

EDUKASI TENTANG ANEMIA & MASALAH GIZI YANG SERING TERJADI PADA REMAJA PUTERI DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DARI HULU

Ratna Juwita¹⁾, Lia Fentia²⁾, Rummy Islami Zalni³⁾, Erika⁴⁾

¹⁾ Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKes Tengku Maharatu ,

²⁾ Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKes Tengku Maharatu,

³⁾ Prodi Profesi Bidan, STIKes Tengku Maharatu,

⁴⁾ Fakultas Keperawatan, Universitas Riau,

juwitaratna7512@gmail.com

Abstract

Anemia and nutritional deficiencies in teenage females are significant risk factors that lead to stunting in subsequent generations. Initiatives to prevent stunting must start throughout adolescence by enhancing nutritional awareness and facilitating early identification of health issues. This community service initiative seeks to enhance young women's understanding of anemia and nutritional concerns, while also assessing their health by measuring hemoglobin (Hb) levels and nutritional status at SMK Bina Profesi Pekanbaru. The activity used health education techniques about anemia and nutrition, assessed knowledge with pre-tests and post-tests, conducted hemoglobin level evaluations, and measured height and weight to ascertain nutritional status. Female adolescents diagnosed with anemia or atypical nutritional status received further individualized instruction as a follow-up to the activity. The activity's outcomes indicated a 55% enhancement in knowledge among teenage females after educational intervention. Hemoglobin level assessments indicated that 10% of teenage females were anemic. Assessments of nutritional status indicated that 35% of teenage females exhibited normal nutritional status, 55% were classified as underweight, and 10% were categorized as overweight. The data reveal that nutritional issues among female adolescents at SMK Bina Profesi remain considerable, particularly the elevated percentage of adolescents with inadequate nutritional status. This community service initiative effectively enhanced the understanding of female adolescents on anemia and nutritional status. The integration of education and health assessments is crucial as a preventative strategy to avert stunting by enhancing the nutritional and health preparedness of young women at SMK Bina Profesi Pekanbaru.

Keywords: Anemia, nutrition, preventing stunting, adolescent girls.

Abstrak

Anemia dan kekurangan gizi pada remaja putri merupakan faktor risiko signifikan yang dapat menyebabkan stunting pada generasi berikutnya. Upaya pencegahan stunting harus dimulai sejak masa remaja dengan meningkatkan kesadaran gizi dan memfasilitasi deteksi dini masalah kesehatan. Inisiatif layanan masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri tentang anemia dan masalah gizi, sekaligus menilai kesehatan mereka melalui pengukuran kadar hemoglobin (Hb) dan status gizi di SMK Bina Profesi Pekanbaru. Kegiatan ini menggunakan teknik pendidikan kesehatan tentang anemia dan gizi, menilai pengetahuan melalui tes pra dan pasca, melakukan evaluasi kadar hemoglobin, serta mengukur tinggi dan berat badan untuk menentukan status gizi. Remaja putri yang didiagnosis menderita anemia atau status gizi tidak normal menerima bimbingan individual sebagai tindak lanjut kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 55% di kalangan remaja putri setelah intervensi pendidikan. Evaluasi kadar hemoglobin menunjukkan bahwa 10% remaja putri mengalami anemia. Evaluasi status gizi menunjukkan bahwa 35% remaja putri memiliki status gizi normal, 55% diklasifikasikan sebagai kurus, dan 10% dikategorikan sebagai overweight. Data menunjukkan bahwa masalah gizi di kalangan remaja putri di SMK Bina Profesi masih cukup signifikan, terutama persentase yang tinggi dari remaja dengan status gizi yang tidak memadai. Inisiatif layanan masyarakat ini secara efektif meningkatkan pemahaman remaja putri tentang anemia dan status gizi. Integrasi pendidikan dan penilaian kesehatan sangat penting sebagai strategi pencegahan untuk mencegah stunting dengan meningkatkan kesiapan gizi dan kesehatan remaja putri di SMK Bina Profesi Pekanbaru.

Keywords: Anemia, gizi, cegah stunting, remaja puteri.

PENDAHULUAN

Stunting tetap menjadi masalah gizi yang signifikan di kalangan anak-anak di Indonesia, dengan kasus yang terus berlanjut. Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak-anak yang disebabkan oleh malnutrisi kronis dan penyakit berulang, yang ditandai dengan tinggi atau panjang badan di bawah standar yang diakui (RI, BKKBN 2021). Stunting dapat menghambat pertumbuhan fisik, meningkatkan kerentanan anak terhadap penyakit, dan menimbulkan hambatan perkembangan kognitif yang dapat menurunkan IQ anak dan produktivitas mereka di masa depan. Stunting juga meningkatkan risiko terjadinya gangguan degeneratif pada usia dewasa. Kerugian ekonomi akibat stunting pada tenaga kerja Indonesia saat ini diperkirakan mencapai 10,5% dari produk domestik bruto (PDB), atau setara dengan 286 triliun rupiah (Kementerian Kesehatan, 2021),(Siswati, 2018).

Pencegahan stunting tidak hanya dilakukan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan, tetapi juga sejak remaja. Pencegahan stunting sejak remaja merupakan bagian penting dari intervensi gizi spesifik karena menasar langsung salah satu penyebab utama stunting, yaitu kurangnya asupan makanan dan zat gizi yang adekuat. Remaja puteri, merupakan calon orang tua yang akan menentukan kualitas generasi berikutnya. Oleh karena itu, pemenuhan gizi pada fase ini menjadi fondasi dalam memutus siklus stunting

antar generasi (Sekretariat Pencegahan Stunting, 2019).

Kondisi kesehatan dan gizi remaja saat ini akan menentukan kualitas kehamilan dan pertumbuhan anak di masa mendatang. Anemia merupakan masalah gizi yang sering terjadi pada remaja (Kurniawati, 2017). Anemia pada remaja perempuan ditandai dengan penurunan konsentrasi hemoglobin akibat kekurangan zat besi dan nutrisi lainnya, yang mengganggu pengiriman oksigen dalam aliran darah. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap anemia pada remaja perempuan meliputi pola makan yang tidak seimbang, asupan makanan kaya zat besi yang tidak memadai, dan tuntutan fisiologis yang meningkat selama menstruasi (Gizi et al., 2024). Anemia dapat menyebabkan berbagai dampak negatif pada remaja perempuan, termasuk penurunan sistem kekebalan tubuh, sehingga mereka menjadi sangat rentan terhadap penyakit; penurunan kebugaran fisik dan ketajaman kognitif; serta penurunan prestasi akademik dan produktivitas kerja (Lusida et al., 2025). Akibat anemia pada remaja perempuan mungkin tidak langsung terlihat, meskipun dampaknya dapat berkepanjangan dan memengaruhi seluruh kehidupan mereka. Anemia pada remaja perempuan dapat memiliki dampak jangka panjang bagi diri mereka sendiri maupun keturunan mereka di masa depan. Kekurangan zat besi yang berkepanjangan atau anemia selama masa dewasa dan kehamilan dapat membahayakan kesehatan bayi (Yovi Kurniawati & Rizki Syah Putri, 2025). Remaja hamil yang menderita

anemia dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur dan melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, yang kemudian berisiko mengalami stunting selama masa kanak-kanak awal (Riri Mazhar, 2024).

Selain anemia, masalah kekurangan gizi (*underweight*) dan kelebihan gizi (*overweight*) juga sering ditemukan pada remaja putri. Ketidakseimbangan asupan energi dan nutrisi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan normal, menghambat perkembangan fisik dan kesiapannya memasuki usia reproduktif. Gizi kurang pada remaja akan memperlemah cadangan nutrisi yang seharusnya mendukung pertumbuhan dan fungsi tubuh yang optimal, sedangkan gizi lebih sering menandakan pola diet tinggi kalori tetapi rendah nutrisi mikro yang penting seperti zat besi dan lainnya. (Dewie Anatasya Karno, Anna Fitriani, 2024),(Kamaruddin et al., 2023). Kondisi double burden of malnutrition ini memperkuat perlunya pendekatan gizi yang seimbang dan tepat sasaran pada remaja putri sejak dini guna memutus siklus malnutrisi. Oleh karena itu, penting untuk membekali generasi muda agar menjadi sumber daya manusia yang berharga, terutama melalui pendidikan dan pendidikan kesehatan, sehingga mereka dapat menghindari masalah kesehatan dengan mengadopsi gaya hidup bersih dan sehat.

SMK Bina Profesi Pekanbaru memiliki 236 remaja putri berusia 15 hingga 18 tahun. Remaja pada tahap ini mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial yang cepat. Survei awal di SMK Bina Profesi menunjukkan faktor risiko yang persisten terkait masalah gizi, termasuk lebih dari lima puluh persen remaja yang mengabaikan sarapan, dominasi konsumsi camilan selama jam

sekolah, preferensi terhadap makanan cepat saji dan minuman manis dengan nilai gizi rendah, serta asupan sayuran, buah-buahan, dan protein hewani yang tidak mencukupi, sehingga tidak memenuhi pedoman gizi seimbang. Tren ini dapat menyebabkan ketidakseimbangan asupan nutrisi, yang berpotensi mengakibatkan defisit atau kelebihan energi. Selain itu, terdapat risiko defisiensi mikronutrien, khususnya zat besi, kalsium, dan vitamin. Remaja perempuan membutuhkan kadar zat besi yang lebih tinggi akibat menstruasi bulanan. Asupan protein hewani yang tidak memadai dapat memperparah kondisi ini.

Kesehatan remaja memerlukan perhatian serius karena terjadinya perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan selama tahap perkembangan ini. Remaja memerlukan kesehatan mental dan emosional yang baik, serta kemampuan untuk membuat pilihan yang bijaksana dan bertanggung jawab atas tindakan mereka. Pola makan yang baik sangat penting bagi kesehatan remaja. Remaja harus memantau konsumsi makanan yang kaya karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mendidik tentang anemia dan masalah gizi yang sering mempengaruhi remaja perempuan guna mencegah stunting sejak dini.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung pada tanggal 24 Januari 2026 di SMK Bina Profesi, yang berlokasi di Jalan Soekarno Hatta, Komplek Gardenia No. 13-16, Pekanbaru. Sasaran utama dari

inisiatif layanan masyarakat ini adalah 20 siswi kelas XI. Inisiatif layanan masyarakat ini mencakup pendidikan kesehatan dan konseling bagi remaja putri yang mengalami anemia dan masalah gizi, dengan tujuan mencegah stunting.

Metode yang digunakan Adalah pendekatan promotive dan dan preventif berbasis edukasi partisipatif. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Tahapan Persiapan
 - a. Analisis kebutuhan dan menyusun program kegiatan penyuluhan dan edukasi
 - b. Melakukan koordinasi dengan anggota tim tentang teknik pelaksanaan kegiatan.
 - c. Menyiapkan perlengkapan antara lain perlengkapan administrasi, peralatan dan akomodasi dibutuhkan untuk kegiatan penyuluhan dan edukasi.
 - d. Melakukan koordinasi dengan tempat pengabdian masyarakat yaitu SMK Bina Profesi.
2. Tahap pelaksanaan.
 - a. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan cara tatap muka melalui metode ceramah interaktif, diskusi dan tanya jawab.
 - b. Kegiatan diawali dengan pretest untuk mengukur Tingkat pengetahuan awal peserta tentang anemia dan masalah gizi dan stunting.
 - c. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi dengan menggunakan metode komunikasi dua arah agar peserta

berpartisipasi aktif. Materi disampaikan dengan Bahasa yang sederhana dan disertai contoh kasus sehari-hari agar mudah dipahami.



Gambar 1. Penjelasan Materi tentang anemia dan masalah Gizi yang terjadi pada remaja putri

- d. Untuk kegiatan preventif maka dilakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan untuk menentukan status gizi berdasarkan IMT, dan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) untuk mendeteksi anemia secara dini. Peserta yang teridentifikasi memiliki status gizi tidak normal atau anemia maka diberikan edukasi tambahan dan dianjurkan berkonsultasi ke fasilitas Kesehatan.



Gambar 2. Pemeriksaan Kadar Hb



Gambar 3. Pemeriksaan Berat Badan Dan Tinggi Badan

3. Ketiga Tahap Monitoring dan evaluasi.
 - a. Tim pelaksana melakukan monitoring untuk memastikan kegiatan sesuai rencana.
 - b. Evaluasi dilakukan dengan post test dan perbandingan pretest untuk menilai efektivitas, serta melalui diskusi dan umpan balik peserta.



Gambar 4. Kegiatan Pretest dan Posttest materi penyuluhan

4. Tahapan tindak lanjut
Sebagai tindak lanjut maka dilakukan rekomendasi kepada pihak sekolah untuk:
 - a. Mengintegrasikan edukasi gizi ke dalam kegiatan rutin sekolah atau UKS.
 - b. Mendukung program konsumsi tablet tambah darah (TTD) bagi remaja

- puteri.
 - c. Melakukan pemantauan status gizi secara berkala bekerja sama dengan puskesmas atau fasilitas Kesehatan setempat.



Gambar 5. Edukasi Pada Remaja Putri yang Bermasalah gizi dan anemia



Gambar 6. Foto Bersama Remaja Putri dan Guru

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari inisiatif layanan masyarakat ini diperoleh melalui penilaian pendidikan menggunakan tes pra dan pasca, serta evaluasi kesehatan remaja putri, yang mencakup pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dan analisis status gizi berdasarkan ukuran tinggi dan berat badan.

a. Pengetahuan Remaja Putri

Tabel 1. Pengetahuan Remaja Putri Pre & Post Test Edukasi.

Pengetahuan Remaja Putri	Pre Test		Post Test	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	4	20	15	75
Kurang	16	80	5	25
Total	20	100	20	100

Hasil pre-tes menunjukkan bahwa 80% remaja putri memiliki pemahaman yang terbatas tentang anemia dan masalah gizi yang sering dialami oleh kelompok usia mereka. Peserta umumnya kurang memahami deskripsi anemia, penyebabnya, dampak jangka panjangnya terhadap kesehatan reproduksi, serta hubungannya dengan risiko stunting pada generasi berikutnya. Setelah pendidikan kesehatan tentang anemia dan masalah gizi pada remaja perempuan, hasil pasca-tes menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan. Skor rata-rata pasca-tes naik dari 20% menjadi 75%, mencerminkan peningkatan pengetahuan sebesar ±55%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan pendidikan yang digunakan berhasil meningkatkan pemahaman remaja putri tentang pentingnya pencegahan anemia dan kebutuhan gizi seimbang sejak usia dini, yang berkontribusi pada upaya pencegahan stunting sejak dini. Temuan ini secara teoritis sejalan dengan teori perubahan perilaku kesehatan, termasuk Model Keyakinan Kesehatan (HBM) dan Teori Perilaku yang Direncanakan (TPB), yang menyatakan bahwa informasi merupakan aspek awal yang krusial dalam mempengaruhi sikap dan perilaku kesehatan. Ide-ide ini menyarankan bahwa individu yang memiliki pemahaman komprehensif tentang masalah kesehatan, risiko, dan manfaat pencegahan lebih cenderung mengembangkan sikap dan niat positif

terhadap perilaku sehat (Martina Pakpahan, Deborah Siregar, Andi Susilawaty, Tasnim, Mustar, Radeny Ramdany, Evanny Indah Manurung, Efendi Sianturi, Marianna Revecca Gadis Tomponu, Yenni Ferawati Sitanggang, 2021). Dalam konteks ini, meningkatkan kesadaran remaja putri merupakan landasan penting untuk mempromosikan perilaku pencegahan anemia dan mengubah kebiasaan makan sebagai langkah proaktif untuk mencegah stunting. Pendekatan instruksional kegiatan ini selaras dengan konsep pendidikan kesehatan remaja, dengan penekanan pada teknik pembelajaran interaktif, media yang menarik, dan konten yang relevan dengan kehidupan sehari-hari remaja. Hal ini meningkatkan retensi informasi dan menjelaskan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi pendidikan. Temuan kegiatan ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa pendidikan gizi dan anemia bagi remaja putri dapat secara signifikan meningkatkan pemahaman. Banyak studi menunjukkan peningkatan pemahaman setelah konseling bagi siswi perempuan tentang pencegahan anemia melalui penerapan pola makan seimbang (Cholidah et al., 2024). Begitu juga dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh maidelwita dan yani yang menyatakan terjadi peningkatan pengetahuan remaja di pasantren setelah dilakukan edukasi tentang gizi seimbang (Maidelwita & Arifin, 2023).

b. Status Anemia Pada Remaja Putri.

Tabel 2. Distribusi Status Anemia Pada Remaja Putri.

Status Anemia	Jumlah	%
Anemia	2	10
Tidak Anemia	18	90
Total	20	100

Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin, diketahui bahwa kondisi kesehatan remaja putri bervariasi. Sebagian besar individu memiliki kadar hemoglobin dalam rentang normal; namun, sekelompok remaja perempuan teridentifikasi mengalami anemia. Temuan menunjukkan bahwa sebagian besar remaja perempuan memiliki kadar hemoglobin normal, sedangkan 10% diklasifikasikan sebagai anemia. Data menunjukkan bahwa anemia tetap menjadi masalah gizi yang signifikan di kalangan remaja perempuan, sehingga memerlukan perhatian melalui inisiatif pendidikan dan pemantauan kesehatan berkelanjutan. Temuan ini menekankan perlunya strategi siklus hidup untuk meningkatkan gizi dalam pencegahan stunting sejak awal. Pendekatan ini menekankan bahwa intervensi gizi tidak hanya harus diterapkan untuk wanita hamil dan anak-anak, tetapi juga harus dimulai selama masa remaja. Remaja putri yang memiliki pengetahuan gizi yang cukup akan lebih siap secara fisiologis dan perilaku untuk kehamilan di masa depan, sehingga mengurangi risiko anemia kehamilan, berat badan lahir rendah, dan stunting pada keturunan (Ade Tika Herawati, S.Kep, Ners, 2025). Hasil kegiatan ini sejalan dengan kegiatan yang dilakukan oleh jama dkk dalam melakukan deteksi dini anemia pada remaja putri dengan pemeriksaan kadar Hemoglobin masih ditemukan sebanyak 13% remaja putri yang mengalami anemia (Maidelwita & Arifin, 2023). Begitu juga dengan vaira dkk setelah melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja putri di dapatkan sebanyak 29,3% yang mengalami anemia (Maidelwita & Arifin, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah gizi yang cukup signifikan pada kelompok remaja putri

dan perlu mendapat perhatian melalui intervensi edukasi dan pemantauan kesehatan secara berkelanjutan

c. Status Gizi Remaja Putri Berdasarkan TB\BB.

Hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan yang kemudian dihitung menjadi Indeks Massa Tubuh (IMT) menunjukkan adanya variasi status gizi pada remaja putri yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Distribusi Status Gizi Remaja Putri

Status Gizi	Jumlah	%
Normal	7	35
Underweight	11	55
Overweight	2	10
Total	20	100

Berdasarkan hasil pengukuran mayoritas peserta berada pada kategori status gizi Underweight yaitu sebanyak 55%, sekitar 35% remaja putri memiliki status gizi normal, sementara sisanya berada pada kategori gizi lebih sebanyak 10%. Remaja dengan gizi kurang berpotensi mengalami defisiensi zat gizi mikro, termasuk zat besi (Masyarakat & Oleo, 2026). Sedangkan remaja dengan gizi lebih menunjukkan pola makan yang tidak seimbang dan berisiko terhadap masalah kesehatan di kemudian hari (Najdah. Nurbaya. Zaki Irwan, 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada remaja tidak hanya terbatas pada kekurangan gizi, tetapi juga mencakup masalah kelebihan gizi.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan melalui edukasi anemia dan masalah gizi pada remaja putri, disertai dengan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dan status gizi, menunjukkan hasil yang positif.

1. Hasil penilaian pengetahuan dari tes pra dan pasca menunjukkan peningkatan pemahaman sebesar 55% di kalangan remaja putri, yang menunjukkan efektivitas instruksi dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang anemia, gizi, dan langkah-langkah pencegahan.

2. Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa 10% remaja putri didiagnosis menderita anemia. Penilaian gizi berdasarkan tinggi dan berat badan mengungkapkan bahwa 35% remaja memiliki status gizi normal, 55% diklasifikasikan sebagai kurus, dan 10% dikategorikan sebagai overweight. Data menunjukkan bahwa masalah gizi di kalangan remaja putri tetap signifikan, terutama persentase yang tinggi dari remaja dengan status gizi yang tidak memadai, meskipun frekuensi anemia relatif rendah.

3. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendidikan gizi, ketika dipadukan dengan penilaian kesehatan, meningkatkan pengetahuan dan memberikan gambaran akurat tentang status gizi remaja perempuan. Intervensi ini sangat penting sebagai strategi pencegahan untuk mengurangi stunting dengan meningkatkan kesiapan gizi dan kesehatan remaja sebelum masa reproduksi mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Maharatu, Lembaga

Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Stikes Tengku Maharatu, serta semua rekan yang terlibat dalam kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada SMK Bina Provesi Pekanbaru atas partisipasinya dalam pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Tika Herawati, S.Kep, Ners, M. K. dkk. (2025). *Gizi Dalam Siklus Kehidupan*.
- Cholidah, R., Amalia, E., Danianto, A., & Purnaning, D. (2024). *Edukasi Pencegahan Anemia Dan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Kota Mataram*. 0–3.
- Dewie Anatasya Karno, Anna Fitriani, I. (2024). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Underweight pada Remaja SMA Di Bekasi*. 16(1), 113–123.
- Gizi, G. S., Menstruasi, S., Putri, R., & Jambi, N. K. (2024). *Gambaran Status Gizi, Siklus Menstruasi dan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA N 8 Kota Jambi*. 3, 2018–2023.
- Kamaruddin, I., Kustiyah, L., Riyadi, H., & Junus, R. (2023). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Remaja Overweight dan Obese Factors Influencing Nutritional Status in Overweight and Obese Adolescents*. 7(2), 311–319. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.31>
- Kementerian Kesehatan. (2021). *Petunjuk Teknis Penyusunan dan Pelaksanaan Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku Percepatan Pencegahan Stunting (Buku 1)*. In *Kementerian Kesehatan RI (Vol. 11, Issue 1)*.

- https://promkes.kemkes.go.id/download/fpkk/files49505JuknisImplementasiKPPStunting_ISBN_13072021.pdf%0Astunting.go.id
- Kurniawati, putri. (2017). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). *Universitas Nusantara PGRI Kediri, 01*, 1–7.
- Lusida, N., Studi, P., Masyarakat, K., Jakarta, U. M., Masyarakat, F. K., & Jakarta, U. M. (2025). *Tinjauan Anemia pada Remaja Putri: Analisis Faktor Resiko dan Implikasi Kesehatan Jangka Panjang*. 3(3).
- Maidelwita, Y., & Arifin, Y. (2023). *Edukasi Kesehatan Tentang Gizi Seimbang Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Pada Remaja Pesantren Ramadhan*. 1(6), 710–715.
- Martina Pakpahan, Deborah Siregar, Andi Susilawaty, Tasnim, Mustar, Radeny Ramdany, Evanny Indah Manurung, Efendi Sianturi, Marianna Revecca Gadis Tompunu, Yenni Ferawati Sitanggang, M. . (2021). *Promosi Kesehatan & Perilaku Kesehatan*.
- Masyarakat, F. K., & Oleo, U. H. (2026). *Kontribusi Asupan Zat Gizi terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 7 Kendari*. 5(1), 132–141. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v5i1.6493>
- Najdah. Nurbaya. Zaki Irwan. (2024). *Kebiasaan makan dan status gizi pada remaja di mamuju menggunakan adolescents'food habits checklist*.
- RI, B. (2021). *Peraturan BKKBN RI No 12 Tahun 2021 Tentang Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Angka Stunting Indonesia Tahun 2021-2024*. 1–162.
- Riri Mazhar, Y. S. (2024). Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) Di RS PKU Muhammadiyah Gamping. *Journal Of Health Researce*, 7(1), 9–17.
- Sekretariat Pencegahan Stunting, S. W. P. R. (2019). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting). *Educacao e Sociedade*, 1(1), 1689–1699. http://www.biblioteca.pucminas.br/teses/Educacao_PereiraAS_1.pdf%0Ahttp://www.anpocs.org.br/portal/publicacoes/rbcs_00_11/rbcs11_01.htm%0Ahttp://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/7845/1/td_2306.pdf%0Ahttps://direitofma2010.files.wordpress.com/2010/
- Siswati, T. (2018). Stunting. In *Husada Mandiri Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Yovi Kurniawati, E., & Rizki Syah Putri, S. (2025). Hubungan Anemia pada Remaja Putri dengan Kejadian Anemia Kehamilan dan Risiko Stunting pada Anak. *Research Agribiohealth (Journal of Agriculture*, 1(4), 121–126. <https://medicoinsight.org/agribiohealth>