

Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi Di Smp Swasta Sini Suka Sei Bingai Kabupaten Langkat

Analisa Br Sembiring¹, Kismiasih Adethia², Cindy Cloudia³, Mirna Aprilia⁴,
Elsa Nurul Utami⁵, Yunisa Amsah⁶

1,2,3,4,5,6STIKes Mitra Husada Medan

Email : analisisem@gmail.com

Abstract

*Adolescence is a transition period from children to adults who need higher nutrients, including iron. Where adolescent girls are more prone to anemia because they are already menstruating. At the age of adolescents, efforts need to be made to improve the nutritional status of health, especially in adolescent girls as the next generation and potential development resources. Adolescent girls whose health is maintained will become healthy mothers when entering marriage and pregnancy, so to prevent the incidence of iron deficiency anemia, young women need to be equipped with knowledge about iron deficiency anemia itself. Iron Tablets. **Results:** Based on the results of bivariate analysis using chi square, it was found that there was a relationship between knowledge and participation in EFA in active family planning with p value = 0.000 ($p < 0.05$), there was a relationship between knowledge and attitudes of adolescents in consuming iron tablets. . **Conclusion:** there is a significant relationship between knowledge and attitudes of adolescents in consuming iron tablets at SMP Asisi in 2020. **Suggestion:** Midwives as health workers need to understand more about knowledge and attitudes of adolescents in consuming iron tablets.*

Keywords: Adolescents, Knowledge, Attitude, Iron Tablets

Abstrak

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Dimana remaja putrid lebih rentan mengalami anemia karna sudah mengalami menstusai. Usia remaja perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kesehatan status gizi terutama pada remaja putri sebagai generasi penerus dan sumber daya pembangunan yang potensial. Remaja putri yang terpelihara kesehatannya akan menjadi ibu yang sehat saat memasuki perkawinan dan kehamilan,

Dikirim : 19 Juni 2022
Revisi : 25 Agustus 2022
Diterbitkan: 10 September 2022

sehingga untuk mencegah kejadian anemia defisiensi besi, maka remaja putri perlu dibekali dengan pengetahuan tentang anemia defisiensi besi itu sendiri. **Tujuan:** untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi. **Hasil:** Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan chi square diperoleh terdapat hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan PUS dalam ber KB Aktif dengan nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$), terdapat hubungan pengetahuan dan sikap remaja dalam mengonsumsi Tablet Zat Besi. **Kesimpulan:** terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap Remaja dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi SMP Asisi Tahun 2020. **Saran:** Bidan sebagai petugas kesehatan perlu lebih memahami tentang Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi.

Kata Kunci: Remaja, Pengetahuan, Sikap, Tablet Zat Besi

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi. Dimana remaja putrid lebih rentan mengalami anemia karna sudah mengalami menstrusai. (Sediaoetama, 2018). Kurangnya zat besi pada remaja tanpa diimbangi asupan zat besi yang adekuat akan berlanjut pada masa kehamilan saat kehamilan akan menyebabkan pertumbuhan janin tidak optimal, berat badan bayi lahir rendah, resiko perdarahan saat persalinan dan meningkatkan resiko kematian ibu dan bayi. Karena itu sebagian besar pakar Obstetri dan Gizi merekomendasikan suplemen besi sejak pra konsepsi (remaja).

Berdasarkan Permenkes tahun 2015 tentang Peraturan Menteri Kesehatan Tentang Standar Produk Suplementasi Gizi, suplementasi gizi dalam bentuk tablet tambah darah merupakan suplemen gizi dengan kandungan paling sedikit zat besi pada wanita usia subur termasuk remaja hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan konsentrasi dan mencegah terjadinya perdarahan pada masa kehamilan persalinan dan nifas. (Permenkes RI, 2015).

Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%, dari data tersebut dapat dilihat prevalensi remaja putri mengalami anemia sangat tinggi yakni 57,1%.

Berdasarkan Penelitian Direktorat Gizi Masyarakat RI bekerjasama dengan UNICEF (2004) bahwa suplementasi zat besi cukup diperlukan bagi remaja putri yang anemia, karena meningkatkan status gizinya. Sedangkan pemerintah melalui Dinas Kesehatan RI untuk mencegah dan menanggulangi masalah anemia gizi besi adalah melalui suplementasi zat besi, yaitu Program Penggulangan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri (PPAGB). Sasaran program perbaikan gizi pada kelompok remaja wanita dianggap strategis didalam upaya memutus simpul siklus masalah gizi. Pada hakekatnya anemia merupakan keadaan menurunnya kadar haemoglobin, hematokrit dan jumlah sel darah merah di bawah nilai normal yang dipatok untuk perorangan (Arisman, 2015).

Data riskesdas remaja putri usia 13-18 tahun sebesar 22,7% mengalami anemia

(Riskesdas, 2013). Menurut penelitian, diet vegetarian yang sedang trend di kalangan sebagian remaja juga dapat berpengaruh terhadap hormon seks, dalam diet ini membatasi konsumsi daging atau sama sekali tidak memakan daging. Wanita yang melakukan diet vegetarian terjadi peningkatan frekuensi gangguan siklus menstruasi. Prevalensi ketidakteraturan menstruasi 26,5% pada vegetarian, dan 4,9% pada non vegetarian (Francin & Erna, 2015). Remaja putri selain membatasi konsumsi makan juga memiliki pantangan terhadap makanan dikarenakan ingin memperhatikan bentuk badan (Sediaoetama, 2018).

Program pemberian suplementasi zat besi atau TTD pada remaja putri diharapkan dapat berkontribusi memutus lingkaran malnutrisi antar generasi. Pemerintah Indonesia sejak tahun 1997 telah menjalankan program pencegahan dan penanggulangan anemia gizi pada Wanita Usia Subur (WUS) dengan mengintervensi WUS lebih dini, yaitu sejak usia remaja. Pemberian TTD pada remaja putri yaitu 1 tablet/minggu dan 1 tablet/hari selama menstruasi.

Faktor tidak langsung penyebab anemia yaitu faktor pengetahuan, status pendidikan, keadaan lingkungan dan kurangnya asupan kebutuhan zat besi (Price, 2016). Anemia dapat disebabkan oleh pengetahuan. Menurut penelitian Mamta (2014), usia, pendidikan, dan status kerja perempuan memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan pengetahuan yang berhubungan dengan anemia.

Usia remaja perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kesehatan status gizi terutama pada remaja putri sebagai generasi penerus dan sumber daya pembangunan yang potensial. Remaja putri yang terpelihara kesehatannya akan menjadi ibu yang sehat saat memasuki perkawinan dan kehamilan, sehingga untuk mencegah kejadian anemia defisiensi besi, maka remaja putri perlu dibekali dengan pengetahuan

tentang anemia defisiensi besi itu sendiri (Dharmadi, 2011).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai dari 6 remaja putrid yang ditanya tentang fungsi tablet zat besi hanya 1 yang memahaminya namun tidak dikonsumsi dikarenakan dirinya menganggap ini bukan merupakan hal yang penting.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020".

METODE PENELITIAN

Rincian pengambilan sampel 30/100 x 130 = 39 orang. Berdasarkan sumber datanya, penelitian terbagi menjadi penelitian primer dan sekunder. Pada penelitian primer, data dikumpulkan sendiri oleh peneliti dari yang sebelumnya tidak ada dan tujuannya disesuaikan dengan keperluan penelitian, dengan cara memberikan kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap sedangkan penelitian sekunder data telah dikumpulkan oleh pihak lain dan data sudah ada yakni peneliti mengambil jumlah data siswa kelas 7 sampai kelas 9 (Hermanto, 2015). Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengumpulkan semua kuesioner yang sudah dibagikan langsung kepada responden. Untuk mengetahui hubungan antar variabel independent terhadap variabel dependent, dengan menggunakan chi square.

HASIL

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020.

Analisa Univariat yang dilihat dalam variable independen (Pengetahuan) adalah distribusi frekuensi dengan pengetahuan di SMP

Swasta Sini Suka Sei Bingaitahun 2020 dengan kategori pengetahuan baik, cukup, kurang. Seperti yang tertera pada tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Remaja Putri di SMP Swasta Sini Suka Sei BingaiTahun 2020

No	Tingkat Pengetahuan	Frequency	Persentasi (%)
1	Baik	10	25,6
2	Cukup	11	28,2
3	Kurang	18	46,2
Total		39	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa dari total 39 responden remaja putri, didapatkan hasil mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 18 responden (46,2%) dan minoritas responden berpengetahuan baik 10 orang dengan (25,6%).

Analisa univariat yang dilihat dari variabel independen (Sikap) adalah distribusi frekuensi dengan sikap di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingaitahun 2020 dengan kategori mengkonsumsi 1, dan tidak mengkonsumsi 0 seperti yang tertera pada tabel 2:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Remaja Putri di SMP Swasta Sini Suka Sei BingaiTahun 2020

No	Sikap	Frequency	Persentasi (%)
1	Mengkonsumsi	10	25,6
2	Tidak Mengkonsumsi	29	74,4
Total		39	100

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 39 responden mayoritas responden tidak mengkonsumsi tablet zat besi 29 orang (74,4%).

Analisis Bivariat

Analisis Bivariat dilakukan dengan membandingkan distribusi silang antara dua variabel yang bersangkutan dari penelitian "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam

Mengkonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020.

Analisis Bivariat dengan membandingkan distribusi silang antara Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020, terdapat pada tabel 3 di bawah ini :

Tabel 3. Tabel Silang Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020

Pengetahuan	Sikap	Total	P Value
39	39	39	0,000

Berdasarkan tabel 3 diatas didapatkan bahwa dari 39 responden, dapat diperoleh hasil terdapat hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020 dengan nilai $P < 0,000 < 0,05$

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan remaja terhadap pentingnya konsumsi zat besi saat menstruasi adalah berpengetahuan kurang (46,2%). Banyak faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya sumber informasi, umur, pendidikan dan lainnya.

Sesuai tabel pada hasil penelitian diatas lebih daro 50% sikap responden negative dalam mengkonsumsi tablet Fe. Hasil ini dapat dijelaskan melalui teori cara membentuk sikap menurut Purwanto (1998) sikap dapat dibentuk atau berubah melalui diferensasi, adopsi, integrasi, dan trauma. Diferensasi adalah makin berkembangnya intelegensi dan bertambahnya usia, maka hal-hal yang tadinya. dianggap sejenis, sekarang dapat dipandang tersendiri atau lepas dari jenisnya Begitu juga dengan adopsi, integrasi dan trauma. Adopsi merupakan kejadian dan peristiwa yang terjadi berulang-ulang dan terus-menerus Lama kelamaan secara bertahap dapat diserap kedalam diri individu dan mempengaruhi

terbentuknya suatu sikap. Integrasi merupakan pembentukan sikap terjadi secara bertahap, dimulai dengan berbagai pengalaman yang berhubungan dengan suatu hal. Sedangkan trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba dan mengejutkan, sehingga meninggalkan kesan mendalam pada jiwa orang bersangkutan. Hal ini menyebabkan intelegensi responden menjadi bagus, responden mudah untuk menerima informasi sehingga hal ini mempengaruhi sikap responden terkait tentang zat besi. Sesuai dengan hasil penelitian lebih banyak responden yang berumur berpengetahuan kurang, terkait dengan sikap responden terhadap pentingnya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi saat menstruasi menyebabkan semakin bertambahnya usia maka responden dapat memandang zat besi sebagai kandungan makanan yang harus dikonsumsi setiap hari namun pada kenyataannya sebagian besar responden menganggap bahwa mengkonsumsi makanan mengandung zat besi sangat penting saat menstruasi karena pengalaman nyeri haid dan tubuh terasa lemah saat mengalami menstruasi memberi stimulus untuk mereka mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi (Suarjana, 2013).

Masa remaja adalah terminologi yang digunakan untuk menyatakan periode pendewasaan pikiran dan tubuh sehingga dapat diterapkan kepada manusia sebelum, sesudah, dan selama pubertas. Selama masa remaja, terjadi perkembangan fisik, emosi, sosial, dan intelektual yang sangat cepat.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa dari 39 responden, dapat diperoleh hasil terdapat hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020 dengan nilai $P 0,000 < 0,05$.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara

pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe dengan nilai $p = 0,321$. (Lestari P, 2015) Penelitian lain yang dilakukan terhadap 1200 remaja putri di Bengkulu juga menunjukkan tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia ($p > 0,05$). Sebagian remaja memiliki pengetahuan yang baik terhadap hal – hal yang berhubungan dengan anemia, namun pengetahuan yang baik tersebut belum tentu mempengaruhi perilaku mereka dalam pemilihan makanan sehari-hari. Pengetahuan seseorang akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan dan selanjutnya akan berpengaruh terhadap keadaan gizi seseorang (termasuk status anemia). Rendahnya pengetahuan remaja putri tentang anemia mengakibatkan kurangnya konsumsi makanan sumber protein hewani yang mengandung banyak zat besi. (Suryani, 2015).

Hasil penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap pencegahan anemia dan perilaku mengkonsumsi tablet tambah darah tidak mempengaruhi kadar Hb pada remaja putri dengan nilai p value masing-masing 0,154 dan 0,318. (Putri M.D, 2018).

Namun hasil Penelitian ini sejalan dan didukung oleh penelitian (Erwin, R.R ; Machmud, R & Utama, 2018), bahwa tingkat pengetahuan tentang zat besi yang tinggi dapat membentuk sikap positif terhadap kepatuhan minum tablet Fe. Pengetahuan yang tinggi karena informasi yang luas terkait tentang tablet Fe. Penelitian ini juga didukung oleh (Azzahra Al Hadar, 2014) bahwa sebagian responden memiliki sikap baik yaitu 35 responden (85%) karena faktor pengaruh dari orang lain yang dianggap penting. Seseorang bisa bersikap positif maupun negatif akibat pengaruh orang-orang yang dianggapnya penting seperti orang tua, teman/kerabat dekat sehingga terbentuknya keinginan patuh dalam minum tablet Fe untuk mengurangi resiko anemia.

(Budiarni, W. & Subagio, 2012), memaparkan bahwa pengetahuan kurang tentang tablet Fe akan mempengaruhi kepatuhan remaja putri. Kepatuhan remaja dalam minum tablet Fe sesuai anjuran dari petugas kesehatan sangat penting bagi remaja dalam mencegah anemia pada remaja. Selain pengetahuan yang mempengaruhi kepatuhan adalah sikap remaja pengetahuan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan yang terjadi yaitu panca indra pendengaran, penglihatan, penciuman, raba, dan rasa maka pengetahuan sering diperoleh dari mata dan telinga serta pengetahuan dinilai dalam kriteria baik dan kurang baik (Fitriani, 2011) & (& Yenetra, 2011). Deviani (2017), memaparkan bahwa pengetahuan remaja dipengaruhi oleh faktor informasi atau media masa informasi di peroleh baik dari pendidikan formal maupun non formal yang dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

Remaja yang memiliki sikap yang baik akan mengerti bahwa pentingnya patuh minum tablet Fe untuk mencegah anemia pada remaja putri. Sikap merupakan reaksi dan respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap objek sesuai dengan keadaan mental dan saraf dari kesiapan dimulai dari pengalaman yang akan memberikan pengaruh dinamik atau terarah terhadap respons individu terhadap objek dan situasi yang terkait (& Yenetra, 2011). (Irianti, 2019) memaparkan bahwa sikap remaja di pengaruhi oleh media massa dalam penyampaian informasi yang menjadi tugas pokok, media masa membawa pesan- pesan sugestif yang dibawa oleh informasi tersebut, cukup kuat yang akan memberikan dasar efektif dalam menilai sesuatu. Dengan sikap yang baik akan timbul kepatuhan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi di SMP Swasta Sini Suka Sei Bingai Tahun 2020 dengan jumlah responden 39 orang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut : Dari total 39 responden remaja putri, didapatkan hasil mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 18 responden (46,2%) dan minoritas responden berpengetahuan baik 10 orang dengan (25,6%). Dari 39 responden mayoritas responden tidak mengkonsumsi tablet zat besi 29 orang (74,4%). Dari hasil uji statistic didapatkan p value = 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikansi antara pengetahuan dan sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi . Saran: Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis mengenai hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi. Bidan sebagai petugas kesehatan perlu lebih memahami tentang Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi. Peneliti ini dapat menjadi sarana untuk meningkatkan pengetahuan wawasan kesehatan masyarakat mengenai Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi. Peneliti ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber diperpustakaan STIKes Mitra Husada Medan khususnya mengenai Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengkonsumsi Tablet Zat Besi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muhammad. 2015. Psikologi Remaja. Bandung : Bumi Aksara.
- Arisman 2014, Gizi dalam Daur Kehidupan, EGC, Jakarta
- Arikunto, Suharsimi. 2006. Prosedur Penelitian. Jakarta: Bina Aksara.
- Azwar, Saifuddin. 2016. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Aryani, R. Ns.S.Kep. 2010. Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya. Jakarta: Penerbit Salemba Medika
- Dharmadi. (2011) Penyuluhan anemia Defisiensi Besi (ADB) pada remaja puteri di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Bangli. Tersedia dalam: <http://www.communityhealthy.com/penyuluhan-anemia-defisiensi-besi-pada-remaja-puteri-di-sma-Negeri1-bangli.htm>. (diakses Februari November 2020)
- Dwimawati, (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Smk Yak 1 Bogor Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Provinsi Jawa Barat Tahun 2018. Promotor Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Vol.1 No.2 2018
- Hurlock. 2005. Perkembangan Anak. (Terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Mamta, L. (2014) Prevalence of Anemia and Knowledge Regarding Anemia among Reproductive Age Women (Volume 3, Issue 2 Ver. II, Mar-Apr. 2014), PP 54-60 www.iosrjournals.org. India
- Maryatun. (2013). Peran Teman Sebaya terhadap Perilaku Seksual Pra Nikah. Pada Remaja di SMA Muhammadiyah 3 Surakarta. Vol 10 No. 1 Februari 2013
- Notoatmodjo, S. 2014. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Permenkes tahun 2015 tentang Peraturan Menteri Kesehatan Tentang Standar Produk Suplementasi Gizi
- Price. (2016) Bab 8 Gangguan Pertumbuhan, Proliferasi, dan Diferensiasi Sel.
- In: Price et al., 2006. Patofisiologi Konsep Klinis Proses-proses Penyakit Ed 6. Jakarta: EGC
- Riskesdas. (2013) Laporan Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2010. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
- Sarwono, Sarlito Wirawan. 2012. Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sediaoetomo. (2018) Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi di Indonesia. Jakarta: Dian Rakyat
- Suarjana, Nyoman. 2013. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Terhadap Pentingnya Konsumsi Makanan Yang Mengandung Zat Besi Saat Menstruasi Di Sman 2 Tabanan. Jurnal Kesehatan Terpadu 1(1) : 38 – 43 Issn : 2549 – 8479.
- Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012
- Suryani, D 2015, „Analisis Pola Makan dan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri Kota Bengkulu’, Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas, Vol. 10, No. 1, hh.11 – 18.
- Putri, MD, 2018, Hubungan Sikap Pencegahan Anemia Dan Perilaku Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Remaja Putri di SMK N 1 Sukoharjo, Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan, UMS. <http://eprints.ums.ac.id/62647/>, di akses tanggal 12 Maret 2021