Pemberian edukasi pencegahan anemia pada remaja putri sangat penting dalam upaya peningkatan pengetahuan dan perbaikan sikap dan perilaku remaja.

Kata Kunci: anemia, edukasi, pencegahan, remaja

Received:
28 January 2024

Revised:
3 February 2024

Accepted:
5 February 2024

Pendahuluan

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama bagi remaja anak perempuan di negara-negara berkembang, dengan dampak negatif untuk pertumbuhan, hasil kelahiran, dan kesehatan jangka panjang. anemia juga berdampak negatif pada perkembangan kognitif dan kognitif dan perkembangan fisik anak-anak, dan produktivitas yang buruk pada orang dewasa. Menurut basis data global tahun 2008 dari Organisasi Kesehatan Dunia, anemia adalah mempengaruhi lebih dari 1,62 miliar orang, meskipun ada penurunan anemia secara global yang signifikan dalam dua dekade terakhir, masalahnya masih tetap menjadi penyebab utama kecacatan pada wanita dan anak kecil dengan beberapa variasi di negara maju dan berkembang. Prevalensi sangat bervariasi menurut status sosiodemografi atau ekonomi dan status fisiologis dari populasi perempuan (Rediet Takele, 2019).

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin dalam tubuh kurang dari normal Hemoglobin merupakan parameter yang digunakan untuk menetapkan prevalensi anemia. Kadar hemoglobin dalam tubuh berbeda sesuai dengan jenis kelamin dan usia. Pada umumnya anemia rentan terjadi pada remaja putri karena asupan gizi yang kurang, kegiatan fisik dan menstruasi Kadar Hb normal pada remaja putri adalah >12 g/dl. Masalah gizi utama yang diIndonesia khususnya anemia defisiensi besi, yang paling banyak dialami oleh anak sekolah khususnya remaja putri menjadi masalah kesehatan yang belum terselesaikan karena prevalensinya lebih dari standar nasional yaitu $\geq 20\%$ (Karina Az-zahra, 2019).

Prevalensi anemia di Indonesia tidak

begitu jauh dengan angka prevalensi anemia global tersebut yaitu sebesar 21,7% dimana prevalensi kejadian anemia tersebut sudah masuk ke dalam kategori masalah kesehatan masyarakat sedang sehingga hal ini harus mendapat perhatian khusus. Remaja adalah kelompok usia yang sangat beresiko terhadap kejadian anemia karena kebutuhan gizi khususnya zat besi melebihi kebutuhan kelompok usia lain akibat percepatan pertumbuhan dan peningkatan aktivitas fisik yang dilakukan. WHO mendefinisikan remaja adalah seseorang yang berada dalam rentang umur 10 sampai 19 tahun baik belum maupun sudah menikah. Terdapat sekitar 1,2 miliar remaja di dunia yaitu sama dengan seperlima dari populasi dunia. Dari jumlah tersebut, sebanyak 5 juta atau 27% dari kelompok remaja di negara berkembang mengalami anemia (Sriningsrat, 2019).

Indonesia sendiri telah melakukan berbagai program untuk menurunkan masalah anemia. Ada tiga utama program penanganan anemia di Indonesia yaitu program suplementasi besi yang telah berjalan lebih dari 3 dekade, fortifikasi besi yang telah diwajibkan sejak tahun 2000-an dan diversifikasi pangan melalui sosialisasi pedoman umum gizi seimbang (PUGS) sejak tahun 1990-an. Saat ini anemia masih menjadi masalah masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yang kecenderungannya meningkat. Intervensi anemia perlu dilakukan secara dini ketika usia remaja (Nadiyah, 2022).

Terjadinya anemia zat gizi besi sebagian besar disebabkan kurangnya asupan zat gizi. Kurangnya asupan zat gizi besi dipengaruhi oleh pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan gizi. Pengetahuan remaja terhadap anemia dan gizi seimbang akan

mempengaruhi kebiasaan pola konsumsi makanan pada remaja (Wahyuni Azhari Febrina, 2015). Pengetahuan terkait anemia dan gizi yang rendah pada remaja akan menyebabkan remaja tidak peduli dengan asupan makan yang dikonsumsi sehari-hari, Oleh karena itu perlu diberikannya edukasi kepada remaja mengenai pengetahuan gizi dan juga kesehatan (Ria Purnawian, 2021).

Metode Penelitian

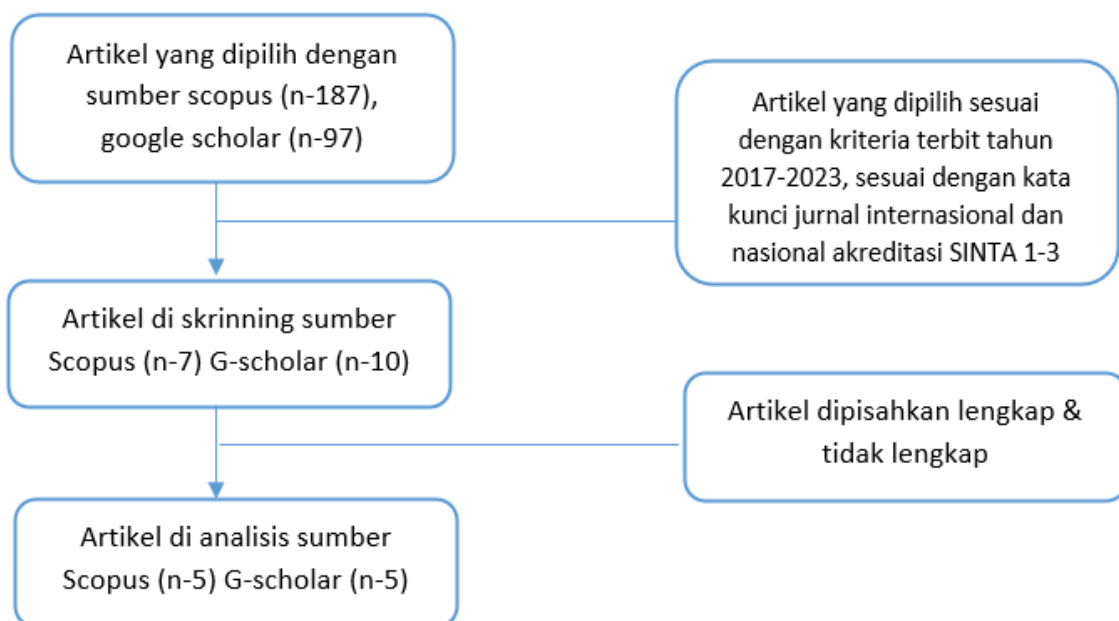
Penelitian ini menggunakan literature review dengan metode Prisma sebagai pengumpulan data dengan cara melakukan pencarian jurnal atau artikel melalui Scopus untuk jurnal internasional dan Google Scholar untuk jurnal nasional. Pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci: "Edukasi anemia remaja" dan "pencegahan anemia remaja". Jurnal yang digunakan sebagai sumber utama dalam penelitian ini adalah penelitian dengan edukasi pencegahan anemia remaja.

Pada tahap pertama (gambar 1) peneliti

mengumpulkan artikel atau hasil penelitian melalui scopus sebanyak 187 dan google scholar sebanyak 97 artikel jurnal. Kemudian pada tahap kedua peneliti melakukan seleksi pada artikel jurnal terkait dan didapatkan sebanyak 7 jurnal dan 10 jurnal. Pada tahap ketiga peneliti melakukan seleksi lebih mendalam mengenai artikel jurnal yang terkait lebih spesifik dan digunakan 5 jurnal utama internasional dan 5 jurnal nasional. Tahap selanjutnya 10 jurnal utama tersebut akan dilakukan pengkajian dan analisis oleh peneliti.

Hasil

Anemia dapat menyebabkan berbagai dampak buruk pada rematri diantaranya yaitu menurunkan daya tahan tubuh sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi, menurunnya kebugaran dan ketangkasan berpikir karena kurangnya oksigen ke sel otot dan sel otak, menurunnya prestasi belajar dan produktivitas kerja/kinerja (Kemenkes RI, 2018)



Gambar 1: Diagram Alir Pemilihan Studi (PRISMA)

Table 1: Daftar *literature riview* jurnal

NO	Sumber	Judul (Prevalensi anemia)	Metode	Masalah	Upaya pencegahan	Hasil penelitian
1	Abdirahman Ahmed and Abdulkarim Mohammed., 2022	Anemia and its associated factor among adolescent school girls in GODEY and DEGEHABUR council Somali region, eastern Ethiopia (31,5%)	Sebuah studi potong lintang, wawancara, Jumlah sampel sebanyak 372	Kurangnya pengetahuan tentang anemia merupakan prediktor independen dari anemia	pengembangan strategi pendidikan kesehatan dan gizi untuk meningkatkan kebiasaan makan, keluarga berencana, dan suplementasi asam folat-besi	Pengetahuan tentang anemia pada remaja putri sekolah Dalam penelitian ini, dari 372 remaja perempuan, (52,7%) menjawab bahwa mereka pernah mendengar tentang anemia
2	Rediet Takele Regasa and Jemal Ali Haidar., 2019	Anemia and its determinant of in-school adolescent girl from rural Ethiopia: a school based cross-sectional study (27%)	Studi cross-sectional, sampel acak 3 tahap, masing-masing 72, 241 dan 135 sampel remaja dari dataran tinggi, dataran tengah, dan dataran rendah, teknik sistematik random sampling	Kurang memberikan informasi terpilah dari remaja yang menunjukkan adanya kesenjangan informasi	Anemia pada remaja perlu untuk diperbaiki masalah gizi, harus ada kolaborasi lintas sektoral antara sektor kesehatan dan pendidikan	Prevalensi anemia secara keseluruhan adalah 27% (95% CI: 22,9-31%) dimana 23, dan 4% mengalami anemia ringan dan sedang.
3	Kedir Abdela Gonete, Amare Tariku, Sintayehu Daba Wami and Terefe Derso., 2018	Prevalence and associated factors of anemia among adolescent girls attending high schools in Dembia District, Northwest Ethiopia (25,5%)	cross-sectional study, sampel 462 remaja, teknik simple random sampling. Kuesioner terstruktur untuk mengumpulkan data	Skor keanekaragaman makanan, status ketahanan pangan rumah tangga, status keamanan pangan rumah tangga, dan status hidup remaja merupakan faktor penentu utama anemia	Pemerintah harus fokus pada pencegahan kerawanan pangan dengan meningkatkan produktivitas untuk meningkatkan diversifikasi makanan remaja perempuan	Prevalensi anemia secara keseluruhan di kalangan remaja putri adalah 25,5% (95% CI, 21,4 dan 29,2). Dari total remaja anemia, 109 (92,4%) mengalami anemia ringan, sementara 7 (5,9%) dan 2 (1,7%) ditemukan dengan anemia sedang dan berat. anemia sedang dan berat.
4	Fentanesh Nibret Tiruneh, Mesfin Wogayehu T, Degnet Teferi Asres, Hirut Assaye Cherie.,	Associations of early marriage and early childbearing with anemia among adolescent girls	Analisis data dari survei demografi dan kesehatan, focus 3.172 remaja	Pernikahan dini dan melahirkan status gizi remaja dengan menurunkan pencapaian pendidikan dan	Kebijakan dan program yang efektif untuk mengakhiri praktik pernikahan dini dan kehamilan	Status perkawinan di tingkat individu (AOR = 1,53, 95% CI = 1,06-2,02) dan status tingkat komunitas (AOR = 2,80, 95% CI 1,25-

2021	in ethiopia: a multilevel analysis of nationwide survey (23,8%)	perempuan akhir (15-19 tahun). uji chi-kuadrat dan koefisien korelasi spearman dievaluasi menggunakan model regresi logistik biner bertingkat	status pekerjaan mereka yang mengarah pada pendapatan yang lebih rendah, otonomi rendah, dan kesuburan tinggi yang secara bersama-sama memengaruhi daya beli gizi, asupan gizi	remaja di Ethiopia. Hal ini akan membantu meningkatkan status gizi remaja perempuan	6,29) berhubungan positif dengan anemia di kalangan remaja putri. adanya hubungan yang signifikan antara pernikahan dini dan melahirkan anak pertama dengan anemia pada remaja	
5	Emad Tahir, Pierre Ayotte, Matthew Little, Richard E. Belanger, Michel Lucas, at.al., 2020	Anemia, iron status, and associated protective and risk factors among children and adolescents age 3 to 19 years old from four first nations communities in Quebec (16,8%)	Metode Studi percontohan anak-anak dan remaja (3 hingga 19 tahun; n = 198) Sampel darah dan urin serta pengukuran antropometri, penilaian (kuesioner, wawancara), Model persamaan struktural	Prevalensi anemia dan keracunan pada besi dan faktor-faktor pelindung dan faktor risiko yang terkait dengan kaum muda di negara-negara utama Quebec	Intervensi yang mendorong lingkungan makanan yang lebih sehat serta konsumsi daging dan makanan tradisional yang lebih tinggi yang secara alami kaya akan vitamin C	Hasil Prevalensi anemia dan KEK meningkat (16,8% dan 20,5%). Daging, buah, dan jus buah tradisional (alami dan bubuk)-melalui hubungan positif dengan asupan vitamin C- adalah satu-satunya variabel makanan yang berhubungan positif dengan SF
6	Sri Mularsih., 2017	Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada saat Menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang (45,8%)	Penelitian ini menggunakan rancangan <i>cross sectional</i> . Jenis penelitian ini termasuk penelitian deskriptif analitik, sampel 61 siswi, <i>purposive sampling</i>	Sebagian besar remaja putri mempunyai pengetahuan yang rendah tentang anemia, selain itu remaja putri juga belum mempunyai perilaku yang baik untuk mencegah anemia seperti konsumsi tablet tambah darah, pengaturan pola makan tinggi zat besi, dan konsumsi minuman yang menghambat penyerapan zat besi.	Perlunya peningkatan pengetahuan remaja putri tentang anemia untuk pencegahan anemia pada saat menstruasi. Peran dari tenaga kesehatan, pemerintah setempat, dan institusi kesehatan	Pengetahuan remaja yang kurang tentang anemia sebanyak 40 remaja (65,6%), perilaku yang tidak mendukung terhadap pencegahan anemia sebanyak 36 remaja (59%).
7	I Gusti Agung Ayu Sriningrat, Putu Cintya Denny Yuliyatni, Luh Seri Ani., 2019	Prevalensi Anemia Pada Remaja Putri di Kota Denpasar (27%)	Penelitian deskriptif <i>cross-sectional</i> Total sampel sebanyak 74 orang, <i>cluster</i>	Anemia menimbulkan berbagai dampak yaitu terhadap pertumbuhan dan	Remaja putri cenderung menderita anemia sehingga deteksi dini	Sebanyak 34 responden (45,9%) mengalami anemia. Kejadian anemia cenderung terjadi pada remaja putri

			<i>sampling</i> . Kadar hemoglobin diukur dengan alat <i>easytouch GCHb</i> , wawancara.	perkembangan, daya tahan terhadap penyakit infeksi, aktivitas, konsentrasi, dan kecerdasan.	kadar hemoglobin disarankan.	dengan asupan energi kurang (55,6%), asupan protein kurang (66,7%), asupan zat besi kurang (50%), asupan vitamin C kurang (52,4%)
8	Septa Indra Puspikawati, Susy Katikana Sebayang, Desak Made Sintha, et al., 2021	Intervensi dalam Upaya Penurunan Angka Kejadian Anemia pada Siswi SMA N 4 Cikupa Kabupaten Tangerang (30,2%)	Penelitian analitik kuantitatif deskriptif dimana sampel dipilih secara simple random sampling	kurangnya pengetahuan tentang anemia yang berakibat pada tingginya angka anemia. Terdapat 26 remaja putri dari total kasus anemia remaja putri yang berobat ke Puskesmas Cikupa sebanyak 26 orang dari total kasus anemia pada siswi	Deteksi dini anemia pada remaja putri dengan intervensi berupa penyuluhan, meningkatkan pengetahuan remaja, dan meningkatkan pengetahuan remaja, serta meningkatkan sikap dan perilaku remaja	(97,72%) responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan dan (72,72%) responden mengalami peningkatan perilaku dan sikap terhadap anemia.
9	Nadiyah, Laras Sitoayu, Lintang Purwara Diwanti., 2022	Remaja Putri Pedesaan Di Indonesia Berisiko Dua Kali Lebih Tinggi (32 %)	Studi cross-sectional, sampel 290 remaja, teknik wawancara (Kuesioner)	Remaja putri yang tinggal di pedesaan memiliki risiko anemia 2 kali lebih tinggi dibandingkan remaja putri di perkotaan	Perlunya penguatan program penurunan masalah anemia yang terintegrasi dari berbagai sektor di pedesaan.	Persentase remaja putri anemia sebesar 23,4 persen. Hasil uji regresi logistik menunjukkan wilayah pedesaan menjadi faktor risiko anemia yang signifikan (p=0,032).
10	Ria Purnawian Sulistiani, Addina Rizky Fitriyanti, Luthfia Dewi., 2021	pengaruh edukasi pencegahan anemia dengan metode kombinasi ceramah dan <i>team game tournament</i> pada remaja putri (36,7%)	quasi experimental pre-post test. Subyek 58 remaja putri (simple random sampling).	Pengetahuan terkait anemia dan gizi yang rendah pada remaja akan menyebabkan remaja tidak peduli dengan asupan makan yang dikonsumsi sehari-hari	Metode kombinasi ceramah dan TGT efektif untuk kegiatan edukasi gizi.	Edukasi pencegahan anemia pada remaja putri dengan menggunakan metode kombinasi ceramah dan TGT dapat meningkatkan pengetahuan sebesar 36,1 %.

Table 2. Sintesis topik dari literature review

Tema	Deskripsi	Sumber
Masalah anemia	1. Kurangnya pengetahuan pada remaja	Abdirahman Ahmed, et.al., 2022 Sri Mularsih., 2017 I Gusti Agung Ayu Sriningsrat, et.al., 2019 Septa Indra Puspikawati, et al., 2021 Ria Purnawian Sulistiani, et.al., 2021 Rediet Takele Regasa, et.al., 2019
	2. Kesenjangan informasi	Kedir Abdela Gonete, et.al, 2018 Fentanesh Nibret Tiruneh, et.al., 2021
	3. Status ketahanan pangan dan status gizi	Emad Tahir, Pierre Ayotte, et.al., 2020 Nadiyah, Laras Sitoayu, Lintang Purwara Diwanti., 2022
	4. Wilayah/ tempat tinggal	
Upaya pencegahan	1. Pengembangan strategi pendidikan kesehatan dan gizi	Abdirahman Ahmed, et.al., 2022 Rediet Takele Regasa, et.al., 2019 Kedir Abdela Gonete, et.al.,2018 Emad Tahir, et.al., 2020 Sri Mularsih., 2017
	2. Kebijakan mengakhiri pernikahan dini	Fentanesh Nibret Tiruneh, et.al., 2021
	3. Penguatan program terintegrasi dengan berbagai sektor	Nadiyah, Laras Sitoayu, et.al., 2022
	4. Deteksi dini anemia dengan penyuluhan, pemeriksaan Hb serta peningkatan sikap dan perilaku	I Gusti Agung Ayu Sriningsrat, et.al., 2019 Septa Indra Puspikawati, et al., 2021
	5. Metode edukasi	Ria Purnawian Sulistiani, et.al.,2021

Hasil penelitian 10 artikel jurnal menyebutkan beberapa program yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri yaitu Pengembangan strategi pendidikan kesehatan dan gizi, Kebijakan mengakhiri pernikahan dini, Penguatan program terintegrasi dengan berbagai sector, Deteksi dini anemia dengan penyuluhan, pemeriksaan Hb serta peningkatan sikap dan perilaku, penggunaan metode dalam memberikan edukasi kepada remaja putri sehingga mudah untuk dipahami.

Pembahasan

Remaja putri perlu mendapatkan pengetahuan pencegahan anemia karena

remaja putri setiap bulan mengalami menstruasi melalui pendidikan kesehatan di sekolah, media massa, atau melalui konseling di fasilitas kesehatan. Usia yang cukup matang dapat membuat seseorang lebih baik dalam menanggapi suatu objek atau masalah.

Bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada pengetahuan yang diperolehnya, akan tetapi pada umur-umur tertentu atau menjelang usia lanjut kemampuan penerimaan atau mengingat suatu pengetahuan akan berkurang. Pengalaman merupakan sumber suatu pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan (Sri Mularsih, 2017).

Pernikahan dini/melahirkan anak dapat berkontribusi pada hasil kesehatan yang lebih buruk, karena remaja yang sudah menikah lebih cenderung anemia dibandingkan remaja yang belum menikah. Remaja yang menikah dini rentan terhadap kehamilan dan perdarahan terkait kelahiran serta komplikasi lain yang dapat meningkatkan risiko anemia. Pernikahan dini dan melahirkan anak juga mempengaruhi status gizi remaja secara tidak langsung. Pertama, karena pernikahan sering disebut sebagai faktor penting dalam putus sekolah dan perguruan tinggi di kalangan remaja di negara berkembang termasuk Ethiopia, hal ini berdampak negatif pada prestasi pendidikan mereka (Fentanesh Nibret Tiruneh, et.al., 2021).

Wilayah pedesaan yang berpengaruh signifikan terhadap kejadian anemia remaja putri, maka dapat diketahui bahwa kejadian anemia pada remaja putri kemungkinan bukan hanya dampak dari rendahnya kualitas asupan gizi namun juga efek dari masalah ekonomi serta mungkin akibat masih kurang efektifnya program anemia secara merata di area pedesaan di Indonesia. Pemerintah setidaknya telah melakukan tiga program utama nasional dalam upaya penurunan masalah anemia, yaitu program suplementasi besi yang telah dilakukan sejak zaman orde baru, program fortifikasi besi pada tepung terigu yang telah dilakukan sejak tahun 2000-an dan sosialisasi serta edukasi gizi seimbang (Nadiyah, 2022)

Untuk mengetahui seseorang mengalami anemia dapat dilakukan pemeriksaan, perbedaan cara pengambilan sampel untuk mengukur kadar hemoglobin menggunakan alat digital *easytouch GCHb*. Sedangkan yang dianjurkan oleh *International Committee for Standardization in Hematology* adalah dengan metode

cyanmethemoglobin karena metode ini mempunyai standar yang stabil sehingga dapat dilakukan pengukuran kadar hemoglobin dengan teliti. Penemuan kejadian anemia tersebut juga diduga karena faktor asupan nutrisi, status gizi, pola menstruasi, aktivitas fisik dan pendapatan orang tua responden (I Gusti Agung Ayu Sringrat, et.al., 2019)

Meningkatkan pengetahuan remaja putri terhadap anemia dan asupan makanan yang mencegah anemia akan mempengaruhi pemilihan makanan remaja putri. Pemilihan makanan remaja putri yang baik akan berkontribusi dalam penanggulangan anemia pada remaja putri. Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan pemberian edukasi. Pemberian materi edukasi gizi dengan menggunakan metode ceramah, brosur, dan video dapat berkontribusi untuk meningkatkan skor pengetahuan (Marwan O, et.al., 2017). Dalam penelitian ini pemberian edukasi gizi menggunakan metode kombinasi ceramah dan metode *Team Game Tournament* (TGT). Metode ceramah dipilih karena metode tersebut efektif digunakan sebagai metode penyuluhan dengan jumlah peserta yang cukup banyak. Penelitian sebelumnya menunjukkan edukasi gizi dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi. Penggunaan metode ceramah, responden bisa mendapatkan banyak informasi terkait pengetahuan pencegahan anemia (Shinta FS dan Oster SS, 2019). Dengan metode ceramah, responden bisa mendapatkan mempunyai kesempatan bertanya sehingga bisa mendapat informasi lebih banyak (Ria Purnawian Sulistiani, et.al., 2021).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil literature review dapat disimpulkan bahwa upaya mencegah anemia pada remaja putri sangat perlu untuk dilakukan sejak dini, karena dampak yang ditimbulkan sangat komplikatif jika tidak ditangani segera. Pemberian edukasi pencegahan anemia pada remaja putri sangat penting untuk peningkatan pengetahuan yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku remaja dalam pengambilan keputusan untuk mencegah kejadian anemia. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi. Artikel ini dapat menjadi bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya.

Referensi

- Abdirahman Ahmed and Abdulkarim Mohammed., 2022. Anemia and its associated factor Among adolescent school girls in GODEY and DEGEHABUR council Somali region, eastern Ethiopia. *BMC Nutrition*. <https://doi.org/10.1186/s40795-022-00548-1>
- Emad Tahir, Pierre Ayotte, Matthew Little, Richard E. Belanger, Michel Lucas, et al., 2020. Anemia, iron status, and associated protective and risk factors among children and adolescents aged 3 to 19 years old from four First Nations communities in Quebec. *Canadian Journal of Public Health* (2020) 111:682–693. <https://doi.org/10.17269/s41997-020-00304-7>
- Fentanesh Nibret Tiruneh, Mesfin Wogayehu T, Degnet Teferi Asres, Hirut Assaye Cherie., 2021. Associations of early marriage and early childbearing with anemia among adolescent girls in Ethiopia: a multilevel analysis of nationwide survey. <https://doi.org/10.1186/s13690-021-00610-7>
- I Gusti Agung Ayu Sriningsrat, Putu Cintya Denny Yuliyatni, Luh Seri Ani., 2019. Prevalensi Anemia Pada Remaja Putri Di Kota Denpasar. *E-JURNAL MEDIKA*. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>.
- Kedir Abdela Gonete, Amare Tariku, Sintayehu Daba Wami and Terefe Derso., 2018. Prevalence and associated factors of anemia among adolescent girls attending high schools in Dembia District, Northwest Ethiopia, 2017. *Archives of Public Health*. <https://doi.org/10.1186/s13690-018-0324-y>
- Nadiyah, Laras Sitoayu, Lintang Purwara Diwanti., 2022. Adolescent Girls Live in Rural Indonesia Have a Risk Twice Greater to be Anemia. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul, e-ISSN: 2528-5874.
- Rediet Takele Regasa and Jemal Ali Haidar., 2019. Anemia and its determinant of in-school adolescent girls from rural Ethiopia: a school-based cross-sectional study. *BMC Women Health*. Regasa and Haidar *BMC Women's Health* (2019) 19:98. <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0791-5>
- Ria Purnawian Sulistiani, Addina Rizky Fitriyanti, Luthfia Dewi., 2021. Efektifitas Media Edukasi Gizi Untuk Peningkatan Pengetahuan Gizi Remaja. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. DOI:<http://dx.doi.org/10.31602/jmbkan.v7i3.5759>
- Septa Indra Puspikawati, Susy Katikana Sebayang, Desak Made Sintha, et al., 2021. Nutrition Education about Anemia in Adolescents in Banyuwangi District, East Java. Published by Universitas Airlangga. Received: 11-10-2021, Revised: 15-11-2021, Accepted: 16-11-2021, Published: 01-12-2021
- Sri Mularsih., 2017. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang. *Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang*. DOI:<https://doi.org/10.26714/jk.6.2.2017.80-85>