



Implementasi Program Aksi Bergizi dalam Pencegahan Anemia pada Santriwati Di Pondok Pesantren Kabupaten Kediri

Siti Komariyah¹, Byba Melda Suhita¹, Reni Yuli Astutik¹, Shanty Natalia¹, Agustin Widowati¹, Elfi Quyumi¹

¹Universitas Strada Indonesia

Correspondence author: Siti Komariyah

Email: Sitikomariyah.dh@gmail.com

Address : Jl. KH. Ahmad Dahlan No. 20 Ciamis, West Java 46216 Indonesia, Telp. 085794610828

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i4.863>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Anemia among adolescent girls continues to be a significant public health concern with long-term consequences for reproductive health, productivity, and human resource quality. Poor dietary quality, skipping breakfast, low physical activity, and poor adherence to iron tablet supplementation are key contributing factors.

Objective: The Aksi Bergizi Program was developed as a promotive and preventive strategy to improve adolescents' nutritional behaviors through school- and boarding school-based interventions.

Methods: This community service activity applied an educational and participatory approach in a boarding school setting, involving 150 adolescent girls at Boarding School Kediri Regency. The program was implemented from June to July 2025 through an integrated Aksi Bergizi package consisting of nutrition and anemia education, group physical activity, communal breakfast, and collective iron tablet (TTD) consumption. Program evaluation was conducted through observation and descriptive assessment of anemia prevention behaviors.

Results: The findings showed that 56% of participants demonstrated positive anemia prevention behaviors. The implementation of group physical activity was categorized as good in 83.3% of participants, communal breakfast in 70%, collective iron tablet consumption in 87.3%, and nutrition and anemia education in 67.3%. Collective iron tablet consumption was the component with the highest level of participation.

Conclusion: The Aksi Bergizi Program was effective in improving anemia prevention behaviors among adolescent girls in an Islamic boarding school setting. A collaborative and collective behavior-building approach supports program sustainability and highlights the potential of Aksi Bergizi as a community-based strategy to improve adolescent nutritional status and prevent anemia.

Keywords: adolescent girls, anemia, Islamic boarding school, Nutritious Action

Latar Belakang

Anemia ialah satu di antara permasalahan gizi yang masih menjadi perhatian utama dalam kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok remaja. Organisasi Kesehatan Dunia WHO mendefinisikan anemia sebagai suatu keadaan di mana kadar hemoglobin berada di bawah nilai normal, yaitu kadar kurang dari 13 g/dL pada laki-laki berusia diatas 15 tahun dan kurang dari 12 g/dL pada perempuan berusia diatas 15 tahun yang tidak sedang hamil (Kusuma & Kartini, 2021). Kondisi anemia dicirikan oleh turunnya kadar hemoglobin, jumlah eritrosit, serta nilai hematokrit dalam darah, sehingga mengganggu kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh. Akibatnya, individu dengan anemia sering mengalami keluhan lemah, letih, lesu, sakit kepala, pusing, serta penglihatan berkunang-kunang (Nilawaty et al., 2024; Zaitun & Farid Rivai, 2024).

Pada remaja, anemia merupakan masalah gizi utama yang umumnya disebabkan oleh kombinasi berbagai faktor, antara lain tidak seimbanya pola makan, rendahnya asupan zat gizi mikro, infeksi, serta pada remaja putri diperberat oleh kehilangan darah selama menstruasi. Masa remaja ialah periode transisi yang dicirikan dengan pertumbuhan fisik yang cepat, perubahan hormonal, serta peningkatan kebutuhan zat gizi. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi secara optimal, maka remaja berisiko mengalami berbagai masalah gizi, termasuk anemia (Budiyatri et al., 2024; Salim et al., 2025).

Dari Survei Kesehatan Indonesia yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2023 remaja di Indonesia diketahui menghadapi tiga masalah gizi utama, yakni kelebihan berat badan, kekurangan gizi, serta kekurangan zat gizi mikro berupa anemia. Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di kalangan remaja tercatat 16,2% pada remaja yang usianya 13–15 tahun dan 12,1% pada remaja yang usianya 16–18 tahun. Di sisi lain, masalah kekurangan gizi masih cukup tinggi, kondisi ini tercermin dari prevalensi status gizi pendek dan sangat pendek yang mencapai 25,7% pada remaja 13–15 tahun, serta 26,9% pada usia 16–18 tahun. Lebih lanjut, kondisi kurus dan sangat kurus juga masih ditemukan, masing-masing sebesar 7,5% pada remaja yang usianya 13–15 tahun dan 8,3% pada remaja yang usianya 16–18 tahun. Dari sisi kekurangan zat gizi mikro, prevalensi anemia secara nasional mencapai 16,3% pada kelompok usia 5–14 tahun sebesar 16,15% dan pada usia 15–24 tahun. (Kemenkes, n.d.; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Upaya mencegah anemia dengan distribusi tablet tambah darah (TTD) sebenarnya telah menjangkau sebagian besar remaja putri. Data menunjukkan bahwa sekitar 91,8% remaja putri telah menerima TTD dalam 12 bulan terakhir di sekolah. Namun demikian, tingkat kepatuhan konsumsi TTD masih sangat rendah, di mana hanya sekitar 1,4% remaja putri yang mengonsumsi TTD sesuai dengan rekomendasi yang ditetapkan. Rendahnya kepatuhan ini menjadi salah satu penyebab utama mengapa prevalensi anemia pada remaja masih relatif tinggi meskipun program suplementasi telah lama dijalankan (Alkhraiji et al., 2022; Ferreira et al., 2024).

Hasil Survei Nasional Kesehatan Berbasis Sekolah (Global School-Based Student Health Survey/GSHS) pada tahun 2023 semakin memperkuat gambaran perilaku gizi remaja yang kurang sehat. Survei tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 44,6% remaja Indonesia yang tidak pernah sarapan atau jarang sarapan. Selain itu, 45,8% remaja usia 15–19 tahun dilaporkan mengonsumsi makanan manis lebih dari satu kali per hari, dan 33,3% remaja berusia 10 hingga 14 tahun sering mengonsumsi makanan tinggi garam lebih dari satu kali per hari (Kementerian Kesehatan RI, 2023; Sari & Khatimah, 2024). Pola konsumsi ini mencerminkan rendahnya kualitas asupan gizi

remaja, yang berkontribusi terhadap terjadinya masalah gizi, termasuk anemia dan kekurangan energi kronis (KEK).

Remaja putri merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap anemia karena membutuhkan asupan nutrisi yang lebih tinggi, terutama zat besi, untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Siklus menstruasi bulanan menyebabkan kehilangan zat besi secara rutin, sehingga meningkatkan risiko anemia defisiensi besi. Selain faktor fisiologis tersebut, pola makan yang tidak seimbang dan rendahnya asupan zat gizi juga memegang peranan besar dalam terjadinya anemia yang dialami pada remaja putri. Remaja putri dengan kecukupan asupan gizi yang rendah berisiko lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan remaja putri dengan pola makan seimbang (Hidayanti et al., 2025; Kusuma & Kartini, 2021).

Dampak anemia pada remaja tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga jangka panjang. Dampak anemia dalam jangka pendek menyebabkan kelelahan, konsentrasi belajar menurun, gangguan pertumbuhan, serta menurunkan produktivitas dan prestasi akademik, juga dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga remaja menjadi lebih rentan terhadap infeksi (Abu-Baker et al., 2021; Khanal et al., 2024; Nilawaty et al., 2024). Dalam jangka panjang, anemia pada remaja putri berpotensi berdampak terhadap kesehatan reproduksi di masa depan. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko tidak mampu memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan, sehingga memberi peningkatan pada risiko komplikasi kehamilan, kematian ibu, kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah, serta meningkatnya angka kematian perinatal (Abdalmaleki et al., 2022; AlKhunaizi et al., 2025; Jihanwasila et al., 2024).

Menyadari besarnya dampak anemia pada remaja, Pemerintah Indonesia telah menyusun berbagai kebijakan dan program dengan tujuan peningkatan kesehatan anak usia sekolah dan remaja. Kebijakan tersebut antara lain terkait Pembinaan serta Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M), Rencana Aksi Nasional Peningkatan Kesejahteraan Anak Usia Sekolah dan Remaja, dan juga Penyelenggaraan Peningkatan Status Kesehatan Peserta Didik. Salah satu bentuk implementasi kebijakan tersebut adalah pelaksanaan Program Aksi Bergizi melalui UKS/M di sekolah dan madrasah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Gerakan Aksi Bergizi secara resmi dicanangkan sejak Juli 2022 pada jenjang SMP dan SMA/ sederajat sebagai upaya mendorong perubahan perilaku gizi dan kesehatan remaja. Namun, praktik baik (pilot project) Aksi Bergizi sebenarnya telah dimulai sejak tahun 2018 di 30 sekolah yang tersebar di Kabupaten Klaten dan Lombok Barat. Program ini dilaksanakan melalui berbagai kegiatan, seperti advokasi, pemberdayaan sekolah dan masyarakat, penguatan koordinasi lintas sektor, pengembangan kompetensi, serta kegiatan monitoring dan penilaian, dengan dukungan kerja sama antara Kementerian Kesehatan, UNICEF, dan sektor terkait (Nilawaty et al., 2024; UNICEF, 2019).

Berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas Program Aksi Bergizi dalam meningkatkan perilaku kesehatan remaja. Penelitian oleh (Oddo et al., 2022) menunjukkan bahwa penerapan paket intervensi gizi berbasis sekolah di Klaten dan Lombok Barat mampu meningkatkan pengetahuan gizi, aktivitas fisik, serta kepatuhan konsumsi TTD. Penelitian lain di SMPN 1 Cibinong Kabupaten Bogor menunjukkan bahwa sekitar 56% remaja putri memiliki perilaku positif dalam pencegahan anemia, dengan aktivitas fisik bersama, sarapan bersama, konsumsi TTD bersama, serta hubungan yang signifikan terhadap perilaku pencegahan anemia dimiliki oleh edukasi gizi. Analisis lebih lanjut memperlihatkan bahwasanya konsumsi TTD bersama dan sarapan bersama merupakan faktor yang paling dominan (Nilawaty et al., 2024).

Di Kabupaten Kediri, data Dinas Kesehatan tahun 2023–2024 menunjukkan bahwa dari 16.611 remaja putri yang dilakukan skrining, sebanyak 3.343 orang (sekitar 20,13%) mengalami anemia. Meskipun cakupan konsumsi TTD meningkat dari 83% pada tahun 2023 menjadi 91,4% pada tahun 2024, prevalensi anemia masih tergolong tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan cakupan belum sepenuhnya diikuti oleh perubahan perilaku yang optimal. Oleh karena itu, Gerakan Aksi Bergizi di Kabupaten Kediri terus digencarkan, termasuk di lingkungan pondok pesantren seperti Pondok Pesantren di Kabupaten Kediri. Oleh karena itu, penulis memiliki ketertarikan untuk menjalankan kegiatan guna melihat pelaksanaan Aksi Bergizi, yang mencakup aktivitas fisik bersama, sarapan bersama, konsumsi TTD bersama, serta edukasi anemia dan gizi, pada remaja putri santri di Kabupaten Kediri.

Tujuan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri santri melalui pelaksanaan Program Aksi Bergizi yang meliputi edukasi gizi dan anemia, aktivitas fisik bersama, pembiasaan sarapan sehat, serta konsumsi tablet tambah darah (TTD) secara rutin di Pondok Pesantren Kabupaten Kediri.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memanfaatkan penggunaan pendekatan edukatif, partisipatif, serta berbasis sekolah/pesantren, dengan model Aksi Bergizi yang menekankan perubahan perilaku gizi dan kesehatan remaja putri. Pendekatan dilakukan secara promotif dan preventif melalui edukasi gizi, pembiasaan aktivitas fisik, serta dukungan konsumsi tablet tambah darah (TTD). Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada 24 Juni – 24 Juli 2025 di pondok pesantren Kabupaten Kediri.

Sasaran kegiatan adalah Sasaran Kegiatan adalah 150 santriwati. Sasaran pendukung meliputi pengasuh pesantren, ustadzah, dan pengelola UKS/Poskestren, sebagai agen keberlanjutan program.

Tahap pertama pelaksanaan kegiatan adalah persiapan yang meliputi koordinasi dan perizinan dengan pimpinan pesantren, sosialisasi awal kepada santriwati dan pengelola pesantren, penyusunan materi edukasi Aksi Bergizi yang kontekstual dengan kehidupan santri (gizi seimbang, anemia remaja, sarapan sehat, jajanan sehat, dan aktivitas fisik), Penyediaan media edukasi (leaflet, poster, slide, video edukasi), Penyiapan instrumen evaluasi (*pretest–posttest* pengetahuan, lembar observasi).

Tahap kedua adalah pelaksanaan terdiri dari pertama Edukasi Gizi Remaja dan Pencegahan Anemia dengan cara penyuluhan interaktif mengenai gizi seimbang remaja, risiko KEK dan anemia, pentingnya sarapan sehat, serta konsumsi TTD menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Kedua Aktivitas Fisik bersama pelaksanaannya berupa aktivitas fisik sederhana (senam Aksi Bergizi/gerak aktif santri) selama ± 30 menit, yang bertujuan membiasakan gaya hidup aktif dan meningkatkan kebugaran jasmani santriwati. Ketiga Aksi Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) meliputi edukasi cara dan waktu konsumsi TTD yang benar, konsumsi TTD secara bersama (minum TTD serentak) sebagai simbol pembiasaan perilaku sehat, koordinasi dengan puskesmas setempat untuk ketersediaan TTD. Dan yang keempat Kampanye Gizi Seimbang di Lingkungan Pesantren dengan cara pemasangan poster dan media edukasi di area strategis pesantren, penyampaian pesan kunci Aksi Bergizi melalui media visual yang mudah dipahami santriwati.

Tahap ketiga Monitoring dan Evaluasi meliputi pengukuran pengetahuan santriwati sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan pretest–posttest, Observasi partisipasi santriwati selama kegiatan edukasi dan aktivitas fisik, Evaluasi perubahan pemahaman dan sikap terhadap gizi seimbang dan pencegahan anemia, Diskusi reflektif dengan pengelola pesantren terkait keberlanjutan kegiatan.

Metode Evaluasi Keberhasilan diukur berdasarkan peningkatan skor pengetahuan santriwati tentang gizi seimbang dan anemia, tingkat partisipasi santriwati dalam aktivitas fisik dan konsumsi TTD, respon dan komitmen pesantren dalam mendukung keberlanjutan Aksi Bergizi.

Hasil

A. Tabel 1: Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	(%)
Usia		
12 Tahun	7	4,7
13 Tahun	76	50,7
14 tahun	63	42
15 Tahun	4	2,7
Kelas		
Kelas 7	73	48,7
Kelas 8	77	51,3

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden, sebagian besar responden berusia 13 tahun yaitu sebanyak 76 orang (50,7%), berdasarkan tingkat kelas, mayoritas responden berasal dari kelas 8 yaitu sebanyak 77 orang (51,3%).

B. tabel 2 : Data Khusus

Variabel	Frekuensi	(%)
Perilaku Pencegahan Anemia Bagi Remaja Putri		
Perilaku Positif	84	56
Perilaku Negatif	64	44
Aktivitas Fisik Bersama		
Pelaksanaan baik	125	83,3
Pelaksanaan kurang baik	25	16,7
Sarapan bersama		
Pelaksanaan baik	105	70
Pelaksanaan kurang baik	45	30
Minum tablet tambah darah bersama		
Pelaksanaan baik	130	87,3
Pelaksanaan kurang baik	19	12,7
Edukasi Anemia dan Gizi		
Pelaksanaan baik	101	67,3
Pelaksanaan kurang baik	49	32,7

Berdasarkan tabel 2 data khusus, mayoritas responden menunjukkan perilaku pencegahan anemia yang positif yaitu sebanyak 84 orang (56%). Pelaksanaan aktivitas fisik bersama sebagian besar tergolong baik yaitu 125 orang (83,3%). Kegiatan sarapan bersama juga mayoritas dalam kategori baik sebanyak 105 orang (70%). Kepatuhan minum tablet tambah darah bersama menunjukkan hasil paling tinggi dalam kategori baik yaitu 130 orang (87,3%). Selain itu, pelaksanaan edukasi anemia dan gizi sebagian besar juga berada pada kategori baik yaitu 101 orang (67,3%).

Diskusi

Pelaksanaan Program Aksi Bergizi pada santriwati Pondok Pesantren Kabupaten Kediri menunjukkan hasil yang positif dalam mendorong perilaku pencegahan anemia pada remaja putri. Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas santriwati berada pada rentang usia 13–14 tahun dan duduk di kelas VII dan VIII, yang merupakan fase remaja awal. Dalam fase ini, permintaan akan asupan nutrisi bertambah secara signifikan sejalan dengan laju pertumbuhan serta dinamika perubahan biologis, sehingga remaja putri tergolong sebagai kelompok yang mudah terdampak gangguan gizi, terutama anemia defisiensi besi.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa lebih dari setengah santriwati (56%) telah memiliki perilaku pencegahan anemia yang positif. Capaian ini menunjukkan bahwa intervensi Aksi Bergizi mampu meningkatkan kesadaran dan sikap santriwati terhadap pentingnya menjaga status gizi dan mencegah anemia. Temuan ini selaras dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwasanya Aksi Bergizi berbasis sekolah efektif dalam memberi peningkatan terhadap perilaku pencegahan anemia melalui pendekatan edukatif dan pembiasaan perilaku sehat (Damara & Muniroh, 2021; Hidayanti et al., 2025; Jihanwasila et al., 2024).

Komponen aktivitas fisik bersama menunjukkan tingkat pelaksanaan yang sangat baik (83,3%). Aktivitas fisik merupakan bagian penting dalam Aksi Bergizi karena dapat meningkatkan kebugaran jasmani, metabolisme tubuh, serta mendukung penyerapan zat gizi secara optimal. Keterlibatan aktif santriwati dalam kegiatan senam dan gerak aktif menunjukkan bahwa pendekatan kelompok di lingkungan pesantren efektif dalam membangun kebiasaan hidup aktif.

Pelaksanaan sarapan bersama tergolong baik pada 70% santriwati. Meskipun demikian, masih terdapat 30% santriwati dengan pelaksanaan yang kurang optimal. Hal ini mengindikasikan bahwa kualitas dan keteraturan sarapan masih menjadi tantangan, sebagaimana ditemukan pada berbagai studi nasional yang menunjukkan bahwa remaja sering melewati sarapan atau mengonsumsi sarapan dengan kualitas gizi rendah. Padahal, sarapan sehat memegang peran penting dalam pemenuhan energi harian, konsentrasi belajar, serta pencegahan anemia. (Abu-Baker et al., 2021; Johnson et al., 2019; Kusuma & Kartini, 2021).

Komponen minum tablet tambah darah (TTD) bersama menunjukkan capaian tertinggi dengan pelaksanaan baik sebesar 87,3%. Hal ini menunjukkan bahwa strategi minum TTD secara serentak dan didampingi edukasi mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada santriwati. Temuan ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa minum TTD bersama merupakan faktor dominan dalam membentuk perilaku pencegahan anemia pada remaja putri.



Gambar 1: Dokumentasi Konsumsi TTD

Sementara itu, edukasi anemia dan gizi terlaksana dengan baik pada 67,3% santriwati. Edukasi berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman santriwati mengenai anemia, gizi seimbang, serta dampak jangka panjang anemia terhadap kesehatan reproduksi. Namun, masih terdapat sepertiga santriwati yang belum optimal dalam menerima atau menerapkan materi edukasi, sehingga diperlukan penguatan edukasi secara berkelanjutan dan metode yang lebih variatif.



Gambar 2: Dokumentasi Edukasi

Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan Aksi Bergizi yang dilaksanakan secara komprehensif melalui edukasi, aktivitas fisik, sarapan sehat, dan konsumsi TTD mampu mendorong perubahan perilaku pencegahan anemia pada santriwati. Lingkungan pesantren yang terstruktur dan kolektif menjadi faktor pendukung keberhasilan implementasi program ini.

Kesimpulan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui Program Aksi Bergizi pada santriwati Pondok Pesantren Kabupaten Kediri menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan perilaku pencegahan anemia pada remaja putri. Lebih dari setengah santriwati telah menunjukkan perilaku pencegahan anemia yang positif setelah pelaksanaan program.

Komponen Aksi Bergizi yang mencakup aktivitas fisik bersama, sarapan bersama, konsumsi tablet tambah darah secara bersama-sama, serta edukasi anemia dan gizi telah terlaksana dengan kategori baik, dengan capaian tertinggi pada konsumsi TTD bersama. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembiasaan perilaku secara kolektif efektif dalam meningkatkan kepatuhan dan kesadaran santriwati terhadap pencegahan anemia.

Dengan demikian, Komponen Aksi Bergizi yang mencakup aktivitas fisik bersama, sarapan bersama, konsumsi tablet tambah darah secara bersama-sama, serta edukasi anemia dan gizi telah terlaksana dengan kategori baik yang dialami remaja putri di lingkungan pesantren. Diperlukan komitmen dan dukungan berkelanjutan dari pihak pesantren, tenaga kesehatan, dan

lintas sektor terkait agar program ini dapat dilaksanakan secara rutin dan berkesinambungan guna mendukung peningkatan status gizi dan kesehatan remaja putri.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pimpinan Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Timur, Pondok Pesantren, Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri, , serta seluruh santriwati dan pengasuh pondok pesantren yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- Abdalmaleki, E., Abdi, Z., Isfahani, S. R., Safarpour, S., Haghdoust, B., Sazgarnejad, S., & Ahmadnezhad, E. (2022). Global school-based student health survey: Country profiles and survey results in the eastern Mediterranean region countries. *BMC Public Health*, 22(1), 130. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12502-8>
- Abu-Baker, N. N., Eyadat, A. M., & Khamaiseh, A. M. (2021). The impact of nutrition education on knowledge, attitude, and practice regarding iron deficiency anemia among female adolescent students in Jordan. *Heliyon*, 7(2), e06348. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06348>
- Alkhraiji, M. H., Barker, A. R., & Williams, C. A. (2022). Reliability and validity of using the global school-based student health survey to assess 24 hour movement behaviours in adolescents from Saudi Arabia. *Journal of Sports Sciences*, 40(14), 1578–1586. <https://doi.org/10.1080/02640414.2022.2092982>
- AlKhunaizi, A. N., Alhamidi, S. A., Al-Otaibi, A. G., AlAbdullah, A. A., Alosaif, K. S., & Zayer, M. J. A. (2025). Exploring healthcare providers' perspectives of childbirth education classes for quality of care and positive childbirth experience: An interpretative phenomenological analysis study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 25(1), 570. <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07698-7>
- Budiyatri, R., Anjani, G., Legowo, A. M., Syauqy, A., & Limijadi, E. K. S. (2024). The effect of Dadih for the prevention of iron deficiency anemia in adolescent girls 12-15 years old. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 9(1), 91. <https://doi.org/10.30867/action.v9i1.1527>
- Ferreira, P. L., Morais, C., Pimenta, R., Ribeiro, I., Amorim, I., Alves, S. M., & Santiago, L. (2024). Knowledge about type 2 diabetes: Its impact for future management. *Frontiers in Public Health*, 12, 1328001. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1328001>
- Hidayanti, L., Rahfiludin, M. Z., Nugraheni, S. A., & Murwani, R. (2025). Association of malnutrition and main-meal- and snack-predominant intake among female adolescent students in boarding schools in Tasikmalaya, Indonesia. *Nutrition and Health*, 31(1), 235–246. <https://doi.org/10.1177/02601060231166224>
- Jihanwasila, N., Achmad, G. N. V., Andarsari, M. R., & Yuda, A. (2024). Knowledge and uses of iron supplements to treat anaemia among adolescent girls in Surabaya. *Pharmacy Education*, 24(3), 256–259. <https://doi.org/10.46542/pe.2024.243.256259>
- Kemenkes, R. (n.d.). *Laporan Kinerja Kemenkes*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, D. G. dan K. (2022). *Buku Saku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*.
- Kementerian Kesehatan RI, B. P. dan P. K. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia(SKI)*.

- Khanal, A., Paudel, R., Wagle, C. N., Subedee, S., & Pradhan, P. M. S. (2024). Prevalence of anemia and its associated factors among adolescent girls on Weekly Iron Folic Acid supplementation (WIFAS) implemented and non-implemented schools at Tokha municipality, Kathmandu. *PLOS Global Public Health*, 4(1), e0002515. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0002515>
- Kusuma, N. I., & Kartini, F. (2021). Changes in Knowledge and Attitudes in Preventing Anemia in Female Adolescents: A Comparative Study. *Women, Midwives and Midwifery*, 1(2), 46–54. <https://doi.org/10.36749/wmm.1.2.46-54.2021>
- Nilawaty, E., Kridawati, A., & Ulfa, L. (2024). Pengaruh Pelaksanaan Aksi Bergizi Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Bagi Remaja Putri di SMPN 1 Cibinong Kabupaten Bogor Jawa Barat Tahun 2023. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 8(2), 120–133. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v8i2.3506>
- Oddo, V. M., Roshita, A., Khan, M. T., Ariawan, I., Wiradnyani, L. A. A., Chakrabarti, S., Izwardy, D., & Rah, J. H. (2022). Evidence-Based Nutrition Interventions Improved Adolescents' Knowledge and Behaviors in Indonesia. *Nutrients*, 14(9), 1717. <https://doi.org/10.3390/nu14091717>
- Salim, L., Silitonga, H., Nurmala, I., Muthmainnah, M., Devi, Y., Salsabila, A., & Restuti, D. (2025). The Effect of Self Identity on Increasing Iron Tablet Adherence Among High School Adolescent Girls Through Health Belief Model as Mediator Variables. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, Volume 18, 4173–4183. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S527641>
- Sari, N., & Khatimah, H. (2024). Tinjauan Hubungan Antara Kebiasaan Sarapan, Kebiasaan Jajan Dan Asupan Zat Gizi Dengan Kekurangan Energi Kronis Pada Siswi SMAN 18 Makassar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(1), 35–42. <https://doi.org/10.32382/medkes.v19i1.453>
- UNICEF. (2019). *Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan Dan Obesitas di Indonesia*; UNICEF Indonesia.
- Zaitun, Z., & Farid Rivai, A. (2024). Prevention of Anemia with Iron in Adolescent Girls. *Jurnal Medisci*, 1(5). <https://doi.org/10.62885/medisci.v1i5.247>