

## **PENGARUH *EXPLANATION VIDEO* TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI SMPN 65 JAKARTA UTARA**

*(The Effects of Explanation Video of Knowledge and Compliance the Consumption of Iron Supplement at SMPN 65 North Jakarta)*

Dhita Noverina<sup>1\*</sup>, Lintang Purwara Dewanti<sup>1</sup>, Laras Sitoayu<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

\*Email : dhitanoverina@gmail.com

### **ABSTRAK**

Latar belakang: Hasil penjarangan kesehatan tahun 2018 dilakukan pihak UKS SMPN 65 Jakarta Utara, diketahui 2,6% siswi kelas VII terduga anemia dan tahun 2019 kelas VII sebanyak 9,6% memiliki riwayat anemia. Tujuan penelitian untuk menganalisis Pengaruh *Explanation Video* dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara. Metode : Penelitian dilakukan selama satu bulan, pada 11 Desember 2019-10 Januari 2020 dengan desain *Quasi Eksperimental pretest-posttest control group*. Total populasi 380 siswi, dengan sampel 215 siswi. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampling *purposive*. Hasil: Analisis uji *Wilcoxon Signed Rank* terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok intervensi ( $p \leq 0,0001$ ). Kelompok *control* sebelum dan sesudah intervensi tidak terdapat perbedaan tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada kelompok kontrol ( $p > 0,083$ ). Kesimpulan: Ada pengaruh media *explanation video* dalam pencegahan anemia remaja putri terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah di SMPN 65 Jakarta Utara.

**Kata Kunci:** Anemia, *Explanation Video*, Pendidikan Gizi, Pengetahuan, Remaja Putri

### **ABSTRACT**

*Backgorund: The results of health screening in 2018 conducted jointly with school public health of SMPN 65 North Jakarta, 2.6% of VII grade students were suspected of being anemia and the results of health screening in 2019 of class VII were 9.6% who had a history of anemia. The purpose is analyzing the effects of explanation video in prevention adolescent girls anemia on knowledge and compliance the consumption of iron supplement at SMAN 65 north jakarta. Method: This research was conducted for one month, from 11 December 2019 to 10 January 2020. The design of the research was quasi experimental pretest and posttest. A total 380 students, with total sample by 215 students. Analysis of the Wilcoxon Signed Rank Test  $p \leq 0.05$ . Results: There were differences in the level of knowledge and compliance to the consumption of iron supplement in the intervention group ( $p \leq 0.001$ ). Control group before and after the intervention, there was in no difference in the level of knowledge and compliance the consumption of iron supplement in the control group ( $p > 0.083$ ). Conclusion: There was an effects of health promotion with explanation video media in prevention anemia adolescent girls on knowledge and compliance the consumption of iron supplement at SMPN 65 North Jakarta.*

*Keyword: anemia, adolescent girls, explanation videos, nutrition education knowledge*

## PENDAHULUAN

Menurut WHO (2008) 50% dari total kasus anemia disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi, anemia gizi besi (AGB) merupakan anemia yang paling sering terjadi di Indonesia. Anemia pada umumnya dijumpai pada golongan rawan gizi salah satunya yaitu anak-anak sekolah khususnya remaja putri (Rematri) (Kiswari, 2014). Kemenkes, R. I. (2013) tentang riset kesehatan dasar menyatakan bahwa prevalensi anemia di Indonesia mencapai 21,7%, pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 18,4% adapun yang mendominasi adalah pada kelompok perempuan sebesar 23,9%.

Keberhasilan pencegahan dan penanggulangan anemia pada rematri dan WUS perlu dukungan manajemen yang SMART (*Specific, Measurable, Attainable, Relevant, Timely*). Intervensi perubahan perilaku dimulai dari penyediaan pedoman tata laksana serta pengembangan media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE). Tujuan dari intervensi ini adalah perubahan pengetahuan dan sikap siswa yang akan menyebabkan siswa mau mengonsumsi TTD (Kemenkes, 2016).

Promosi kesehatan adalah proses untuk memberdayakan masyarakat melalui kegiatan menginformasikan, mempengaruhi dan membantu masyarakat agar berperan aktif untuk mendukung perubahan perilaku dan lingkungan serta menjaga dan meningkatkan kesehatan (Dwiana *et al.*, 2019).

Media digunakan dalam kegiatan pembelajaran karena memiliki kemampuan dalam menyajikan peristiwa yang kompleks menjadi lebih sederhana, meningkatkan motivasi dan perhatian dalam proses belajar dan meningkatkan sistematika dalam pembelajaran (Hasyim, 2008).

Kepatuhan adalah suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak menaati peraturan ke perilaku yang menaati peraturan. Masalah kepatuhan merupakan kendala utama suplementasi besi harian, karena itu suplementasi mingguan sebagai alternatif untuk mengurangi masalah kepatuhan tersebut. Untuk menjaga kepatuhan konsumsi suplemen besi, dapat dilakukan dengan berbagai upaya seperti memberikan sosialisasi pada awal kegiatan berupa booklet maupun tatp muka, mengonsumsi suplemen besi langsung di depan petugas, dan mengirimkan pesan singkat kepada sampel penelitian (Adawiyani, 2013; Nurdhiani *et al.*, 2017).

Penelitian Fitriana (2015) bahwa intervensi pendidikan gizi dengan media video memberikan pengaruh pada peningkatan pengetahuan subjek. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan dengan media *explanation video* dalam pencegahan anemia remaja putri dengan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi TTD di SMPN 65 Jakarta Utara.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Quasy Eksperiment*.

Rancangan penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan *design one equivalent control group*.

Penelitian dilakukan pada tanggal 11 Desember 2019- 10 Januari 2020 bertempat di SMPN 65 Jakarta Utara yang memiliki program suplementasi TTD sejak Februari 2019. Pemilihan lokasi berdasarkan survey awal tim peneliti yang menunjukkan bahwa pengetahuan gizi tentang anemia kurang dan kepatuhan konsumsi TTD masih rendah meskipun berada ditengah kota yang memiliki kemudahan akses untuk memperoleh pengetahuan lebih.

Populasi dalam penelitian ini seluruh Siswi di SMPN 65 Jakarta Utara. Pemilihan sampel berdasarkan kriteria eksklusi. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah tidak bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian, tidak hadir pada saat penelitian. Sampel yang diambil kelas VII dengan jumlah siswi 108 dan kelas VIII dengan jumlah siswi 107 di SMPN 65 Jakarta Utara. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*.

Sebelum pengolahan data lebih lanjut, dilakukan uji homogenitas. Hal ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan karakteristik siswi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai  $\text{sig} > 0.05$ .

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur**

Karakteristik Responden	Jumlah n (%)
<b>Kelompok Intervensi</b>	
Umur	
11 Tahun	1 (0,9)
12 Tahun	61 (56,5)
13 Tahun	44 (40,7)
14 Tahun	2 (1,9)
TOTAL	108 (100)
<b>Kelompok Kontrol</b>	
Umur	
13 Tahun	50 (46,7)
14 Tahun	53 (49,5)
15 Tahun	4 (3,7)
TOTAL	107 (100)

Berdasarkan Tabel 1 dijelaskan, kelompok intervensi didominasi dengan umur 12 Tahun (61%), umur 13 tahun (40,7%), umur 14 tahun (1,9%) dan umur 11 tahun (0,9%) sedangkan pada kelompok kontrol didominasi dengan umur 14 Tahun (49,5%), umur 13 tahun (46,7%), umur 15 tahun (3,7%). Total siswi

kelas intervensi sebanyak 108 siswi dan total siswi pada kelas kontrol 107 siswi. Pada kelas intervensi menggunakan media *explanation* video dengan durasi video  $\pm 7$  menit yang diputar sebanyak 2 kali dan pada kelas kontrol menggunakan media *leaflet* yang berisikan

penjelasan tablet tambah darah, dan tanda gejala anemia.

Berdasarkan pendapat Piaget tentang teori perkembangan kognitif, maka peserta didik usia SMP masuk pada kelompok tahap operasional formal (mulai 11 tahun dan seterusnya) dimana pada tahap ini peserta didik sudah mampu berpikir abstrak, yaitu berpikir mengenai ide dan memikirkan beberapa alternative pemecahan masalah remaja tidak lagi menerima informasi apa adanya tetapi mereka akan memproses informasi itu serta mengadaptasikannya dengan pemikiran mereka sendiri (Dardjito & Anadari, 2016)

Kelas kontrol menggunakan media *leaflet*, Media leaflet digunakan sebagai media pendidikan kesehatan dikarenakan dalam media ini sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri, pengguna dapat melihat isinya disaat santai, informasi dapat dibagi dengan keluarga dan teman, dapat memberikan informasi lebih detail mengenai informasi yang tidak dapat diberikan secara lisan dan mengurangi kebutuhan mencatat (Rokhmawati 2015). *Leaflet* berisikan tentang pengertian tablet tambah darah, penjelasan anemia, pemilihan makanan yang mengandung zat besi, dan cara pencegahan anemia. Kelas kontrol tidak diberikan edukasi lebih hanya pemberian *leaflet* saja

### **Pengetahuan Siswi Tentang Anemia Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol**

Data pengetahuan dibedakan menjadi 3 kategori yaitu pengetahuan

baik jika skor >80, pengetahuan sedang jika skor 60-80, dan pengetahuan rendah jika skor <60 (Kemenkes,2015).

Berdasarkan Tabel 2 pada kelompok intervensi nilai Median± SE pengetahuan sebelum diberikan intervensi berupa media *explanation video* pada *pre-test* adalah 60±1,100 menandakan sebelum intervensi pada kelas intervensi tingkat pengetahuan cukup. Pada saat *post test* nilai Median± SE menjadi 87±0,840 yang berarti pengetahuan baik *Post test* dilakukan setelah tujuh hari intervensi pada kelompok intervensi.

Proses edukasi gizi tidak terlepas dari pengaruh penggunaan alat peraga atau media yang mampu mendukung berlangsungnya kegiatan edukasi tersebut (Moerdiyanto, 2008). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ervina dan warsiti (2013) dengan judul pengaruh penyuluhan media audio visual *video* terhadap tingkat pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (sadari) pada kader posyandu di tejkusuman Rw 04 Notoprajan Yogyakarta Tahun 2013 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan media audio visual *video* terhadap tingkat pengetahuan tentang SADARI.

Tabel 3 Kelompok kontrol nilai Median±SE sebelum diberikan media *leaflet* pada *pre-test* adalah 60±1,090 yaitu tingkat pengetahuan cukup. Setelah dilakukan intervensi pembelajaran dengan media *leaflet* tanpa edukasi Nilai Median±SE pada saat *post-test* adalah 60±1,033.

Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan diperoleh data pengetahuan tidak normal, sehingga pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol nilai sig  $p \leq 0.05$  yang berarti berdistribusi tidak normal.

### **Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Intervensi**

Kepatuhan adalah suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak menaati peraturan ke perilaku yang menaati peraturan. Masalah kepatuhan merupakan kendala utama suplementasi besi harian, karena itu suplementasi mingguan sebagai alternatif untuk mengurangi masalah kepatuhan tersebut. Untuk menjaga kepatuhan konsumsi suplemen besi, dapat dilakukan dengan berbagai upaya seperti memberikan sosialisasi pada awal kegiatan, mengonsumsi suplemen besi langsung di depan petugas, dan mengirimkan pesan singkat kepada sampel penelitian (Sandra, 2004).

Data kepatuhan minum kapsul besi akan dibedakan menjadi 3 kategori. Kategori tersebut antara lain; jika tingkat kepatuhan  $\geq 75$  persen dikategorikan patuh, jika tingkat kepatuhan 50-74 persen dikategorikan kurang patuh, dan jika tingkat kepatuhan  $< 50$  persen dikategorikan tidak patuh (Kemenkes 2015).

Pada kelompok Intervensi Berdasarkan Tabel 4. nilai *Median* $\pm$ *SE* kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebelum diberikan intervensi berupa media

*explanation video* adalah  $80 \pm 2,770$  yang berarti adanya kepatuhan konsumsi TTD.

Hasil ini didapat berdasarkan riwayat konsumsi TTD sebelum intervensi. Kepatuhan kelompok intervensi setelah diberikan pembelajaran menggunakan media *explanation video* yang diukur kepatuhannya sampai 1 bulan dengan konsumsi 4 tablet tambah darah dalam waktu 1 bulan dengan menggunakan kartu kontrol untuk mengukur kepatuhannya, *Median* $\pm$ *SE* setelah intervensi yang dilakukan nilai kepatuhan konsumsi tablet tambah darah adalah  $100 \pm 1,488$  yang berarti sudah banyak yang patuh mengonsumsi TTD.

Kelompok kontrol hanya diberikan media *leaflet* dilihat riwayat kepatuhannya menggunakan riwayat konsumsi tablet tambah darah sebelum intervensi nilai *median* dan standar eror  $60 \pm 1,937$  yang berarti kurangnya kepatuhan siswi mengonsumsi TTD.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ordenes dan Bongga (2006) dengan judul kepatuhan minum tablet besi pada ibu hamil. Pada penelitian tersebut alasan terbanyak ketidakpatuhan ibu karena lupa minum obat tablet besi 62%, lupa membawa obat ketika mengunjungi keluarga 19%, mengalami efek samping 16%, lupa membawa obat tablet besi ketika bepergian keluar provinsi 9%, ketersediaan obat habis 6%, sibuk mengurus keluarga 3%, memiliki tekanan darah tinggi 1%, merasa sehat 1%, ketakutan bahwa tablet besi dapat membahayakan bayi 1%

dan nasehat bidan untuk mengkonsumsi tablet besi dilain waktu apabila tekanan darah tinggi 1% (Mursiany, dkk. 2013).

### **Perbedaan Hasil Pengetahuan Anemia dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Kelas Intervensi dan Kelas Kontrol**

Pada Tabel 3, dapat dilihat bahwa nilai Median $\pm$ SD pada pengetahuan anemia pada kelompok intervensi *pretest* adalah 60 $\pm$ 11,428 dan *posttest* adalah 60 $\pm$ 11,270 dengan nilai p 0,001 sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan anemia *pre-test* dan *post test* pada kelompok intervensi.

Kepatuhan Konsumsi TTD pada kelompok intervensi dengan nilai Median $\pm$ SD sebelum dan sesudah intervensi 80 $\pm$ 28,786 dan 100 $\pm$ 15,460 dengan nilai p 0,001. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD pada saat sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media video *explanation*.

Tingkat kepatuhan konsumsi TTD pada pemberian intervensi menggunakan video *explanation* pada kelompok intervensi mempengaruhi adanya peningkatan kepatuhan konsumsi TTD menggunakan uji statistik non parametrik *Wilcoxon test* (p=0,0001).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Sinta Fresia (2016) yang menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengaruh edukasi menggunakan media audio visual terhadap kepatuhan konsumsi obat

pada pasien ODHA (p=0,003). Hal ini disebabkan oleh adanya penggunaan media sebagai alat bantu yaitu media audio visual.

Pengetahuan anemia pada kelompok kontrol dengan nilai Median $\pm$ SD pada saat *pre-test* dan *post test* adalah 60 $\pm$ 11,270 dan 60 $\pm$ 10,682 dengan nilai p Value 0,083. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan anemia sebelum dan sesudah intervensi menggunakan *leaflet*.

Kepatuhan konsumsi TTD pada kelompok kontrol dengan nilai Median $\pm$ SD sebelum dan sesudah adalah 60 $\pm$ 20,041 dan 75 $\pm$ 25,370 dengan nilai p Value 0,25. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan kepatuhan konsumsi TTD sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media *leaflet*.

Hasil analisis pada kelompok kontrol bahwa tidak adanya perbedaan (p=0,083) Tingkat Pengetahuan *pre test* dan *post test* terhadap pemberian intervensi menggunakan media *leaflet* dan tidak memengaruhi adanya peningkatan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (p=0,525). Hal ini sesuai dengan penelitian Maisa dkk (2011), rendahnya kepatuhan berhubungan dengan beberapa faktor, antara lain efek samping yang ditimbulkan ketika minum tablet Fe pada gastrointestinal, persediaan tablet Fe yang tidak mencukupi, penyuluhan yang kurang cukup oleh petugas kesehatan mengenai manfaat tablet Fe dan efek samping.

**Tabel 2. Pengetahuan Siswi Sebelum dan Sesudah Intervensi**

Kelompok	Nilai Pengetahuan	Median±SE	Minimum	Maksimum
Intervensi	<i>PreTest</i>	60±1,100	33	87
	<i>Post Test</i>	87±0,840	67	100
Kontrol	<i>PreTest</i>	60±1,090	33	87
	<i>Post Test</i>	60±1,033	33	87

**Tabel 3. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Intervensi**

Kelompok	Nilai Kepatuhan Konsumsi TTD	Median±SE	Minimum	Maksimum
Intervensi	Sebelum	80±2,770	0	80
	Sesudah	100±1,488	50	100
Kontrol	Sebelum	60±1,937	0	80
	Sesudah	75±2,453	25	100

**Tabel 4. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed-Rank***

Kelompok	Variabel	Median±SD	<i>p</i>	
Intervensi	<b>Pengetahuan</b>			
	<i>Pre-Test</i>	60±11,428	0,001*	
	<i>Post-Test</i>	87±8,731		
	<b>Kepatuhan</b>			
	Sebelum	80±28,786	0,001*	
	Sesudah	100±15,460		
Kontrol	<b>Pengetahuan</b>			
	<i>Pre-Test</i>	60±11,270	0,083	
	<i>Post-Test</i>	60±10,682		
	<b>Kepatuhan</b>			
		Sebelum	60±20,041	0,525
		Sesudah	75±25,370	

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMPN 65 Jakarta Utara maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah menggunakan media *explanation video*. Saran yang dapat digunakan untuk penelitian yang akan datang dimana perlu adanya pengembangan lebih lanjut mengenai media animasi atau media lain, dan juga dapat mengangkat topik lain

tentang kesehatan tidak hanya tentang anemia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyani, R. 2013. Pengaruh Pemberian Booklet Anemia terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Calyptra*, 2(2), 1-20.
- Aditianti, A., Permanasari, Y., Julianti, E. D. 2015. Pendampingan Minum Tablet

- Tambah Darah (TTD) dapat Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi TTD Pada Ibu Hamil Anemia. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 38(1), 71–78.
- Agustina, E. E., Laksono, B., & Indriyanti, D. R. 2017. Determinan Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri Berdasarkan Jenjang Pendidikan di Kabupaten Kebumen. *Public Health Perspective Journal*, 2(1), 26–33.
- Ahmady, A., Hapzah, H., & Mariana, D. 2017. Penyuluhan Gizi Dan Pemberian Tablet Besi terhadap Pengetahuan dan Kadar Hemoglobin Siswi Sekolah Menengah Atas Negeri di Mamuju. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 2(1), 15.
- Akib, A., & Sumarmi, S. 2017. Kebiasaan Makan Remaja Putri yang Berhubungan dengan Anemia : Kajian *Positive Deviance Food Consumption Habits of Female Adolescents Related to Anemia: A Positive Deviance Approach*. *Amerta Nutrition*, 1(2), 105–116.
- Arumsari, E. 2008. Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) di Kota Bekasi. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 6(1), 74–83.
- Baker, S., Auld, G., MacKinnon, C., Ammerman, A., Hanula, G., Lohse, B., ... & Wardlaw, M. K. 2014. *Best Practices in Nutrition Education for Low-Income Audiences*. National Institute of Food and Agriculture.
- Rahmiati, B. F., Naktiany, W. C., & Ardian, J. 2019. Efektivitas Intervensi Pendidikan Gizi Pada Program Suplementasi Besi Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 3(2), 47–51.
- Cahyono, S. B. 2015. Peningkatan Pengetahuan Siswi Tentang Anemia Setelah Mendapatkan Pendidikan Gizi dengan Media Video Animasi. *Jurnal UMS*, 2–12
- Darmawansyih. 2017. Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Kecamatan Patallassang Kabupaten Gowa Tahun 2016. *Alami Journal (Alauddin Islamic Medical Journal)*, 1(1), 51–59.
- Dardjito, E. and Anandari, D., 2016. Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri di Wilayah Kabupaten Banyumas. *Kesmas Indonesia: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 16–31.
- Hasanah, N. U. R. 2018. Evaluasi pelaksanaan program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas Kulisusu Kabupaten Butonutara tahun 2018.

- Husein, R. 2016. Universitas Indonesia Universitas Indonesia Depok, (1606970695), 85–93.
- Ismawati, K. 2018. Pengaruh Pemberian Kartu Kontrol Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Atari Jaya Kabupaten Konawe Selatan. *Skripsi*.
- Kemenkes, R. I. 2013. Riset kesehatan dasar. *Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*.
- Kemenkes, R. I. 2018. Hasil Utama Riskesdas. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI*.
- Kiswari, R., 2014. Hematologi dan Transfusi, Erlangga, Jakarta.
- Lee, W. W., Owens, D. L., Francisco, S., & Pfeiffer, C. A. J. (2004). REVIEW: Multimedia-Based Instructional Design: Computer-Based Training, Web-Based Training, and Distance Learning. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 5(2), 91–93.
- Mularsih, S. 2017. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia dengan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 80.
- Waluyo, D., Hidayanty, H., & Seweng, A. 2019. Pengaruh pendidikan gizi anemia terhadap peningkatan pengetahuan pada anak remaja sma negeri 21 makassar. *Jurnal kesehatan masyarakat maritim*, 3(1).
- Nuradhiani, A., Briawan, D., dan Dwiriani, C. M. 2017. Dukungan guru meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kota Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 12(3), 153–160. <https://doi.org/10.25182/jgp.2017.12.3.153-160>