JILPI: JURNAL ILMIAH PENGABDIAN DAN INOVASI
2026, Vol.5, No.1, pp. 47-56
Doi: https://doi.org/10.57248/jilpi.v5i1.943

Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri melalui Pendidikan Kesehatan

Ilham[1], Zaenal Arifin[2], Indah Wasliah[3], Baiq Ruli Fatmawati[4]

[1,2,3,4] Institut Kesehatan Yarsi Mataram, Mataram, Indonesia

Abstrak: Masalah kesehatan yang masih dihadapi Indonesia berkaitan dengan gizi, yaitu kekurangan gizi, kelebihan gizi, dan kekurangan zat gizi mikro seperti anemia. Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang ditandai dengan tingginya prevalensi pada remaja putri dan ibu hamil. Jenis anemia yang paling banyak dialami remaja putri adalah anemia defisiensi besi akibat kurangnya asupan zat besi dan kehilangan darah saat menstruasi. Remaja putri yang mengalami anemia dan kemudian hamil berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) serta berisiko memiliki anak stunting. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang anemia melalui pendidikan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan pada 30 Juli 2026 di Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya, Kabupaten Lombok Tengah, dengan peserta 35 santriwati. Pengetahuan peserta diukur menggunakan pre-test dan post-test. Jumlah peserta berpengetahuan tinggi meningkat dari 2 orang (5,71%) pada pre-test menjadi 12 orang (34,29%) pada post-test, sedangkan peserta berpengetahuan rendah menurun dari 5 orang (14,29%) menjadi 1 orang (2,86%). Pendidikan kesehatan merupakan langkah penting dan efektif untuk meningkatkan pengetahuan serta mencegah anemia pada santriwati.

Kata Kunci: Anemia, Pencegahan, Pendidikan Kesehatan, Remaja

Abstract: *Nutrition-related health problems persist in Indonesia, including undernutrition, overnutrition, and micronutrient deficiencies such as anemia. Anemia remains a public health concern, marked by its high prevalence among adolescent girls and pregnant women. The most common type among adolescent girls is iron deficiency anemia, caused by inadequate iron intake and blood loss during menstruation. Adolescent girls with anemia who later become pregnant are at risk of delivering low birth weight (LBW) babies and of having stunted children. This community service activity aimed to increase adolescents' knowledge and understanding of anemia through health education. The activity was carried out on 30 July 2026 at Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya, Central Lombok Regency, with 35 female students (santriwati) as participants. Knowledge was measured with a pre-test and post-test. The number of participants with high knowledge increased from 2 (5.71%) in the pre-test to 12 (34.29%) in the post-test, while those with low knowledge decreased from 5 (14.29%) to 1 (2.86%). Health education is an important and effective step in increasing knowledge and preventing anemia among. adolescence.*

Keywords: *Adolescence, Anemia, Health Education, Prevention*

Disubmit: 14 Oktober 2026 | Direvisi: 19 Oktober 2026 | Diterima: 28 Oktober 2026

Hak Cipta © 2026 Penulis
This is an open access article under the CC BY-SA License.

Penulis Korespondensi:
*** Indah Wasliah**
Email: indahwasliah80@gmail.com

Cara sitasi: Ilham, Arifin, Z., Wasliah, I., & Fatmawati, B. R. (2026). Upaya pencegahan anemia pada remaja putri melalui pendidikan kesehatan. *Jurnal Ilmiah Pengabdian dan Inovasi*, 5(1), 47–56. https://doi.org/10.57248/jilpi.v5i1.943

1. Pendahuluan

Salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian di Indonesia adalah masalah gizi, yaitu kekurangan gizi, kelebihan gizi, dan kekurangan zat gizi mikro seperti anemia. Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang dapat dialami oleh semua kelompok umur, mulai dari balita hingga lanjut usia, dan ditandai dengan tingginya prevalensi pada remaja putri dan ibu hamil. Anemia adalah keadaan ketika kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah daripada nilai normal, padahal Hb merupakan komponen sel darah merah yang berperan mengangkut oksigen (O_2) ke seluruh tubuh (Kemenkes, 2023).

Masa remaja ditandai dengan perubahan dan perkembangan fisik, kognitif, psikis, dan mental. Pertumbuhan fisik remaja perlu didukung oleh asupan gizi yang cukup, karena ketidakcukupan asupan dapat menghambat pertumbuhan (WHO, 2014). Salah satu masalah gizi pada remaja adalah defisiensi zat gizi mikro yang menyebabkan anemia (Kemenkes, 2019). Secara global, anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, terutama pada anak kecil, remaja putri, perempuan yang sedang menstruasi, serta perempuan hamil dan pascapersalinan. WHO memperkirakan 40% anak berusia 6–59 bulan, 37% perempuan hamil, dan 30% perempuan berusia 15–49 tahun di dunia menderita anemia (WHO, 2025). Data WHO tahun 2023 menunjukkan prevalensi anemia pada perempuan usia 15–49 tahun sebesar 30,7%, dengan jumlah penderita di Asia Tenggara mencapai 256,6 juta orang (WHO, 2025). Di Indonesia, Riskesdas 2018 mencatat prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 48,9% dan pada kelompok usia 15–24 tahun sebesar 32% (Kemenkes, 2018). Persentase remaja putri yang mengalami anemia di Kabupaten Lombok Barat tercatat sebesar 11,89%.

Menurut WHO (2025), anemia dapat disebabkan oleh kekurangan zat gizi, pola makan atau penyerapan zat gizi yang tidak memadai, infeksi, peradangan, penyakit kronis, kondisi ginekologis dan obstetrik, serta kelainan sel darah merah bawaan. Penelitian Sari, et al, 2023) menemukan bahwa faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri adalah lama perdarahan setiap siklus menstruasi, konsumsi zat besi, berat badan, tinggi badan, dan lingkar lengan atas. Penelitian Putri, et al, (2024), di SMPN 18 Merangin menunjukkan 29 responden (60,4%) berstatus gizi kurang atau lebih, 35 responden (72,9%) memiliki tingkat konsumsi zat besi (Fe) kurang, 30 responden (62,5%) memiliki siklus menstruasi tidak normal, dan 43 responden (89,6%) mengalami anemia.

Penelitian tersebut membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi, tingkat konsumsi zat besi, dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia. Temuan serupa dilaporkan

Qomarasari dan Mufidaturrosida (2023), yang menghubungkan status gizi, pola makan, dan siklus menstruasi dengan anemia pada remaja putri. Qomarasari dan Qomarasari dan Mufidaturrosida (2023), menjelaskan bahwa kekurangan gizi mengganggu pembentukan protein darah sehingga jumlah hemoglobin menurun, sedangkan ketidakseimbangan gizi menyebabkan kebutuhan zat besi sebagai bahan utama pembentukan hemoglobin tidak terpenuhi.

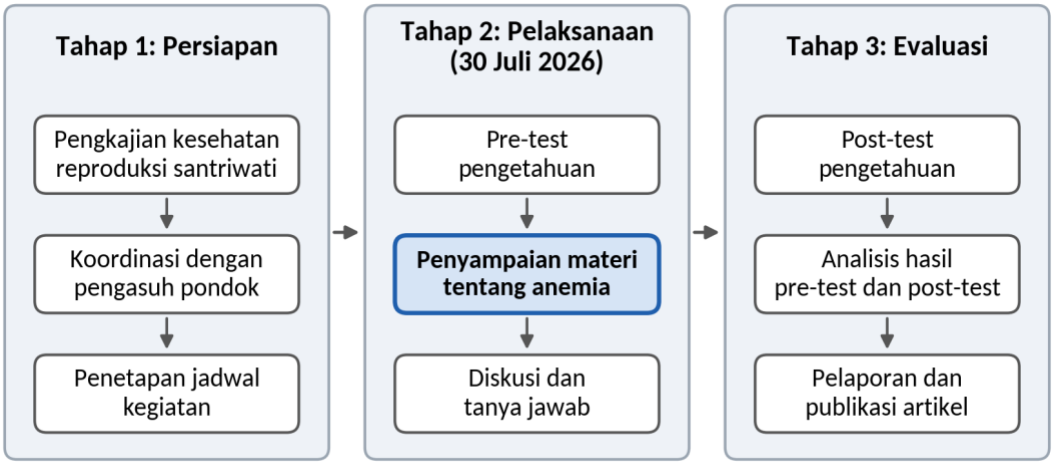
Dampak anemia dapat bersifat jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek berupa menurunnya produktivitas, kebugaran, dan daya tahan tubuh, sedangkan dampak jangka panjang berupa risiko perdarahan serta melahirkan bayi prematur atau dengan berat badan lahir rendah (BBLR), yang selanjutnya meningkatkan risiko *stunting*, kematian ibu, dan kematian bayi (Kemenkes, 2023). Pada remaja putri, anemia menurunkan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran, dan produktivitas (Puteri et al., 2024). Remaja putri yang menderita anemia berisiko tetap anemia saat hamil, sehingga dapat mengalami komplikasi kehamilan dan persalinan, melahirkan bayi BBLR, serta meningkatkan risiko kematian ibu dan anak (Kemenkes, 2016).

Penelitian Turmuzi et al., (2023), tentang skrining anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah, Desa Beleka, Gerung, Lombok Barat, menemukan keluhan lesu (19,63%), letih (16,82%), lalai (46,73%), pandangan berkunang-kunang (15,89%), dan pusing (64,49%). Temuan ini menunjukkan bahwa santriwati merupakan kelompok yang perlu mendapat perhatian khusus. Edukasi tentang anemia dan penggunaan tablet tambah darah terbukti meningkatkan pengetahuan remaja di Kota Mataram (Sofya et al., 2023), dan edukasi gizi seimbang meningkatkan pengetahuan siswa di Kabupaten Lombok Tengah (Ardian et al., 2023). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang anemia melalui pendidikan kesehatan, sehingga remaja putri mampu melakukan pencegahan sejak dini melalui perubahan perilaku. Kegiatan ini juga merupakan dukungan terhadap program pemerintah dalam mencegah peningkatan kejadian anemia pada remaja putri melalui upaya promotif dan preventif (Kemenkes, 2023).

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pendidikan kesehatan tentang anemia dengan tema “Remaja Bebas Anemia”. Sasaran kegiatan adalah 35 santriwati Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya, Kabupaten Lombok Tengah, dan kegiatan dilaksanakan pada 30 Juli 2026. Materi bertujuan agar peserta mengenali tanda dan gejala anemia serta mampu melakukan pencegahan sejak dini. Kegiatan ini merupakan tindak lanjut dari hasil pengkajian kesehatan reproduksi santriwati yang telah dilakukan sebelumnya. Setelah berkoordinasi dengan pengasuh pondok pesantren, tim menetapkan jadwal pelaksanaan edukasi. Pelaksanaan diawali dengan *pre-test*, dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak,

serta pencegahan anemia, kemudian diskusi dan tanya jawab, dan diakhiri dengan *post-test*. Pengetahuan peserta diukur menggunakan kuesioner yang sama pada *pre-test* dan *post-test*, lalu dikelompokkan menjadi kategori rendah, sedang, dan tinggi. Data dianalisis secara deskriptif dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Tahapan kegiatan disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Diagram alir tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

3. Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pendidikan kesehatan tentang anemia telah dilaksanakan pada 30 Juli 2026 di Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya, Kabupaten Lombok Tengah, dan diikuti oleh 35 santriwati dengan karakteristik usia sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Peserta Berdasarkan Usia di Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya Kabupaten Lombok Tengah

Usia	n	%
13-14 tahun	13	37,14
15-17 tahun	19	54,29
18 tahun	3	8,57
Total	**35**	**100,00**

Sebagian besar peserta berada pada rentang usia 15–17 tahun, yaitu 19 orang (54,29%). Pendidikan kesehatan diawali dengan *pre-test*, dilanjutkan dengan penyampaian materi, dan diakhiri dengan *post-test*. Hasil pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan tentang Anemia di Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya Kabupaten Lombok Tengah

Pengetahuan	Pre-Test		Post-Test	
	n	%	n	%
Rendah	5	14,29	1	2,86
Sedang	28	80,00	22	62,86
Tinggi	2	5,71	12	34,29
Total	**35**	**100,00**	**35**	**100,00**

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum edukasi sebagian besar santriwati berpengetahuan sedang, yaitu 28 orang (80,00%), dan hanya 2 orang (5,71%) yang berpengetahuan tinggi. Setelah edukasi, jumlah santriwati berpengetahuan tinggi meningkat menjadi 12 orang (34,29%), sedangkan yang berpengetahuan rendah menurun dari 5 orang (14,29%) menjadi 1 orang (2,86%). Hasil ini menunjukkan adanya pergeseran pengetahuan ke kategori yang lebih baik setelah peserta mengikuti pendidikan kesehatan.

Anemia defisiensi besi merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan pada remaja putri. Penyebabnya antara lain kurangnya konsumsi sumber zat besi, meningkatnya kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan, kehilangan darah akibat menstruasi, rendahnya kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD), serta kurangnya pengetahuan remaja tentang anemia (Djuantoro, 2014). Remaja putri yang memiliki riwayat anemia berisiko mengalami anemia ketika hamil, yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan janin serta berpotensi menimbulkan komplikasi kehamilan dan persalinan (Kemenkes, 2016).



Gambar 2. Pelaksanaan pre-test sebelum penyampaian materi tentang anemia



Gambar 3. Kegiatan PkM melalui pendidikan kesehatan tentang anemia pada Remaja Putri

Untuk mencegah anemia pada Remaja Putri, diperlukan upaya penanggulangan sesuai rekomendasi WHO, antara lain melalui kegiatan promotif berupa pendidikan kesehatan yang melibatkan berbagai organisasi dan sector (Kemenkes, 2016). Kegiatan pengabdian ini merupakan

bentuk partisipasi institusi pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan Remaja Putri, serta mencegah dan menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri.

Peningkatan pengetahuan Remaja Putri, setelah edukasi ini sejalan dengan kegiatan Nurwiyanti dan Agustin (2025) di Kramatwatu, Provinsi Banten, yang menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang anemia yang signifikan berdasarkan nilai *pre-test* dan *post-test*. Hasil serupa dilaporkan oleh Pabidang et al., (2025) pada remaja putri SMP Bintang Langkat dan dalam edukasi anemia sebagai upaya pencegahan *stunting*. Di Lombok Tengah, edukasi gizi seimbang juga terbukti meningkatkan proporsi siswa berpengetahuan baik dari 20% menjadi 90% (Ardian et al., 2023). Dengan demikian, pendidikan kesehatan merupakan langkah penting dan efektif untuk meningkatkan pengetahuan serta mencegah anemia pada remaja putri (Nurjanah, 2023).

Sesi diskusi berlangsung aktif dan memunculkan beberapa pertanyaan yang mencerminkan pemahaman awal santriwati. Pertanyaan pertama adalah apakah anemia sama dengan "darah rendah". Narasumber menjelaskan bahwa anemia adalah rendahnya kadar hemoglobin, sedangkan "darah rendah" dalam percakapan sehari-hari biasanya merujuk pada tekanan darah rendah (hipotensi), sehingga keduanya merupakan kondisi yang berbeda meskipun gejalanya dapat mirip, seperti pusing dan lemas. Pertanyaan kedua berkaitan dengan alasan remaja putri perlu minum tablet tambah darah (TTD) meskipun merasa sehat, serta efek mual dan tinja berwarna hitam setelah meminumnya. Narasumber menjelaskan bahwa TTD diberikan sebagai pencegahan karena kebutuhan zat besi meningkat selama pertumbuhan dan menstruasi; mual dapat dikurangi dengan meminumnya setelah makan atau sebelum tidur, sedangkan tinja berwarna hitam merupakan efek yang wajar dari zat besi. Pertanyaan ketiga adalah apakah kebiasaan minum teh setelah makan di pondok memengaruhi anemia. Narasumber menjelaskan bahwa teh dan kopi menghambat penyerapan zat besi sehingga sebaiknya tidak diminum bersamaan dengan makan atau TTD, dan dianjurkan mengonsumsi sumber vitamin C seperti jeruk untuk membantu penyerapan (Sofyaet al., 2023). Pertanyaan keempat adalah bagaimana mengetahui seseorang mengalami anemia tanpa pemeriksaan laboratorium. Narasumber menjelaskan tanda yang dapat dikenali, seperti gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lalai), kelopak mata bagian dalam dan telapak tangan yang pucat, tetapi menegaskan bahwa kepastian anemia hanya dapat diketahui melalui pemeriksaan kadar Hb di fasilitas kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan ini menghadapi beberapa tantangan. Pertama, jadwal Remaja Putri, yang padat dengan kegiatan belajar dan ibadah membuat waktu edukasi terbatas, sehingga materi harus disampaikan secara ringkas dan tanya jawab tidak dapat menjangkau seluruh peserta. Kedua, rentang usia peserta cukup lebar, yaitu 13–18 tahun, sehingga tingkat pemahaman awal berbeda dan narasumber perlu menyesuaikan bahasa agar materi dapat dipahami oleh Remaja Putri, termuda maupun tertua. Ketiga, sebagian remaja Putri, awalnya tampak malu bertanya tentang menstruasi, yang masih dianggap topik pribadi, sehingga tim perlu membangun suasana yang nyaman sebelum

diskusi berjalan aktif. Keempat, kegiatan ini baru mengukur perubahan pengetahuan dalam jangka pendek dan belum disertai pemeriksaan kadar Hb, sehingga status anemia peserta dan perubahan perilaku setelah edukasi belum dapat dinilai.

Beberapa praktik baik diperoleh dari kegiatan ini. Koordinasi awal dengan pengasuh pondok pesantren memudahkan penetapan jadwal, penyediaan ruang, dan mobilisasi peserta, sehingga seluruh 35 santriwati dapat mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Penggunaan *pre-test* dan *post-test* memberikan gambaran yang terukur tentang perubahan pengetahuan dan menjadi dasar evaluasi kegiatan. Materi yang dikaitkan dengan kebiasaan sehari-hari di pondok, seperti menu makanan, kebiasaan minum teh, dan konsumsi TTD, membuat santriwati lebih mudah memahami dan menerapkan pesan pencegahan. Lingkungan pondok pesantren yang berasrama juga berpotensi dimanfaatkan untuk melanjutkan edukasi melalui pendekatan teman sebaya (*peer education*), sebagaimana pendekatan tersebut diterapkan dalam kegiatan literasi kesehatan masyarakat (Rusiana., 2026). Ke depan, kegiatan dapat dikembangkan bersama puskesmas setempat melalui skrining kadar Hb dan pemantauan konsumsi TTD secara berkala.

4. Kesimpulan

Pendidikan kesehatan tentang anemia meningkatkan pengetahuan Remaja Putri, Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya: peserta berpengetahuan tinggi bertambah dari 2 orang (5,71%) menjadi 12 orang (34,29%), dan peserta berpengetahuan rendah berkurang dari 5 orang (14,29%) menjadi 1 orang (2,86%). Kegiatan ini merupakan upaya promotif dan preventif agar remaja mampu mengenali faktor risiko anemia dan memperbaiki perilaku menjadi lebih sehat. Kegiatan serupa disarankan dilakukan secara berkala bersama puskesmas, disertai skrining kadar Hb dan pemantauan konsumsi TTD, agar perubahan perilaku dan status anemia Remaja Putri, dapat dievaluasi.

5. Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Pondok Pesantren Sa'adattuddarain Praya, Kabupaten Lombok Tengah, yang telah memberikan izin, ruang, dan dukungan penuh sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pendidikan kesehatan ini dapat terlaksana dengan lancar.

Daftar Pustaka

Ardian, J., Jauhari, M. T., Rahmiati, B. F., Naktiani, W. C., & Solehah, N. Z. (2023). *Peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada siswa siswi di SMPN 1 Peringgarata Lombok Tengah*. *JILPI: Jurnal Ilmiah Pengabdian dan Inovasi, 1*(4), 875–884.

Djuantoro, D. (2014). *Patofisiologi: Buku ajar ilustrasi*. Binarupa Aksara.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS)*. Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat

Jenderal Kesehatan Masyarakat.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil utama Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Buku panduan untuk fasilitator: Aksi bergizi, hidup sehat sejak sekarang untuk remaja kekinian*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri (Upaya Pencegahan Anemia)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Mentari, D., & Nugraha, G. (2023). *Mengenal anemia: Patofisiologi, klasifikasi, dan diagnosis*. BRIN.

Nurjanah, F. W. (2023). E*dukasi penanggulangan anemia pada remaja putri dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Jurnal Budimas, 5*(2).

Nurwiyanti, & Agustin, E. A. (2025). Edukasi pencegahan dan penanganan anemia untuk meningkatkan kualitas hidup remaja putri di Kab. Kramatwatu Provinsi Banten. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhineka, 3*(4).

Pabidang, S., Ernawati, E., & Mudrik. (2025). Edukasi kesehatan tentang pencegahan anemia pada remaja putri di SMP Bintang Langkat. *Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat (Ji-SOMBA), 4*(2), 96–105.

Prastiwi. (2024). Pengabdian kepada masyarakat edukasi anemia pada remaja dalam upaya pencegahan stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat (PKM), 7*(8), 3595–3606.

Puteri, M. D., Wulandatika, D., & Fatimah, S. (2024). The impact of anemia on adolescent girls in the future. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan (Abdigermas), 2*(3), 74–78.

Putri, K. P., Jeki, A. G., & Fatmawati, T. Y. (2024). Status gizi, tingkat konsumsi zat gizi besi (Fe) dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri. *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan, 2*(1), 9–15.

Qomarasari, D., & Mufidaturrosida, A. (2022). Hubungan status gizi, pola makan dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas VIII di SMPN 3 Cibeber. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga, 6*(2).

Rusiana, H., Yasir, L. A., Safitri, R. P., Hidayati, B. N., & Salfarina, A. L. (2026). Literasi kesehatan: PHBS sebagai upaya perawatan kesehatan pasca bencana pada masyarakat pesisir melalui peer edukasi. *JILPI: Jurnal Ilmiah Pengabdian dan Inovasi, 4*(4), 355–364.

Sari, P., Herawati, D. M. D., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). Anemia among adolescent girls in West Java, Indonesia: Related factors and consequences on the quality of life. *Nutrients, 14*(18), 3777. https://doi.org/10.3390/nu14183777

Sofya, S. W., Kresnapati, I. N. B. A., Pratiwi, B. Y. H., Qomaliyah, E. N., Indriani, N., & Muhsin, L. B. (2023). Penggunaan tablet tambah darah dan upaya pencegahan anemia pada remaja. *JILPI: Jurnal Ilmiah Pengabdian dan Inovasi, 2*(2), 355–364.

Turmuzi, Syahrul, & Madahan. (2023). Skrining anemia remaja putri di Pondok Pesantren Asshohwah Al-Islamiyah Desa Beleka Gerung Lombok Barat. *Manuju: Malahayati Nursing Journal, 5*(12), 4381–4388.

World Health Organization. (2014). *Health for the world's adolescents: A second chance in the second decade*. WHO.

World Health Organization. (2025). *Anaemia* [Fact sheet]. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia

[This page is intentionally left blank.]