

EDUKASI GIZI BERBASIS WEBSITE TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA REMAJA PUTRI

Yenny¹, Masmuri², Nurul Hidayah³

¹Mahasiswa STIKes YARSI Pontianak

²⁻³Dosen STIKes YARSI Pontianak

Email: yennyjen2@gmail.com

Abstrak

Anemia merupakan masalah gizi yang masih banyak dialami remaja putri akibat peningkatan kebutuhan zat besi selama pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi. Perilaku pencegahan anemia yang belum optimal berkontribusi terhadap tingginya kejadian anemia. Edukasi gizi berbasis website dapat digunakan untuk mendorong perubahan perilaku karena mudah diakses dan fleksibel. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi gizi berbasis website terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 4 Pontianak. Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest* pada 173 remaja putri yang dipilih melalui *stratified random sampling*. Pengukuran perilaku dilakukan menggunakan kuesioner dan analisis data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil menunjukkan adanya peningkatan perilaku pencegahan anemia setelah intervensi. Nilai signifikansi 0,000 menunjukkan perbedaan bermakna sebelum dan sesudah intervensi. Edukasi berbasis website mendukung perubahan perilaku melalui penyediaan informasi yang menarik dan mudah dipahami. Disimpulkan bahwa media website efektif sebagai strategi promosi kesehatan remaja. Sekolah dan tenaga kesehatan direkomendasikan mengintegrasikan edukasi gizi digital dalam program pencegahan anemia secara berkelanjutan.

Kata Kunci : Edukasi gizi, Perilaku pencegahan anemia, Remaja putri, Website

Abstract

Anemia remains a nutritional problem among adolescent girls due to increased iron requirements during growth and blood loss during menstruation. Inadequate anemia prevention behavior contributes to the high prevalence of anemia. Website based nutrition education can be used to promote behavioral change because it is easily accessible and flexible. This study aimed to determine the effect of website based nutrition education on anemia prevention behavior among adolescent girls at SMP Negeri 4 Pontianak. The study applied a quasi experimental design with a one group pretest and posttest approach involving 173 adolescent girls selected through stratified random sampling. Behavioral data were collected using a questionnaire and analyzed using the Wilcoxon test. The results showed an improvement in anemia prevention behavior after the intervention. A significance value of 0.000 indicated a meaningful difference between pretest and posttest scores. Website based education supports behavioral change by providing engaging and easy to understand information. In conclusion, website based media is effective as a health promotion strategy for adolescents. Schools and health professionals are recommended to integrate digital nutrition education into sustainable anemia prevention programs.

Keywords: Nutrition education, Anemia prevention behavior, Adolescent girls, Website

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia 10–19 tahun yang berada pada fase transisi dari kanak-kanak menuju dewasa dan ditandai oleh pertumbuhan serta perubahan fisik, psikologis, dan kognitif yang cepat. Pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan zat gizi untuk mendukung pertumbuhan dan pematangan fungsi reproduksi (Rusdi *et al.*, 2021). Namun, remaja sering mengabaikan pola makan dan kesehatan, sehingga rentan mengalami masalah gizi, salah satunya anemia.

Anemia pada remaja putri umumnya disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi (Handayani *et al.*, 2024). Kebiasaan membatasi asupan makanan demi menjaga bentuk tubuh, rendahnya konsumsi makanan sumber zat besi, serta ketidakteraturan konsumsi tablet tambah darah turut meningkatkan risiko anemia (Febriani & Restanty, 2024). Kondisi ini berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, kelelahan,

menurunnya daya tahan tubuh, hingga risiko komplikasi kehamilan di masa depan (Hisanah *et al.*, 2023; Rasdianah *et al.*, 2023).

Menurut World Health Organization, anemia pada perempuan usia 15–49 tahun di enam kawasan dunia (Afrika, Amerika, Asia, Eropa, Mediterania Timur, dan Pasifik Barat) mencapai 409–595 juta orang (WHO, 2011). Di Indonesia, prevalensi anemia masih tergolong tinggi dan Indonesia menempati peringkat ke-8 dari 11 negara di Asia, dengan jumlah penderita sekitar 7,5 juta orang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Data tingkat daerah menunjukkan kondisi yang memprihatinkan. Pada tahun 2024, Dinas Kesehatan Kota Pontianak melaporkan 2.393 remaja putri (25,18%) teridentifikasi anemia. Di wilayah Pontianak Timur, khususnya Puskesmas Kampung Dalam, tercatat 67 remaja putri (42,41%) mengalami anemia (Dinas Kesehatan Kota Pontianak, 2025). Laporan tahun 2025 masih menunjukkan temuan 22 kasus anemia pada remaja putri, yang menegaskan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan remaja yang memerlukan intervensi berkelanjutan (Puskesmas Kampung Dalam, 2025).

Tingginya angka anemia pada remaja tidak terlepas dari perilaku pencegahan yang belum optimal. Upaya pencegahan memerlukan pendekatan edukatif yang efektif. Edukasi gizi merupakan proses berkelanjutan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap, dan mendorong perilaku hidup sehat. Edukasi gizi berperan penting

dalam membentuk kebiasaan konsumsi makanan bergizi seimbang, khususnya sumber zat besi seperti daging merah, hati, dan sayuran hijau, serta mendorong penerapan gaya hidup sehat (Rusdi *et al.*, 2021).

Pemanfaatan media digital menjadi alternatif inovatif dalam promosi kesehatan. Website memungkinkan penyampaian informasi secara interaktif, menarik, dan mudah diakses kapan saja (Oktaria & Martha, 2023). Dibandingkan media konvensional seperti leaflet atau booklet, website lebih sesuai dengan karakteristik remaja yang akrab dengan teknologi digital (Aisah *et al.*, 2021). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi berbasis website mampu meningkatkan pemahaman dan perilaku kesehatan pada remaja (Meduri *et al.*, 2022).

Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 4 Pontianak menunjukkan sebagian besar remaja putri memiliki perilaku pencegahan anemia dalam kategori kurang dan belum pernah memperoleh edukasi terkait anemia. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif yang inovatif dan mudah diakses. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis efektivitas edukasi gizi berbasis website dalam meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Negeri 4 Pontianak.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasi-experimental* menggunakan desain *one group*

pretest–posttest. Subjek diukur melalui kuesioner sebelum dan setelah diberikan intervensi. Intervensi diberikan berupa *link* website yang diakses selama seminggu untuk melihat perubahan perilaku pencegahan anemia.

Penelitian ini dilakukan pada kelompok intervensi yang dilaksanakan pada bulan Januari 2026. Populasi yang diteliti adalah remaja putri kelas VII dan VIII di SMP Negeri 4 Pontianak. Besar sampel penelitian ini adalah 173 responden dengan teknik *stratified random sampling*.

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel independen (edukasi gizi berbasis website) dan variabel dependen adalah (perilaku pencegahan anemia). Analisis data yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Test* untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi.

Website “Waspada Anemia, Bebas 5 L” yang digunakan meliputi materi anemia (prevalensi anemia, definisi anemia, tanda dan gejala anemia, penyebab anemia, dampak anemia, upaya pencegahan anemia), materi gizi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, air, mineral, dan 10 pesan umum gizi seimbang), cara minum tablet tambah darah (pola konsumsi tablet tambah darah) dan berisi video tentang 10 pesan gizi seimbang. Website ini peneliti buat dengan desain animasi yang menarik, sesuai dengan karakteristik remaja, sehingga tampilannya lebih familiar dan mudah dipahami oleh responden.

Izin etik penelitian ini diperoleh dari Tim Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) STIKes Yarsi Pontianak Nomor: 111/KEPK/STIKes.YSI/XII/2025.

HASIL PENELITIAN

- a. Analisa univariat karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi (N=173)

| Sub Variabel | Frekuensi | % |
|----------------------------|------------|------------|
| Pendek (<21 hari) | 25 | 14,5 |
| Normal (21-35 hari) | 104 | 60,1 |
| Panjang (>35 hari) | 18 | 10,4 |
| Lainnya (belum menstruasi) | 26 | 15 |
| Total | 173 | 100 |

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki siklus menstruasi normal (21–35 hari) sebanyak 104 responden (60,1%). Sebanyak 25 responden (14,5%) memiliki siklus pendek (<21 hari) dan 18 responden (10,4%) memiliki siklus panjang (>35 hari), sedangkan 26 responden (15%) belum mengalami menstruasi.

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menstruasi (N=173)

| Sub Variabel | Frekuensi | % |
|----------------------------|------------|------------|
| Pendek (<2 hari) | 13 | 7,5 |
| Normal (2-5 hari) | 93 | 53,8 |
| Panjang (>6 hari) | 41 | 23,7 |
| Lainnya (belum menstruasi) | 26 | 15 |
| Total | 173 | 100 |

Berdasarkan dari tabel 2 menunjukkan bahwa Sebagian besar responden memiliki lama menstruasi normal (2–5 hari) sebanyak 93 orang (53,8%). Sebanyak 13 responden (7,5%) mengalami lama menstruasi pendek (<2

hari) dan 41 responden (23,7%) mengalami lama menstruasi panjang (>6

hari), sedangkan 26 responden (15%) belum mengalami menstruasi.

b. Analisa bivariat

Tabel 3 Analisa Perilaku Responden Dalam Pencegahan Anemia Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi (N=173)

| Kategori | PreTest | | PostTest | | Nilai P |
|---------------|---------|------|----------|------|---------|
| | N | f(%) | N | f(%) | |
| Kurang | 103 | 59,5 | 42 | 24,3 | 0,000 |
| Cukup | 69 | 39,9 | 123 | 71,1 | |
| Baik | 1 | 0,6 | 8 | 4,6 | |
| Total | 173 | 100 | 173 | 100 | |

Sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki perilaku pencegahan anemia kategori kurang sebanyak 103 orang (59,5%), kategori cukup 69 orang (39,9%), dan kategori baik hanya 1 orang (0,6%). Setelah intervensi, kategori kurang menurun menjadi 42 orang (24,3%), sedangkan kategori cukup meningkat menjadi 123 orang (71,1%) dan kategori baik meningkat menjadi 8 orang (4,6%).

Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov–Smirnov menunjukkan nilai signifikansi pretest sebesar 0,000 dan posttest sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Test*.

Tabel 4 Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Website Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 4 Pontianak

| | Hasil <i>PostTest</i> - Hasil <i>PreTest</i> |
|-------------------------------|---|
| Z | -7,600 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .000 |

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai Z sebesar $-7,600$ dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Tanda negatif pada nilai Z menunjukkan adanya peningkatan skor perilaku pencegahan anemia setelah diberikan edukasi gizi berbasis website. Nilai tersebut menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai sebelum dan sesudah intervensi, sehingga H ditolak.

PEMBAHASAN

Perbedaan Tingkat Perilaku Pencegahan Anemia Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Dengan Media Website “Waspada Anemia, Bebas 5 L”

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, mayoritas responden memiliki perilaku pencegahan anemia dalam kategori kurang sebanyak 103 responden (59,5%), kategori cukup sebanyak 69 responden (39,9%), dan kategori baik hanya 1 responden (0,6%). Setelah intervensi, terjadi perbaikan distribusi perilaku, ditandai dengan penurunan kategori kurang menjadi 42 responden (24,3%), serta peningkatan kategori cukup menjadi 123 responden (71,1%) dan kategori baik menjadi 8 responden (4,6%). Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan perilaku pencegahan anemia responden, terutama dari kategori kurang menjadi cukup dan baik.

Berdasarkan teori *Lawrence Green*, terdapat tiga faktor yang mempengaruhi perilaku pencegahan anemia yaitu faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai-nilai, persepsi, tradisi, dan elemen lain), faktor pendukung mencakup keberadaan fasilitas dan sarana kesehatan (puskesmas, rumah sakit, dan peralatan medis ataupun media informasi), dan faktor pendorong (peran orang tua, petugas kesehatan dan peran guru) (*Ismail et al., 2025*).

Edukasi gizi berbasis website berperan dalam meningkatkan faktor predisposisi yang menjadi salah satu upaya alternatif dalam membantu melakukan pencegahan dan penanggulangan anemia dengan target perubahan pengetahuan, sikap, praktik hingga perilaku individu, keluarga, kelompok,

ataupun masyarakat (*Hisanah et al., 2023*). Edukasi merupakan salah satu komponen yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan yang baik dapat menstimulasi terjadinya perubahan perilaku individu, khususnya dalam aspek kesehatan. Dengan meningkatnya pengetahuan, diharapkan akan terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih positif dan lebih sehat. Edukasi yang efektif memberikan kesempatan bagi individu untuk menentukan dan mengambil keputusan yang lebih tepat dalam bertindak (*Jamil et al., 2023*).

Hal ini relevan dengan karakteristik perkembangan remaja. Perkembangan kemandirian dan pencarian identitas menjadi sangat menonjol pada fase ini, seiring meningkatnya pola pemikiran dan kemampuan dalam membuat keputusan. Remaja mulai mampu mempertimbangkan konsekuensi suatu tindakan serta menentukan pilihan secara mandiri, termasuk dalam hal kesehatan. Perubahan tersebut dapat memengaruhi cara pandang remaja terhadap dirinya serta bagaimana mereka berperilaku dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam mengambil keputusan terkait perilaku kesehatan (*Hidayah et al., 2023*).

Hasil penelitian *Izdihar et al. (2022)*, menunjukkan bahwa berdasarkan penghitungan rasio prevalensi (prevalence ratio = PR) antara pengetahuan dan perilaku pencegahan anemia didapatkan nilai sebesar 3,1339286 (PR>1) dengan tingkat kepercayaan 95% sehingga diartikan remaja

putri dengan pengetahuan buruk dapat mempunyai risiko perilaku pencegahan anemia yang negatif sebesar 3,1339286 dibandingkan dengan remaja wanita yang berpengetahuan baik. Temuan ini menegaskan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting yang memengaruhi terbentuknya perilaku pencegahan anemia (Izdihar *et al.*, 2022).

Selain itu, edukasi berfungsi sebagai faktor pendukung yang memfasilitasi responden dalam memperoleh informasi kesehatan secara mandiri yang memiliki cakupan luas dalam upaya mengubah perilaku individu, sehingga mampu membentuk dan menerapkan kebiasaan makan yang sehat dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan penggunaan media yang efektif dan efisien dalam menunjang pelaksanaan edukasi gizi agar informasi yang disampaikan dapat diterima, dipahami, dan diaplikasikan dengan baik oleh sasaran edukasi (Rusdi *et al.*, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marfiah *et al.* (2023), berdasarkan hasil analisis diperoleh *odd ratio* (OR)= 4,357 (1,315 –14,436) artinya remaja putri yang mendapatkan informasi berpeluang 4 kali lebih besar memiliki perilaku pencegahan anemia positif dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mendapatkan informasi. Informasi tentang pencegahan anemia yang disampaikan dalam bentuk yang menarik sesuai dengan gaya hidup remaja masa kini dan disampaikan melalui media yang disukai oleh remaja, akan sangat melekat dalam pemikiran remaja tersebut

dan dapat memberikan pengaruh yang besar terhadap perubahan pada perilakunya (Marfiah *et al.*, 2023).

Selanjutnya, faktor pendorong dalam penelitian ini berkaitan peran orang tua dan petugas kesehatan di lingkungan sekolah (UKS). Lingkungan sekolah memiliki tujuan untuk menjaga siswa agar mampu menciptakan, meningkatkan, dan menumbuhkan suasana belajar yang sehat dan kondusif. Di sisi lain, keluarga merupakan lingkungan terdekat bagi remaja dan menjadi fondasi utama dalam pembentukan perilaku individu.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marfiah *et al.* (2023), hasil analisis *odd ratio* (OR)= 7,750 (2,325 – 25,829) artinya remaja putri yang mendapatkan dukungan keluarga lebih berpeluang 7 kali lebih besar untuk memiliki perilaku pencegahan anemia positif dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mendapatkan dukungan keluarga. Keluarga berperan penting dalam membentuk perilaku hidup sehat melalui kebiasaan mengonsumsi makanan bergizi, menjaga waktu istirahat, dan memantau kesehatan. Penelitian yang sama juga menunjukkan bahwa remaja putri dengan lingkungan sekolah yang positif memiliki peluang 3 kali lebih besar untuk memiliki perilaku pencegahan anemia yang baik dibandingkan dengan lingkungan sekolah negatif dengan *odd ratio* 3,056 (1,111 –8,404). Lingkungan sekolah, melalui peran guru dan fasilitas kesehatan sekolah, berkontribusi

dalam memberikan informasi, motivasi, dan arahan yang mendorong terbentuknya perilaku pencegahan anemia yang positif (Marfiah *et al.*, 2023). Berdasarkan hasil observasi, diketahui bahwa SMP Negeri 4 Pontianak telah mengimplementasikan program Makan Bergizi Gratis (MBG) sebagai upaya pemenuhan gizi peserta didik.

Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Website Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 4 Pontianak.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku pencegahan anemia sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi berbasis website. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis website efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri untuk menerapkan perilaku pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari.

Upaya pencegahan anemia pada remaja putri menjadi sangat penting karena masa remaja merupakan fase krusial dalam pembentukan kebiasaan makan serta pola hidup sehat. Edukasi gizi dan kesehatan merupakan salah satu pendekatan utama dalam mencegah terjadinya anemia. Namun demikian, metode edukasi konvensional sering dinilai kurang optimal dalam menarik minat dan mempertahankan perhatian remaja, mengingat kelompok usia ini sangat terbiasa

dengan penggunaan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari (Nurchayanti *et al.*, 2025). Oleh karena itu, penggunaan media digital seperti website dapat menjadi solusi inovatif dalam pelaksanaan penyuluhan kesehatan. Media website dapat diakses kapan saja dan di mana saja, serta mampu menyajikan informasi dalam berbagai format yang menarik, seperti artikel, video edukasi, dan infografis, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan keterlibatan remaja dalam upaya pencegahan anemia (Nasution & Wahyuni, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masmuri *et al.* (2025), menegaskan bahwa media digital memiliki potensi besar untuk meningkatkan efektivitas edukasi kesehatan di komunitas. Dengan tampilan visual yang menarik serta penyampaian informasi yang interaktif, dapat membantu menjelaskan konsep-konsep kesehatan yang kompleks dengan lebih mudah dipahami (Masmuri *et al.*, 2025). Sejalan dengan penelitian Andianto *et al.* (2025), yang menyatakan bahwa penggunaan media digital, seperti website, lebih efektif dibandingkan dengan metode konvensional, seperti ceramah langsung. Mayoritas peserta merasa lebih nyaman mengakses informasi melalui media digital karena dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja. Selain itu, peserta juga menyampaikan bahwa penyajian materi melalui gambar, video edukasi, serta penggunaan bahasa yang mudah dipahami pada media website sangat membantu dalam

meningkatkan pemahaman terhadap materi yang disampaikan (Andianto *et al.*, 2025).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja putri di SMP Negeri 4 Pontianak, diperoleh nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) pada uji *Wilcoxon* yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan edukasi gizi berbasis website terhadap perilaku pencegahan anemia, sehingga H_a diterima. Peningkatan perilaku terlihat dari kategori perilaku responden setelah intervensi, yang semula didominasi kategori kurang menjadi cukup dan baik, menandakan bahwa penyampaian informasi melalui media digital yang menarik, fleksibel, dan mudah diakses mampu meningkatkan pemahaman serta mendorong perubahan perilaku remaja dalam pemenuhan asupan zat besi, konsumsi tablet tambah darah, serta kebiasaan hidup sehat lainnya. Temuan ini memperkuat konsep promosi kesehatan berbasis teknologi sebagai strategi inovatif dalam keperawatan komunitas, karena media website tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga berdampak pada praktik nyata pencegahan anemia, sehingga berimplikasi pada pengembangan program edukasi kesehatan sekolah yang lebih adaptif terhadap perkembangan digital. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti merekomendasikan penelitian selanjutnya untuk mengembangkan penelitian dengan menambahkan kelompok kontrol, memperpanjang durasi intervensi, serta

mengkaji variabel lain seperti pengetahuan, sikap, atau kadar hemoglobin, sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas edukasi gizi berbasis website. Selain itu, penelitian selanjutnya juga perlu mempertimbangkan kemungkinan terjadinya drop out responden selama proses penelitian, misalnya dengan menyiapkan cadangan sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, S., Ismail, S., & Margawati, A. (2021). Edukasi kesehatan dengan media video animasi: Scoping review. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1), 641–655.
- Andianto, M. D., Suhita, B. M., & Agustin. (2025). Pendidikan Kesehatan dengan Media Website terhadap Efikasi Diri dan Self Care Management dalam kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal of Telenursing (JOTING)*, Volume 7,.
- Dinas Kesehatan Kota Pontianak. (2025). *Data Persentase Remantri Anemia Per PuskesmasTW 2 Tahun 2025*.
- Febriani, I. S., & Restanty, D. A. (2024). *Effectiveness of digital pocketbooks and posters on Anemia knowledge in adolescent women. Nursing and Health Sciences J*, 4(2), 171–176.
- Handayani, E. Y., Sari, E. Y., Nurkhasanah, S., Wulandari, S., & Ismail, M. A. (2024). Hubungan Lama Menstruasi Remaja Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp N 2 Tambusai Kabupaten

- Rokan Hulu. *Jannatul Makwa Health: Jurnal Ilmiah Kesehatan (Scientific Journal of Health)*, 2(2), 55–62.
- Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). *Gambaran kesehatan mental emosional remaja*.
- Hisanah, R., Nuryanto, N., Rahadiyanti, A., & Wijayanti, H. S. (2023). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Permainan Ular Tangga Dan Booklet Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*.
- Ismail, M., Aisah, S., Soesanto, E., & Pranata, S. (2025). *Anemia Prevention in Adolescent Females With Lawrence W. Green Theory Approach: A Literature Review. Babali Nursing Research*, 6(1), 176–191.
- Izdihar, M. S., Noor, M. S., Istiana, I., Juhairina, J., & Skripsiana, N. S. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Puteri di SMAIT Ukhuwah Banjarmasin. *Homeostasis*, 5(2), 333–342.
- Jamil, N., Hidayah, N., & Nisma, N. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Untuk Meningkatkan Pengetahuan Santri di Pondok Pesantren X Kubu Raya. *Pakmas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 123–126.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Cegah Anemia Raih Masa Remaja yang Sehat Aktif dan Berprestasi*. *Kemendes Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan*.
https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/4224/cegah-anemia-raih-masa-remaja-yang-sehat-aktif-dan-berprestasi
- Marfiah, M., Putri, R., & Yolandia, R. A. (2023). Hubungan Sumber Informasi, Lingkungan Sekolah, dan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pencegahan Anemia pada Remaja Putri Di SMK Amaliyah Srengseng Sawah Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(2), 551–562.
- Masmuri, M., Hidayah, N., & Limansyah, D. (2025). Edukasi Digital: Optimalisasi Peran Kader Kesehatan Melalui Video Pembelajaran Peduli Stunting. *LEMBAH: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 29–35.
- Meduri, N. R. H., Firdaus, R., & Fitriawan, H. (2022). Efektifitas Aplikasi Website Dalam Pembelajaran Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik. *Akademika*.
- Nasution, & Wahyuni. (2021). Penggunaan media digital dalam edukasi kesehatan masyarakat. *Jurnal Teknologi Informasi Dan Kesehatan*, 5(2)(45–60).
- Nurchayanti, F. D., Nurochim, E., Rini, S. D. W., Srimulti, S., & Setyadi, A. W. (2025). Efektivitas Media Digital Dalam Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(1), 434–440.
- Oktaria, R., & Martha, E. (2023). Analisis

Penggunaan Media Belajar Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berbasis Aplikasi Android dan Website: Sitematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), 2397–2404.

Puskesmas Kampung Dalam. (2025). *Laporan Kegiatan Pemeriksaan HB pada Remantri*.

Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandiang, P. A. (2023). Edukasi anemia bagi remaja putri sebagai upaya pencegahan dini stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(2), 97–102.

Rusdi, F. Y., Helmizar, H., & Rahmy, H. A. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram Terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 2 Padang. *Journal of Nutrition College*, 10, 31–38.

WHO. (2011). *Guideline: intermittent iron supplementation in preschool and school-age children*. World Health Organization.

<https://www.who.int/publications/i/item/9789241502009>

