



PROMOSI KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA LEAFLET TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA MAHASISWI UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Health Promotion Using Leaflets to Improve Knowledge About Anemia Among Female Students at Lambung Mangkurat University

**Agnesia Stefany¹, Bayu Atha Al Ghifari Sugianto¹, Fajar Alfathan Ansari¹, Lisa Wulan Sari¹,
Lunar Maulidiwana Muntaz¹, Muhammad Farhan Azmi¹, Muhammad Nafiis¹, Ni Luh Bintang
Muktamirah¹, Reina Mukarramah¹, Okta Muthia Sari^{1*}**

¹ Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lambung Mangkurat,
Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

*Corresponding Authors: okta.sari@ulm.ac.id

ABSTRAK

Anemia menjadi salah satu persoalan gizi yang cukup sering dijumpai pada kelompok remaja putri, tidak terkecuali mahasiswi, dengan penyebab utama berupa minimnya konsumsi zat besi serta terbatasnya wawasan mengenai faktor risiko dan langkah pencegahannya. Program promosi kesehatan ini dirancang untuk memperluas wawasan mahasiswi Universitas Lambung Mangkurat seputar anemia dengan memanfaatkan media leaflet sebagai sarana edukasi. Pendekatan yang diterapkan mencakup pemaparan materi yang dilanjutkan sesi diskusi/tanya jawab, sementara tingkat pemahaman peserta diukur melalui kuesioner *pretest* dan *posttest* yang melibatkan 20 responden. Sebelum edukasi diberikan, skor rata-rata *pretest* tercatat sebesar 86%, dengan capaian paling rendah muncul pada aspek faktor risiko anemia (50%) dan pemahaman definisi anemia (75%). Setelah sesi edukasi berlangsung, skor rata-rata *posttest* naik menjadi 96%, atau terjadi peningkatan sebesar 11,63%. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan leaflet yang dikombinasikan dengan pemaparan materi dan sesi tanya jawab cukup berhasil meningkatkan pemahaman mahasiswi terkait pencegahan anemia. Melalui kegiatan ini, diharapkan tercipta salah satu langkah preventif untuk menurunkan angka kejadian anemia di kalangan mahasiswi seiring dengan penguatan literasi kesehatan secara berkesinambungan.

Kata kunci: *Anemia; Promosi Kesehatan; Leaflet; Pengetahuan; Mahasiswi*

Received: 10 Juli 2026

Accepted: 13 Agustus 2026

Published: 31 Agustus 2026



© Year Author(s). Published by DSM Publisher. This is Open Access article under the CC-BY-SA License
(<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/>



ABSTRACT

Anemia continues to be a frequently encountered nutritional issue among adolescent females, including university students, largely driven by insufficient iron consumption and limited awareness of its risk factors and preventive measures. This health promotion initiative was carried out to broaden the anemia-related knowledge of female students at Universitas Lambung Mangkurat through the use of leaflet media. The approach combined a direct presentation of material with an interactive question-and-answer segment, while participant comprehension was assessed via pretest and posttest questionnaires distributed to 20 respondents. Prior to the educational session, the average pretest score stood at 86%, with the weakest areas being knowledge of anemia risk factors (50%) and understanding of anemia's definition (75%). Following the intervention, the average posttest score rose to 96%, marking an 11.63% gain. These findings suggest that pairing leaflet-based media with lecture and discussion techniques meaningfully strengthens students' grasp of anemia prevention. The initiative is anticipated to function as a preventive measure capable of lowering anemia rates among female students through ongoing improvements in health literacy.

Keywords: Anemia; Health Promotion; Leaflet; Knowledge; Female Students

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia terutama pada wanita usia produktif. Kondisi anemia lebih sering terjadi kepada wanita dibandingkan pria karena wanita mengalami menstruasi setiap bulan sehingga kebutuhan zat besi menjadi lebih tinggi (Astuti, 2023). Berdasarkan data *World Health Organization*, prevalensi anemia di dunia pada wanita produktif usia 15-49 tahun mencapai 30,7%, sedangkan prevalensi anemia di wilayah Asia Tenggara pada wanita produktif usia 15-49 tahun mencapai 46,4% (WHO, 2025). Tingginya angka kejadian anemia ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian serius karena dapat menurunkan sistem imun tubuh, produktivitas, konsentrasi, serta kualitas hidup seseorang. Kondisi anemia sering dipengaruhi oleh kurangnya asupan gizi, gangguan penyerapan zat besi, stres, serta siklus menstruasi yang menyebabkan kehilangan darah secara terus-menerus (Syarfaini *et al.*, 2023).

Permasalahan anemia juga masih menjadi tantangan besar di Indonesia, terutama pada kelompok usia produktif. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang dirilis oleh Kemenkes RI, terjadi lonjakan signifikan pada angka kejadian anemia di kalangan remaja dan dewasa muda (usia 15–24 tahun). Prevalensi yang awalnya berada di angka 18,4% pada tahun 2013 meningkat menjadi 32% di tahun 2018, yang mencakup kurang lebih 14,7 juta orang (Kemenkes RI, 2018). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anemia pada usia muda masih menjadi tantangan serius dalam bidang kesehatan masyarakat di Indonesia. Tingginya angka

anemia pada kelompok usia muda disebabkan oleh beberapa faktor seperti pengetahuan yang rendah, sikap, dan kepatuhan terhadap mengonsumsi tablet tambah darah (Pibriyanti *et al.*, 2024).

Pola hidup yang kurang sehat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi tingginya kejadian anemia pada remaja putri. Faktor pemicu anemia sangat beragam, meliputi defisiensi nutrisi, proses infeksi, riwayat genetik, hingga penyakit kronis. Kekurangan zat besi menjadi penyebab yang paling sering dijumpai, terutama pada kelompok wanita usia produktif (Nabila *et al.*, 2024). Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia karena kebutuhan zat besi meningkat seiring dengan pertumbuhan yang cepat pada masa remaja, sementara kehilangan zat besi juga terjadi secara rutin melalui menstruasi. Kondisi tersebut dapat diperburuk oleh rendahnya asupan zat gizi, terutama zat besi, sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia pada remaja putri (Ariana & Fajar, 2024). Remaja putri juga sering melakukan diet yang tidak sehat karena ingin memiliki tubuh langsing sehingga asupan nutrisi menjadi berkurang. Pengetahuan yang rendah mengenai anemia, pola menstruasi, serta kebiasaan makan yang kurang baik turut meningkatkan risiko terjadinya anemia pada remaja putri (Astuti, 2023).

Edukasi kesehatan tentang anemia perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terkait penyebab, tanda dan gejala, pencegahan, serta penanganan anemia. Pengetahuan yang memadai dapat mendorong remaja menerapkan pola makan sehat, memenuhi kebutuhan zat besi tubuh, dan meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) (Listiawati *et al.*, 2020). Edukasi mengenai anemia perlu diberikan kepada mahasiswi karena peningkatan pengetahuan tentang anemia terbukti dapat membentuk sikap dan perilaku pencegahan yang lebih baik sehingga membantu menurunkan risiko terjadinya anemia pada wanita usia muda (Ariana & Fajar, 2024).

Peningkatan pengetahuan melalui edukasi diharapkan mampu membantu menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri (Nabila *et al.*, 2024). Berdasarkan latar belakang tersebut, promosi kesehatan mengenai “Kenali dan Cegah Anemia pada Mahasiswi Sejak Dini” menjadi sangat penting dilakukan sebagai upaya preventif untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta perubahan perilaku hidup sehat pada mahasiswi. Mahasiswi Universitas Lambung Mangkurat dipilih sebagai sasaran edukasi karena termasuk kelompok yang rentan mengalami anemia akibat menstruasi, pola makan yang kurang seimbang, dan aktivitas akademik yang padat, sehingga diperlukan peningkatan pengetahuan untuk mendukung kesehatan dan produktivitas mereka.

Kegiatan promosi kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswi di lingkungan Universitas Lambung Mangkurat tentang anemia melalui media *leaflet*.

METODE

Kegiatan promosi kesehatan ini berlangsung pada Selasa, 26 Mei 2026, pukul 12.00-13.00 WITA bertempat di lingkungan Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru. Sasaran kegiatan ini adalah mahasiswi di lingkungan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Persiapan kegiatan ini diawal dengan tim dibagi menjadi dua kelompok untuk memastikan efektivitas kerja, dengan pembagian peran yang mencakup edukator sebagai penyampai materi dan dokumentator. Materi edukasi disampaikan melalui media *leaflet* yang disusun berdasarkan pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Selama pelaksanaan, kami menerapkan metode pendekatan *person-to-person* agar penyampaian materi lebih personal dan memudahkan responden dalam memahami topik anemia secara mendalam. Efektivitas kegiatan diukur menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang mengacu pada jurnal pedoman pencegahan anemia atau literatur terkait. Instrumen evaluasi ini terdiri dari 10 soal yang mencakup aspek pengertian, gejala, penyebab, faktor risiko, pencegahan, hingga penanganan anemia (Ridawati *et al.*, 2026; Sari, 2024). Instrumen yang sama digunakan pada *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi.

Penilaian dilakukan dengan memberikan skor 10 untuk setiap jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah, sehingga total skor maksimal adalah 100. Tingkat pemahaman responden dianalisis dengan menghitung rata-rata persentase jawaban benar dari 10 soal tersebut, lalu membandingkan hasil antara *pre-test* dan *post-test* untuk melihat sejauh mana peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan materi. Perhitungan peningkatan pengetahuan pada peserta dihitung menggunakan rumus sebagai berikut (Setiani & Warsini, 2020).

$$\text{Nilai pengetahuan} = \frac{\text{Jumlah jawaban benar}}{\text{Jumlah pernyataan}} \times 100\%$$

$$\text{Peningkatan pengetahuan} = \frac{\text{Nilai rata rata posttest} - \text{nilai rata rata pretest}}{\text{Nilai rata rata pretest}} \times 100\%$$

Analisis dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test serta persentase peningkatan pengetahuan peserta. Hasil analisis digunakan untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi mengenai pencegahan anemia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Promosi kesehatan merupakan salah satu strategi yang digunakan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui kegiatan edukasi dan penyampaian informasi. Pelaksanaan promosi kesehatan bertujuan memperluas pengetahuan, membentuk sikap yang positif, serta mendorong perubahan perilaku agar masyarakat mampu menjaga kesehatannya secara mandiri. Keberhasilan pelaksanaan kegiatan tersebut dipengaruhi oleh kesesuaian metode penyampaian, media edukasi yang digunakan, serta kemampuan sasaran dalam memahami informasi yang diterima. Penggunaan media edukasi yang sesuai dapat mendukung efektivitas penyampaian pesan kesehatan sehingga tujuan promosi kesehatan lebih mudah tercapai (Anggorodiputro *et al.*, 2025).

Anemia masih menjadi permasalahan kesehatan yang sering dijumpai pada kelompok remaja, terutama remaja putri. Kondisi tersebut ditandai oleh kadar hemoglobin yang berada di bawah nilai normal sehingga kapasitas darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh menjadi berkurang. Risiko terjadinya anemia pada remaja putri lebih tinggi karena kebutuhan zat besi meningkat selama masa pertumbuhan, disertai kehilangan darah yang terjadi setiap periode menstruasi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Jenis anemia yang paling banyak ditemukan pada kelompok ini adalah anemia defisiensi besi. Risiko tersebut semakin meningkat apabila asupan makanan yang mengandung zat besi dan protein tidak mencukupi, disertai kebiasaan melewatkan waktu makan serta tingginya konsumsi makanan cepat saji. Rendahnya pengetahuan mengenai pentingnya pemenuhan gizi juga berpengaruh terhadap pola konsumsi remaja sehingga kejadian anemia masih banyak ditemukan dan memerlukan perhatian melalui kegiatan edukasi kesehatan (Hasyim, 2018).

Anemia yang dialami remaja putri dapat memberikan dampak terhadap kondisi kesehatan maupun aktivitas sehari-hari. Keluhan yang sering muncul meliputi tubuh mudah lelah, lemas, pucat, pusing, mengantuk, dan berkurangnya kemampuan berkonsentrasi. Kondisi yang berlangsung dalam waktu lama berpotensi menurunkan daya tahan tubuh, produktivitas, serta kesehatan reproduksi pada masa mendatang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Penurunan kadar hemoglobin menyebabkan distribusi oksigen menuju jaringan tubuh termasuk

otak, menjadi kurang optimal sehingga kemampuan belajar dapat menurun. Status gizi yang kurang baik juga berkaitan dengan meningkatnya risiko anemia. Remaja yang memiliki pola makan tidak seimbang umumnya menunjukkan kadar hemoglobin yang lebih rendah dibandingkan remaja dengan asupan gizi yang memadai. Konsumsi makanan sumber zat besi, seperti daging, hati, sayuran hijau, dan kacang-kacangan yang masih rendah menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian anemia pada remaja putri (Amalia *et al.*, 2023).

Pencegahan anemia memerlukan penerapan pola makan bergizi seimbang, peningkatan konsumsi bahan pangan yang kaya zat besi, serta kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran. Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta langkah pencegahan anemia. Pengetahuan yang memadai diharapkan mampu membentuk perilaku yang mendukung pemeliharaan kesehatan sehingga risiko anemia dapat ditekan. Pelaksanaan edukasi secara berkelanjutan juga dapat meningkatkan kesadaran remaja untuk menjaga kadar hemoglobin tetap berada pada kisaran normal. Dukungan keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan menjadi faktor yang turut memperkuat keberhasilan upaya pencegahan anemia pada remaja (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Media pendidikan kesehatan mempunyai peran penting dalam menunjang keberhasilan penyampaian informasi kepada sasaran. Salah satu media yang banyak digunakan adalah *leaflet* karena mampu menyajikan informasi secara singkat, jelas, dan disertai ilustrasi yang memudahkan pembaca memahami isi materi. Informasi yang terdapat pada *leaflet* dapat dibaca kembali setelah kegiatan penyuluhan selesai sehingga membantu memperkuat pemahaman peserta. Karakteristik tersebut menjadikan *leaflet* sebagai media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mendukung penyampaian informasi kesehatan (Safitri *et al.*, 2025).

Leaflet yang digunakan dalam kegiatan promosi kesehatan ini memuat informasi mengenai pengertian anemia, penyebab, tanda dan gejala, faktor risiko, dampak, serta langkah pencegahan melalui konsumsi makanan bergizi dan tablet tambah darah. Penyampaian materi tersebut diharapkan dapat meningkatkan pemahaman sekaligus kesadaran remaja mengenai pentingnya mempertahankan kadar hemoglobin dalam batas normal sebagai upaya pencegahan anemia sejak dini. Penyusunan media edukasi yang menarik dan mudah dipahami diharapkan mampu mendukung keberhasilan pelaksanaan promosi kesehatan pada kelompok remaja (Anggorodiputro *et al.*, 2025).

Tabel I. Hasil Evaluasi Pengetahuan Responden

No	Pertanyaan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		n	%	n	%
1	Apa yang dimaksud dengan anemia	15/20	75%	18/20	90%
2	Salah satu gejala anemia adalah	17/20	85%	20/20	100%
3	Penyebab utama anemia yang paling sering terjadi adalah	19/20	95%	20/20	100%
4	Berikut yang termasuk pencegahan anemia adalah	19/20	95%	19/20	95%
5	Contoh suplemen untuk anemia adalah	17/20	85%	18/20	90%
6	Orang yang mengalami anemia biasanya tampak	19/20	95%	20/20	100%
7	Bahaya anemia bagi tubuh adalah	19/20	95%	20/20	100%
8	Jika anemia berat, seseorang harus segera	17/20	85%	19/20	95%
9	Salah satu faktor risiko anemia adalah	10/20	50%	18/20	90%
10	Pengobatan anemia dapat dilakukan dengan	20/20	100%	20/20	100%
Rerata		86%		96%	

Pelaksanaan kegiatan berlangsung secara interaktif melalui pendekatan person-to-person. Selama penyampaian materi, peserta tidak hanya menerima informasi melalui leaflet, tetapi juga diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan dan berdiskusi dengan edukator. Diskusi yang berlangsung menunjukkan adanya ketertarikan peserta terhadap informasi mengenai anemia, khususnya mengenai gejala anemia, faktor yang dapat meningkatkan risiko anemia, serta upaya pencegahannya dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu aspek yang menjadi perhatian dalam diskusi adalah pemahaman peserta mengenai pentingnya pemenuhan kebutuhan zat besi dan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Diskusi tersebut memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengklarifikasi informasi yang sebelumnya telah mereka ketahui maupun informasi yang masih belum dipahami secara tepat.

Peserta kegiatan ini adalah 20 mahasiswi Universitas Lambung Mangkurat. Responden mengerjakan *pretest* terlebih dahulu sebelum kegiatan edukasi dimulai. Hasil *pretest* menunjukkan nilai rata-rata keseluruhan sebesar 86% (Tabel 1). Berdasarkan tabel hasil *pretest*, dapat dilihat soal terbanyak yang menunjukkan responden salah menjawab adalah nomor 9 mengenai faktor risiko

anemia hanya 50% responden yang menjawab dengan benar, diikuti nomor 1 mengenai definisi anemia sebesar 75% menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan masih terdapat responden yang kurang paham secara spesifik mengenai apa saja faktor risiko dan definisi pasti dari kondisi anemia. Rendahnya capaian nilai *pretest* pada indikator faktor risiko dan definisi anemia ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden masih berada pada tingkatan tahu, tetapi belum sepenuhnya memahami konsep anemia secara mendalam (Koidah *et al.*, 2025).

Nilai *pretest* yang rendah pada dasarnya mencerminkan kurangnya paparan informasi yang komprehensif, akurat, dan spesifik yang diterima oleh mahasiswi sebelum intervensi dilakukan. Rendahnya wawasan awal remaja mengenai anemia terjadi karena informasi kesehatan yang mereka terima umumnya bersifat superfisial sehingga mereka gagal mengidentifikasi pemicu klinis, seperti gangguan penyerapan zat besi maupun korelasi siklus menstruasi sebagai faktor risiko utama (Rahman & Fajar, 2024). Hal ini mengakibatkan mahasiswi cenderung menganggap anemia sebagai gejala kelelahan biasa dan bukan sebagai masalah defisiensi zat gizi makro atau mikro yang krusial (Indriasari *et al.*, 2022).

Rendahnya nilai awal ini juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan akademik di mana literatur kesehatan sering kali dianggap bukan sebagai prioritas literasi utama bagi mahasiswa non-kesehatan di luar jam perkuliahan. Kurangnya kesadaran kritis ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa rendahnya pengetahuan awal mengenai faktor risiko anemia di kalangan mahasiswi berkorelasi kuat dengan kurangnya pemanfaatan media edukasi yang interaktif di lingkungan kampus (Syarfaini *et al.*, 2023). Oleh karena itu, kondisi *pretest* yang rendah ini menegaskan pentingnya kehadiran media promosi kesehatan yang praktis seperti *leaflet* guna menjembatani kesenjangan informasi sehingga dapat meningkatkan kesadaran preventif mahasiswi dalam memperbaiki pola hidup dan mencegah anemia (Rosyad *et al.*, 2024).

Responden di sisi lain sudah sangat memahami mengenai pengobatan anemia yang terbukti dari hasil *pretest* mencapai 100% jawaban benar pada indikator tersebut. Responden mengerjakan *posttest* setelah pemberian materi edukasi untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan terkait pemahaman responden mengenai topik anemia. Hasil *posttest* menunjukkan kenaikan nilai rata-rata keseluruhan sebesar 96% dengan persentase kenaikan nilai sebesar 11,63%. Peningkatan nilai tersebut mengindikasikan bahwa pemberian edukasi berhasil meningkatkan pemahaman responden tentang anemia. Peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi mengindikasikan bahwa penggunaan *leaflet* sebagai media edukasi yang dikombinasikan dengan metode ceramah dan

diskusi interaktif merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai pencegahan anemia. Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan melalui *leaflet* dan ceramah memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta mengenai pencegahan anemia (Ariwati *et al.*, 2024). Kegiatan promosi kesehatan selanjutnya perlu dilakukan secara berkala dengan pengembangan media edukasi yang lebih interaktif serta penguatan materi terkait penerapan perilaku pencegahan anemia dalam kehidupan sehari-hari.

KESIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan mengenai pencegahan anemia pada mahasiswa di lingkungan Fakultas FMIPA dan Fakultas Faperta Universitas Lambung Mangkurat berhasil mencapai tujuan, yaitu meningkatkan wawasan peserta mengenai anemia dan upaya pencegahannya. Peningkatan tersebut terlihat dari rata-rata nilai peserta yang naik dari 86% saat *pretest* menjadi 96% saat *posttest*. Kegiatan promosi kesehatan selanjutnya perlu dilakukan secara berkala dengan pengembangan media edukasi yang lebih interaktif serta penguatan materi terkait penerapan perilaku pencegahan anemia dalam aktivitas sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih diucapkan kepada dosen yang sudah membimbing, para mahasiswa yang telah berpartisipasi sebagai responden, serta seluruh pihak yang mendukung kelancaran kegiatan promosi kesehatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R., Emi, S., & Yuli, A. (2023). Faktor-Faktor yang Menyebabkan Terjadinya Anemia pada Remaja Putri: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(9), 1715–1720.
- Anggorodiputro, R. R. R., Suryani, L., Marlina, R., Angelina, L. D., Rahayu, A. S., & Aulia, P. (2025). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 5(5), 1–9.
- Ariana, Rika, & Fajar, N. A. (2024). Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 10(1), 133–140.
- Ariwati, V. D., Nufus, H., Amalina, T., & Kurniasari, F. (2024). Promosi Kesehatan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 5(2), 69–77. <https://doi.org/10.36308/jabi.v5i2.747>

- Astuti, E. R. (2023). Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia pada Remaja Putri. *Jambura Journal of Health Science and Research*, 5(2), 550–561. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
- Hasyim, D. I. (2018). Pengetahuan, Sosial Ekonomi, Pola Makan, Pola Haid, Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan Aisyiyah*, 14(1), 6–14.
- Indriasari, R., Mansur, M. A., Srifitayani, N. R., & Tasya, A. (2022). Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan terkait Pencegahan Anemia pada Remaja Berlatar Belakang Sosial-Ekonomi Menengah ke Bawah di Makassar. *Amerta Nutrition*, 6(3), 256–261. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.256-261>
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Koidah, Masrikhiyah, R., & Ratnasari, D. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia dan Kecukupan Asupan Zat Besi (Fe) dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 2 Losari. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 7(1), 42–47.
- Listiawati, L. P. S. E., Made Dewantari, N., & Arwati, K. L. (2020). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah, Konsumsi Pangan Enhancer dan Inhibitor Zat Besi berdasarkan Status Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Gizi*, 9(4), 183–189. <https://www.ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/840>
- Nabila, P. R., Dora, S., Rachmat, S. S. M., Mauliya, N., Zahra, E. A., & Wulandari, I. P. (2024). Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Indramayu. *JAGRI: Jurnal Abmas Negeri*, 5(1), 86–95. <https://doi.org/https://doi.org/10.33650/jkp.v12i2.9405>
- Nabila, P. R., Samaria, D., Rachmat, S. S. M., Mauliya, N., Zahra, E. A., & Wulandari, I. P. (2024). Efektivitas Edukasi Anemia terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 5(1), 86–95. <https://doi.org/10.36590/jagri.v5i1.740>
- Pibriyanti, K., Habiba, A. B., Luthfiya, L., & Fathimah. (2024). Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah sebagai Faktor Risiko Kejadian Anemia Remaja Putri. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 8(2), 119–132. <https://doi.org/10.21580/ns.2024.8.2.20708>
- Ridawati, I. D., Juartika, W., Feri, J., & Zuraidah. (2026). Implementasi Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMPN B Sriatton. *Penamas: Journal of Community Service*, 6(1), 141–152.
- Rosyad, S. R., Wulandatika, D., & Fatimah, S. (2024). Effectiveness of Video Versus Leaflet Education on Anemia Prevention Knowledge among Young Women: A Comparative Study. *Journal of Health Technology Assessment in Midwifery*, 7(1), 50–55.
- Safitri, L., Suhrawardi, Kristiana, E., & Isnaniah. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia Remaja Putri di SMPN 8 Satap Mantewe Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 1(8), 1432–1437. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v1i8.297>
- Sari, D. A. (2024). Pemberian Edukasi terkait Anemia Menggunakan Media Leaflet dan PowerPoint terhadap Pengetahuan Remaja di Desa Kalimas, Kecamatan Besuki, Kabupaten Situbondo. *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 712–719. <https://doi.org/10.20473/>
- Setiani, D. Y., & Warsini. (2020). Efektifitas Promosi Kesehatan Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Pencegahan Osteoporosis. *Jurnal Kesehatan Holistic*, 4(2), 55–67. <https://doi.org/10.33377/jkh.v4i2.83>



- Syarfaini, Amelia, P., Afika, D., Nirwana, & Damayanti, R. (2023). Kejadian Anemia pada Mahasiswi: Kontribusi Pengetahuan dan Asupan Makanan. *Sociality: Journal of Public Health Service*, 2(2), 123–129. <https://doi.org/10.24252/sociality.v2i2.40348>
- World Health Organization (WHO). (2025). *WHO Global Anaemia Estimates: Key Findings*.