

## Profil Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Wilayah Kepulauan Mentawai: Studi di Kecamatan Sikakap

Mardiani Bebasari<sup>1</sup>, Faridah.BD<sup>2</sup>, Lita Angelina Saputri<sup>3</sup>, Iin Prima Fitriah<sup>4</sup>, Rati Purnama Sari<sup>5\*</sup>, Nurul Aziza Ath Thaariq<sup>6</sup>, Wulandari Defera<sup>7</sup>, Yussie Ater Merry<sup>8</sup>, Yuanita Sandra<sup>9</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9</sup>Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Padang, Sumatera Barat, Indonesia

<sup>1</sup>[mardianibebasari@gmail.com](mailto:mardianibebasari@gmail.com), <sup>2</sup>[faridahbd140@gmail.com](mailto:faridahbd140@gmail.com), <sup>3</sup>[litaangelinasaputri@gmail.com](mailto:litaangelinasaputri@gmail.com), <sup>4</sup>[i2en@yahoo.com](mailto:i2en@yahoo.com),  
<sup>5</sup>[ratipurnamasariab@gmail.com](mailto:ratipurnamasariab@gmail.com), <sup>6</sup>[naziza.aththaariq@gmail.com](mailto:naziza.aththaariq@gmail.com), <sup>7</sup>[wulandefera@gmail.com](mailto:wulandefera@gmail.com), <sup>8</sup>[yatermerry@gmail.com](mailto:yatermerry@gmail.com),  
<sup>9</sup>[yuanita.sandra84@gmail.com](mailto:yuanita.sandra84@gmail.com)

\* corresponding author

Tanggal Submisi: 29 Mei 2026, Tanggal Penerimaan: 30 Mei 2026

### Abstrak

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius, terutama pada remaja putri karena fase pertumbuhan cepat dan siklus menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi profil hemoglobin dan status anemia pada remaja putri di MTsN 2 Kepulauan Mentawai sebagai dasar perumusan strategi intervensi gizi di wilayah kepulauan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan melibatkan 50 siswi yang telah mengalami menstruasi sebagai responden. Data primer dikumpulkan pada April 2025 melalui pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat digital. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia responden adalah 13,8 tahun dengan rata-rata usia menarche 12 tahun. Rata-rata kadar hemoglobin subjek berada pada angka normal sebesar 13,9 gr/dL, ditemukan prevalensi anemia sebesar 18% (9 orang) dengan nilai minimum mencapai 10 gr/dL. Simpulannya, meskipun rata-rata kadar hemoglobin masuk kategori normal, sebagian remaja putri masih mengalami anemia. Diperlukan penguatan program intervensi melalui edukasi gizi seimbang berbasis pangan lokal serta peningkatan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) untuk meningkatkan cadangan zat besi siswi di wilayah tersebut.

**Kata kunci:** Anemia; Hemoglobin; Remaja Putri; Mentawai.

### Abstract

*Anemia is a significant global public health challenge, particularly among adolescent girls due to rapid growth phases and menstrual cycles. This study aims to identify the hemoglobin profile and anemia status of adolescent girls at MTsN 2 Kepulauan Mentawai to provide a foundation for nutritional intervention strategies in island regions. This descriptive study involved 50 female students who had reached menarche. Primary data were collected in April 2025 through digital hemoglobin testing and Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) measurements. The results showed that the average age of respondents was 13.8 years, with an average menarche age of 12 years. The participants' average hemoglobin level was 13.9 g/dL; however, an anemia prevalence of 18% (9 individuals) was identified, with values ranging from 10 g/dL to 16 g/dL. In conclusion, while the group's average hemoglobin level is categorized as normal, a significant portion of adolescent girls still experience anemia. It is essential to strengthen intervention programs through balanced nutrition education using local food sources and improving compliance with Iron Supplementation Tablets (TTD) to enhance the iron reserves of students in the region.*

**Keywords:** *Anemia; Hemoglobin; Adolescent Girls; Mentawai.*

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius, ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) atau jumlah sel darah merah yang berada di bawah batas normal. Secara fisiologis, hemoglobin adalah protein kaya zat besi dalam sel darah merah yang berfungsi mengikat dan menghantarkan oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh guna mendukung fungsi organ (Angelia et al., 2025; Kassebaum et al., 2016; WHO, 2018a). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa prevalensi anemia global pada remaja putri mencapai 29%, sementara di negara berkembang angka tersebut dapat mencapai 41,5% (WHO, 2018a). Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 32%, yang berarti sekitar 3 dari 10 remaja di Indonesia menderita anemia (Kemenkes RI, 2019)

Remaja putri termasuk dalam kelompok yang paling rentan mengalami anemia dibandingkan remaja putra. Kerentanan ini disebabkan oleh fase pertumbuhan cepat (*growth spurt*) yang meningkatkan kebutuhan zat besi secara signifikan, serta kehilangan darah rutin setiap bulan melalui siklus menstruasi. Kondisi ini sering kali diperburuk oleh perilaku gizi yang salah, seperti pola diet ketat demi menjaga citra tubuh (*body image*) dan rendahnya konsumsi protein hewani sebagai sumber zat besi heme yang mudah diserap tubuh. Status gizi merupakan faktor determinan utama terhadap kadar hemoglobin pada remaja. Salah satu indikator antropometri yang efektif untuk mendeteksi risiko Kurang Energi Kronis (KEK) adalah Lingkar Lengan Atas (LILA), dengan ambang batas minimal 23,5 cm. Adanya hubungan yang signifikan antara ukuran LILA dengan kejadian anemia; remaja dengan LILA rendah cenderung memiliki cadangan mikronutrien yang tidak mencukupi untuk mendukung sintesis hemoglobin secara optimal yang dapat menyebabkan terjadinya anemia (R. P. Sari, 2025; R. P. Sari, Silaban, & Merry, 2023).

Dampak anemia pada remaja putri tidak hanya dirasakan dalam jangka pendek, tetapi juga berimplikasi jangka panjang. Secara klinis, penurunan kadar hemoglobin memicu gejala "5L" (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, dan Lalai), yang mengakibatkan penurunan daya konsentrasi, kebugaran, dan prestasi belajar di sekolah. Dalam perspektif kesehatan reproduksi, remaja putri yang anemia berisiko menjadi ibu hamil yang anemia di masa depan, sehingga meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) serta anak yang berisiko mengalami *stunting* (Angelia & Ana Mutriqah, 2025; Kemenkes RI, 2023; Susanti, Krihariyani, Hanni Endarini, & Kemenkes Surabaya, 2025).

Meskipun pemerintah telah menjalankan program intervensi spesifik melalui suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah, tantangan besar masih ditemukan pada rendahnya tingkat kepatuhan konsumsi (Kemenkes RI, 2023; Susanti et al., 2025). Di wilayah kepulauan seperti Kecamatan Sikakap, Kepulauan Mentawai, aksesibilitas terhadap variasi pangan serta pemantauan status kesehatan remaja memerlukan perhatian khusus mengingat karakteristik geografisnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi profil hemoglobin dan status anemia pada remaja putri di MTsN 2 Kepulauan Mentawai sebagai dasar dalam perumusan strategi edukasi dan intervensi gizi yang tepat di wilayah tersebut.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian ini mengidentifikasi kadar hemoglobin remaja putri di Kecamatan Sikakap Kepulauan Mentawai. Pengumpulan data dilakukan pada bulan April 2025 di MTsN 2 Kepulauan Mentawai. Teknik pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *total sampling*, yaitu seluruh remaja putri yang memenuhi kriteria penelitian dan hadir pada saat pengumpulan data dijadikan sebagai responden penelitian. Metode ini dipilih untuk memperoleh gambaran yang lebih representatif mengenai status hemoglobin remaja putri di MTsN 2 Kepulauan Mentawai. Jumlah responden yang terlibat sebanyak 50 orang remaja putri yang merupakan siswa MTsN 2 Kepulauan Mentawai. Data yang dikumpulkan menggunakan data primer. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan menggunakan alat pemeriksaan Hb digital. Data disajikan secara numerik serta dikategorikan berupa status anemia dan non-anemia. Hasil pengolahan data disajikan secara deskriptif. Kriteria inklusi berupa remaja putri, sudah mengalami menstruasi, dan bersedia terlibat serta menandatangani lembar *informed consent*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada MTsN 2 Kepulauan Mentawai, melibatkan 50 orang siswa Perempuan sebagai responden, yang telah mengalami menstruasi. Data yang disajikan berupa usia, usia *menarcho*, dan kadar hemoglobin. Data dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel.1** Distribusi Data secara Numerik

No	Variabel	Mean±SD	Minumum	Maksimum	Modus
1	Usia (tahun)	13,8±1,1	12	16	13
2	Usia <i>menarcho</i> (tahun)	12±1,2	10	14	13
3	LILA (cm)	23,3±2,4	19	30	23
4	Kadar hemoglobin (gr/dL)	13,9±2,0	10	16	12

Berdasarkan data yang disajikan pada tabel di atas dapat dilihat bahwa rata-rata usia remaja putri adalah 13,8 tahun. Usia responden berkisar antara 12 hingga 16 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat remaja putri yang mengalami anemia. Pada remaja usia 10–16 tahun, anemia umumnya disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi sebagai salah satu mikronutrien penting serta pola menstruasi yang berisiko. Remaja cenderung lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji yang kandungan gizinya kurang seimbang. Selain itu, tren penampilan di kalangan remaja juga membuat sebagian remaja menjalani diet ketat, sehingga kebutuhan zat gizi mikro dalam tubuh tidak terpenuhi dengan baik. Kondisi tersebut dapat memengaruhi penurunan kadar hemoglobin dalam darah. Selain itu, kehilangan darah yang berlebihan saat menstruasi juga diduga menjadi salah satu penyebab terjadinya anemia (Herwandar & Soviyati, 2020) (Novayanti & Sundari, 2020).

Usia *menarcho* rata-rata adalah pada usia 12 tahun, dengan rentang usia 10 hingga 14 tahun. Menarcho pada usia dini menempatkan remaja putri pada risiko kehilangan zat besi secara rutin setiap bulan. Secara fisiologis, menstruasi menyebabkan perempuan kehilangan zat besi sekitar 1,3 mg per hari, sehingga kebutuhan zat besi mereka menjadi dua kali lipat lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Jika kehilangan darah ini tidak diimbangi dengan asupan besi heme (sumber hewani) yang penyerapannya lebih efektif dibandingkan besi non-heme (sumber nabati), maka kadar hemoglobin akan menurun secara drastis. (Angelia & Ana Mutriqah, 2025; Kemenkes RI, 2023) Hal ini menjelaskan mengapa masih ditemukan siswi dengan kadar Hb serendah 10 gr/dL meskipun rata-rata kelompok berada di level normal.

Selain faktor kehilangan darah menstruasi, kondisi anemia pada remaja putri juga dipengaruhi oleh peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pubertas. Pada fase pertumbuhan cepat (*growth spurt*), tubuh mengalami peningkatan volume darah, massa otot, dan aktivitas metabolik yang memerlukan sintesis hemoglobin lebih tinggi. Apabila kebutuhan tersebut tidak diimbangi dengan asupan zat besi yang adekuat, maka cadangan besi tubuh akan menurun dan menyebabkan gangguan pembentukan eritrosit (Cohen & Powers, 2024). Kondisi ini menjadikan remaja putri sebagai kelompok yang sangat rentan mengalami anemia defisiensi besi, terutama pada daerah dengan keterbatasan akses pangan bergizi. (Sari et al., 2022), (Rahman et al., 2023), (Defera, Wulandari; Anggorodiputro, 2024)

LILA rata-rata berada pada angka 23,3 cm, dengan rentang 19 cm hingga 30 cm, Kadar hemoglobin rata-rata adalah 13,9 gr/d. Kadar hemoglobin terendah berada pada angka 10 gr/dL, sedangkan kadar hemoglobin tertinggi adalah 16 gr/dL. Data kadar hemoglobin juga ditampilkan dalam kategori status anemia dan tidak. Data dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2.** Status Anemia

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	Anemia	9	18
2	Tidak anemia	41	82

Berdasarkan data pada tabel 2. dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 9 remaja putri (18%) yang mengalami anemia (kadar hemoglobin <12 gr/dL). Sebanyak 41 remaja putri (82%) yang tidak anemia (kadar hemoglobin >12 gr/dL). Penelitian ini mengidentifikasi profil hemoglobin pada 50 remaja putri di MTsN 2 Kepulauan Mentawai dengan hasil rata-rata kadar hemoglobin (Hb) sebesar 13,9 gr/dL. Meskipun nilai rata-rata ini berada di atas ambang batas normal (WHO, 2018b)  $\geq 12$  gr/dL ditemukan variasi yang cukup lebar dengan nilai minimum mencapai 10 gr/dL. Hal ini merefleksikan adanya prevalensi anemia sebesar 18% (9 orang) pada populasi sampel.

Temuan prevalensi anemia sebesar 18% di Sikakap ini secara statistik lebih rendah jika dibandingkan dengan rata-rata nasional Indonesia. *Informasi tambahan di luar sumber:* Berdasarkan laporan Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 (sebagai kelanjutan Riskesdas), prevalensi anemia pada remaja masih menjadi tantangan besar secara nasional (Kemenkes RI, 2023). Temuan ini menunjukkan kondisi yang jauh lebih baik dibandingkan data nasional dalam Riskesdas 2018, di mana prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun mencapai 32% (Kemenkes RI, 2019).

Status gizi merupakan faktor determinan penting bagi kadar hemoglobin. Dalam penelitian ini, rata-rata Lingkar Lengan Atas (LILA) responden adalah 23,3 cm, yang berada di ambang batas risiko Kurang Energi Kronis (KEK) yaitu <23,5 cm. Kekurangan Energi Kronis (KEK) adalah kondisi ketika remaja mengalami kekurangan gizi, terutama kalori dan protein dalam waktu yang lama atau menahun. Salah satu faktor yang berperan penting dalam terjadinya KEK adalah pola makan yang tidak seimbang. Kekurangan gizi yang berlangsung lama dapat berkembang menjadi KEK. Kondisi ini tidak hanya dipengaruhi oleh kurangnya asupan zat gizi makro, tetapi juga zat gizi mikro seperti zat besi. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan anemia karena kebutuhan nutrisi untuk pembentukan dan produksi sel darah merah (eritrosit) tidak terpenuhi. Pada wanita yang mengalami KEK, kondisi ini dapat menyebabkan kekurangan zat besi sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia. Semakin rendah status gizi yang ditunjukkan oleh ukuran lingkaran lengan atas, maka tingkat keparahan anemia juga cenderung semakin tinggi (Aisyaroh et al., 2023)(Mutmainnah et al., 2021). Secara ilmiah, status gizi yang diukur melalui IMT maupun LILA berkorelasi signifikan dengan prestasi belajar dan kadar Hb. Remaja yang memiliki asupan energi dan protein

rendah cenderung memiliki kadar Hb yang lebih rendah karena zat gizi tersebut merupakan bahan baku utama pembentukan hemoglobin. Kurangnya asupan protein hewani (besi heme) dan nabati (besi non-heme) sering kali disebabkan oleh kebiasaan makan yang salah, seperti melewatkan sarapan atau pola diet ketat untuk mencapai berat badan ideal.

Kondisi geografis wilayah kepulauan juga dapat menjadi faktor yang memengaruhi status gizi remaja putri. Kepulauan Mentawai memiliki tantangan dalam distribusi pangan bergizi, akses layanan kesehatan, dan kontinuitas edukasi kesehatan sekolah. Remaja yang tinggal di wilayah terpencil dan kepulauan cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami ketidakcukupan mikronutrien akibat keterbatasan variasi bahan pangan dan akses intervensi kesehatan preventif. Situasi ini berpotensi menyebabkan rendahnya cadangan zat besi tubuh dalam jangka panjang apabila tidak dilakukan pemantauan dan intervensi secara berkelanjutan.(Atzori et al., 2024),(Drysdales et al., 2024)

Seluruh responden dalam penelitian ini telah mengalami menstruasi dengan rata-rata usia menarche 12 tahun. Remaja putri sangat rentan mengalami anemia karena berada pada fase pertumbuhan cepat (*growth spurt*) yang meningkatkan kebutuhan zat besi, sekaligus kehilangan darah secara rutin setiap bulan melalui siklus menstruasi. Kehilangan darah ini secara fisiologis menyebabkan perempuan membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki guna mendukung pembentukan sel darah merah baru. Jika kehilangan darah ini tidak diimbangi dengan asupan nutrisi yang adekuat, cadangan besi dalam tubuh akan terkuras dan memicu anemia.("Aksi Bergizi : Gerakan Sehat Untuk Remaja Masa Kini," n.d.; Kemenkes RI, 2023; Susanti et al., 2025)

Angka kejadian anemia sebesar 18% menunjukkan bahwa intervensi kesehatan di wilayah kepulauan Mentawai, khususnya di Sikakap, mengindikasikan bahwa meskipun berada di wilayah kepulauan, mayoritas remaja putri di lokasi penelitian memiliki status hemoglobin yang relatif terjaga. Namun tetap memerlukan pengawasan ketat karena anemia pada remaja putri berdampak langsung pada penurunan konsentrasi belajar dan risiko kesehatan reproduksi di masa depan.

Meskipun prevalensi anemia pada penelitian ini lebih rendah dibandingkan angka nasional, kondisi tersebut tetap perlu menjadi perhatian dalam perspektif kesehatan masyarakat. Anemia pada remaja putri merupakan bagian dari siklus intergenerational malnutrition yang dapat berlanjut hingga masa kehamilan di masa mendatang.(Yewodiaw et al., 2025) Remaja putri dengan cadangan zat besi rendah berisiko mengalami anemia saat hamil, yang dapat meningkatkan risiko persalinan prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), serta stunting pada anak. Oleh karena itu, upaya pencegahan anemia pada remaja merupakan investasi kesehatan jangka panjang untuk meningkatkan kualitas generasi mendatang.

Selain itu, penguatan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di sekolah perlu terus dilakukan melalui pendekatan edukasi dan perubahan perilaku.(Cohen & Powers, 2024) Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja masih menjadi tantangan akibat kurangnya pengetahuan, efek samping gastrointestinal, dan rendahnya pengawasan konsumsi. Pendekatan berbasis sekolah, keluarga, dan pemanfaatan pangan lokal kaya zat besi seperti ikan dan hasil laut di wilayah Mentawai dapat menjadi strategi intervensi yang lebih kontekstual dan berkelanjutan.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian terhadap 50 remaja putri di MTsN 2 Kepulauan Mentawai, diperoleh rata-rata kadar hemoglobin (Hb) sebesar 13,9 gr/dL yang berada pada kategori normal. Namun demikian, masih ditemukan prevalensi anemia sebesar 18%. Kondisi ini

menunjukkan bahwa anemia dan masalah gizi pada remaja putri di wilayah kepulauan masih memerlukan perhatian melalui upaya deteksi dini dan intervensi berkelanjutan. Penguatan edukasi gizi seimbang, optimalisasi konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta pemanfaatan pangan lokal kaya zat besi perlu ditingkatkan untuk mendukung status kesehatan dan kesehatan reproduksi remaja putri di Kepulauan Mentawai.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh, N., Kusumaningsih, M. R., & Rahman, R. N. (2023). Malnutrisi Menjadi Indikasi Anemia pada Remaja Putri: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(6), 1057–1064. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i6.3267>
- Angelia, S., Mutriqah, D. A., Program, S., Gizi, F., Gizi, D., Manajemen, I., ... Tengah, I. (2025). Studi Literatur: Gambaran Prevalensi Kejadian Anemia pada Remaja dan Faktor Risiko Anemia. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 11(3), 183–195. <https://doi.org/10.33084/JSM.V11I3.11388>
- Aisyaroh, N., Kusumaningsih, M. R., & Rahman, R. N. (2023). Malnutrisi Menjadi Indikasi Anemia pada Remaja Putri: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(6), 1057–1064. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i6.3267>
- Atzori, D., Sonneveld, B. G. J. S., Alfara, A., & Merbis, M. D. (2024). Nutrition fragility in isolation: Food insecurity in Small Island Developing States. *Food Security*, 16(2), 437–453. <https://doi.org/10.1007/s12571-024-01438-z>
- Cohen, C. T., & Powers, J. M. (2024). Nutritional Strategies for Managing Iron Deficiency in Adolescents: Approaches to a Challenging but Common Problem. *Advances in Nutrition*, 15(5), 100215. <https://doi.org/10.1016/j.advnut.2024.100215>
- Defera, Wulandari; Anggorodiputro, R. R. A. P. S. dkk. (2024). *Pendidikan Kebutuhan Gizi dalam Kesehatan Reproduksi dan Pelayanan Kebidanan*. CV. Mitra Mandiri Persada.
- Drysdale, Skinner, Lazarescu, Couture, Young, & Idzerda. (2024). Initiatives and exposures associated with food security in remote and isolated communities: a scoping review. *Rural and Remote Health*. <https://doi.org/10.22605/RRH8627>
- Herwandar, F. R., & Soviyati, E. (2020). Perbandingan Kadar Hemoglobin pada Remaja Premenarche dan Postmenarche di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 11(1), 71–83. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v11i1.154>
- Mutmainnah, Patimah, S., & Septiyanti. (2021). Hubungan Kurang Energi Kronik (KEK) dan Wasting dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Majene. *Window of Public Health Journal*, 2(1), 107–115. <https://doi.org/10.33096/woph.v2i1.128>
- Novayanti, N., & Sundari, S. W. (2020). Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Asuhan Ibu & Anak*, 5(2), 7–12. <https://doi.org/10.33867/jaia.v5i2.183>
- Rahman, A., Erum, A. U., & Yousuf, A. W. (2023). Prevalence of iron deficiency anaemia

among school going adolescent girls: a cross sectional study. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 11(2), 523–529. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20230011>

Sari, P., Judistiani, R. T. D., Herawati, D. M. D., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). Iron Deficiency Anemia and Associated Factors Among Adolescent Girls and Women in a Rural Area of Jatinangor, Indonesia. *International Journal of Women's Health*, Volume 14, 1137–1147. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S376023>

Yewodiaw, T. K., Alemayehu, M. A., & Teshome, D. F. (2025). Anemia status and associated factors among adolescent girls under weekly iron and folic acid supplementation (WIFAS) and non-WIFAS programs in public schools in Janamora district, Northwest Ethiopia 2023; a comparative cross-sectional study. *BMC Nutrition*, 11(1), 50. <https://doi.org/10.1186/s40795-025-01033-1>

Kassebaum, N. J., Fleming, T. D., Flaxman, A., Phillips, D. E., Steiner, C., Barber, R. M., ... Levy, T. S. (2016). The Global Burden of Anemia. *Hematology/Oncology Clinics of North America*, 30(2), 247–308. <https://doi.org/10.1016/J.HOC.2015.11.002>

Kemendes RI. (2019). *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Retrieved from [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018\\_1274.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf)

Kemendes RI. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dan Remaja Putri*. Jakarta.

Kemendes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Retrieved from <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>

Mutmainnah, Patimah, S., & Septiyanti. (2021). Hubungan Kurang Energi Kronik (KEK) dan Wasting dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Majene. *Window of Public Health Journal*, 2(1), 107–115. <https://doi.org/10.33096/woph.v2i1.128>

Novayanti, N., & Sundari, S. W. (2020). Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Asuhan Ibu & Anak*, 5(2), 7–12. <https://doi.org/10.33867/jaia.v5i2.183>

Sari, R. P. (2025). Identifikasi Pola Konsumsi Remaja Putri Non Anemia di Kota Padang. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 8(1), 63–71. <https://doi.org/10.35473/IJM.V8I1.3980>

Sari, R. P., Silaban, E. M. L., & Merry, Y. A. (2023). Correlation of Hemoglobin Levels with Nutritional Status in Adolescent Girls: A Health Promotion Perspective. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 109–115. <https://doi.org/10.14710/JPKI.18.2.109-115>

Susanti, R., Krihariyani, D., Hanni Endarini, L., & Kemendes Surabaya, P. (2025). EFEKTIVITAS PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA SISWI. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(2). Retrieved from <https://jurnalp4i.com/index.php/healthy>

WHO. (2018). *Global Nutrition Targets 2025: Anaemia policy brief*. Retrieved from [https://www.who.int/nutrition/publications/globaltargets2025\\_policybrief\\_anaemia/en/](https://www.who.int/nutrition/publications/globaltargets2025_policybrief_anaemia/en/)