

BEBERAPA FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MA AN NAWAWI BERJAN KABUPATEN PURWOREJO

Nurma Ika Zuliyanti, Ayu Vina Ida Matusilmi

Akademi Kebidanan Bhakti Putra Bangsa Purworejo
Jl. Soekarno Hatta Borokulon Banyuurip Purworejo
ayuvinaidms@gmail.com, nurmaakbidpurjo@gmail.com

INTISARI

Latar belakang penelitian: Anemia pada remaja berpengaruh pada saat hamil dan menjadi ibu. Pengaruh defisiensi besi terutama melalui kondisi gangguan fungsi hemoglobin yang merupakan alat angkut transport oksigen yang diperlukan banyak reaksi metabolik. Pada anak sekolah telah ditunjukkan adanya korelasi erat antara kadar hemoglobin dan kesanggupan anak untuk belajar. Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 10 remaja putri dengan mengecek kadar haemoglobin di MA AN Nawawi berjan 3 orang (30%) diantaranya terindikasi mengalami kejadian anemia ($Hb < 12$ mg).

Tujuan penelitian: untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Metode penelitian: jenis penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling sebanyak 80 responden. Analisis data menggunakan *Chi Square*.

Hasil penelitian: (1) tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia ($p=0,171$); (2) tidak ada hubungan antara frekuensi makan dengan kejadian anemia ($p=0,746$); (3) ada hubungan antara frekuensi diet dengan kejadian anemia ($p=0,022$); (4) tidak ada hubungan antara frekuensi olahraga intensif dengan kejadian anemia ($p=0,768$); (5) tidak ada hubungan antara kebiasaan makan nabati dengan kejadian anemia ($p=0,775$).

Simpulan: dari lima faktor yang diteliti hanya satu faktor yang mempunyai hubungan dengan kejadian anemia, yaitu frekuensi diet.

Saran: manajemen MTs An Nawawi 01 Berjan Purworejo disarankan untuk memasukkan materi anemia dalam pembelajaran disekolah.

Kata kunci : anemia

PENDAHULUAN

Salah satu masalah kesehatan dan sosial yang dihadapi Indonesia adalah rendahnya status gizi masyarakat. Rendahnya status gizi

masyarakat di Indonesia dapat dilihat dari berbagai masalah gizi yang muncul, seperti kurang gizi, anemia gizi besi, gangguan akibat kekurangan yodium dan kurang vitamin A. Hal ini tentunya berdampak pada kualitas

sumber daya manusia, karena status gizi mempengaruhi kecerdasan, daya tahan tubuh terhadap penyakit, kematian bayi, kematian ibu, dan produktivitas kerja. Masalah tersebut merupakan masalah yang sangat kompleks, karena banyak sekali faktor yang dapat menjadi penyebabnya, seperti tingkat konsumsi makanan, penyakit infeksi dan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan aspek produksi dan penyediaan pangan, ekonomi, pendidikan, budaya dan lain-lain (Meiyenti, 2013)

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia. Anemia ditandai dengan rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) atau hematokrit nilai ambang batas (referensi) yang di sebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb, meningkatnya kerusakan eritrosit (hemolisis), atau kehilangan darah yang berlebihan.

Remaja yang kekurangan darah atau anemia akan mengakibatkan: menurunkan kemampuan dan konsentrasu belajar, mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal,

menurunkan kemampuan fisik olahragawati dan mengakibatkan muka tampak pucat (DeMayer, 2009).

Data dari Dinas Kesehatan (DinKes) Kabupaten Purworejo tahun 2015 total remaja yang mengalami kejadian anemia di Purworejo sebanyak 30%. Terdiri dari remaja yang mengalami haid 19,16%, tidak haid 76,36%, dan belum menarache 46,45%. Sedangkan berdasarkan frekuensi haid yaitu haid 1 bulan sekali 90,89%, 1 bulan 2 kali 2,48%, 1 bulan 2-3 kali 3,39%, dan lain-lain 3,24%. Dan berdasarkan lama haid yaitu kurang dari 3 hari 0,66%, 3 sampai 7 hari 86,18%, dan lebih dari 7 hari 13,16% (DinKes Kabupaten Purworejo, 2017).

Dari study pendahuluan yang dilakukan MA An Nawawi Berjan Purworejo diperoleh data ± 380 siswi Putri. Peneliti melakukan pengecekan kadar haemoglobin terhadap 3 orang (30%) diantaranya terindikasi mengalami kejadian anemia (Hb<12 mg).

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian

anemia pada remaja putri MTs An Nawawi 01 Berjan Purworejo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui hubungan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA An Nawawi Berjan Purworejo.
- b. Mengetahui hubungan frekuensi makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA An Nawawi Berjan Purworejo .
- c. Mengetahui hubungan diet dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA An Nawawi Berjan Purworejo.
- d. Mengetahui hubungan kebiasaan mengkonsumsi makanan nabati/heme dengan kejadian anemia pada remaja putri di MA An Nawawi Berjan Purworejo.

Remaja adalah individu baik perempuan maupun laki-laki yang berada pada masa atau usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan remaja dalam hal ini adalah usia 10-19 tahun menurut klasifikasi World Health Organization (WHO). Masa remaja merupakan periode yang

paling rawan dalam perkembangan hidup seseorang manusia setelah mampu bertahan hidup, dimana secara fisik akan mengalami perubahan fisik dan secara psikologik akan mencari identitas diri (Waryana, 2010).

Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menemukan identitas diri. Pada masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja. Individu mulai mengembangkan ciri-ciri abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda (Kusmiran, 2014; h. 3).

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin kurang dari batas normal (Supariasa, 2014; h. 163). Penyebab anemia antara lain defisiensi zat besi, peningkatan kebutuhan fisiologis, kehilangan darah waktu proses persalinan atau saat menstruasi, infeksi kronik, cacangan, malaria dan defisiensi asam folat (Syafiq, 2013).

Dampak Anemia pada Remaja Putri:

- a. Menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar
- b. Mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal
- c. Menurunkan kemampuan fisik olahragawati
- d. Mengakibatkan muka pucat (DeMayer, 2009).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional, yaitu penelitian untuk mencari ada tidaknya hubungan antara lama menstruasi, frekuensi makan, diet dan kebiasaan konsumsi heme dengan kejadian anemia di An Nawawi Berjan Purworejo, pendekatan yang digunakan *cross sectional* artinya seluruh data penelitian diambil dalam waktu yang bersamaan, atau setiap data variabel-variabel penelitian hanya dikumpulkan satu kali (Notoatmodjo, 2012; h. 86).

Penelitian ini dilakukan di MA An Nawawi Berjan Purworejo.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi putri MA Nawawi Berjan Purworejo yaitu sebanyak 380 responden sampel yang digunakan 80 responden. Teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah teknik *random sampling*. Peneliti ini menggunakan data primer berupa kuesioner dan data kejadian anemia melalui pemeriksaan darah dengan metode *cyanmethemoglobin* menggunakan *spectrophotometer*.

Penelitian ini menggunakan data sekunder yaitu daftar nama siswi MA Nawawi Berjan Purworejo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Analisis Uivariat

a. Lama Menstruasi

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Lama Menstruasi Responden di MA Nawawi Berjan Purworejo.

Lama Menstruasi	F	%
Lama	19	23.75
Tidak Lama	61	76.25
Jumlah	80	100,0

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 80 responden yang mengalami lama menstruasi 19

orang (23.75%) dan mengalami menstruasi tidak lama 61 (76.25%)

b. Frekuensi Makan

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Frekuensi Makan Responden di MA Nawawi Berjan Purworejo.

Frekuensi Makan	F	%
Baik	32	40
Tidak Baik	48	60
Jumlah	80	100.0

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 80 responden memiliki frekuensi makan yang baik 32 (40,3%) sedang memiliki frekuensi makan yang tidak baik 48 (60%).

c. Frekuensi Diet

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Frekuensi Diet Responden di MA Nawawi Berjan Purworejo.

Frekuensi Diet	F	%
Baik	79	99,0
Tidak Baik	1	1,0
Jumlah	80	100.0

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 80 responden memiliki frekuensi diet baik 79 (99,0%) dan memiliki frekuensi diet yang tidak baik 1 (1,0%).

2. Hasil Analisis Bivariat

a. Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

d. Kebiasaan Konsumsi Makanan Nabati/heme

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Konsumsi Makanan Nabati/heme Responden di MA Nawawi Berjan Purworejo.

Kebiasaan Konsumsi Makan Nabati/heme	F	%
Baik	65	81,25
Tidak Baik	15	18,75
Jumlah	80	100.0

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 80 responden memiliki kebiasaan konsumsi makanan nabati yang baik 65(81.25%) dan memiliki kebiasaan konsumsi makanan nabati tidak baik 15 (18.75%).

e. Kejadian Anemia

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Responden di MA Nawawi Berjan Purworejo.

Kejadian Anemia	F	%
Anemia	28	35
Tidak Anemia	52	65
Jumlah	80	100.0

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 80 responden mengalami anemia 28 (35%) dan tidak anemia 52 (65%).

Tabel 6 Tabulasi Silang Antara Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Lama Menstruasi	Kejadian Anemia						P value	X ²
	Anemia		Tidak Anemia		P	X ²		
	F	%	F	%				
Lama	19	23.75	15	18.75	4	5	0,000	21,154
Tidak Lama	61	76.25	13	16.25	48	60		
Total	80	100,0	28	35	52	65		

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 6 dapat di ketahui bahwa responden yang lama menstruasi dan mengalami anemia 15 (18,75%), sedangkan responden yang lama menstruasi dan tidak mengalami anemia 4 (5%). Dan responden yang tidak lama menstruasi dan mengalami anemia 13 (16.5%), sedangkan responden yang tidak lama menstruasi dan tidak mengalami anemia 52 (65%).

Berdasarkan Tabulasi silang menunjukkan perolehan nilai Chi

Kuadrat (χ^2) hitung sebesar 21,154 ($p=0,000$) dengan koefisien kontingensi 0,457. Perolehan nilai $p = 0,000$ tersebut ternyata lebih kecil dibandingkan 0,05, dengan demikian hipotesis kerja diterima, yang berarti H_a diterima dan H_o ditolak, maka dapat dikatakan secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara lama menstruasi dengan kejadian anemia di MA Nawawi Berjan Purworejo.

b. Hubungan Frekuensi Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Tabel 7 Tabulasi Silang Antara Frekuensi Hubungan Frekuensi Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Frekuensi Makan	Kejadian Anemia						P value	X ²
	Anemia		Tidak Anemia		P	X ²		
	F	%	F	%				
Baik	32	40	14	17.5	18	22.5	0,180	1,795
Tidak Baik	48	60	14	17.5	34	42.5		
Total	80	100.0	28	28	52	65		

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa responden yang frekuensi makan baik dan mengalami anemia 14 (17.5%) sedangkan responden yang frekuensi makan baik dan tidak mengalami anemia 18 (22.5%). Dan responden yang frekuensi makan tidak baik dan mengalami anemia 14 (17.5%) sedangkan responden yang frekuensi makan tidak baik dan tidak mengalami anemia 34 (42.5%).

Berdasarkan abulasi silang tersebut menunjukkan perolehan

c. Hubungan Frekuensi Diet dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Tabel 8 Tabulasi Silang Antara Hubungan Frekuensi Diet dengan Kejadian Anemia pada Remaja

Frekuensi Diet	Kejadian Anemia						P value
	Anemia		Tidak Anemia		P		
	F	%	F	%			
Baik	79	99.0	16	15.2	63	83,8	0,022
Tidak Baik	1	1.0	1	1.0	0		
Total	80	100.0	17	16,2	88	83,8	

Sumber: Data primer tahun 2018

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui bahwa responden yang frekuensi diet baik dan mengalami anemia 16 (15,2%) sedangkan frekuensi diet baik dan tidak mengalami anemia 63 (83,3%). Dan responden yang frekuensi diet tidak baik dan mengalami anemia 1 (1,0%) dan tidak anemia 0 (0%).

nilai Chi Kuadrat (χ^2) hitung sebesar 1,795 ($p=0,180$) dengan koefisien kontingensi 0,148 (tingkat kekuatan hubungan antara frekuensi makan dengan kejadian anemia kategori sangat rendah). Perolehan nilai $p = 0,180$ tersebut ternyata lebih besar dibandingkan 0,05, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti tidak terdapat hubungan bermakna antara frekuensi makan dengan kejadian anemia di MA Nawawi Berjan Purworejo.

Berdasarkan analisis menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan nilai *significancy* nya nilai p value nya 0,022 jadi $p > 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat dikatakan secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi diet dengan kejadian

anemia di MA Nawawi Berjan Purworejo.

d. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Nabati dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Tabel 9 Tabulasi Silang Antara Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Nabati dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Kebiasaan Konsumsi Makanan Nabati/heme	Kejadian Anemia							
			Anemia				P value	X ²
	F	%	F	%	F	%		
Baik	65	81.25	22	27.5	43	53.75	0,652	0.203
Tidak Baik	15	18.75	6	7.5	9	11.25		
Total	80	100,0	28	35	52	83,8		

Sumber: Data primer tahun 2018.

Berdasarkan tabel 9 dapat diketahui bahwa responden yang kebiasaan makan nabati baik dan mengalami anemia 22 (27.5%) sedangkan responden yang kebiasaan makan nabati baik dan tidak mengalami anemia 43 (57.75%). Dan responden yang kebiasaan makan nabati tidak baik dan mengalami anemia 6 (7,5%) sedangkan yang tidak mengalami anemia 9 (11.25%).

Berdasarkan analisis menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan nilai *significancy* nya Kuadrat (χ^2) hitung sebesar 0,203 ($p=0,652$) dengan koefisien kontingensi 0,050 (tingkat kekuatan hubungan antara kebiasaan makan sumber *heme* dengan kejadian

anemia kategori sangat rendah). nilai p value nya 0,652 jadi $p > 0,05$ yang berarti H_0 terima dan H_a ditolak, maka dapat dikatakan secara statistik tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan nabati dengan kejadian anemia di MA Nawawi Berjan Purworejo.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia

Lama menstruasi adalah waktu yang dialami oleh seorang wanita selama berlangsungnya proses haid. Lama haid biasanya berlangsung 3-6 hari. Ada yang 1-2 hari dan diikuti dengan darah yang keluar sedikit-

sedikit tetapi ada yang sampai 7 hari. Pada wanita biasanya lama haid itu tetap (Pratiwi, 2012).

Pada penelitian ini variabel lama menstruasi diukur dengan menggunakan pertanyaan yang berisi lama haid yang dialami, dengan harapan diketahuinya keadaan perdarahan normal atau terlalu banyak.

Hasil analisis univariat menunjukkan mayoritas responden mengalami menstruasi yang tidak lama, yaitu kurang dari 7 hari untuk setiap bulannya (76,25%). Selanjutnya hasil analisis bivariat menunjukkan perolehan nilai Chi Kuadrat (χ^2) hitung sebesar 21,154 ($p=0,000$) dengan koefisien kontingensi 0,457 ($p=0,000$), dengan demikian hipotesis kerja diterima, yang berarti terdapat hubungan bermakna antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo.

2. Hubungan Frekuensi Makan dengan Kejadian Anemia

Menurut beberapa kajian, frekuensi makan yang baik adalah tiga kali sehari. Orang dewasa

dengan pola makan yang teratur mempunyai kecenderungan lebih langsing dan sehat dibanding orang yang makan secara tidak teratur (*skipping meal*) (Suryoprajogo, 2009). Pada penelitian ini variabel frekuensi makan diukur dengan menggunakan pertanyaan tentang berapa kali responden makan dalam satu hari. Bila responden makan 3 kali sehari atau lebih dinyatakan kategori baik, bila kurang dari 3 kali sehari dinyatakan tidak baik. Hasil analisis univariat menunjukkan mayoritas responden frekuensi makannya tidak baik, yaitu kurang dari 3 kali untuk setiap harinya (60%). Selanjutnya hasil analisis bivariat menunjukkan perolehan nilai Chi Kuadrat (χ^2) hitung sebesar 1,795 ($p=0,180$) dengan koefisien kontingensi 0,148 ($p=0,180$), dengan demikian hipotesis kerja ditolak, yang berarti tidak terdapat hubungan bermakna antara frekuensi makan dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo.

3. Hubungan Frekuensi Diet dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Menurut beberapa kajian, frekuensi diet yang baik adalah kurang dari 7 kali setiap minggunya. Perempuan memiliki kecenderungan diet dengan cara mengurangi konsumsi makan setiap harinya supaya mendapatkan badan yang langsing dan mempertahankan berat badannya (Depkes, 2009). Pada penelitian ini variabel frekuensi diet diukur dalam satu minggu. Bila responden diet kurang dari 7 hari atau satu minggu dinyatakan baik. Hasil analisis bivariat menunjukkan perolehan nilai uji *Chi Square*, didapatkan nilai *significancy* nya nilai *p value* nya 0,022 jadi $p > 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat dikatakan secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi diet dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo.

4. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Nabati dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Pada penelitian ini variabel kebiasaan makan sumber *heme* diukur dengan menggunakan

pertanyaan tentang berapa kali responden makan sumber *heme* (daging, ayam, telur, udang) dalam satu minggu. Bila responden biasa makan sumber *heme* 7 kali atau lebih seminggu maka dinyatakan baik, sebaliknya bila kurang dari 7 kali seminggu dinyatakan tidak baik. Hasil analisis univariat menunjukkan mayoritas responden mempunyai kebiasaan makan sumber *heme* dengan kategori baik, yaitu 7 kali atau lebih untuk setiap minggunya (81,25%). Selanjutnya hasil analisis bivariat menunjukkan perolehan nilai Chi Kuadrat (χ^2) hitung sebesar 0,203 ($p=0,652$) dengan koefisien kontingensi 0,050 ($p=0,652$), maka hipotesis kerja ditolak, yang berarti tidak terdapat hubungan bermakna antara kebiasaan makan sumber *heme* dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo.

PENUTUP

Simpulan

1. Ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo ditunjukkan dengan hasil uji *Chi*

- Square* yang diperoleh dari nilai p value $0,000 < 0,05$ dengan hubungan sedang (0,457)
2. Tidak ada hubungan antara frekuensi makan dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo ditunjukkan dengan hasil uji Chi Square yang diperoleh p value $0,180 > 0,05$ dengan hubungan sangat rendah (0,148)
 3. Ada hubungan antara frekuensi diet dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo ditunjukkan dengan hasil Chi Square yang diperoleh p value $0,022 > 0,05$ dengan hubungan rendah (0,218)
 4. Tidak ada hubungan antara kebiasaan makan nabati dengan kejadian anemia pada siswi putri di MA Nawawi Berjan Purworejo ditunjukkan dengan hasil Chi Square yang diperoleh p value $0,652 > 0,05$ dengan hubungan sangat rendah (0,203)

Saran

1. Bagi sekolah MA Nawawi Berjan Purworejo
Diharapkan untuk mengadakan penyuluhan dan pemeriksaan HB

secara berkala, agar dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang anemia dan upaya pencegahannya, sehingga memotivasi siswa untuk menghindari kejadian anemia.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan disarankan untuk proaktif memberikan penyuluhan kesehatan disekolah-sekolah tentang anemia dan upaya pencegahannya, guna meminimalisir kejadian anemia pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Briawan. 2012. *Anemia Masalah Gizi pada Remaja Putri*. Jakarta: EGC.
- Briawan D *et al.* 2008. *Efikasi Suplemen Besi Multivitamin Untuk Perbaikan Status Besi Remaja Putri*. *Gizi Indon*, 30(1), 36-46.
- Briawan D & Hardinsyah. 2010. *Risk Factors of Anemia Among Child Bearing Age Women 15-45 Years In Indonesia*. *Jurnal Gizi dan Makanan*, 33(2), 102-109.
- DeMayer, 2009. *Pencegahan dan Pengawasan Anemia Defisiensi Besi*. Jakarta: Widya Medika.

- Depkes. 2011. *Pedoman Penanggulangan Anemia Gizi Untuk Remaja Putri Wanita Usia Subur dan Calon Pengantin* dalam www.depkes.go.id diakses pada tanggal 5 Desember 2013.
- Gunatmaningsih. 2008. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Kecamatan Jatibarang Kabupaten Brebes tahun 2007*. Skripsi, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang.
- Haryono. 2016. *Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Hidayat. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusmiran. 2014. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Manuaba, IBG. 2011. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Martini. 2015. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Man 1 Metro*. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawal. Volume VIII, No 1.
- Mubarok. 2011. *Sosialisasi Untuk Keperawatan Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Noor diani, Rismia A & Abdul B. 2017. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 4 Banjarbaru*. Jurnal Keperawatan . Volume 5, No 1.
- Notoatmodjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. 2011. *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Proverowati. 2009. *Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Proverowati. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuk Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sarwono. 2016. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa. 2014. *Penelitian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Suryoprajogo. 2009. *Kupas Tuntas Kesehatan Remaja Dari A-Z*. Yogyakarta: Diglossia Printika.
- Wahdah. 2015. *Perbedaan Kadar Hemoglobin Metode Cyanmethemoglobin Dengan Dan Tanpa Sentrifugasi Pada Sampel Leukosit*. Volume II. No.2-3, 1-12.

