



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 6980-6989

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Pemberian Video Animasi terhadap Pengetahuan Siswa SMAN 1 Ciampel terkait Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah

Wulan Furnama^{1✉}, Rini Harianti²

Universitas Singaperbangsa Karawang

Email: wulanfurnama24@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Anemia adalah kondisi berkurangnya kadar hemoglobin dalam tubuh, lebih banyak terjadi pada wanita dan remaja putri daripada pada pria. Sayangnya, banyak korban yang tidak menyadari penyakitnya. Menurut WHO, kadar hemoglobin normal pada remaja putri adalah 12 g/dl. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuasi-eksperimental dengan rancangan one-group pre-test post-test. Penelitian ini melibatkan 40 siswa kelas X SMAN 1 Ciampel yang mengalami anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada dampak atau peningkatan pengetahuan siswa kelas X SMAN 1 Ciampel setelah mengikuti penyuluhan gizi menggunakan media video animasi.

Kata Kunci: Anemia, Remaja Putri, Edukasi Gizi

Abstract

Anemia is a condition of reduced hemoglobin levels in the body, more common in women and young women compared to men. Unfortunately, many sufferers are unaware of their condition. WHO determined that the normal hemoglobin level in adolescent girls is 12 g/dl. This study employed a quasi-experimental approach using a one-group pre-test-post-test design. This research included 40 pupils from class X SMAN 1 Ciampel who had anemia. The result of the study is that there is an influence or increase in knowledge of class X students of SMAN 1 Ciampel after nutrition education using animated video media.

Keywords: *Anemia, Adolescent Girls, Nutrition Education*

PENDAHULUAN

Anemia adalah kondisi berkurangnya kadar hemoglobin dalam tubuh, lebih banyak terjadi pada wanita dan remaja putri daripada pada pria. Sayangnya, banyak penderita tidak menyadari keadaannya. Menurut WHO, kadar hemoglobin normal pada remaja perempuan adalah 12 g/dl (Rosdiana, 2023), terutama karena mereka mengalami menstruasi setiap bulan dan memerlukan asupan zat besi lebih tinggi (Susantini, 2023).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, anemia banyak diderita oleh remaja usia 15-24 tahun, yakni sebesar 32% dari jumlah penduduk atau sekitar 3-4 dari 10 remaja. Di Jawa Barat, pada tahun 2020 tercatat angka kejadian anemia pada remaja usia 13-19 tahun mencapai 42,4%. Hasil skrining dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karawang pada Januari-Februari 2023 menunjukkan bahwa dari 14.275 remaja putri kelas 7 hingga kelas 10, sebanyak 7.937 di Kabupaten Karawang mengidap anemia. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa prevalensi anemia remaja putri di Karawang mencapai 55,6% (Dinkes Karawang, 2023).

Anemia pada remaja putri memiliki dampak jangka pendek, seperti penurunan kemampuan belajar, gangguan pertumbuhan, penurunan kinerja fisik, dan penampilan pucat (Aulya et.al, 2022). Dampak jangka panjang termasuk risiko anemia selama kehamilan di masa mendatang, yang dapat menyebabkan risiko kematian saat melahirkan, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, keguguran, dan perdarahan selama persalinan yang dapat berakibat fatal bagi ibu dan bayi (Yanti EY, 2023).

Anemia dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pendidikan orang tua, kemiskinan keluarga, kesadaran dan sikap remaja putri mengenai anemia, asupan makanan, siklus menstruasi, dan tingkat infeksi (Martini, 2017). Kurangnya asupan zat besi merupakan penyebab utama anemia defisiensi besi (Chairunnisa & Probosari, 2019). Kebiasaan mengonsumsi kopi atau teh bersamaan dengan makanan juga dapat mengganggu penyerapan zat besi. Pengetahuan yang kurang dan sikap yang tidak mendukung juga dapat mempengaruhi anemia pada remaja putri (Listiana, 2016).

Mencegah anemia bisa dengan mengonsumsi Tablet Suplemen Zat Besi (TTD) dan mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, asam folat, vitamin A, vitamin C, dan seng. TTD diberikan oleh pemerintah kepada semua wanita usia subur, termasuk wanita hamil dan gadis remaja (Julaecha, 2020). Edukasi gizi tentang anemia remaja menggunakan berbagai media, salah satu media yang dapat digunakan adalah video animasi.

Studi awal di SMAN 1 Ciampel, Kabupaten Karawang, Provinsi Jawa Barat, menunjukkan bahwa 45,6% atau 89 remaja putri mengalami anemia dengan kadar

hemoglobin di bawah 12 g/dl. Oleh karena itu, diperlukan program edukasi gizi tentang anemia di SMAN 1 Ciampel untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri kelas X yang mengalami anemia di sekolah tersebut terkait pentingnya konsumsi tablet tambah darah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan rancangan *grup pre-test post-test*. Pada rancangan tersebut dilakukan *pre-test* sebelum diberikannya edukasi dengan menggunakan media video animasi, kemudian *post-test* dilakukan setelah pemberian edukasi terkait pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Populasi dalam penelitian ini adalah 40 orang siswa kelas X SMAN 1 Ciampel yang mengalami anemia. Penelitian ini dilaksanakan pada hari Kamis, 21 September 2023 di aula SMAN 1 Ciampel. Hasil dari intervensi yang telah dilakukan diukur dengan menggunakan uji T-paired sample jika data berdistribusi normal dan menggunakan uji wilcoxon jika tidak berdistribusi normal.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yang sesuai dengan kriteria inklusi dan pengecualian yang telah ditetapkan oleh peneliti. Kriteria inklusi terdiri dari remaja berusia 14 – 17 tahun adalah perempuan, mahasiswa jurusan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, dan bersedia mengisi kuesioner *pretest-posttest*. Dan kriteria pengecualian terdiri dari siswa non-MIPA, laki-laki, berusia <14 tahun dan >17 tahun dan hanya mengisi salah satu kuesioner.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi identitas subjek, data antropometri dan data mengenai kebiasaan konsumsi kafein. Data yang diminta untuk mengidentifikasi subjek meliputi nama lengkap, usia, umur, alamat, dan data kontak. Data berat badan dan tinggi badan diperoleh dengan pengukuran langsung selama penelitian berlangsung. Data kategori anemia diperoleh dengan cara mengukur kadar hemoglobin (Hb) dengan menggunakan alat hemoglobin meter yang dilakukan oleh seorang analis. Hasil pengukuran kadar hemoglobin kadar hemoglobin dikategorikan menjadi anemia (Hb <12 mg/dL) dan tidak anemia (Hb \geq 12 mg/dL).

Pengukuran berat badan dilakukan menggunakan timbangan analog dengan tingkat akurasi 100 gram. Pengukuran tinggi badan dilakukan dengan menggunakan microtoise dengan tingkat ketelitian 0,1 cm. Data status gizi diperoleh dari perhitungan nilai z-score dari indeks IMT/U yang diatur oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2010 yang diatur oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2010.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah berkurang ditandai dengan penurunan jumlah sel darah merah, hematokrit dan hemoglobin (Nasruddin et al., 2021). Hemoglobin juga diperlukan untuk pengangkutan oksigen dan sel darah merah jumlah hemoglobin yang sedikit atau tidak normal atau tidak mencukupi akan berkurang kemampuan darah membawa oksigen ke jaringan tubuh (WHO, 2021). Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin (Hb) seseorang kurang dari normal. Kadar normal Hb pada remaja putri adalah 12 g/dl (Taufiq, et.al, 2020).

Salah satu penyebab terjadinya anemia adalah kurangnya konsumsi tablet tambah darah. Tablet tambah darah merupakan suplemen untuk mencegah anemia defisiensi zat besi. Komposisi tablet tambah darah berisi ferrous sulfat, asam folat, dan ferrous fumarate (Illahi, 2015). Salah satu program pemerintah yakni remaja putri diberikan 1 tablet tambah darah setiap minggu yang didistribusikan melalui puskesmas atau sekolah. Ketidapatuhan remaja putri mengkonsumsi TTD dapat disebabkan oleh kesulitan atau masalah yang dihadapi remaja putri, seperti efek setelah konsumsi, rasa tidak enak atau bau dan lain lain.

Dampak dari anemia dapat menimbulkan berbagai masalah serius pada remaja. Remaja yang mengalami anemia akan memiliki kondisi lemah, letih, lesu, wajah tampak pucat dan pusing, menyebabkan berkurangnya konsentrasi, menghambat pertumbuhan fisik dan intelektual, penurunan produktivitas kerja (Angraeni, 2022). Saat remaja putri tersebut sudah dewasa, kondisi anemia diperparah ketika hamil yang menyebabkan tidak optimalnya pertumbuhan dan perkembangan janin, komplikasi hamil dan persalinan, serta berakibat pada kematian ibu dan anak (Kemenkes, 2021).

Edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan sehingga terhindar dari masalah gizi. Edukasi gizi adalah pendekatan edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap (Hasriani, et.al, 2023). Tujuan edukasi gizi adalah meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap serta mengarahkan kepada perilaku sehat. Perubahan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bersifat long lasting dibandingkan dengan perubahan perilaku yang disebabkan paksaan atau tekanan (Notoatmodjo, 2014).

Berdasarkan saran penelitian Tamrin (2019) dalam mengkomunikasikan edukasi perlu memanfaatkan media yang menarik agar sasaran bersemangat dalam mengikuti kegiatan edukasi. Media edukasi gizi merupakan alat bantu yang berfungsi untuk mempermudah penyampaian pesan-pesan gizi dan kesehatan (Hartono, dkk 2020). Media edukasi gizi contohnya adalah brosur, video animasi, podcast dan slide power point. Pada penelitian ini

menggunakan media video animasi. Pengetahuan merupakan hasil pemahaman dan terjadi setelah seseorang mempersepsikan suatu objek tertentu, termasuk kelima indera manusia (penglihatan, penciuman, pendengaran dan peraba) (Dewi & Ariani, 2021).

Pelaksanaan program intervensi dimulai dengan pengisian absensi, hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa seluruh rematri anemia hadir dalam penyuluhan. Peserta kemudian mengisi kuesioner pre-test dengan tujuan untuk mengukur pengetahuan awal peserta mengenai topik yang akan disampaikan. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi penyuluhan menggunakan berbagai media seperti podcast, video animasi, brosur dan slide Powerpoint. Materi penyuluhan membahas mengenai makanan sumber zat besi, pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), hubungan konsumsi kafein dan anemia serta hubungan kebiasaan sarapan pagi dengan anemia. Sesi penyuluhan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang memungkinkan peserta untuk berpartisipasi aktif dengan mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Hadiah diberikan kepada peserta yang aktif berpartisipasi dalam sesi ini. Setelah sesi tanya jawab, peserta diminta untuk mengisi kuesioner post-test yang akan digunakan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap peserta setelah mengikuti penyuluhan.

Berdasarkan data yang telah didapatkan di SMAN 1 Ciampel maka dapat dilihat pada diagram berikut :

Kategori LILA	Jumlah	Presentase (%)
Normal	111	56,9%
Kurang	84	43,1%
Total	195	100%

Kategori Hb	Jumlah	Presentase (%)
Normal	106	54,4%
Kurang	89	45,6%
Total	195	100%

Berdasarkan tabel tersebut, dari total 195 remaja putri kelas 10 SMAN 1 Ciampel yang telah melaksanakan pengecekan kadar Hb dan juga pengukuran antropometri yaitu

pengukuran LILA, maka dapat dilihat bahwa sebanyak 43,1% remaja putri memiliki LILA yang berada dibawah angka normal. Berdasarkan tabel tersebut juga dapat dilihat bahwa sebanyak 45,6% remaja putri mengalami anemia, karena persentase remaja putri yang mengalami anemia lebih tinggi maka akan dilakukan intervensi terkait anemia untuk mencegah dan mengurangi tingginya angka anemia pada remaja putri kelas 10 SMAN 1 Ciampel.

Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan sikap remaja putri anemia di SMAN 1 Ciampel mengenai konsumsi tablet tambah darah. Strategi advokasi yang akan diterapkan yaitu melakukan perizinan pada pihak sekolah, menetapkan jadwal intervensi yang akan dilakukan, melakukan pengisian kuesioner *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan awal peserta, memberikan intervensi dengan media video animasi mengenai konsumsi tablet tambah darah serta melakukan pengisian kuesioner *Post-test* untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan sikap peserta setelah diberikan intervensi.

Hasil yang diharapkan yaitu mendapatkan dukungan resmi dari pihak sekolah untuk melaksanakan program, partisipasi siswa serta terjadi peningkatan pengetahuan, kesadaran dan sikap remaja anemia di SMAN 1 Ciampel mengenai konsumsi tablet tambah darah.

Berdasarkan intervensi yang telah dilakukan kepada siswi SMAN 1 Ciampel terkait pentingnya konsumsi tablet tambah darah menggunakan media video animasi, didapatkan hasil sebagai berikut :

		RANKS		
		N	Mean Rank	Sum Of Ranks
Post-Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Pre-Test	Positive Ranks	38 ^b	19.50	741.00
	Ties	2 ^c		
	Total	40		
		Post-Test Pre-Test		
Z		-5.145 ^b		
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000		

Sumber: Data Primer, 2023

Intervensi pentingnya konsumsi tablet tambah darah dilakukan dengan cara memberikan video edukasi terkait pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Intervensi ini dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan remaja putri untuk mengkonsumsi tablet tambah

darah setiap minggunya. Intervensi dilakukan setelah pemberian *pre-test* kepada remaja putri untuk mengetahui sikap sebelum dilakukannya intervensi. *Post-test* diberikan kepada remaja putri beberapa hari setelah dilakukannya intervensi untuk mengetahui apakah terdapat perubahan sikap pada remaja putri setelah dilakukannya intervensi.

Hasil uji dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon* karena data yang diuji tidak berdistribusi normal. Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil terdapat perubahan atau peningkatan dari hasil *pre-test* dan juga *post-test*. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan hasil nilai signifikansi dari uji *wilcoxon* kurang dari 0,05 yang berarti terdapat perubahan atau peningkatan setelah dilakukannya intervensi.

Perkembangan teknologi memberikan kemudahan bagi remaja untuk mengakses informasi dimana menurut Rusman (2018) video animasi sebagai salah satu media pembelajaran untuk menciptakan kondisi dan suasana belajar yang menarik, menyenangkan dan interaktif juga memiliki berbagai kelebihan seperti praktis, informatif, dan ekonomis. Kelebihan lain yang dimiliki oleh media video animasi lainnya adalah adanya kombinasi antara audio dengan gambar bergerak sehingga pesan dapat divisualisasikan menjadi gerakan motorik, ekspresi wajah, serta suasana lingkungan tertentu (Jatmika et al., 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana berdasarkan hasil uji yang telah dilakukan dengan uji T (paired sample t test) didapatkan nilai sig < 0,05 yang berarti terdapat pengaruh dari edukasi melalui video animasi yang telah diberikan terhadap sikap remaja putri di Desa Aluh-Aluh Besar rt.04 setelah dilakukan pengisian kuesioner sebelum dan setelah dilakukannya edukasi. (Devia Lestari, et al., 2021). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suzana & Haris (2017) yang menyatakan bahwa penyuluhan dengan media animasi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terkait dengan makanan bergizi. Hal ini menggambarkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media animasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia.

Media pembelajaran yang divisualisasikan dalam bentuk gambar animasi akan lebih bermakna dan menarik, lebih mudah diterima, dipahami dan lebih memotivasi siswa dalam menerima informasi yang diberikan (Sukiyasa & Sukoco, 2013). Selain itu, penggunaan animasi dan efek khusus dalam sebuah media pembelajaran akan lebih baik dan efektif untuk menarik minat peserta didik. Media pembelajaran akan lebih baik dan lebih efektif untuk menarik perhatian peserta didik dalam situasi belajar baik di awal maupun di akhir rangkaian kegiatan pembelajaran.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh atau peningkatan pengetahuan siswi SMAN 1 Ciampel setelah dilakukannya intervensi terkait pentingnya konsumsi tablet tambah darah menggunakan media video animasi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Devia Lestari dimana terdapat pengaruh atau peningkatan pada pengetahuan dan sikap remaja putri di Desa Aluh-Aluh Besar rt.04 setelah dilakukan pengisian kuesioner sebelum dan setelah dilakukannya edukasi menggunakan media video animasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraeni, D. R. L. L. (2022). Deteksi Dini Anemia Melalui Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Prahita*, 03, 24–35.
- Aulya, Y., Siauta, J., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377-1386. <https://doi.org/10.37287/jppp.v4i4.1259>
- Basith, Abdul. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 4 Banjarbaru. *Dunia Keperawatan*, 5, 1.
- Chairunnisa, O., & Probosari, E. (2019). Perbedaan Kadar Hemoglobin Pada Santriwati Dengan Puasa Daud, Ngrowot Dan Tidak Berpuasa Di Pondok Pesantren Temanggung Jawa Tengah. *Journal of Nutrition College*, 8(2), 54. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Dewi, N. W., & Ariani, N. K. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi Menurunkan Risiko Stunting pada Balita di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Menara Medika*, 3(2), 148-154.
- Femyliati, R., & Kurniasari, R. (2022). Pemanfaatan Media Kreatif Untuk Edukasi Gizi Pada Remaja (Literature Review). *HEARTY: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 16-22.
- Hartono, R., & Andini, M., & Sartika, D., & Hasanah, B. U. (2020). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Dalam Mencegah Stunting melalui Edukasi Gizi Berbasis Media Di Kecamatan Biringkanaya dan Mamajang. *Media Implementasi Riset Kesehatan*, 1(1).
- Hasriani, St & Pratiwi, Wilda & Asnuddin, Asnuddin. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupaten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*. 3. 450-456.

10.59395/altifani.v3i3.404.

- Hidayah, T. N., Afriyani, L. D., Pratiwi, N. R., Purdianti, R. S., Liana, V., Susanti, S., Andaeni, W. R., Oktapiana, L., Rahmawati, R., & Fitri, J. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Kehamilan: Literatur Review. Call For Paper Seminar Nasional Kebidanan, 100–111.
- Illahi, D. (2015). Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) : Overview of Hemoglobin Levels in Young Women Who Consumed Iron Supplementation / Fe. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 2(1). <https://doi.org/10.26699/jnk.v2i1.ART.p020-029>
- Iqbal, W., Fazri, A. N., & Gusti, A. (2022). Efektifitas Media Booklet dan Brosur terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Pasangan Usia Subur tentang Program Keluarga Berencana. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 9(1), 15–22.
- Jayanti, Rahmi. (2018). Pengaruh Penyuluhan Tentang Pentingnya Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah di SDN 02 Baruga Kota Kendari. *Politeknik Kesehatan Kendari: Jurusan Gizi*.
- Julaecha. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 2(2), 109-112. doi: 10.36565/jak.v2i2.105 .
- Kemenkes RI. (2021). Remaja Putri Sehat Bebas Anemia di Masa Pandemi Covid-19. <https://promkes.kemkes.go.id/remajaputri-sehat-bebas-anemia-di-masapandemi-covid-19>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tentang Prevalensi Anemia Pada Tahun 2018. Jakarta:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Gizi Saat Remaja Tentukan Kualitas Keturunan. Kemenkes RI 2021.
- Ketaren, Y. R. O. B. (2019). Hubungan Pola Makan dengan Angka Kejadian Anemia pada remaja Putri di SMA Pencawan Medan Tahun 2018.
- Kismartini, Ihram Kustarto, dan Budi Puspo Priyadi. (2019). "Analisis Stakeholders Dalam Perspektif Governance: Upaya Pencegahan Penyebaran Berita Bohong (Hoax) di Jawa Tengah" Prosiding Seminar dan Lokakarya Kualitatif Indonesia 2019.
- Lestari, D., Arbaen, M. N., Butar, O. B. B., & Sari, A. R. (2021). Penanggulangan Rendahnya Konsumsi TTD Remaja Putri Melalui Penyuluhan Dan Pembentukan Duta Remaja. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(3), 545-551.
- Mayangsari, D., & Tiara, D. R. (2019). Podcast Sebagai Media Pembelajaran Di Era Milenial.

Jurnal Golden Age, 3(02), 126-135.

- Nasruddin, H., Syamsul, R. F. and Permatasari, D. (2021). 'Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia', *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), pp. 357– 364. doi: 10.36418/cerdika.v1i4.66.
- Nurmala, S., Sukaesih, N. S., & Lindayani, E. (2023). Pengaruh Media Podcast Pada Remaja Putri Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Pencegahan Anemia di SMPN 2 Sumedang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1131-1136.
- Notoatmodjo. (2014). Pendidikan kesehatan dan perilaku kesehatan. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Rosdiana, Rosdiana & Setiawati, Setiawati & Miskiyah, Miskiyah & Anggraeni, Surti & Wahyuni, Sari. (2023). Penyuluhan Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Kabupaten Muara Enim Tahun 2019. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. doi: <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i2.14745>
- Royani, I., Irwan, A.A., Arifin, A. (2019). Pengaruh Mengonsumsi Teh Setelah Makan terhadap Kejadian Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri. <https://jurnal.fk.umi.ac.id/index.php/umimedicaljournal/article/download/22/19>
- Saifuddin, A. (2016). Sikap Manusia Teori Dan Pengukurannya. Yogyakarta: Liberti. Sikap Manusia Teori Dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sandjaja, S. (2016). Prevalensi dan Faktor Risiko Anemia pada Wanita Usia Subur di Rumah Tangga Miskin di Kabupaten Tasikmalaya dan Ciamis, Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Reproduksi* 71–82.
- Silalahi, L. (2019). Hubungan pengetahuan dan tindakan pencegahan diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Promkes*, 7(2), 223.
- Sukiyasa, K., & Sukoco, S. (2013). Pengaruh media animasi terhadap hasil belajar dan motivasi belajar siswa materi sistem kelistrikan otomotif. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 3(1), 126–137. <https://doi.org/10.21831/jpv.v3i1.1588>
- Taufiq, Z., Ekawidyani, K., & Sari, T. (2020). *Buku Saku Anemia Untuk Remaja Putri: Aku Sehat Tanpa Anemia*. Wonderland Publisher.
- World Health Organization. (2021). WHO Global Database on Anaemia. Geneva; 2021