

## Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Depok III Sleman

Nelva Regita Putri Pramesti\*, Belian Anugrah Estri\*

Studi kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

\*Email: nelvaregital@gmail.com

### Abstrak

Prevalensi anemia yang tinggi menjadikan masalah ini sebagai masalah sorotan dunia. Berdasarkan pedoman diagnosis anemia menurut WHO, anemia dikategorikan sebagai masalah kesehatan masyarakat yang berat (severe) bila prevalensi 40%. Bila kejadian anemia mencapai 20-39,9% maka anemia merupakan masalah kesehatan derajat sedang (WHO,2016). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan kejadian anemia pada remaja putri di Wilayah Kerja Puskesmas Depok 3 Sleman. Desain penelitian menggunakan kuantitatif dengan pendekatan *retrospektif*, teknik sampling dengan teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan rekam medis. Analisis menggunakan *spearman rank*. Hasil penelitian uji korelasi menggunakan *spearman rank*, memberikan hasil Responden yang diteliti berjumlah 73 orang, didapatkan dari 18 orang remaja putri dengan IMT kurang/kurus yang mengalami anemia sebanyak 2 orang (2,7%), 43 remaja putri dengan IMT normal mengalami anemia yaitu sebanyak 10 orang (13,7%), 6 remaja putri dengan IMT berlebih mengalami anemia yaitu sebanyak 2 orang (2,7%), sedangkan remaja putri dengan IMT obesitas sebanyak 6 orang yang mengalami anemia sebanyak 0 orang (0,0%). Hasil menunjukkan tidak ada hubungan indeks massa tubuh dengan kejadian anemia  $p$  value 0,637 ( $p < 0,05$ ). IMT pada remaja putri di SMAN 1 Depok mayoritas memiliki IMT normal dan tidak mengalami anemia. Diharapkan puskesmas tetap melakukan kerjasama dengan pihak sekolah dalam memberikan penyuluhan maupun pemeriksaan kesehatan terutama anemia.

**Kata Kunci:** Indeks Massa Tubuh; Kejadian Anemia

## The Relationship Of Body Mass Index With Incident Of Anemia In Adolescent Girls In The Working Area Of The Puskesmas Depok III Sleman

### Abstract

The high prevalence of anemia makes this problem a problem in the world's spotlight. Based on WHO anemia diagnosis guidelines, anemia is categorized as a serious public health problem if the prevalence is 40%. If the incidence of anemia reaches 20-39.9% then anemia is a moderate health problem (WHO, 2016). The aim of this research was to determine the relationship between body mass index and the incidence of anemia in adolescent girls in the Depok 3 Sleman Community Health Center Work Area. The research design used a quantitative, retrospective approach, sampling technique using a probability sampling technique, namely simple random sampling. The data collection tool uses medical records. Analysis uses spearman rank. The results of the correlation test research using Spearman Rank, gave results of 73 respondents studied, obtained from 18 young women with a low/thin BMI who had anemia as many as 2 people (2.7%), 43 young women with a normal BMI had anemia, namely as many as 10 people (13.7%), 6 young women with excessive BMI experienced anemia, namely 2 people (2.7%), while 6 young women with obese BMI experienced anemia as many as 0 people (0.0%). The results showed that there was no relationship between body mass index and the incidence of anemia  $p$  value 0.637 ( $p < 0.05$ ). The majority of young women's BMI at SMAN 1 Depok have a normal BMI and do not experience anemia. It is hoped that the puskesmas will continue to collaborate with schools in providing education and health checks, especially anemia.

**Keywords:** Body Mass Index; Incidence of Anemia

## 1. Pendahuluan

Anemia adalah suatu kondisi medis di mana Kadar Hb lebih rendah dari biasanya. Kadar hemoglobin normal untuk remaja putri adalah >12g/dl. remaja dikatakan anemia jika kadar Hbnya kurang 12 g/dl. Anemia merupakan masalah kesehatan global yang patut diperhatikan, terutama di negara berkembang seperti di Indonesia. Diperkirakan sekitar 1/3 populasi dunia menderita anemia. Prevalensi kejadian anemia di Indonesia terbilang cukup tinggi. Pasalnya menurut Kemenkes RI (2018) bahwa angka prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 32%, artinya diperkirakan sebanyak 3-4 remaja dari total 10 remaja menderita anemia. Proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi jika dibandingkan pada laki-laki (20,3%). Bagaimana pun, Remaja putri merupakan salah satu populasi yang rentan terkena masalah anemia.

Berdasarkan data dari WHO (World Health Organization) (2011), dua miliar penduduk dunia mengidap anemia defisiensi zat besi. Sekitar 50% kasus anemia diakibatkan karena defisiensi besi. Anemia defisiensi besi merupakan suatu kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah tergolong rendah. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh WHO (2015) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 29%. Prevalensi anemia pada remaja putri usia (usia 10-18 tahun) mencapai 41,5% di negara berkembang. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang, dengan prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menurut WHO sebesar 37% lebih tinggi dari prevalensi anemia di dunia (WHO, 2015).

Tingginya kejadian anemia pada remaja putri dapat menyebabkan efek buruk pada masa depan mereka, seperti kematian ibu selama kehamilan, bayi prematur, dan bayi berat lahir rendah. Efek anemia muncul selama periode pertumbuhan, menyebabkan penurunan produktivitas kerja, kemampuan belajar, dan kesehatan reproduksi. Penyebab utama anemia pada wanita adalah kehilangan darah menstruasi dan kekurangan gizi dalam pembentukan darah (Estri & Cahyaningtyas, 2021). Remaja putri rentan terhadap anemia, yang dapat menyebabkan gangguan fungsi kekebalan tubuh, kerentanan terhadap infeksi, kerusakan pertumbuhan, dan kapasitas intelektual. (Thamban & Venkatappa, 2018)

Remaja merupakan generasi penerus sekaligus aset bangsa untuk terciptanya generasi muda mendatang yang baik. Masa remaja menurut para tokoh psikologis dapat dibagi menjadi dua periode yaitu periode masa puber usia 12-18 tahun dan remaja adolence usia 19-21 tahun. Masa remaja (*adolence*) merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat meliputi pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial dan perkembangan segala aspek atau fungsi untuk memasuki masa dewasa (Andriani dan Bambang, 2018).

Remaja putri memiliki kesibukan yang tinggi dalam kegiatan sekolah, organisasi, atau perkuliahan sebagai akibatnya bisa menyebabkan ketidakaturan pola makan. Ketidakseimbangan asupan gizi juga dapat menjadi penyebab kurang darah di remaja, misalnya dengan melakukan program diet dengan membatasi makan dan banyak sekali pantangan, karena itu asupan makan pun berkurang maka cadangan besi pada tubuh, hal ini bisa meningkatkan kecepatan terjadinya anemia. (Estri & Cahyaningtyas, 2021)

Data *World Health Organization* (WHO) mencatat prevalensi BB kurang pada wanita usia >18 tahun secara global adalah 9,4% dan 12,6% di Indonesia, prevalensi BB lebih secara global sebesar 39,2% dan di Indonesia sebesar 31,2%. Prevalensi obesitas secara global 15,1% dan 8,9% di Indonesia (WHO, 2016). Di Sumatera Utara persentase gizi wanita usia >18 tahun dengan status gizi kurus sebesar 6,1%, normal 57,3%, BB lebih 13,7%, dan obesitas 22,9% selanjutnya untuk Kota Medan status gizi kurus 6,3%, normal 48,6%, BB lebih 14,9% dan obesitas 30,2% (Kemenkes, 2013).

Upaya dari pemerintah Indonesia belum mengadakan program dalam usaha kesehatan sekolah (UKS) untuk menanggulangi atau memberi pengetahuan mengenai anemia pada remaja putri. Upaya Dinas Kesehatan DIY dalam memberantas anemia pada remaja yaitu melaksanakan kegiatan pemberian tablet tambah darah bagi semua remaja putri. Cakupan Remaja putri yang telah mendapatkan tablet tambah darah di Kabupaten/Kota yang ada di DIY pada tahun 2018 yaitu Kota Yogyakarta 63,68%, Kabupaten Sleman 28,08%, Kabupaten Kulon Progo 86,28%, Kabupaten Gunung Kidul 36,88%, serta Kabupaten Bantul sebesar 75,97% (Dinas Kesehatan DIY, 2018).

Kabupaten Sleman adalah kabupaten dengan cakupan pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri terendah yaitu sebanyak 12.526 dengan jumlah remaja putri sebanyak 44.611 (28,08%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Astriandani pada Tahun 2015, yang dilakukan di Sedayu, terdapat hubungan antara kejadian anemia terhadap prestasi belajar. Hal ini menunjukkan dampak remaja yang mengalami anemia adalah kurangnya konsentrasi sehingga akan memengaruhi prestasi belajar remaja tersebut di kelasnya (Astriandani, 2015). Dampak jangka panjang remaja putri yang mengalami anemia adalah sebagai calon ibu yang nantinya hamil, maka remaja putri tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan dan persalinan, risiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR dan angka kematian perinatal. (Akma, 2016). Dalam mengantisipasi kejadian anemia pada remaja putri dilakukan penyuluhan kesehatan dan mengusung program penanggulangan anemia pada remaja putri yang tersebar ke seluruh kabupaten Sleman. Prevalensi anemia yang terjadi di Propinsi DIY meningkat sebanyak 35% pada remaja putri.

## 2. Metode

Jenis penelitian ini menggunakan metode survai analitik dengan pendekatan *retrospektif*. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Depok 3 Sleman. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMAN 1 Depok Sleman yang berjumlah 270 siswi. Teknik Pengambilan Sampel menggunakan *probability sampling* yaitu *random sampling* dengan perhitungan proporsional sebanyak 73 Responden dan analisis data menggunakan *spearman rank*.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### 3.1 Analisis Univariat

#### a. Indeks Massa Tubuh

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh di SMAN 1 Depok Sleman dapat dilihat dari table berikut :

**Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Remaja SMA N 1 Depok Kelas X dan XI**

No	Indeks Massa Tubuh	Total	
		Frekuensi	%
1	Kurang/kurus	18	24,7
2	Normal	43	58,9
3	Berlebih	6	8,2
4	Obesitas	6	8,2
Total		73	100,00

Distribusi frekuensi berdasarkan IMT dalam tabel 4.1 di atas menunjukkan Remaja putri kelas X dan XI lebih banyak memiliki IMT kurus sebanyak 18 orang (24,7%), IMT normal sebanyak 43 orang (58,9%), IMT berlebih sebanyak 6 orang (8,2%), dan IMT obesitas sebanyak 6 orang (8,2%). Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 73 remaja di SMA N 1 Depok didominasi dengan IMT Normal yaitu 43 (58,9%) remaja putri.

Indeks Massa Tubuh didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi tinggi badan dalam meter ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) (Irianto, 2017). Komponen dari Indeks Massa Tubuh terdiri dari tinggi badan dan berat badan. Tinggi badan diukur dalam keadaan berdiri tegak lurus, tanpa menggunakan alas kaki, kedua tangan merapat kebadan, punggung menempel pada dinding serta pandangan lurus kedepan. Lengan relaks dan bagian pengukur yang dapat digerakkan disejajarkan dengan bagian teratas kepala dan harus diperkuat dengan bagian rambut yang tebal, sedangkan berat badan diukur dengan posisi berdiri diatas timbangan berat badan (Arisman, 2014)

Status gizi merupakan suatu tampilan keseimbangan nutrisi yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi dari makanan dalam jangka waktu lama (Indrawatiningsih et al., 2021). Konsumsi makanan sangat berpengaruh terhadap IMT seseorang dan akan optimal

perkembangannya bila tubuh memperoleh zat-zat gizi yang cukup, hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Martini, 2015) bahwa status gizi yang optimal atau nutrisi yang baik memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan yang baik.

Dari 18 responden IMT Kurus (21,9%). Penyebab kurangnya IMT dibawah batas normal juga disebabkan karena adanya pola makan yang tidak teratur. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Cia *et al.*, (2021) bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang meliputi kurangnya penyediaan makanan, pola makan/diet yang buruk, dan penyakit infeksi. Remaja putri sering mendambakan tubuh yang langsing, hal ini sering menjadi faktor penyebab terjadinya defisiensi zat gizi, karena untuk memelihara kelangsingan tubuh para remaja menerapkan pembatasan makanan secara keliru sehingga kebutuhan gizi tidak terpenuhi.

### b. Kejadian Anemia Remaja Putri

Distribusi frekuensi berdasarkan kejadian anemia remaja putri di SMAN 1 Depok Sleman dapat dilihat dari table berikut :

**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Anemia Remaja  
SMA N 1 Depok Kelas X dan XI**

No	Kejadian Anemia	Total	
		Frekuensi	%
1	Anemia	14	19,2
2	Tidak Anemia	59	80,8
Total		73	100,00

Distribusi frekuensi kejadian anemia dalam tabel 4.2 di atas menunjukkan Remaja SMA N 1 Depok kelas X dan XI yang tidak mengalami anemia sebanyak 59 orang (80,8%) dan yang mengalami anemia sebanyak 14 orang (19,2%).

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah, atau konsentrasi Hb di bawah batas normal yang ditetapkan, sehingga mengakibatkan terganggunya kapasitas darah untuk mengangkut oksigen di sekitar tubuh (WHO, 2017).

Data yang tertulis dalam tabel 4.2 di atas menunjukkan Remaja SMA N 1 Depok kelas X dan XI yang tidak mengalami anemia sebanyak 59 orang (80,8%) dan yang mengalami anemia sebanyak 14 orang (19,2%). Prevalensi Anemia Remaja Putri SMAN 1 Depok yang hanya 19,2%. Hal ini sejalan dengan ketetapan yang dibuat oleh Kemenkes (2018) yang mengkategorikan anemia menjadi sebuah masalah bila prevalensinya mencapai  $\geq 20,0\%$ . Situasi ini merupakan sebuah hal yang cukup baik melihat prevalensi yang tidak anemia jauh lebih banyak dibandingkan dengan yang anemia.

Remaja yang tidak memperdulikan kebutuhan akan zat gizi terutama zat besi dapat menyebabkan terjadinya anemia. Menurut Putri *et al.*, (2017) bahwa dampak anemia diantaranya menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan motorik dan mental, kecerdasan terhambat, menurunkan tingkat kebugaran dan menurunnya kesehatan reproduksi.

Zat besi yang sulit diserap oleh tubuh dapat menyebabkan anemia apabila tubuh kurang mendapatkan zat besi maka tubuh tidak akan bekerja secara maksimal. Pembentukan hemoglobin sangat memerlukan adanya zat gizi yang banyak sehingga pembentukan dapat optimal, tidak hanya pembentukan melaikan sebagai metabolis tubuh. Jika cadangan zat besi dalam tubuh tidak ada dan penyerapan zat besi dari makanan rendah, tubuh akan memproduksi lebih sedikit sel darah merah dengan hemoglobin yang sedikit. Hal inilah yang menyebabkan terjadinya anemia (Cia *et al.*, 2021). Tidak perlu dikhawatirkan anemia defisiensi besi dapat dicegah melalui cara mengkonsumsi makanan berserat, sayur berwarna hijau, kacang-kacangan dan karbohidrat yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh remaja.

Ketika seorang remaja mengalami menstruasi, siklus menstruasi dapat menyebabkan pallor, karena vagina bereproduksi secara teratur mengeluarkan sebulan sekali (Suhariyati et al., 2020). Hal ini dapat dipengaruhi oleh konsumsi tambah darah, karena endometrium jatuh di dalam dinding rahim, yang mengandung banyak pembuluh darah selama menstruasi. Remaja pada saat mengalami menstruasi tidak teratur sehingga jumlah perdarahan yang dialami banyak, akan memengaruhi hemoglobin (Putri et al., 2017). Anemia yang dialami remaja disebabkan oleh siklus menstruasi yang berlebih, sehingga siklus menstruasi yang kurang teratur dapat menyebabkan remaja putri mengalami kehilangan lebih darah lebih banyak dibandingkan siklus menstruasi yang teratur pada remaja putri (Melyani & Alexander, 2019).

Hasil penelitian Indriani et al., (2018) pada masa remaja, remaja putri mengalami perdarahan bulanan yang sering kita ketahui dengan sebutan menstruasi. Pola menstruasi sendiri umumnya tidak menentu, kemungkinan remaja putri yang mengalami menstruasi mengeluarkan darah yang berlebih. Maka dari itu, remaja putri sangat perlu zat besi gunanya sebagai pengganti Zat besi yang kehilangan darah menstruasi dan mendukung pertumbuhan dan kematangan seksual.

Untuk menyeimbangkan kehilangan darah menstruasi dan kadar zat besi darah serta mencegah anemia, suplemen zat besi direkomendasikan baik dalam makanan maupun tablet zat besi yang tersedia. Demikian pula pada remaja putri yang belum menstruasi tetapi mengalami anemia, hampir semua remaja putri mengalami menstruasi dan mengalami perdarahan. Oleh karena itu, sangat penting bagi semua remaja untuk mencapai keseimbangan antara kebutuhan dan distribusi makanan.

Untuk menyeimbangkan kehilangan darah menstruasi dan kadar zat besi darah serta mencegah anemia, suplemen zat besi direkomendasikan baik dalam makanan maupun tablet zat besi yang tersedia untuk aturan minum dari tablet Fe yang diberikan kepada remaja putri yaitu 1 tablet setiap 1 minggu dan 1 tablet setiap harinya selama 10 hari saat menstruasi (Kemenkes, 2016).

Demikian pula pada remaja putri yang belum menstruasi tetapi mengalami anemia, hampir semua remaja putri mengalami menstruasi dan mengalami perdarahan. Oleh karena itu, sangat penting bagi semua remaja untuk mencapai keseimbangan antara kebutuhan dan distribusi makanan.

Pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi pada wanita usia subur masih diprioritaskan pada ibu hamil dengan memberi sembilan puluh tablet zat besi selama masa kehamilannya. Hal ini hendaknya terjadi juga pada kaum remaja perempuan karena remaja perempuan nantinya merupakan calon seorang ibu sehingga kejadian anemia dapat dicegah sedini mungkin. Intervensi yang dapat dilakukan untuk wanita usia subur khususnya remaja perempuan adalah dengan mengonsumsi tablet zat besi sebanyak satu kali seminggu dan satu kali sehari selama menstruasi (Kemenkes, 2018).

### 3.2 Analisis Bivariat

Analisa data yang dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel dependen yakni indeks massa tubuh dengan variabel independen kejadian anemia

**Tabel 4.3 Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri**

Indeks	Kejadian Anemia (g/dl)				Total		p value
	Anemia		Tidak Anemia		n	%	
Massa Tubuh	n	%	n	%	n	%	
Kurang/kurus	2	2,7	16	21,9	18	24,7	0,637
Normal	10	13,7	33	45,2	43	58,9	
Berlebih	2	2,7	4	5,5	6	8,2	
Obesitas	0	0	6	8,2	6	8,2	
<b>Total</b>	14	19,2	59	80,8	73	100,0	

Berdasarkan hasil uji *spearman rank* pada tabel 4.3, terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 5 Sleman. Pada kelompok remaja putri yang menerapkan pola makan yang baik, hanya 1 dari 10 orang (10,0%) mengalami anemia, sedangkan 9 orang lainnya (90,0%) tidak mengalami anemia. Sementara itu, dari 44 remaja putri yang tidak menerapkan pola makan dengan baik, 34 orang (77,3%) mengalami anemia dan 10 orang lainnya (22,7%) tidak mengalami anemia. Dengan nilai *chi square* sebesar  $0,000 < 0,05$ , dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 5 Sleman.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Uji Utami, dkk (2019) menyatakan bahwa hasil analisis data dengan uji Chi-Square menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,023 ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hasil dari penelitian dari Aida Mulya, (2018) bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri Semester IV Prodi DIV Kebidanan Reguler Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta ditunjukkan oleh nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  ( $p \text{ value} < \alpha$ ).

Penelitian Maryam Aspihani, (2023) juga menyatakan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja puteri ( $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$ ). penelitian ini menunjukkan bahwa makanan yang dikonsumsi oleh remaja putri tidak memiliki jumlah kalori dan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air sehingga status gizinya tidak dapat tercukupi maka dapat menyebabkan terjadinya anemia.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan mengenai Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 1 Depok Wilayah Kerja Puskesmas Depok 3 Sleman, diperoleh kesimpulan Remaja Putri SMAN 1 Depok Kelas X dan XI yang memiliki IMT kurus sebanyak 18 orang (24,7%), IMT normal 43 orang (58,9%), IMT berlebih 6 orang (8,2%), dan IMT obesitas 6 orang (8,2%). Remaja Putri SMAN 1 Depok Kelas X dan XI yang mengalami anemia sebanyak 14 orang (19,2%) dan tidak mengalami anemia 59 orang (80,8%). Tidak Ada Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 1 Depok Kelas X dan XI dengan nilai  $p \text{ value} = 0,637$  ( $p > 0,05$ ).

#### 5. Ucapan terimakasih

Kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang-orang yang terlibat langsung pada penelitian ini maupun pada pihak-pihak yang terlibat secara tidak langsung. Terima kasih kepada pihak kampus Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta atas bantuan dan dukungan yang diberikan dalam penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Dinkes Sleman, Puskesmas Sleman, sehingga penelitian ini dapat berhasil disajikan.

#### Daftar Pustaka

- Intan Renata & Nuryeti. (2021). Profil Remaja Putri dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 3(3), 184-192.
- Krishna Satyagraha, M. S. F. H. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Di SMP Negeri 18 Banjarmasin 2019/2018. *Homeostasis*, 3 No. 2, 217–222.
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. Vol 03 No 01, oktober 2021. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Fitri Apriyanti. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan Tahun 2019. *Jurnal Doppler* Vol. 3 (2), 18–21.
- Dinkes, Sleman. (2016). Kebijakan Dan Implementasi Program Gizi di Kabupaten Sleman, Dinkes Sleman, Sleman

- Kemenkes. (2021). Saat Remaja Menderita Anemia, Ibu Hamil Berisiko Lahirkan Anak Stunting. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20210122/5236847/saat-remaja-menderita-anemia-ibu-hamil-berisiko-lahirkan-anak-stunting/>
- Ida Farida Handayani & Ugi Sugiarsih. Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, Vol. 2 No. 2 Tahun 2021.
- Rohatin, A. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas XI Di MA 1 Annuqayah Putri Kecamatan Guluk-Guluk. <http://repository.unusa.ac.id/id/eprint/9457>
- Tussakinah, W., & Rahmah Burhan, I. (2018). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *In Jurnal Kesehatan Andalas* (Vol. 7, Issue 2). <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
- Marlena, Ida, 2015. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Pustaka Baru Press. Yogyakarta
- Maryam Aspihani, E. I. I. M. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Puteri Di SMAN 1 Kelumpang Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia (JIKKI)*, Vol 3 No. 3, 40–52
- Utami, U., & Mahmudah, M. (2019). Hubungan antara Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 3(2).
- Veronika Widia. (2021). Pengaruh Teh Daun Kelor Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri Its RS Dr. Soepraoen Kota Malang. ISBN : 978-623-97527-0-5.
- Aida Mulya. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Semester IV Prodi DIV Kebidanan Reguler Universitas "Aisyiyah Yogyakarta ( *Doctoral dissertation*, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta).