

LEMBAR PENGESAHAN ARTIKEL

Artikel dengan judul "Perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang tablet tambah darah (Fe) di SMK Kanisius Ungaran" yang disusun oleh :

Nama : Nur Fatimah

Nim : 030218A101

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : D IV Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing utama skripsi program studi D IV Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.



Ungaran, Juli 2019

Pembimbing Utama



Ida Soflyanti, S.SiT., M.Keb
NIDN. 0602018501

**PERBEDAAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI SEBELUM DAN
SESUDAH DIBERIKAN PENYULUHAN TENTANG TABLET
TAMBAH DARAH (FE) DI SMK KANISIUS UNGARAN**

Nur Fatimah

Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo
Jl. Diponegoro No. 186 Ungaran, Kab. Semarang – Jawa Tengah 50513
Email : nfatimah.0109@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Prevalensi angka terjadinya anemia di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 48,9%. Di Jawa Tengah sendiri pada tahun 2014 angka terjadinya anemia terhitung sebanyak 26,5% anak usia sekolah, wanita usia subur (WUS) sebanyak 39,5%. Anemia merupakan salah satu gangguan gizi yang masih sering ditemukan dan merupakan masalah gizi utama di Indonesia. Remaja putri merupakan salah satu kelompok rawan kekurangan gizi. Pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dengan memprioritaskan pemberian tablet tambah darah (fe) melalui institusi sekolah. Penyebab kurangnya pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah (fe) dikarenakan kurangnya informasi dari tenaga kesehatan dan guru BK. Upaya peningkatan pengetahuan mengenai tablet tambah darah (fe) dapat diberikan melalui penyuluhan.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang tablet tambah darah (fe).

Metode : Rancangan penelitian ini adalah *pre-eksperimendesign* dengan menggunakan pendekatan *one group pretest-posttest*. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 46 responden dengan menggunakan teknik *total sampling*. Uji normalitas menggunakan *Shapiro Wilk* dan uji beda menggunakan *paired t-test* (uji dependen).

Hasil : Hasil perhitungan sebelum diberikan penyuluhan nilai rata-rata responden yaitu $15,5 \pm 1,85$ dan sesudah diberikan penyuluhan nilai rata-rata meningkat menjadi $18,3 \pm 1,46$. Pada analisis bivariat menunjukkan bahwa adanya perbedaan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Simpulan : Terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang tablet tambah darah (fe) di SMK Kanisius Ungaran.

Kata kunci : Penyuluhan, Tablet Tambah Darah (Fe), Remaja

Kepustakaan : 46(2008-2018)

**FEMALE TEENAGER KNOWLEDGE DIFFERENCES OF BEFORE AND
AFTER GIVING COUNSELING ABOUT BLOOD
SUPPLEMENT TABLETS (Fe) IN SMK KANISIUS UNGARAN**

ABSTRACT

Background: The prevalence of the rate of occurrence of anemia in Indonesia in 2018 was 48.9%. In Central Java alone in 2014 the rate of anemia was calculated as 26.5% of school-aged children, women of childbearing age (WUS) as much as 39.5%. Anemia is a nutritional disorder that is still often found and is a major nutritional problem in Indonesia. Girls are one group prone to malnutrition. Prevention and control of anemia in adolescent girls by prioritizing the administration of blood supplement tablets (Fe) through school institutions. The cause of the lack of knowledge of young women about blood supplement tablets (Fe) is due to lack of information from health workers and BK teachers. Efforts to increase knowledge about blood supplement tablets (Fe) can be given through counseling.

The purpose of this study to determine the differences in knowledge of young women before and after counseling about blood supplement tablets (Fe).

Methods: The study design was a pre-experiment design using the approach with one group pretest-posttest. The number of samples in this research were 46 respondents using technique of total sampling, and using normality test Shapiro Wilk and different test used paired t-test (test dependent).

Results: The results of the calculation before being given counseling the average value of the respondents was 15.5 ± 1.85 and after being given counseling the average value increased to 18.3 ± 1.46 . In bivariate analysis showed that there were differences before and after counseling.

Conclusion: There is a difference in knowledge of young women before and after counseling about tablets of blood supplement tablets (Fe) in SMK Kanisius Ungaran.

Keywords : Counseling, Blood Supplement Tablets (Fe), Adolescents

Literatures : 46 (2008-2018)

PENDAHULUAN

Anemia akibat kekurangan zat besi (Fe) merupakan salah satu masalah gizi utama di Asia termasuk di Indonesia. Anemia defisiensi zat besi merupakan masalah gizi yang paling umum terjadi di dunia lebih dari 600 juta manusia. Prevalensi anemia secara global adalah sekitar 51%. Prevalensi untuk balita sekitar 43%, anak usia sekolah 37%, pria dewasa hanya 18%, dan wanita tidak hamil 35% (Arisman, 2014). Data Riskesdas 2018 prevalensi anemia di Indonesia yaitu 48,9% dengan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 84,6% (Kemendes RI, 2018).

Prevalensi anemia pada remaja pada tahun 2014 di Provinsi Jawa Tengah ditemukan hasil kejadian anemia pada anak usai sekolah sebesar 26,5%, wanita usia subur (WUS) sebesar 39,5%, pada ibu hamil sebesar 43,5% (Dinkes Prov, Jateng, 2014).

Rekomendasi WHO pada World Health Assembly (WHA) ke 65 yang menyepakati rencana aksi dan target global untuk gizi ibu, bayi, dan anak, dengan komitmen mengurangi separuh (50%) prevalensi anemia pada WUS. pada tahun 2025. Menindaklanjuti rekomendasi tersebut maka pemerintah Indonesia melakukan intensifikasi pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan WUS dengan memprioritaskan pemberian TTD melalui institusi sekolah.

Salah satu program dari Kementerian Kesehatan untuk mengatasi anemia pada remaja putri yaitu menjalankan program pemberian tablet tambah darah remaja putri dengan target sebesar 30% pada tahun 2019. Program ini bertujuan untuk meningkatkan status gizi remaja putri sehingga dapat memutus mata rantai terjadinya stunting, mencegah anemia, dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh (Kemendes, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di SMK Kanisius Ungaran karena siswa yang berada di sekolah belum pernah mendapatkan penyuluhan dan masih sedikit mendapatkan informasi tentang tablet tambah darah, maka peneliti melakukan wawancara kepada 10 siswa, 6 dari 10 siswa mengatakan belum mengetahui tentang tablet tambah darah, manfaat tablet tambah darah, anjuran dosis pada saat menstruasi pun mereka tidak tahu, dan mengatakan jarang meminumnya saat dibagikan oleh pihak sekolah, dan mengatakan boleh meminumnya dengan air teh, 4 dari 10 siswa diantaranya sudah mengetahui tentang tablet tambah darah.

Remaja merupakan individu baik pria atau wanita yang berada pada masa atau usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut World Health Organization (WHO) adalah usia 10–19 tahun, yang ditandai dengan perubahan fisik dan mental. Perubahan fisik pada masa remaja akan mempengaruhi status kesehatan dan gizi remaja tersebut (Sulistyoningsih, 2012). Remaja dikategorikan rentan terhadap masalah gizi sehingga berisiko terhadap kesehatan. Pada usia remaja percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh memerlukan energi lebih banyak selain itu, pada remaja terjadi perubahan gaya

hidup dan kebiasaan yang suka mencoba-coba makanan sehingga terjadi ketidaksesuaian asupan energi dan zat gizi lainnya (Marmi, 2013).

Remaja putri juga memerlukan perhatian khusus dalam hal kebutuhan zat besi karena pertumbuhan dan datangnya menstruasi, sehingga pada remaja putri sangat rentan sekali terjadi anemia (Sediaoetama, 2014).

Anemia kekurangan zat besi dapat menimbulkan berbagai dampak pada remaja putri antara lain menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit, menurunnya aktivitas dan prestasi belajar. Remaja putri yang menderita anemia kebugarannya juga akan menurun, sehingga menghambat prestasi olahraga dan produktivitasnya. Masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang sangat cepat, kekurangan zat besi pada masa ini akan mengakibatkan tidak tercapainya tinggi badan optimal (Arisman, 2010).

Tingkat pengetahuan pada remaja akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan disekolah maupun dirumah yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami tentang tablet Fe. Pengetahuan tentang tablet Fe yang baik dapat mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga mencapai status gizi yang baik. Penyuluhan tentang tentang tablet Fe sangat penting untuk menambah pengetahuan remaja sehingga perlu diberikan penyuluhan agar dapat merubah perilakunya dalam mengkonsumsi tablet Fe (Sediaoetama, 2014).

Penyuluhan tentang tablet Fe masih belum dikenal dikalangan masyarakat luas khususnya remaja maka dari itu perlu adanya sosialisasi dan penyampaian tentang tablet Fe. Metode penyuluhan kesehatan merupakan salah satu pendekatan yang sering digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi sehingga informasi yang diberikan dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh audien. Hasil penelitian Hanifah (2015) menyatakan ada perbedaan pengetahuan gizi seimbang pada remaja sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media video. Demikian pula hasil penelitian Lestrina (2015) menyatakan promosi kesehatan melalui penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia, peningkatan pengetahuan dibarengi dengan pemberian makanan dapat meningkatkan kadar Hb WUS. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang tablet tambah darah (fe) di SMK Kanisius Ungaran.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *pre experiment design* dengan menggunakan pendekatan *one group pretest posttest design*. Populasi penelitian adalah semua remaja putri di SMK Kanisius Ungaran. Besar sampel berjumlah 46 responden. Sampel diperoleh dengan menggunakan teknik *total sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebar kuesioner. Kuesioner untuk mengumpulkan data variabel tingkat pengetahuan tentang tablet tambah darah. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji normalitas data dilakukan dalam penelitian ini dengan

menggunakan *Shapiro Wilk*, karena jumlah sampel < 50 responden. Dimana didapatkan hasil uji normalitas *pre test* 0,156 dan *post test* 0,061 data dikatakan normal karena $>0,05$. Uji beda yang dilakukan pada data normal yaitu menggunakan uji *Paired Sample T-Test*, dimana didapatkan hasil uji *T-Test*-23.241

HASIL

A. Analisis Univariat

1. Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Diberikan Penyuluhan

Tabel 1

N	Mean	± SD	Min	Max	Median
46	15.5217	±1.85878	11.00	19.00	16.00

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, nilai rata-rata responden sebesar 15,52, nilai tertinggi responden 19, nilai terendah 11, nilai tengah 16, dimana standar deviasinya ±1.85

2. Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Diberikan Penyuluhan

Tabel 2

N	Mean	± SD	Min	Max	Median
46	18.3478	±1.46390	15.00	21.00	18.00

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, nilai rata-rata responden sebesar 18.34, nilai tertinggi responden 21, nilai terendah 15, nilai tengah 18 dimana standar deviasinya ±1.46

B. Analisis Bivariat

Uji normalitas menggunakan uji *Saphiro Wilk*, didapatkan *p-value* untuk skor pengetahuan *pretest* sebesar 0,156 dan untuk *posttest* sebesar 0,061. Oleh karena kedua *p-value* tersebut lebih besar dari α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa data-data tersebut dinyatakan berdistribusi normal. Dengan demikian, uji perbedaan dilakukan dengan menggunakan uji t berpasangan. Hasil uji t berpasangan, didapatkan nilai t hitung sebesar -23.241 dengan *p-value* sebesar 0,000. Oleh karena *p-value* (0,000) $< \alpha$ (0,05), ini menunjukkan bahwa ada perbedaan terhadap pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang tablet tambah darah (fe) di SMK Kanisius Ungaran.

PEMBAHASAN

Pada saat pemberian penyuluhan terjadi perubahan persepsi, dimana seseorang mendapatkan informasi kemudian di interpretasikan di otak dan

menimbulkan persepsi, sehingga responden mendapatkan pengetahuan dan pengalaman yang baru (Arikunto, 2008). Hal ini dilihat pada saat pemberian penyuluhan, responden terlihat antusias pada saat materi diberikan serta memperhatikannya. Adanya interaksi antar responden dan pemateri memunculkan rasa ingin tahu dari responden yang akhirnya membuat perubahan persepsi tentang kesehatan khususnya tentang program tablet tambah darah (fe) sesudah diberikan penyuluhan. Rasa ingin tahu tersebut diperoleh karena adanya rangsangan dari pemberian penyuluhan dengan cara metode yang menarik dan bahasa yang mudah dipahami. Tujuannya adalah untuk mencapai hidup sehat dengan cara mempengaruhi perilaku masyarakat baik itu secara individu ataupun kelompok dengan menyampaikan pesan (Notoatmodjo, 2012).

Tabel 3. Perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang tablet tambah darah (fe)

Variabel	Intervensi	N	Mean	± SD	T	P-value
Pengetahuan	Sebelum	46	15.5217	± 1.858	-23.241	0,000
	Sesudah	46	18.3478	± 1.463		

Seseorang yang mendapat informasi lebih banyak dari berbagai pihak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Informasi tersebut dapat diperoleh melalui mahluk hidup maupun lingkungan sekitarnya dan cara memperolehnya juga dapat bermacam-macam yaitu bisa dengan cara membaca, mendengar, melihat maupun melakukan percobaan-percobaan terlebih dahulu. Tersedianya media-media untuk mengakses berbagai macam informasi dimanapun dan kapanpun seperti televisi, radio, handphone, laptop dan sebagainya.

Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Pareek (2015) di Hyderabad menyatakan bahwa intervensi pendidikan gizi diperlukan untuk remaja perempuan untuk menciptakan kesadaran dan untuk menyebarkan pengetahuan yang berkaitan dengan pencegahan dan mengendalikan anemia.

Informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Bila seseorang banyak memperoleh informasi maka remaja putri cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Pendidikan yang tinggi akan berpengaruh dalam penerimaan hal-hal baru dan dapat menyesuaikan diri dalam hal baru tersebut (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan penelitian tersebut berarti pengetahuan dapat dipengaruhi oleh sumber informasi dan salah satu sumber informasi dengan diberikan penyuluhan. Penyuluhan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Notoatmodjo, 2010). Berdasarkan definisi tersebut maka penyuluhan merupakan suatu informasi yang bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar sehingga pengetahuan menjadi meningkat.

Penelitian ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Sheila C. Vir (2008) di India menyatakan bahwa pemberian suplemen tambah darah

dikombinasikan dengan sesi pendidikan bulanan sangat bermanfaat dalam mengurangi prevalensi anemia pada remaja putri. Sesuai dengan konseling, terlepas dari pengawasan, sangat penting mencapai hasil positif karena pengetahuan sangat berpengaruh dalam konsumsi obat penambah darah pada saat menstruasi.

Penelitian ini didukung oleh pernyataan Notoatmodjo (2010) yang menyatakan upaya intervensi terhadap faktor perilaku dapat dilakukan melalui penyuluhan yaitu memberikan pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan. Perubahan atau tindakan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan yang dihasilkan oleh penyuluhan kesehatan ini didasarkan kepada pengetahuan dan kesadarannya melalui proses pembelajaran. Sehingga perilaku tersebut diharapkan agar berlangsung lama karena didasari oleh kesadaran.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cahyono (2015) hasilnya menunjukkan ada peningkatan pengetahuan yang signifikan sesudah diberikan penyuluhan gizi dengan media ceramah. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Dimana informasi yang disampaikan pada penyuluhan tersebut dapat membuka jendela pengetahuan baru, sehingga dapat dikatakan bahwa ada perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan memberikan efek berupa respon positif.

Media merupakan sarana yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012) pengetahuan adalah merupakan hasil ingin tahu dan hal ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia yakni, indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Dalam penelitian ini, metode penyuluhan kesehatan yang akan digunakan adalah metode ceramah dengan alat bantu slide (power point) karena metode ceramah merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan. Metode ceramah dipilih karena memiliki beberapa kelebihan. Menurut Suliha yang dikutip oleh Nawardi' bahwa kelebihan metode ceramah adalah efisien dan ekonomis, penyajiannya sistematis dan teratur, mengembangkan kemampuan, menarik perhatian, serta tidak memerlukan peralatan khusus.

Pernyataan ini selaras dengan penelitian Wijayanti, dkk (2016) yang menyebutkan bahwa penyuluhan berupa ceramah dengan power point menggunakan LCD berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat, sehingga dapat digunakan sebagai alternatif metode penyuluhan kesehatan.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Auliya, dkk (2014) menyatakan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan metode ceramah terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat.

KESIMPULAN

Hasil Penelitian ini menunjukkan ada perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang tablet tambah darah (fe) di SMK Kanisius Ungaran.

SARAN

Untuk institusi sekolah diharapkan dapat meningkatkan peran dan fungsi UKS dengan membuat program-program penyuluhan oleh tenaga kesehatan, untuk meningkatkan pengetahuan siswi terhadap tablet tambah darah (fe) sehingga bisa memberikan pengetahuan yang luas untuk siswi dan lebih patuh dalam mengkonsumsi tablet. Kerjasama pihak sekolah dengan dinas kesehatan terdekat melalui program UKS untuk mensosialisasikan dan merealisasikan pemberian suplementasi tablet Fe pada remaja putri saat menstruasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Direktur Ngudi Waluyo atas pemberian ijin terhadap penelitian ini, kepada Kepala Sekolah SMK Kanisius Ungaran atas pemberian ijin dan bantuannya selama penelitian, serta ucapan terimakasih khususnya kepada siswi disekolah tersebut yang telah bersedia sebagai responden dan mengikuti penelitian sampai selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2008. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Askara.
- Arisman, 2010. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC
- Auliya, dkk. 2014. *Pengaruh Penyuluhan Dengan Metode Ceramah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Dalam Pencegahan Filariasis*. Pontianak: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak.
- Cahyono, S.B. 2015. *Peningkatan Pengetahuan Siswi Tentang Anemia Setelah Mendapat Pendidikan Gizi Dengan Media Video Animasi*. Surakarta: Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Depkes, RI. 2018. *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018*. Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2014. *Profil Kesehatan Jawa Tengah*.
- Hanifa, D.L. 2015. *Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang Dengan Menggunakan Media Video Di Smp Negeri 2 Kartasura*. Naskah Publikasi: Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta 2015.

- Kemenkes RI. 2018. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Ditjen Kesehatan Masyarakat Bina Gizi Masyarakat.
- Lestrina, D. Nurhayati, I., Martony, O. 2015. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Kadar Hemoglobin Pada Wanita Usia Subur Di Desa Paluh Kemiri Kecamatan Lubuk Pakam. *Wahana Inovasi*. Volume 4 No.1.
- Marmi. 2013. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nawardi. 2011. *Pengaruh penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan pengetahuan dan Sikap dalam Mencegah Penularan HIV/AIDS pada waria Di Kecamatan Pemangkat Kabupaten Sambas*. [Skripsi]. Pontianak: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pontianak.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pareek, Priyanka Dan Hafiz, Asfia. 2015. A Study On Anemia Related Knowledge Among Adolescent Girls. *International Journal Of Nutrition And Food Sciences* 2015; 4(3): 273-276.
- Sediaoetama, AD. 2014. *Ilmu Gizi*. Jilid 1 Cetakan Keempat. Jakarta : Dian Rakyat.
- Sheila C. Vir. 2008. *Weekly Iron and Folic Acid Supplementation with Counseling Reduces Anemia in Adolrscent Grils : A Large-Scale Effectiveness Study in Uttar Prades*. Vol 29 No 3.
- Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wijayanti, T, dkk. 2016. *Pengaruh Penyuluhan (Ceramah dengan Power Point) terhadap Pengetahuan tentang Leptospirosis di Kecamatan Tembalang, Kota Semarang Jawa Tengah*.
- WHO. 2011. *Haemoglobin Concentrations For The Diagnosis Of Anemia and Assasment Of Severity. Vitamin and mineral Nutrition Information System*. Online : <http://www.nhlbi.nih.gov/health/public/blood/anemia-yg.pdf>.