

PENGEMBANGAN KARTU TRUTH OR DARE UNTUK EDUKASI PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Fajrin Violita^{1*}, Natalia Paskawati Adimuntja²

^{1,2}Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih, Indonesia

fajrin.violita@alumni.ui.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Kasus anemia pada remaja perlu mendapatkan perhatian khusus karena menjadi salah satu faktor risiko kejadian stunting. Anemia pada remaja putri rentan terjadi karena mengalami menstruasi setiap bulannya. Dampak anemia pada remaja juga dapat menurunkan daya tahan tubuh dan konsentrasi remaja sehingga berdampak pada proses belajarnya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan hardskill mitra yaitu kemampuan mengembangkan kartu sebagai alat bantu edukasi tentang anemia pada remaja putri. Metode kegiatan pengabdian ini adalah edukasi menggunakan media kartu "Truth or Dare" tentang anemia. Tahapan kegiatan dimulai dari pra kegiatan, pelaksanaan dan evaluasi. Adapun mitra pengabdian ini berjumlah 2 orang, yaitu petugas promosi kesehatan dan penanggung jawab posyandu remaja di Puskesmas Emereuw, Kota Jayapura. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan sejak bulan Juli-Agustus 2024 menghasilkan satu set kartu "Truth or Dare" tentang anemia. Evaluasi media kartu dilakukan di Posyandu Remaja Organda, Wilayah Kerja Puskesmas Emereuw. Hasilnya, dari total 12 peserta remaja putri, hasil *pre-posttest* berisi 12 pertanyaan, ditemukan peningkatan rata-rata pengetahuan remaja tentang anemia yaitu 9,17 menjadi 10,92 setelah edukasi menggunakan kartu "Truth or Dare".

Kata Kunci: Anemia; Edukasi; Kartu; Remaja Putri.

Abstract: Anemia cases in teenagers need special attention because they are one of the risk factors for stunting. Anemia in teenage girls is prone to occur because they experience menstruation every month. The impact of anemia in teenagers can also reduce the body's resistance and their concentration, thus affecting their learning process. The aim of this community service is to improve partners' hard skills, specifically the ability to develop cards as educational tools about anemia for teenage girls. The method of this community service activity was education using the "Truth or Dare" card media about anemia. The stages of the activity start from pre-activity, implementation and evaluation. There are 2 partners, the health promotion officer and the person in charge of the youth posyandu at the Emereuw Community Health Center, Jayapura City. This community service activity was carried out from July to August 2024, produced a set of "Truth or Dare" cards about anemia. The evaluation of card media was carried out at the Organda Youth Posyandu in the Emereuw Community Health Center Working Area. As a result, from a total of 12 teenage girls participants, the pre-post with total 12 questions test, results found an increase in the average knowledge of adolescents about anemia, 9.17 to 10.92 after education using the "Truth or Dare" cards.

Keywords: Anemia; Education; Card; Teenage Girl.



Article History:

Received: 21-11-2024

Revised : 30-12-2024

Accepted: 02-01-2025

Online : 01-02-2025



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Anemia pada remaja putri adalah kondisi medis yang cukup umum dan sering diakibatkan oleh kekurangan zat besi. Anemia adalah kondisi dimana tubuh memiliki kadar hemoglobin atau sel darah merah yang kurang dari batas normal (Kemenkes RI, 2018b; WHO, 2019). Selain ibu hamil, kelompok populasi yang rentan mengalami anemia adalah remaja putri karena telah mengalami menstruasi (Asmin & Adhi, 2024; Kemenkes, 2019). Pada tahun 2019, secara global diprediksikan sebanyak 30% wanita usia 15-49 tahun mengalami anemia, dimana wilayah Afrika dan Asia Tenggara dengan kasus tertinggi (WHO, 2019).

Kejadian anemia pada remaja putri perlu penanganan segera sebab dapat memicu implikasi jangka panjang, termasuk risiko stunting. Sebab remaja yang mengalami anemia akan berlanjut hingga menjadi ibu hamil, akibatnya mereka lebih beresiko mengalami perdarahan pasca persalinan, bayi lahir prematur, berat bayi lahir rendah hingga risiko kematian (Anggreiniboti, 2022; Young et al., 2023). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi remaja usia 15-24 tahun yang mengalami anemia sebesar 32%, meningkat lebih tinggi dimana tahun 2013 dilaporkan 22,7%. Jika dibandingkan dengan seluruh remaja di Indonesia, maka dapat dikatakan 3 dari 10 remaja mengalami anemia (Kemenkes RI, 2018a).

Adapun data dari Dinas Kesehatan Provinsi Papua menggambarkan bahwa prevalensi kasus anemia pada wanita usia subur pada tahun 2020 sebesar 34% (Tuturop et al., 2023). Selain kasus anemia yang masih tergolong tinggi, upaya pencegahan dengan cakupan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di Provinsi Papua masih rendah yaitu 10,6% (Kemenkes, 2019). Sementara itu, studi di Kota Jayapura menemukan bahwa 79,7% remaja sekolah tidak rutin mengonsumsi TTD yang telah dibagikan dengan alasan tidak tahu manfaatnya (Pamangin, 2023). Salah satu puskesmas di wilayah Kota Jayapura yaitu Puskesmas Emereuw di Kecamatan Hedam melaporkan kasus anemia pada remaja putri masih cukup tinggi, hasil skrining pada awal tahun 2024 menemukan sebesar 11,3% remaja putri anemia ringan, 36,2% anemia sedang dan 1,7% mengalami anemia berat. Masih tingginya kasus anemia tersebut dapat diasumsikan karena remaja masih tidak teratur mengonsumsi TTD yang diberikan (Puskesmas Emereuw, 2024).

Anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari segi asupan nutrisi, kondisi medis, hingga gaya hidup yang dapat menyebabkan kurangnya zat besi yang dibutuhkan tubuh (Jaelani et al., 2018; Rahmawati & Fauziah, 2024). Faktor lainnya adalah kurangnya pengetahuan tentang anemia, penyebab dan dampaknya bagi kesehatan. Beberapa program seperti pembagian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja telah dilakukan. Pemberian tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri merupakan strategi untuk memenuhi kebutuhan zat besi mereka,

namun cakupan kepatuhan konsumsi TTD tersebut masih tergolong rendah (Kemenkes RI, 2018a).

Beberapa riset menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi remaja dalam menerapkan perilaku pencegahan anemia (Pamangin, 2023; Utari et al., 2020). Program edukasi perlu dilakukan agar pengetahuan remaja terus meningkat. Penggunaan media sebagai alat bantu tentu dapat mempermudah penyerapan informasi (Kamilah, 2021). Media yang dimaksud diantaranya berupa media cetak seperti leaflet atau memanfaatkan social media (Siregar & Koerniawati, 2022; Violita, 2024). Edukasi dapat menjadi lebih menarik jika media yang digunakan dikembangkan menjadi sebuah permainan. Studi eksperimental di beberapa wilayah telah membuktikan bahwa penggunaan media seperti kartu milenial, *flashcard* dan kartu kuartet berisi materi tentang anemia berpengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan dan sikap remaja (Hazanah, 2022; Styaningrum & Metty, 2021; Wahyuni & Amareta, 2019).

Upaya penanggulangan anemia oleh pemerintah bersama dengan UNICEF telah menyusung program aksi bergizi. Program tersebut fokus kepada intervensi berupa sarapan dan minum TTD, edukasi gizi serta komunikasi perubahan perilaku (Anggreiniboti, 2022). Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas Puskesmas Emereuw diketahui bahwa dalam masalah anemia pada remaja putri, program aksi bergizi telah dilakukan di Sekolah Menengah Pertama dan Posyandu Remaja. Cakupan pemberian TTD pada remaja pun sudah cukup baik. Namun, kendala yang masih dihadapi adalah tingkat konsumsi TTD oleh remaja yang masih rendah. Remaja yang tidak mengonsumsi TTD secara rutin dikarenakan kurang paham waktu mengonsumsi, merasa mual setelah minum TTD, bahkan mendapat larangan dari ibu karena berpikir TTD hanya untuk ibu hamil saja. Selain itu, masih ada perilaku yang beresiko menyebabkan anemia, seperti kebiasaan konsumsi teh dan kopi pada remaja putri.

Oleh karena itu, edukasi terus menerus perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri akan pentingnya perilaku pencegahan anemia sejak dini. Untuk mendukung program aksi bergizi, edukasi dapat ditingkatkan dengan metode yang lebih interaktif yaitu dibantu dengan media permainan. Pemilihan Kartu "*Truth or Dare*" disesuaikan dengan sasaran remaja yang sering dan menyukai permainan tersebut. Kartu "*Truth or Dare*" menjadi prioritas solusi yang ditawarkan untuk kasus anemia pada remaja putri ini. Tujuan edukasi adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya penerapan perilaku pencegahan anemia sejak dini.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini bermitra dengan 2 petugas dari Puskesmas Emereuw yaitu petugas promosi kesehatan dan penanggung jawab posyandu remaja di Puskesmas Emereuw, Kota Jayapura. Adapun lokasi pengabdian bertempat di Posyandu Remaja Organda yang berlokasi di Perumahan Organda, Hedam, Kec. Heram, Kota Jayapura. Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah edukasi dengan menggunakan media kartu. Media kartu tersebut dikembangkan sesuai dengan karakteristik target penyuluhan tentang anemia yaitu remaja putri. Tim pelaksana pengabdian ini berasal dari Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih.

Langkah-langkah pengembangan media terbagi dalam tiga tahapan. Tahap pertama pra kegiatan adalah proses analisa awal kebutuhan media kartu yang akan digunakan sebagai alat edukasi pada remaja putri. Tahap ini diskusi dilakukan antara tim pengabdian dengan pihak mitra. Tahap kedua adalah pelaksanaan pengembangan media kartu "*Truth or Dare*" tentang anemia sesuai dengan hasil analisa awal dan pada tahap terakhir dilakukan evaluasi untuk menilai efektivitas media yang telah dikembangkan menggunakan kuesioner *pre* dan *post-test* berisi 12 pertanyaan tentang anemia.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengembangkan media edukasi berupa Kartu "*Truth or Dare*" tentang anemia. Proses kegiatan berlansung sejak bulan Juli-Agustus 2024 oleh tim pengabdian berkoordinasi dengan mitra yaitu Petugas Promosi Kesehatan dan Penanggung Jawab Posyandu Remaja dari Puskesmas Emereuw, Kota Jayapura. Berikut adalah tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini:

1. Tahap Pra Kegiatan

Tahap pertama dalam pengabdian masyarakat ini adalah analisa kebutuhan sasaran. Sebelum mengembangkan media kartu "*Truth or Dare*" tentang anemia ini telah dilakukan diskusi antara tim pengabdian Bersama mitra. Beberapa hal yang didiskusikan adalah karakteristik sasaran seperti usia peserta posyandu remaja, dan terkait pengetahuan tentang anemia yang masih belum dipahami para remaja. Menurut pihak Puskesmas Emereuw, pencegahan Anemia telah dilakukan dengan membagikan Tablet Tambah Darah (TTD) disertai edukasi. Namun, beberapa kendala yang dihadapi adalah masih terdapat remaja yang tidak mengonsumsi TTD karena tidak tahu waktu kapan harus minum, merasa mual setelah minum TTD hingga kendala pihak orang tua yang melarang minum TTD karena menurut mereka tablet tersebut hanya untuk ibu hamil.

Media kartu "*Truth or Dare*" dipilih berdasarkan hasil analisa karakteristik sasaran, dimana usia remaja diketahui lebih tertarik kepada

jenis permainan kartu tersebut. Hasil diskusi juga menjadi bahan untuk menyusun isi kartu tersebut. Pada proses pra kegiatan ini, dilakukan pengembangan kartu “*Truth or Dare*”, sesuai dengan konsep permainan jujur berani, kartu terbagi menjadi dua jenis, yaitu kartu *truth* atau jujur berisi pertanyaan tentang anemia dan kartu *dare* atau berani berisi tantangan perintah yang harus dilakukan peserta. Satu set Kartu “*Truth or Dare*” terdiri dari 9 kartu *truth* atau jujur dan 9 kartu *dare* atau berani.

Isi kartu “*Truth*”/Jujur adalah pertanyaan tentang anemia. Tujuannya adalah agar remaja menjadi lebih paham tentang bahaya anemia dan menegaskan pentingnya konsumsi/ minum tablet tambah darah sejak masih usia remaja. Selain itu pertanyaan tentang diet, kopi dan teh ditujukan untuk memberi pemahaman pada remaja bahwa hal-hal tersebut merupakan penyebab dari anemia. Adapun isi kartu *Dare*/Berani berisi tantangan untuk melakukan penyebaran informasi tentang anemia kepada sesama remaja melalui sosial media, sehingga secara tidak langsung para remaja telah mengedukasi teman sebayanya. Berikut adalah rincian isi kartu “*Truth or Dare*”, seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Rancangan Isi Kartu “*Truth or Dare*”

Kartu	<i>Truth</i> /Jujur	<i>Dare</i>/Berani
1	Kenapa remaja putri lebih beresiko terkena anemia?	Upload 1 Poster CEGAH ANEMIA di Status WA
2	Apakah kamu sering minum kopi/teh?	Kirim Poster CEGAH ANEMIA di salah satu Grup WA Anda
3	Seberapa rajin kamu sarapan/ makan pagi? Apa yang kamu makan saat sarapan?	Kirim chat WA ke teman Anda yang suka minum kopi/teh tentang risiko anemia
4	Menurut kamu, apakah anemia berbahaya bagi remaja?	Buat status WA tulisan tentang ajakan CEGAH ANEMIA
5	Menurut kamu apakah remaja perlu minum Tablet Tambah Darah?	Kirim Poster CEGAH ANEMIA di salah satu Grup WA Anda
6	Ceritakan apa yang kamu ketahui tentang anemia?	Upload 1 Poster CEGAH ANEMIA di Story IG
7	Apakah kamu pernah diet? Menurut kamu apakah diet bisa menyebabkan anemia?	Buat Video ajakan CEGAH ANEMIA dan Upload di Status WA
8	Seperti apakah ciri-ciri remaja yang mengalami anemia?	Kirim chat WA ke teman Anda yang suka diet/ malas sarapan tentang risiko anemia
9	Apa yang harus dilakukan agar terhindar dari anemia?	Buat Video ajakan CEGAH ANEMIA dan Upload di IG/Tiktok

Set Kartu “*Truth or Dare*” tersebut dilengkapi dengan pemutar roda acak yang akan digunakan saat bermain. Berikut adalah penampakan satu set Kartu “*Truth or Dare*” yang telah dibuat, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Set Kartu “*Truth or Dare*” tentang Anemia

2. Tahap Pelaksanaan

Setelah mengembangkan set Kartu “*Truth or Dare*” tentang anemia, selanjutnya kartu tersebut akan diuji coba melalui proses edukasi di Posyandu Remaja Organda di Wilayah kerja Puskesmas Emereuw. Pelaksanaan edukasi dilakukan pada tanggal 5 Oktober 2024 yang dihadiri oleh 12 remaja dan 1 kader remaja. Kegiatan dimulai dengan pengisian *kuesioner pre-test*, pemaparan materi singkat, lalu dilanjutkan dengan memainkan kartu “*Truth or Dare*”. Diakhir sesi peserta kemudian kembali diberikan *kuesioner post-test* yang akan menjadi bahan evaluasi, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Proses Bermain Kartu “*Truth or Dare*” tentang Anemia

Selama proses bermain kartu “*Truth or Dare*” peserta merespon dengan sangat baik. Jenis permainan ini telah sering dimainkan oleh anak usia remaja sehingga selama proses kegiatan pengabdian para peserta aktif dan tercipta situasi belajar yang menyenangkan. Beberapa peserta yang mendapatkan kartu *Truth* atau jujur dapat menjawab pertanyaan pada kartu dengan baik dan benar. Saat dimana peserta selesai menjawab pertanyaan diselingi dengan penjelasan lebih detail sehingga terjadi edukasi berulang. Adapun untuk peserta yang mendapatkan kartu *Dare* atau berani sangat antusias untuk mengikuti perintah yang terisi, seperti perintah untuk mengunggah poster tentang pencegahan anemia, mengirimkan pesan

singkat melalui *WhatsApp* kepada teman yang memiliki pola makan beresiko anemia hingga tantangan untuk membuat video singkat ajakan mencegah anemia.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan menggunakan kuesioner *pre-posttest* yang telah dibagikan dan diisi secara mandiri oleh peserta saat pelaksanaan edukasi dengan alat bantu media kartu "*Truth or Dare*". Hasil olah data dari kuesioner tersebut menjadi cara untuk menilai tingkat keberhasilan kegiatan ini. Berikut adalah tabel rata-rata nilai *pre-posttest* tentang pengetahuan anemia dari total 12 peserta permainan kartu "*Truth or Dare*", seperti terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Rata-rata Nilai Pre-Post Test

Kuesioner	Nilai Min	Nilai Max	Mean	Total
Pre Test	8.00	11.00	9.17	12
Post Test	9.00	12.00	10.92	12

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan hasil *pre-posttest* pada Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan remaja putri tentang anemia. Diketahui nilai tertinggi dari 12 pertanyaan kuesioner adalah 12 poin jika semua jawaban benar. Rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum edukasi adalah 9.17 dan meningkat menjadi 10.92 setelah edukasi menggunakan kartu tersebut. Peningkatan rata-rata pengetahuan ini menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan kartu "*Truth or Dare*" dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang anemia.

Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media kartu dapat membuat proses edukasi menjadi lebih interaktif dan menyenangkan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memodifikasi permainan kartu "*Truth or Dare*" yang disesuaikan dengan materi anemia. Pemilihan kartu tersebut sesuai dengan target atau sasaran edukasi yaitu usia remaja. Penggunaan media kartu "*Truth or Dare*" ini menjadi salah satu permainan edukatif yang membantu proses pemahaman lebih mudah dimengerti. Hasil studi terdahulu di Malang yang juga menggunakan kartu "*Truth or Dare*" untuk edukasi tentang *menarche* pada remaja putri menemukan temuan yang serupa, dimana pengetahuan responden mengalami peningkatan signifikan setelah mendapat Pendidikan kesehatan dengan media kartu "*Truth or Dare*" (Noviyanti et al., 2021).

Media penyampaian informasi kesehatan memainkan peran penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia. Dengan menggunakan alat bantu yang tepat, seperti kartu permainan maka cara pencegahan anemia dapat disampaikan secara efektif. Sesuai dengan tujuan yang diharapkan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, manfaat yang

diharapkan telah tercapai, yaitu dengan mengembangkan kartu “*Truth or Dare*” telah mempermudah penyampaian informasi di Posyandu Remaja. Penggunaan media kartu permainan tersebut membuat suasana edukasi yang interaktif dan menarik sehingga tidak membosankan. Peserta tidak pasif, hanya duduk mendengar ceramah tetapi dengan bermain kartu membuat peserta lebih aktif dalam menerima informasi kesehatan yang disampaikan.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berhasil mengembangkan kartu “*Truth or Dare*” tentang anemia. Hasil evaluasi kartu dilakukan menggunakan kuesioner *pre-posttest* dimana ditemukan peningkatan rata-rata pengetahuan remaja tentang anemia, yaitu dari 9.17 meningkat menjadi 10.92 setelah edukasi menggunakan kartu “*Truth or Dare*”. Disarankan kepada pihak Puskesmas Emereuw untuk dapat menggunakan kartu “*Truth or Dare*” dalam program edukasi pada remaja agar proses berjalan lebih interaktif dan tidak membosankan. Selain itu, media kartu tersebut dapat pula dikembangkan atau diduplikasi pada topik-topik kesehatan lainnya yang menyangkut pada usia remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Cenderawasih yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Selain itu, ucapan terima kasih tim penulis sampaikan kepada pihak Puskesmas Emereuw Kota Jayapura dan remaja putri dari Posyandu Remaja Organda yang telah ikut aktif dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Anggreiniboti, T. (2022). Program Gizi Remaja Aksi Bergizi Pada Remaja Putri Di Indonesia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 5(2), 60–66. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/949/424>
- Asmin, M. L. P., & Adhi, K. T. (2024). Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Usia 15-24 Tahun Pada Daerah Pedesaan Di Indonesia (Analisis Data Rischesdas 2018). *Archive of Community Health*, 11(1), 17–28. <https://bemj.ejournal.id/BEMJ/article/view/82/116>
- Hazanah, R. (2022). *Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Kartu Kuartet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 7 Kota Bengkulu 2022* [Poltekkes Kemenkes Bengkulu]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Jaelani, M., Simanjuntak, B. Y., & Yuliantini, E. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Poltekkes*, 12(2), 78–90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Kamilah, S. Z. (2021). Literatur Review : Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Beresiko Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Bidkesmas Respati*, 01(12), 54–74. <https://ejurnal.stikesrespati->

- tsm.ac.id/index.php/bidkes/article/view/370/291
- Kemenkes. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5
- Kemenkes RI. (2018a). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. In *Kemertrian Kesehatan RI* (Vol. 53, Issue 9). https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Kemenkes RI. (2018b). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri & Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/buku-pedoman-pencegahan-dan-penanggulangan-anemia-pada-remaja-putri-dan-wanita-usia-subur>
- Noviyanti, A., Wandu, & Jupriyono. (2021). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Permainan Kartu TOD (Truth or Dare) Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Usia Sekolah Tentang Menarche di Mi Ma'arif NU Nurul Islam Pronojiwo* [Poltekkes Kemenkes Malang]. https://perpus-utama.poltekkes-malang.ac.id/assets/file/kti/P17421173014/4._ABSTRAK_.pdf
- Pamangin, L. O. M. (2023). Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(2), 311–317. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/746/432>
- Puskesmas Emereuw. (2024). *Profil Kesehatan Puskesmas Emereuw*.
- Rahmawati, & Fauziah. (2024). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Jalan Ery Suparjan Kelurahan Sempaja Utara Kota Samarinda Tahun 2023. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 7(1), 01–11. <https://bemj.e-journal.id/BEMJ/article/view/82/116>
- Siregar, M. H., & Koerniawati, R. D. (2022). Pencegahan Dini Anemia Pada Remaja Putri Melalui Edukasi “Katakan Tidak Pada Anemia.” *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(2), 1319. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i2.7197>
- Styaningrum, S. D., & Metty, M. (2021). Games Kartu Milenial Sehat sebagai media edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di sekolah berbasis asrama. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 171. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i2.236>
- Tuturop, K. L., Pariaribo, K. M., & Adimuntja, N. P. (2023). *Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri, Mahasiswa FKM Universitas Cendrawasih*. 2(1), 19–25. <file:///C:/Users/asusc/Downloads/46797-118273-4-PB.pdf>
- Utari, W. R., Lisum, K., & Marlina, P. W. N. (2020). *the Relationship of Respondents' Characteristics and Information Sources With Knowledge About Iron Deficiency*. 12 No 3(June), 379–386. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v12i3.773>
- Violita, F. (2024). Pengaruh Sosial Media Sebagai Edukasi Online Tentang Anemia Pada Remaja Putri di Kota Jayapura. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(2), 198–204. <https://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/1202/691>
- Wahyuni, D., & Amareta, D. I. (2019). Pengembangan Media Pendidikan Kesehatan Flashcard Anemia. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 69–74. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v7i2.73>
- WHO. (2019). *Anemia in Women and Children*. <https://www.paho.org/en/enlace/anemia-women-and-children>
- Young, M. F., Luo, H., & Suchdev, P. S. (2023). The challenge of defining the global burden of iron deficiency anaemia. *The Lancet Haematology*, 10(9), e702–e704. [https://doi.org/10.1016/S2352-3026\(23\)00168-0](https://doi.org/10.1016/S2352-3026(23)00168-0)