

Pesantren Sehat “Peningkatan Pengetahuan Kesehatan & Gizi Remaja dalam Pencegahan Anemia Jawa Tengah”

Safaruddin*¹, I Putu Juni Andika², Tri Yahya Christina³, Monika Wulan Sapta⁴, Fitria Purnamawati⁵, Antonius Catur Sukmono⁶

^{1,2,3,4,5,6}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Kosala, Jl. Raya Solo-Baki Km. 4 Gedangan, Solo Baru, Grogol – Kotak Pos No. 57556 – Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia

*e-mail korespondensi: safarradit47@gmail.com

Abstract

Adolescent health and nutrition are crucial aspects in the prevention of anemia, especially in Islamic boarding schools (pesantren) where many students reside. Adolescent girls are highly susceptible to anemia due to increased iron requirements during puberty. This program utilized health education counseling and interactive Q&A sessions focused on adolescent health and nutrition for anemia prevention. The objective of this activity was to improve the knowledge and health status of adolescent girls related to anemia prevention. The program involved 67 participants as the sample. The results demonstrated an increase in knowledge following the health education counseling, with the "good" category rising from 25.40% to 37.31%, the "moderate" category increasing from 22.40% to 37.31%, and the "poor" category decreasing from 52.20% to 25.38%. In conclusion, the health education counseling themed "Healthy Islamic boarding school" proved to play an essential role in enhancing the knowledge of adolescent girls about anemia prevention, thereby protecting them from the risks of anemia in the future. It is hoped that this counseling program can also serve as a model for healthcare services in the area to pay greater attention to adolescent health on an ongoing basis.

Keywords: Adolescent Anemia, Counseling, Health, Islamic Boarding School, Nutrition

Abstrak

Kesehatan dan gizi remaja merupakan aspek penting dalam upaya pencegahan anemia, terutama di lingkungan pesantren yang dihuni oleh banyak santri. Remaja putri sangat rentan terhadap anemia karena peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pubertas. Program ini menggunakan metode penyuluhan edukasi kesehatan dan sesi tanya jawab terkait dengan kesehatan serta gizi remaja dalam pencegahan anemia. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan status kesehatan remaja putri terkait pencegahan anemia. Program ini melibatkan 67 peserta sebagai sampel. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan edukasi kesehatan, di mana kategori baik meningkat dari 25,40% menjadi 37,31%, kategori sedang dari 22,40% menjadi 37,31%, dan kategori buruk menurun dari 52,20% menjadi 25,38%. Kesimpulannya, penyuluhan edukasi kesehatan bertema "Pesantren Sehat" ini terbukti berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia, sehingga melindungi mereka dari risiko anemia di masa depan. Diharapkan, penyuluhan ini juga dapat menjadi gambaran bagi layanan kesehatan di tempat tersebut untuk lebih memperhatikan kesehatan remaja secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Gizi, Kesehatan, Remaja Anemia, Pesantren, Penyuluhan

Submitted: 17/11/2024

Revised: 11/12/2024

Accepted: 12/12/2024

PENDAHULUAN

Pembentukan Pesantren Sehat muncul dari keinginan untuk meningkatkan taraf kesehatan para santri dan masyarakat di sekitar lingkungan pesantren. Sebagai lembaga pendidikan berbasis agama dengan jumlah santri yang besar, pesantren sering menghadapi tantangan dalam menjaga sanitasi, menyediakan akses fasilitas kesehatan, dan pengelolaan kesehatan secara keseluruhan. Program Pesantren Sehat bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, mendukung perkembangan fisik serta mental santri (Setiawan et al., 2020).

Program Pesantren Sehat mencakup beberapa aspek penting. Pertama, perbaikan kesehatan lingkungan yang berfokus pada peningkatan kebersihan dan sanitasi, termasuk akses air bersih dan fasilitas sanitasi

yang layak (Nawawi et al., 2017). Kedua, peningkatan akses pelayanan kesehatan dengan bekerjasama dengan puskesmas atau layanan kesehatan lainnya, sehingga santri dan staf pesantren dapat lebih mudah mendapatkan perawatan kesehatan (Febrianto et al., 2024). Selain itu, program pengabdian Masyarakat ini juga berfungsi sebagai pusat edukasi kesehatan, di mana santri dan santriwati dibekali pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kesehatan pribadi dan lingkungan.

Inisiatif Pesantren Sehat juga sejalan dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs). Program ini mendukung SDG 3 tentang kehidupan sehat dan kesejahteraan, SDG 6 tentang air bersih dan sanitasi layak, serta SDG 4 yang berfokus pada pendidikan berkualitas dengan menyertakan pendidikan kesehatan di dalamnya. Lebih luas lagi, Pesantren Sehat juga berkontribusi pada SDG 11, yang bertujuan menciptakan kota dan komunitas yang berkelanjutan, dengan memperluas dampak positifnya ke masyarakat di sekitar pesantren (Fadliyana & Nugraheni, 2024).

Kesehatan dan gizi remaja merupakan aspek yang sangat penting dalam upaya pencegahan anemia, terutama di lingkungan pesantren yang dihuni oleh sejumlah besar santri. Remaja, khususnya remaja putri, merupakan kelompok usia yang rentan terhadap anemia karena peningkatan kebutuhan zat besi selama masa pubertas (Ernawati et al., 2021). Apabila anemia pada remaja tidak segera ditangani, kondisi ini dapat berdampak pada perkembangan fisik, kognitif, serta produktivitas mereka. Oleh karena itu, peningkatan status kesehatan dan gizi di pesantren menjadi prioritas dalam menjaga kesejahteraan santri, agar mereka dapat berkembang secara optimal baik dalam aspek fisik maupun mental (Lu et al., 2024).

Di lingkungan pesantren, banyak santri tinggal dalam komunitas besar dengan akses terbatas ke makanan bergizi serta layanan kesehatan. Program *Pesantren Sehat* yang komprehensif sangat diperlukan untuk mengatasi masalah ini. Langkah-langkah seperti pemberian edukasi gizi seimbang, peningkatan konsumsi makanan kaya zat besi, serta pemberian suplemen zat besi, terutama untuk remaja putri, dapat membantu mencegah anemia (Nasir et al., 2023). Selain itu, kolaborasi dengan layanan kesehatan lokal, seperti puskesmas, sangat penting untuk menyediakan pemeriksaan kesehatan rutin yang dapat mendeteksi anemia secara dini serta memberikan intervensi yang tepat bagi santri yang membutuhkannya (Tansah & Ismiyati, 2023).

Hubungan antara upaya pencegahan anemia di pesantren dengan pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) sangat jelas, terutama dalam kaitannya dengan beberapa tujuan. SDG 2 (*Zero Hunger*), misalnya, berfokus pada penghapusan semua bentuk malnutrisi, termasuk anemia pada remaja. Program gizi yang diterapkan di pesantren secara langsung mendukung tujuan ini dengan memastikan santri mendapatkan asupan gizi yang memadai, yang tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan mereka tetapi juga memperkuat ketahanan fisik dalam menghadapi proses pembelajaran sehari-hari (Najwa Rahima et al., 2021).

Lebih lanjut, upaya pencegahan anemia ini juga berkontribusi terhadap SDG 3 (*Good Health and Well-Being*), yang menekankan pentingnya kesehatan dan kesejahteraan. Peningkatan gizi dan kesehatan di pesantren tidak hanya mengurangi angka kejadian anemia, tetapi juga memastikan perkembangan fisik dan mental remaja berjalan dengan baik. SDG 4 (*Quality Education*) juga mendapat manfaat dari upaya ini, karena anemia yang tidak ditangani dapat mengganggu kemampuan belajar dan konsentrasi santri. Dengan memperbaiki status gizi dan mencegah anemia, pesantren dapat membantu santri mencapai prestasi akademik yang lebih baik dan meningkatkan kapasitas belajar mereka (Najwa Rahima et al., 2021).

Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia tetap menjadi tantangan besar. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi anemia di kalangan remaja putri usia 15-24 tahun mencapai 32%. Hal ini menunjukkan bahwa sekitar 14,7 juta remaja putri di Indonesia mengalami anemia dan sekitar 7,5 juta remaja putri di Indonesia berisiko terkena anemia yang dapat mengganggu tumbuh kembang, kemampuan kognitif, serta meningkatkan kerentanannya terhadap penyakit infeksi (Reza et al., 2020). Di Kota Solo, Jawa Tengah, data terkait jumlah remaja putri yang menderita anemia dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Semarang mengungkapkan bahwa sekitar 29% remaja putri di daerah tersebut menderita anemia. Skrining ini dilakukan pada 23.000

remaja putri dari Desember 2022 hingga Juni 2023 (Hardianto et al., 2023). Hasil survai awal yang dilakukan oleh team pengabdian Masyarakat di Pesantren Kholifatullah Singoludiro Laban, Kec.Mojolaban Kab. Sukoharjo, Jawa Tengah menyatakan bahwa belum pernah diadakan penyuluhan kesehatan terkait dengan Pesantren Sehat “Kesehatan & Gizi Remaja Dalam Pencegahan Anemia”

Strategi program *Pesantren Sehat* yang terfokus pada kesehatan dan gizi remaja menjadi solusi strategis dalam meningkatkan kualitas hidup santri, melalui edukasi gizi, peningkatan akses terhadap makanan bergizi, serta deteksi dan pencegahan dini anemia (Hasyim et al., 2018). Dengan strategi ini, diharapkan pengabdian masyarakat dapat berkontribusi secara nyata dalam meningkatkan pemahaman dan status kesehatan santri dan memberikan dampak positif pada komunitas pesantren, dan memastikan santri dapat menjalani kehidupan dan proses belajar yang sehat serta produktif. Dari latar belakang di atas maka diusung tema pengabdian masyarakat dengan tema *Pesantren Sehat: “Peningkatan Pengetahuan Kesehatan dan Gizi Remaja dalam Pencegahan Anemia”* di Pesantren Kholifatullah Singoludiro Laban, Kec.Mojolaban Kab. Sukoharjo, Jawa Tengah dengan tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan status kesehatan remaja putri terkait pencegahan anemia.

METODE

Kegiatan bertempat di Pesantren Kholifatullah Singoludiro Laban, Kec.Mojolaban Kab. Sukoharjo, Jawa Tengah dengan jumlah remaja yang ikut dalam kegiatan ini berjumlah 67 remaja putri. Kegiatan Penyuluhan Edukasi Kesehatan terkait Kesehatan dan Gizi Remaja dalam Pencegahan Anemia.

Materi penyuluhan edukasi kesehatan yang diberikan terkait dengan:

1. Pola Makan Sehat
2. Asupan Gizi Seimbang
3. Pengenalan Anemia dan penanganannya
4. Pentingnya Suplementasi Zat Besi
5. Peran Kebersihan dan Pola Hidup Sehat
6. Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Rutin
7. Pentingnya Peran Orang Tua dan Guru
8. Pentingnya Kolaborasi dengan Layanan Kesehatan

Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan melakukan *pretest* melalui pembagian kuesioner penilaian Pengetahuan kepada remaja putri sebelum penyuluhan. Selanjutnya, dilaksanakan pemaparan materi penyuluhan secara komprehensif. Pada akhir kegiatan, dilakukan *posttest* menggunakan kuesioner pengetahuan yang sama untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan remaja putri terkait topik yang disampaikan. Pendekatan ini bertujuan untuk menilai efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan hasil penyuluhan kesehatan yang dilakukan.

HASIL

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan edukasi kesehatan di Pesantren Kholifatullah Singo Ludiro Laban, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, berlangsung pada tanggal 25 Oktober 2024. Kegiatan ini melibatkan 67 responden yang terdiri dari remaja putri yang merupakan santriwati pesantren tersebut. Hasil dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman para santriwati mengenai Kesehatan dan Gizi Remaja dalam Pencegahan Anemia. Selain pemaparan materi, kegiatan ini juga mencakup sesi interaktif dan tanya jawab untuk menggali lebih dalam pemahaman dan respon dari para peserta. Pengabdian Masyarakat ini diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi remaja putri di pesantren, khususnya Kesehatan dan Gizi Remaja dalam Pencegahan Anemia.

Tabel 1. Distribusi frekuensi kategori remaja putri

Kategori Remaja	f	%
Awal 10-13 tahun	17	25.40
Pertengahan 14-17 tahun	25	37.30
Akhir 18-24 tahun	25	37.30
Total	67	100

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil menunjukkan bahwa responden berdasarkan kategori remaja, remaja awal 17 (25.40%), remaja pertengahan 25 (37.30%) sedangkan remaja akhir 25 (37.30%). Sehingga dapat di simpulkan bahwa responden yang paling banyak adalah remaja pertengahan dan remaja akhir, yang dimana kasus anemia lebih banyak terjadi pada usia remaja 10-24 tahun.

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan sebelum dan sesudah

Kategori	Sebelum	%	Sesudah	%
Baik	17	25.40	25	37.31
Sedang	15	22.40	25	37.31
Buruk	35	52.20	17	25.38
Total	67	100	67	100

Sumber: Data Primer, 2024

Bedasarkan hasil pada Tabel 2 terlihat bahwa sebelum dan sesudah didapatkan ada peningkatan pengetahuan dari peserta, dimana awal sebelum di edukasi didapatkan tingkat pengetahuan pada kategori baik dengan nilai 17 (25.40%) dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai 25 (37.31%), sedang dengan nilai 15 (22.40%) dan sesudah edukasi mendapatkan nilai 25 (37.31%), dan sebelum edukasi pada kategori buruk dengan nilai 35 (52.20%) dan sesudah edukasi pada kategori buruk mendapat nilai 17 (25.38%).



Gambar 1. Penyampian materi penyuluhan



Gambar 2. Penjelasan pengisian quisioner

PEMBAHASAN

Upaya preventif ini dilakukan penyuluhan untuk peningkatan pengetahuan terkait kesehatan dan gizi remaja dalam pencegahan anemia. Dalam kegiatan penyuluhan dan peningkatan pengetahuan terkait kesehatan dan gizi remaja dalam pencegahan anemia dan bantu oleh 8 anggota sebagai fasilitator yang bertugas untuk membantu memfasilitasi kegiatan dan membagikan kuesioner kepada remaja terkait dengan kesehatan dan gizi remaja dalam pencegahan anemia. Dalam melakukan penyuluhan kesehatan, penyuluh menggunakan media pembelajaran berupa proyektor, dan layer dengan materi power point yang menampilkan slide dan video terkait dengan peningkatan kesehatan dan gizi remaja dalam pencegahan anemia.

Berdasarkan hasil pada tabel 1. menunjukkan bahwa responden berdasarkan kategori remaja sebagai berikut remaja awal 17 (25.40%), remaja pertengahan 25 (37.30%) sedangkan remaja akhir 25 (37.30%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden yang paling banyak adalah remaja pertengahan dan remaja akhir, yang dimana kasus anemia lebih banyak terjadi pada usia remaja 10-24 tahun sehingga disimpulkan kasus anemia pada remaja tidak berdasarkan kategori remaja melainkan faktor pola makan yang seimbang yang dikonsumsi oleh remaja putri. Hasil pengabdian Masyarakat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Laily et al., 2022; Purnaning et al., 2023) yang menyatakan pencegahan anemia dapat dilakukan dengan menerapkan pola makan yang seimbang. Adapun zat besi dapat diperoleh dari makanan sehari-hari seperti daging, ikan, unggas, sayuran seperti bayam, kacang-kacangan dan juga makanan yang terfortifikasi. Selain makanan yang kaya akan zat besi, anemia juga dapat dicegah dengan pemberian suplementasi zat besi pada remaja.

Berdasarkan hasil pada Tabel 2 terlihat bahwa sebelum dan sesudah didapatkan ada peningkatan pengetahuan dari peserta penyuluhan, dimana awal sebelum didedukasi didapatkan tingkat pengetahuan pada kategori baik dengan nilai 17 (25.40%) dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai 25 (37.31%), sedang dengan nilai 15 (22.40%) dan sesudah edukasi mendapatkan nilai 25 (37.31%), dan sebelum edukasi pada kategori buruk dengan nilai 35 (52.20%) dan sesudah edukasi pada kategori buruk mendapat nilai 17 (25.38%).

Melihat dari hasil pengabdian masyarakat menyatakan bahwa terjadi peningkatan ke arah yang lebih baik terkait pengetahuan remaja terkait dengan kesehatan & gizi remaja dalam pencegahan anemia yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Novita Sari, 2020) menyatakan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam penanganan anemia pada remaja putri, karena dengan pemahaman yang

baik mengenai anemia, remaja putri akan lebih mampu mengenali gejala-gejala awal serta risiko-risiko yang terkait dengan kondisi tersebut. Pengetahuan yang memadai juga membantu mereka untuk mengambil langkah-langkah pencegahan, seperti mengonsumsi makanan kaya zat besi, vitamin, dan mineral yang mendukung pembentukan sel darah merah (Suprihanto, 2022). Selain itu, pemahaman tentang anemia dapat meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya menjaga pola hidup sehat serta mengikuti anjuran medis, sehingga penanganan anemia dapat dilakukan lebih efektif dan risiko komplikasi kesehatan dapat diminimalkan.

Penelitian lainnya yang dikemukakan oleh (Suryani et al., 2020) mengatakan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri, namun di balik aspek pengetahuan, terdapat faktor ekonomi yang turut berperan mendukung efektivitas penanganan anemia pada kelompok ini. Dengan kondisi ekonomi yang memadai, akses terhadap nutrisi yang baik dan fasilitas kesehatan lebih terbuka, sehingga upaya pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri dapat lebih optimal (Renny Adelia Tarigan et al., 2022) . Hal ini menunjukkan bahwa, meskipun pengetahuan tentang anemia sangat penting, dukungan dari faktor ekonomi juga merupakan komponen esensial dalam menciptakan hasil kesehatan yang lebih baik (Anggraini & Zulpahiyana, 2015).

Penelitian lainnya menunjukkan bahwa selain faktor pengetahuan dan ekonomi, terdapat pula faktor pemenuhan gizi yang sangat berperan dalam penanganan anemia pada remaja putri. Pemenuhan gizi yang baik, seperti asupan zat besi, protein, vitamin B12, dan folat, sangat penting untuk mencegah serta mengatasi anemia, terutama pada masa remaja yang merupakan periode pertumbuhan pesat (Anisa Yulianti et al., 2024). Faktor gizi ini berkontribusi secara langsung pada pembentukan hemoglobin dalam darah, yang membantu mencegah terjadinya anemia. Dengan kombinasi pengetahuan yang memadai, dukungan ekonomi yang mencukupi, dan pemenuhan kebutuhan gizi yang seimbang, penanganan anemia pada remaja putri dapat lebih efektif dan memberikan hasil kesehatan jangka panjang yang lebih baik (Satriani et al., 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan edukasi kesehatan dengan tema Pesantren Sehat “Peningkatan Kesehatan & Gizi Remaja dalam Pencegahan Anemia” memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai kesehatan dan gizi untuk mencegah anemia. Penyuluhan ini tidak hanya membantu menambah pengetahuan. Upaya ini diharapkan dapat membantu remaja putri tetap sehat dan terlindungi dari risiko anemia di masa depan. Diharapkan, penyuluhan ini juga dapat menjadi gambaran bagi layanan kesehatan di tempat tersebut untuk lebih memperhatikan kesehatan remaja secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada pimpinan pesantren Pesantren Kholifatullah Singoludiro Laban, Kec.Mojolaban Kab. Sukoharjo, Jawa tengah yang telah memberikan waktu dan tempat sehingga penyuluhan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D., & Zulpahiyana, M. (2015). Faktor Dominan Lansia Aktif Mengikuti Kegiatan Posyandu di Dusun Ngentak Dominant Factors Affecting Elderly to Follow Activities in Integrated Health Post Ngentak Hamlet. *Jnki*, 3(3), 150–155.
- Anisa Yulianti, Siti Aisyah, & Sri Handayani. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10–17. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.276>
- Ernawati, E., Riskawati, H. M., Ripawati, B. H., Sukma, D. N., & Romadonika, F. (2021). Pendidikan Kesehatan Peningkatan Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Bahaya Anemia Di Sekolah MTSN 3 Mataram. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 2(2), 7–10.

- Fadliyana, A., & Nugraheni, N. (2024). *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI) Analisis Kualitas Pendidikan Dasar Dalam Konteks Pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) di Indonesia*. 2(1), 111–120.
- Febrianto, B. Y., Septiana, V. T., Jelmila, S. N., & Hasni, D. (2024). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Pesantren Al-Falah Padang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(11), 2957–2962. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i11.638>
- Hardianto, Ketut Krisna, Siswi Puji Astuti, & Susanti. (2023). *Profil Statistik Kesehatan Indonesia* (Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat (ed.)). Badan Pusat Statistik <https://www.bps.go.id>. <https://web-api.bps.go.id/download.php?>
- Hasyim, A. N., Mutalazimah, M., & Muwakhidah, M. (2018). Pengetahuan Risiko, Perilaku Pencegahan Anemia Dan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 33. <https://doi.org/10.26576/profesi.256>
- Laily, N., Cahyani, L. I., Abdullah, L. K., Mauliana, M., & Patria, S. (2022). Kegiatan Pemberdayaan Remaja Melalui Penyuluhan dan Pembentukan Komunitas Remaja Sadar Anemia Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(3), 1055–1060. <https://doi.org/10.54082/jamsi.373>
- Lu, Y., Li, C., Xu, W., Lv, S., & Li, L. (2024). Blood glucose control among type 2 diabetic farmers in Chinese resettlement areas: a mixed methods study. *BMC Endocrine Disorders*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12902-024-01686-2>
- Najwa Rahima, N. M., Alie, I. R., & Garna, H. (2021). Perbedaan Kemampuan Menghafal Al-Quran berdasar atas Nilai Z-Score Status Gizi pada Santri Sekolah Dasar Usia 6–12 Tahun di Pondok Pesantren Al-Quran Babussalam Kabupaten Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.29313/jiks.v3i1.7366>
- Nasir, M., Lestari, M. W., Nugraha, G., & ... (2023). Pencegahan Anemia Defisiensi Besi Dengan Metode Abc (Amati, Beri, Cek) Di Pp Putri Wahid Hasyim Bangil. *Community ...*, 4(5), 10855–10860. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/21801>
- Nawawi, M., Gunawati, D., & Sunarto. (2017). Peningkatan Sikap Peduli Lingkungan Melalui Program Eco-Pesantren Di Pondok Pesantren Nurul Haramain NN Narmada Kabupaten Lombok Barat. *Seminar Nasional Pendidikan Biologi Dan Saintek II*, 133–140. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2986925&val=26810&title=Peningkatan Sikap Peduli Lingkungan Melalui Program Eco-Pesantren di Pondok Pesantren Nurul Haramain Nw Narmada Kabupaten Lombok Barat>
- Novita Sari, E. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Purnaning, D., Cholidah, R., Andari, M. Y., Jumsa, M. R., & Elizar, L. J. A. (2023). Pengenalan Pembuatan Menu Sehat dan Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Kota Mataram. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6(4), 1414–1417.
- Renny Adelia Tarigan, Nelli Roza, & Trisna Yuni Handayani. (2022). Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*, 1, 421–427. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Reza, V., Snapp, P., Dalam, E., Di, I. M. A., Socialization, A., Cadger, O. F., To, M., Cadger, S., Programpadang, R., Hukum, F., Hatta, U. B. U. B., Sipil, F. T., Hatta, U. B. U. B., Danilo Gomes de Arruda, Bustamam, N., Suryani, S., Nasution, M. S., Prayitno, B., Rois, I., ... Rezekiana, L. (2020). Prevalensi Anemia. *Business Law Binus*, 7(2), 33–48. http://repository.radenintan.ac.id/11375/1/PERPUS_PUSAT.pdf%0Ahttp://business-law.binus.ac.id/2015/10/08/pariwisata-syariah/%0Ahttps://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results%0Ahttps://journal.uir.ac.id/index.php/kiat/article/view/8839
- Satriani, S. S., Hadju, V. H., & Nilawati, A. N. (2019). Hubungan Faktor Pendidikan Dan Faktor Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Usia 12-18 Tahun Di Kecamatan Tamalatea Kabupaten Jeneponto. *Jurnal JKFT*, 4(2), 56. <https://doi.org/10.31000/jkft.v4i2.2522>
- Setiawan, H., Firdaus, F. A., Ariyanto, H., & Khaerunnisa, R. N. (2020). Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Pondok Pesantren. *Madaniya*, 1(3), 118–125.

<https://madaniya.pustaka.my.id/journals/contents/article/view/22>

- Suprihanto, D. (2022). Studi Literatur Tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Beberapa Wilayah Indonesia. *Popo*, 1(2), 1–5.
- Suryani, L., Rafika, R., & Sy Gani, S. I. A. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smk Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analis Kesehatan*, 11(1), 19. <https://doi.org/10.32382/mak.v11i1.1513>
- Tansah, A., & Ismiyati, I. (2023). Pendampingan Remaja Putri dalam Deteksi Dini Pencegahan Anemia di Pondok Pesantren Nurul Falah, Kabupaten Lebak. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 564–572. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i2.1839>