

**PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA *WEBSITE* TERHADAP EFIKASI DIRI DAN *SELF CARE MANAGEMENT* DALAM MENCEGAH ANEMIA PADA REMAJA PUTRI**

Mokhamad Dafid Andianto<sup>1</sup>, Byba Melda Suhita<sup>2</sup>, Agustin<sup>3</sup>  
Universitas Strada Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
[andianto.dafid@gmail.com](mailto:andianto.dafid@gmail.com)<sup>1</sup>

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini pengaruh pendidikan kesehatan dengan media website terhadap efikasi diri dan self care management dalam mencegah anemia pada remaja putri kelas x di sma du 2 peterongan jombang. Metode penelitian yang digunakan quasy-eksperimen. Hasil menunjukkan bahwa dari 60 responden di dapatkan sebagian besar (63,3%) memiliki efikasi diri tinggi dan sebagian besar (71,7%) memiliki self care management baik setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media website di sekolah sma du 2 peterongan. Berdasarkan uji wilcoxon didapatkan nilai  $\alpha = 0,00$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $P < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media website terhadap efikasi diri dan self care management dalam mencegah anemia pada remaja putri di sma du 2 peterongan jombang. Simpulan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media website terhadap efikasi diri dan self care management dalam mencegah anemia pada remaja putri di sma du 2 peterongan jombang.

Kata Kunci : Efikasi Diri ,Pendidikan Kesehatan, Self Care Management

**ABSTRACT**

*The purpose of this study is the influence of health education with website media on self-efficacy and self-care management in preventing anemia in female adolescents in grade X at SMA DU 2 Peterongan Jombang. The research method used is quasi-experiment. The results showed that out of 60 respondents, most (63.3%) had high self-efficacy and most (71.7%) had good self-care management after being given health education with website media at SMA DU 2 Peterongan school. Based on the Wilcoxon test, the value of  $\alpha = 0.00$  and the value of  $\alpha = 0.05$  means  $P < \alpha$  then  $H_0$  is rejected, meaning that there is an influence of health education with website media on self-efficacy and self-care management in preventing anemia in female adolescents at SMA DU 2 Peterongan Jombang. The conclusion is that there is an influence of health education with website media on self-efficacy and self-care management in preventing anemia in female adolescents at SMA DU 2 Peterongan Jombang.*

*Keywords: Self-Efficacy, Health Education, Self Care Management*

**PENDAHULUAN**

Siswi yang sedang mengalami menstruasi tampak pucat dan sering memegang kepalanya saat dilakukan wawancara anak mengatakan bahwa mereka sering mengalami pusing, tangan dan kaki terasa dingin, mudah lelah dan terkadang berdebar saat mestruasi

sedangkan siswi lainnya yang mengalami menstruasi sering mengkomsumsi sayur sayuran dan buah-buahan yang kaya akan zat besi sehingga jarang mengalami gejala pusing, tangan dan kaki terasa dingin, mudah lelah dan terkadang berdebar saat menstruasi. Menurut Astuti (2023). Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal (Kusnadi, 2021). Anemia mengakibatkan terjadi penurunan jumlah oksigen dalam jaringan atau kondisi medis dengan sel darah merah dalam jumlah rendah (Amalia et al., 2024). Faktor penyebabnya meliputi kekurangan zat gizi (vitamin A, vitamin B12, folat dan zat besi), peradangan kronis, infeksi parasit (Angelia et al. 2024).

*World Health Organization* (WHO), secara global prevalensi anemia berkisar antara 40% hingga 88%, dan secara umum terjadi pada wanita muda (Safitri et al. 2024). Menurut WHO, Anemia sering menyerang wanita muda akibat stres, haid atau terlambat makan (Hidayat et al. 2024). Prevalensi anemia pada remaja putri yang berada di benua Asia sebesar 33,0% dan di benua Eropa sebesar 15,2%, lalu di benua Afrika sebesar 44,4%, kemudian di benua Amerika Latin dan Caribbean (LAC) sebesar 23,5%, Benua Amerika Utara 7,6% dan Benua Oceania sebesar 20,2% (Rahman & Fajar 2024).

Anemia dipengaruhi oleh faktor biologis termasuk nutrisi, pertumbuhan fisik, proses fisiologis, jenis kelamin, usia dan ras (Wahyuni & Syamiyah 2024). Anemia terjadi karena berbagai sebab, seperti defisiensi zat gizi perdarahan dan hemolitik (Rahman & Fajar 2024), Pendidikan kesehatan adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat dengan harapan dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Mulyana et al. 2024). Menurut Dewi (2024) efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk. Perawatan diri (*self care*) merupakan suatu tindakan individu yang terencana dalam rangka mengendalikan penyakitnya (Suciana et al. 2024).

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas berbagai aspek terkait remaja putri dengan anemia. Menurut Sari & Nugrahmi (2024); Sukmawati et al., (2019) adanya pengaruh edukasi melalui Whatapp Grup terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil. Ada pengaruh pendidikan melalui media sosial terhadap sikap remaja putri tentang pencegahan anemia defisiensi besi (Dewi et al., 2021). Menurut Rusdi et al., (2021) yang meneliti bahwa pemberian pendidikan gizi melalui Instagram berdampak pada peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang pada remaja putri. Menurut Riani et al., (2023) bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan anemia

Upaya untuk mengatasi masalah di atas dengan memberikan pendidikan kesehatan media *website* dapat digunakan sebagai sarana untuk komunikasi antara sekolah dengan siswa, orang tua, dan masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *website* terhadap efikasi diri dan *self care management* dalam mencegah anemia pada remaja putri kelas X di SMA DU 2 Peterongan Jombang.

Penelitian ini memiliki novelty dalam mengetahui Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *website* terhadap efikasi diri dan *self care management* dalam mencegah anemia pada remaja putri kelas x di sma du 2 peterongan jombang. Berbeda dari penelitian sebelumnya yang lebih banyak berfokus pada aspek klinis atau kepatuhan pasien terhadap terapi, penelitian ini menyoroti faktor psikososial yang dapat mempengaruhi efikasi diri dan *self care managemen* remaja putri

Manfaat bahwa pendidikan berbasis *website* memiliki dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku dengan mengakses informasi dan menambah wawasan pengetahuan dengan mudah terkait pencegahan anemia

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan *Quasy-Eksperimen* dengan mengontrol variabel secara penuh dengan pendekatan *2 group pretest-posttest*, Penelitian dilakukan di SMA DU 2 Peterongan Jombang. dan waktu pelaksanaan penelitian mulai Februari-maret 2025. Populasi semua Remaja Putri Kelas X di SMA DU 2 Peterongan Jombang. sebanyak 171 orang dengan 120 sampel terdiri dari 60 kelompok intervensi dan 60 kelompok kontrol yang diambil secara acak, alat ukur menggunakan kuesioner analisis statistik uji *Wilcoxon Sign Rank test*.

## HASIL PENELITIAN

Tabel. 1  
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Kelompok Intervensi dan Kontrol

Usia/Tahun	Intervensi		Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
17	6	10,0	7	11,7
18	36	60,0	37	61,7
19	18	30,0	16	26,7
Total	60	100,0	60	100,0

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 60 kelompok intervensi di dapatkan sebagian besar (60,0%) berusia 18 tahun dan dari 60 kelompok kontrol sebagian besar (61,7) berusia 18 tahun.

Tabel. 2  
Frekuensi Responden berdasarkan Usia *Menarche* Kelompok Intervensi dan Kontrol

<i>Menarche</i>	Intervensi		Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
13	12	20,0	5	8,30
14	31	51,7	46	75,0
15	17	29,3	10	16,7
Total	60	100,0	60	100,0

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 60 kelompok intervensi di dapatkan sebagian besar (51,7%) mengalami *menarche* pada usia 13 dan dari 60 kelompok kontrol sebagian besar (75,0) mengalami *menarche* pada usia 13

Tabel. 3  
Tabulasi Silang Usia Responden dengan Efikasi Diri Siswi.

Usia	Efikasi Diri							
	Tinggi		Sedang		Rendah		Jumlah	
	f	%	f	%	F	%	F	%
17	5	83,3	1	16,7	0	00,0	6	100,0
18	19	52,8	17	47,2	0	00,0	36	100,0
19	14	77,8	4	22,2	0	00,0	18	100,0

Berdasarkan table 3 menunjukkan dari 60 responden yang berusia 17 tahun didapatkan hampir seluruhnya (83,3%) dengan 5 responden memiliki efikasi diri yang

tinggi, responden yang berusia 18 tahun sebagian besar (52,8%) dengan 19 responden memiliki efikasi tinggi dan responden yang berusia 19 tahun sebagian besar (77,8) dengan 14 responden memiliki efikasi diri tinggi

Tabel. 4  
Tabulasi Silang Usia Responden dengan *Self Care Management* Siswi

Usia	<i>Self care management</i>							
	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
	f	%	f	%	F	%	F	%
17	5	83,3	1	16,7	0	00,0	6	100,0
18	12	33,3	18	50,0	6	16,7	36	100,0
19	5	27,8	11	61,1	2	11,1	18	100,0

Berdasarkan table 4 menunjukkan dari 60 responden yang berusia 17 tahun didapatkan hampir seluruhnya (83,3%) dengan 5 responden memiliki *Self care management* yang baik, responden yang berusia 18 tahun separuhnya (50,0%) dengan 18 responden memiliki *Self care management* cukup dan responden yang berusia 19 tahun sebagian besar (61,1) dengan 11 responden memiliki *Self care management* cukup

Tabel. 5  
Tabulasi Silang Usia Responden dengan Efikasi Diri Siswi

<i>Menarche</i>	Efikasi Diri							
	Tinggi		Sedang		Rendah		Jumlah	
	f	%	f	%	F	%	F	%
13	1	8,30	11	91,7	0	00,0	12	100,0
14	3	9,70	24	77,4	4	12,9	31	100,0
15	3	17,6	10	58,8	4	23,6	17	100,0

Berdasarkan table 5 menunjukkan dari 60 responden yang mengalami *menarche* pada usia 13 tahun didapatkan hampir seluruhnya (91,7%) dengan 11 responden memiliki efikasi diri yang sedang, responden yang mengalami *menarche* pada usia 14 tahun sebagian besar (77,4%) dengan 24 responden memiliki efikasi diri sedang dan responden yang mengalami *menarche* pada usia 15 tahun sebagian besar (58,8) dengan 10 responden memiliki efikasi diri sedang

Tabel. 6  
Tabulasi Silang Usia Responden dengan *Self Care Management* Siswi

<i>Menarche</i>	<i>Self Care Management</i>							
	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
	f	%	f	%	F	%	F	%
13	6	50,0	5	41,7	1	8,30	12	100,0
14	11	35,5	15	48,4	5	16,1	31	100,0
15	5	29,4	10	58,8	2	11,8	17	100,0

Berdasarkan table 6 menunjukkan dari 60 responden yang mengalami *menarche* pada usia 13 tahun didapatkan separuhnya (50,0%) dengan 6 responden memiliki *self care management baik*, responden yang mengalami *menarche* pada usia 14 tahun hampir separuhnya (48,4%) dengan 15 responden memiliki *self care management* cukup dan

responden yang mengalami *menarche* pada usia 15 tahun sebagian besar (58,8) dengan 10 responden memiliki *self care management* cukup

Tabel. 7  
Distribusi Frekuensi Kelompok Intervensi berdasarkan Efikasi Diri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media *Website*

Efikasi Diri	Pre		Post	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	7	11,7	38	63,3
Sedang	45	75,0	22	36,7
Rendah	8	13,3	0	00,0
Total	60	100,0	60	100,0

Berdasarkan Tabel 7 menunjukkan bahwa dari 60 responden di dapatkan sebagian besar (75,0%) memiliki efikasi diri sedang sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media *website* di sekolah sma du 2 peterongan jombang dan sebagian besar (63,3%) memiliki efikasi diri tinggi setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *website* di sekolah sma du 2 peterongan.

Tabel. 8  
Distribusi Kelompok Intervensi berdasarkan *Self Care Management* Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media *Website*

<i>Self care management</i>	Pre		Post	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	22	36,7	43	71,7
Cukup	30	50,0	17	28,3
Kurang	8	13,3	0	00,0
Total	60	100,0	60	100,0

Berdasarkan Tabel 8 menunjukkan bahwa dari 60 responden di dapatkan separuhnya (50,0%) memiliki *self care management* cukup sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media *website* di sekolah sma du 2 peterongan jombang dan sebagian besar (71,7%) memiliki *self care management* baik setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *website* di sekolah sma du 2 peterongan

Tabel. 9  
Distribusi Frekuensi Kelompok Kontrol berdasarkan Efikasi Diri Tanpa Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media *Website*

Efikasi Diri	Pre		Post	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	12	29,0	12	29,0
Sedang	36	58,3	36	58,3
Rendah	13	21,7	13	21,7
Total	60	100,0	60	100,0

Berdasarkan Tabel 9 menunjukkan bahwa dari 60 kelompok kontrol yang tidak diberikan pendidikan kesehatan Dengan Media *Website* di dapatkan sebagian besar (58,3%) memiliki efikasi diri sedang dan sebagian besar (58,3%) memiliki efikasi diri sedang setelah dilakukan tindakan mandiri tanpa diberikan pendidikan kesehatan dengan media *website* di sekolah sma du 2 peterongan

Tabel. 10  
Distribusi Frekuensi Kelompok Kontrol berdasarkan *Self Care Management*  
Tanpa Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media *Website*

<i>Self care management</i>	Pre		Post	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	6	10,0	6	10,0
Cukup	37	61,7	37	61,7
Kurang	17	28,3	17	28,3
Total	60	100,0	60	100,0

Berdasarkan Tabel 10 menunjukkan bahwa dari 60 kelompok kontrol yang tidak diberikan pendidikan kesehatan dengan Media *Website* di dapatkan sebagian besar (61,7%) memiliki *Self care management* cukup dan sebagian besar (61,7%) memiliki *Self care management* cukup setelah dilakukan tindakan mandiri tanpa diberikan pendidikan kesehatan dengan Media *Website* di Sekolah SMA DU 2 Peterongan

Tabel. 11  
Analisa Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media *Website* terhadap Efikasi Diri dan *Self care management* dalam Mencegah Anemia pada Kelompok Intervensi Remaja Putri

Variabel		Mean± SD	Nilai Z	P Value
Efikasi Diri	Sebelum	2,01+ 0,503	-5,251	0,000
	Sesudah	1,36+ 0,486		
<i>Self care management</i>	Sebelum	1,76+ 0,673	-4,284	0,000
	Sesudah	1,28+ 0,454		

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan hasil uji *wilcoxon* pada efikasi diri dan *self care management* didapatkan nilai  $\alpha = 0,00$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $p < \alpha$  maka  $h_0$  ditolak, artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *website* terhadap efikasi diri dan *self care management* dalam mencegah anemia pada remaja putri

Tabel. 12  
Analisa Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media *Website* Terhadap Efikasi Diri dan *Self care management* dalam Mencegah Anemia pada Kelompok Intervensi Remaja Putri

Variabel		Mean± SD	Nilai Z	P Value
Efikasi Diri	Sebelum	2,01+ 0,650	-0,051	1,000
	Sesudah	2,01+ 0,650		
<i>Self care management</i>	Sebelum	2,18+ 0,596	-0,051	1,000
	Sesudah	2,18+ 0,596		

Berdasarkan tabel 12 menunjukkan hasil uji *mann-withney test* pada efikasi diri dan *self care mangement* didapatkan nilai  $\alpha = 1,00$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $p < \alpha$  maka  $h_0$  diterima, artinya tidak ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *website* terhadap efikasi diri dan *self care management* dalam mencegah anemia pada kelompok kontrol remaja putri

## PEMBAHASAN

Hasil menunjukkan perbedaan nilai mean serta berdasarkan uji *wilcoxon* didapatkan nilai  $\alpha = 0,00$  dan nilai  $\alpha = 0,05$  berarti  $p < \alpha$  maka  $h_0$  ditolak, artinya ada pengaruh

pendidikan kesehatan dengan media *website* terhadap efikasi diri dan *self care management* dalam mencegah anemia pada remaja putri

Penggunaan media *website* lebih meningkatkan pemahaman terhadap informasi, sehingga penggunaan media visual berupa *website* berdasarkan indera penglihatan lebih memudahkan pemahaman informasi yang diberikan dan meningkatkan efikasi diri dalam pencegahan anemia (Andianto et al., 2025). Studi yang dilakukan oleh Waru & Hayati (2023) menunjukkan bahwa Pendidikan kesehatan dengan media *website* dapat menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu sehingga dapat meningkatkan perawatan diri siswi. Perawatan diri (*self care*) merupakan suatu tindakan individu yang terencana dalam rangka mengendalikan penyakitnya untuk mempertahankan dan meningkatkan status kesehatan dan kesejahteraannya

Penelitian yang dilakukan oleh Arisdiani et al., (2023) Hasil penelitian ini menggunakan analisis uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan pada tingkatpengetahua dan efikasi diri yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan dengan nilai  $p = 0.0001$  ( $p > 0,05$ ). Penelitian yang dilakukan oleh Hafida et al., (2023) menunjukkan terdapat perbedaan efikasi diri pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan (2024) Penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang anemia selama 3 kali pertemuan didapatkan hasil tingkat pengetahuan remaja putri meningkat.

Penelitian yang dilakukan oleh Tiffany & Hudiyawati, (2022) hasil uji analisis data diketahui bahwa nilai rata-rata pre-test adalah 57,68 dan nilai rata-rata post-test adalah 78,35 dengan nilai signifikansi 0,001. Penelitian yang dilakukan oleh Windyastuti & Solikhah (2022) berdasarkan uji statistic dengan menggunakan *Wilcoxon* diperoleh nilai  $p$  value = 0,01. Nilai  $p$  value = 0,01 lebih kecil dari alpha 0,05 berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis keluarga terhadap *self care management* diabetes mellitus pada penderita.

Menurut peneliti siswa sekarang hidup di zaman kemajuan teknologi yang cepat sehingga proses pembelajaran tidak dapat dipisahkan dari teknologi digital, yang merasuki hampir setiap aspek kehidupan sehari-hari, Penggunaan teknologi salah satunya *website* sebagai media pembelajaran membuat peluang bagi siswa dalam memaksimalkan pembelajarannya semakin luas dan inovatif krena materi edukasi dapat dilihat kapan saja dan dimana saja, serta materi edukasi dapat di-update setiap saat sehingga sangat efektif dalam meningkatkan efikasi diri siswa, efikasi yang tinggi siswi dapat merubah perilaku yang efektif untuk mencegah terjadinya anemia terutama pada saat mengalami menstruasi dan terhindar dari gejala anemia seperti pusing, tangan dan kaki terasa dingin, mudah lelah dan terkadang berdebar saat mestruasi disamping itu siswi yang sudah mengetahui tentang anemia akan menger dan percaya diri tentang penanganan pada saat terjadi perubahan dengan meningkatnya efikasi diri memperlihatkan keyakinan bahwa dapat melakukan tindakan yang dikehendaki oleh kondisi tertentu dengan berhasil. promosi kesehatan dengan menggunakan media *website* dapat meningkatkan *Self care management* siswi dalam melakukan pencegahan terjadinya anemia, *Self care management* yang baik dapat membentuk perilaku dalam mencegah dan pengobatan anemia sehingga dapat terhindar dari komplikasi dari anemia

## SIMPULAN

Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media *Website* Terhadap Efikasi Diri dan *Self care management* dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri

**SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar tenaga kesehatan hendaknya lebih aktif lagi dalam melakukan kegiatan promosi kesehatan pada siswi terutama pencegahan anemia

**DAFTAR PUSTAKA**

- Amalia, N., Meikawati, W., & Rokhani, R. (2024). Factors Associated with the Incidence of Anemia in Adolescent Girls. *Al Gizzai Public Health Nutrition*, 4(2), <https://doi.org/10.24252/algizzai.v4i2.48278>
- Andianto, M. D., Suhita, B.M., & Ningrum, A. S. (2025) Promosi Kesehatan tentang Pencegahan Anemia pada Remaja Putri dengan Media Website. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, 8(1), 26–30. <http://lppmdianhusada.ac.id/e-journal/index.php/jbca/article/view/442>
- Angelia, S., Noor, Z., Herawati, H., Sanyoto, D. W., & Suhartono, E. (2024). Analisis Efektivitas Metode Ceramah dan Demonstrasi terhadap Pengetahuan, Sikap dan Praktik Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ners*, 8(1), 553-557. <https://doi.org/10.31004/jn.v8i1.23372>
- Arisdiani, T., Asyrofi, A., & Rosida, S. Z. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan dan Efikasi Diri Santriwati dalam Pencegahan Penularan Skabies di Pondok Pesantren. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 1513-1524. <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/1085/794>
- Astuti, E. R. (2023). Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia pada Remaja Putri. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(2). <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i2.17341>
- Dewi, L. C. (2024). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Mekanisme Koping pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RS Wawa Husada Kepanjen. Universitas Muhammadiyah Malang. <https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/14229>
- Dewi, N. P. T. P., Susila, I. M. D. P., & Arisudhana, G. A. B. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan melalui Media Sosial Line terhadap Sikap Remaja Putri tentang Pencegahan Anemia Defisiensi Besi di SMP Negeri 2 Rendang. *Jurnal Ilmiah Pannmed (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)* 16(2):342–45. <http://ojs.poltekkes-medan.ac.id/pannmed/article/view/1119/701>
- Hafida, H., Effendi, Z., & Purwanto, S. (2023). Pengaruh Kombinasi Metode Butterfly Hug dan Terapi Musik terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan pada Remaja. *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 9(1), 190–202 <https://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/2898>
- Hidayat, A. F., Mamlukah, M., Iswarawanti, D. N., & Suparman, R. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di MAN 2 Tasikmalaya. *Journal of Health Research Science*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v4i1.1085>
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Anemia dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 3(01 Oktober), 1293–1298. <https://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/266>
- Mulyana, E. A., Ramadan, F. A., Mulyani, I. S., Azzahirah, M. N., Niam, R. S., Nariswari, R. A., & Dolifah, D. (2024). Pendidikan Kesehatan Anemia Gizi Kepada Siswa MAN di Kabupaten Sumedang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5018–25. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/28614>

- Rahman, R. A., & Fajar, N. A. (2024). Analysis of Anemia Risk Factors among Adolescent Women: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal Of Community Health)*, 10(1), 133–40. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol10.Iss1.1403>
- Ramadhan, S. N. A. (2024). Penerapan Pendidikan Kesehatan pada Remaja Putri untuk Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan Anemia dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Peningkatan Pengetahuan di Dusun Tanjung. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/17112>
- Riani, P., Sukriani, W., & Lucin, Y. (2023). Pengaruh Edukasi Kesehatan Berbasis Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMK-N 4 Palangka Raya. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 10(2), 307-320. <https://doi.org/10.36743/medikes.v10i2.553>
- Rusdi, F. Y., Helmizar, H., & Rahmy, H. A. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMAN 2 Padang. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 31–38. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.29271>
- Safitri, E. D., Arintonang, I., Wirawan, S., & Sitasari, A. (2024). Efektifitas Penggunaan Media Video Animasi tentang Anemia pada Remaja Putri. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2), 183–192. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v7i2.443>
- Sari, A. P., & Nugrahmi, M. A. (2024). Pengaruh Kelas Online (WAG) tentang Anemia pada Ibu Hamil terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin di Puskesmas Payolasek. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(3), 8418–8425. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.11175>
- Suciana, F., Sulistyowati, A. D., Permatasari, D., & Khayati, F. N. (2024). Penguatan Pengetahuan Ibu Hamil dalam Monitoring Kadar Hb. *Wasathon Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(04), 118–121. <https://umkla.ac.id/ejournal/index.php/wasathon/article/view/1355/465>
- Sukmawati, S., Mamuroh, L., & Nurhakim, F. (2019). Pengaruh Edukasi Pencegahan dan Penanganan Anemia terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan BS,I* 7(1), 42–47. <https://ejournal.bsi.ac.id/ejournal/index.php/jk/article/view/4689>
- Tiffany, E., & Hudiyawati, D. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi melalui E-Health Berbasis Website terhadap Self Care Pasien Gagal Jantung di Rumah Sakit Universitas Sebelas Maret (UNS) Surakarta. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*. 51–62. <https://proceedings.ums.ac.id/semnaskep/article/view/921>
- Wahyuni, S., & Syamiyah, N. (2024). Systematic Review Hubungan Antara Status Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal Of Baja Health Science*, 4(01), 17–29. <https://doi.org/10.47080/joubahs.v4i01.2777>
- Waru, H. L., & Hayati, N. (2023). Pemanfaatan Media Massa terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Wanita Usia Subur (WUS). *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 3971–3977. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/17890>
- Windyastuti, E., & Solikhah, M. M. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Keluarga terhadap Self Care Manajemen Diabetes Mellitus di Posbindu Lansia Sakura Kelurahan Plesungan Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 13(2), 211-220. <https://doi.org/10.34035/jk.v13i2.856>