

DAFTAR PUSTAKA

- Aggarwal and Alisha. 2020. Iron Deficiency Anemia Among Adolescents : A Global Public Health Concern, *International Journal of Advanced Community Medicine*, 3(2): 35–40. doi: <https://doi.org/10.33545/comed.2020.v3.i2a.148>.
- Aji. G.K. 2021. Iron Intake Among Adolescent Girls Based on Family Socio-Economic, Frequent High-Iron Foods Consumed and Knowledge About Anemia in Pandeglang District, *National Nutrition Journal*, 16(1): 17–25. doi: <https://doi.org/10.204736/mgi.v16i1.17-25>.
- Ajomiwe, N. *et al.* 2024. Protein Nutrition: Understanding Structure, Digestibility, and Bioavailability for Optimal Health, *Foodborne Parasites in the Food Supply Web: Occurrence and Control*, 13(11): 1–15
- Anggraini, M.L., Jesica, F., Amir, A.N. and Maysetri, F.R., 2021. Hubungan antara konsumsi zat besi dengan kadar hemoglobin pada wanita usia subur (WUS) di wilayah kerja Puskesmas Pauh Kecamatan Pariaman Tengah Kota Pariaman. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 4(1): 49. doi: <https://doi.org/10.30633/jsm.v4i1.1034>
- Anissa, D.D. and Dewi, R.K., 2021. Peran protein: ASI dalam meningkatkan kecerdasan anak untuk menyongsong generasi Indonesia emas 2024 dan relevansi dengan Al-Qur'an. *Jurnal Tadris IPA Indonesia*, 1(3): 427–435.
- Arbie, F. Y., and R. Labatjo. 2019. Asupan Protein, Status Gizi, Dan Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri Di Kota Gorontalo. *Jurnal Dunia Gizi* 2(2): 63–70. doi: <https://doi.org/10.33085/jdg.v2i2.4651>.
- Aridya, Nurulliza Dwi, Elsa Yuniarti, Yusni Atifah, and Siska Alicia Farma. 2023. Perbedaan Kadar Eritrosit Dan Hemoglobin Mahasiswa Biologi Dengan Mahasiswa Olahraga Universitas Negeri Padang. *Serambi Biologi* 8(1): 38–43.
- Arikunto, S. 2015. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Rineka Cipta.
- Atik, Nur Sri, Endang Susilowati, and Kristinawati. 2022. Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMK Wilayah Dataran Tinggi. *Jurnal Indonesia Kebidanan* 6(2): 61–68.
- Ayuningtyas, Ika Nanda, A. Fahmy Arif Tsani, Aryu Candra, and Fillah Fithra Dieny. 2022. Analisis Asupan Zat Besi Heme Dan Non Heme, Vitamin B12 Dan Folat Serta Asupan Enhancer Dan Inhibitor Zat Besi Berdasarkan Status Anemia Pada Santriwati. *Journal of Nutrition College* 11(2): 171–81.
- Ayupir, Ariyanto. 2021. Pendidikan Kesehatan Dan Terapi Tablet Zat Besi (Fe) Terhadap Hemoglobin Remaja Putri. *Higea Journal of Public Health Research and Development* 5(3): 441–51.

- Beard and Dawson. 2016. *Present Knowledge in Nutrition (8th ed.)*. ILSI Press.
- Cahyani, Leni, and Sulastri. 2024. Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Sedang Menstruasi Di Desa Donoyudan Kalijambe Sragen. *Holistik Jurnal Kesehatan* 18(5): 577–83. doi: 10.33024.
- Chasanah, Siti Uswatun., Basuki, Prastiwi Putri. and Dewi, Ika Mustika. 2019. Anemia Penyebab, Strategi Pencegahan dan Penanggulangan bagi Remaja. Stikes Wira Husada Kemenristek Dikti.
- Cheng, S. and Langrish, T.A.G. 2025. A Review of the Treatments to Reduce Anti-Nutritional Factors and Fluidized Bed Drying of Pulses. 14(4). doi: <https://doi.org/10.3390/foods14040681>.
- Darma, Ida Bagus Setia, Desak Putu Sukraniti, and Gusti Ayu Dewi Kusumayanti. 2019. Hubungan Asupan Protein Hewani, Zat Besi Dan Asam Folat Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science* 8(3): 131–38.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya. 2024. *Prevalensi Anemia*. Januari. Dinkes Kabupaten Tasikmalaya.
- Dineti, Anggun. 2022. Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Pesisir Kota Bengkulu. *Jurnal Surya Medika* 8(3): 86–91.
- Fairuz, Adea Zulfa, Afifah, M. Bayu Fahrizal, Nisa Annisa, and Tita Ratna Sari. 2022. Metabolisme Protein Dalam Tubuh Manusia. *Jurnal Ilmu Alam Indonesia*.
- Faridi, A. *et al.* 2022. Survey Konsumsi Gizi, Yayasan Kita Menulis.
- Gaudichon, C. and Calvez, J. 2021. Determinants of amino acid bioavailability from ingested protein in relation to gut health. *Current Opinion in Clinical Nutrition and Metabolic Care*. 24(1): 55–61. doi: <https://doi.org/10.1097/MCO.0000000000000708>.
- Gropper. S.S and Smith, J.L. 2020. *Advanced Nutrition and Human Metabolism*. 7 th. Boston: Cengage Learning.
- Guyton. A.C and Hall. J.E. 2021. *Textbook of Medical Physiology*. 14 th. Edited by Philadelphia. Elsevier.
- Guyton, and Hall. 2019. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Antonia Tanzil Dan M Djauhari Widjajakusumah*. Ed.; Ke-13. Elsevier Health Sciences.
- Hurrell, R., and I. Egli. 2017. Iron Bioavailability and Dietary Reference Values. *The American Journal of Clinical Nutrition* 91(5): 1461S-1467S.
- Jausal. A.N. 2022. Iron Consumption and Anemia in adolescent Girls in Junior High School 1 Tanjung Sari, South Lampung. *The international journal of Health, Education and Social*. 5(8): 1–16.

- Jeihooni, A.K. *et al.* 2021. The effect of nutrition education based on PRECEDE model on iron deficiency anemia among female students. *BMC Women's Health*, 21(1): 1–9. doi: <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01394-2>.
- John E. Hall, Ph. D. Arthur. 2015. *Medical Physiology*.
- Jones, C.P. *et al.* 2022. *Adolescents perspectives on soft drinks after the introduction of the UK Soft Drinks Industry Levy: A focus group study using reflexive thematic analysis*. *Appetite*, 179. doi: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106305>.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. 2023. Survei Kesehatan Indonesia (SKI). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. 2024. Peraturan Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khatimah, Husnul. 2017. Hubungan Asupan Protein, Zat Besi Dan Pengetahuan Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di MAN 1 Surakarta.
- Kosasi, Laura, Fadil Oenzil, and Amel Yanis. 2015. Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Anggota UKM Pandekar Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas* 3(2): 178–81.
- Kristin, Natalia, Jutomo, Lewi. and Boeky Daniela. L. 2022. Hubungan Asupan Zat Gizi Besi Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri, *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(3): 189–195. doi: <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i3.1077>
- Kumairoh, Mega Indah, and Pratiwi Hariyani Putri. 2021. Hubungan Konsumsi Zat Besi, Protein Dan Zat Inhibitor Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. *Jurnal Riset Gizi* 9(2): 129–37.
- Kurniati, Intantri. 2020. Anemia Defisiensi Zat Besi (Fe). *JK Unila* 4(1): 18–33.
- Lestari, Dinda Tri, Ali Khomsan, Faisal Anwar, and Dwi Santy Damayanti. 2022. Asupan Protein Dan Menstruasi Dengan Status Anemia Remaja Putri Berdasarkan Status Ekonomi Di Kabupaten Cianjur. *Public Health Nutrition Journal* 2(2): 75–84.
- Lopez, M.J. and Mohiuddin, S.S. 2024. *Biokimia, Asam Amino Esensial*. StatPearls. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK557845/>.
- Marfuah, D. and Kusudaryati, D.P.D. 2021. Correlation Between Protein and

Vitamin C Intake with Hemoglobin Levels in Anemia in Adolescent Girls, *Prosiding 14th Urecol : Seri Kesehatan*, 671: 509–519.

- Millward, D. and Jackson, A. 2015. Protein/energy ratios of current diets in developed and developing countries compared with a safe protein/energy ratio: Implications for recommended protein and amino acid intakes. *Public health nutrition* 11(5): 569–580. doi: <https://doi.org/https://doi.org/10.1017/S1368980008002407>.
- Muchtar, Febriana, and Devi Savitri Effendy. 2023. Penilaian Asupan Zat Besi Remaja Putri Di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe. *Jurnal GEMBIRA (Pengabdian Kepada Masyarakat)* 1(1): 171–79.
- Mursyidah Halim Baha, Sitti Patimah, Sumiaty, Fatmah Afrianty Gobel, and Andi Nurlinda. 2021. Hubungan Konsumsi Zat Besi, Protein, Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kabupaten Majene. *Window of Public Health Journal* 2(4): 657–69. doi: 10.33096/woph.v2i4.258.
- Nabilla, Fanti Septia, Lailatul Muniroh, and Mahmud Aditya Rifqi. 2022. Hubungan Pola Konsumsi Sumber Zat Besi, Inhibitor Dan Enhancer Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Santriwati Pondok Pesantren Al-Mizan Muhdammadiyah Lamongan. *National Nutrition Journal* 17(1): 56–61
- Nelima, Damaris. 2015. Prevalence and Determinants of Anaemia among Adolescent Girls in Secondary Schools in Yala Division Siaya District , Kenya. *Universal Journal of Food and Nutrition Science* 3(1): 1–9. doi: 10.13189/ujfns.2015.030101.
- Ningsih, Eha Pratiwi. 2021. Hubungan Asupan Protein, Zat Besi Dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di SMAN 9 Padang. Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Padang.
- Nugraha, P.A. and Pratama, yasa A.A.G.W. 2022. Anemia Defisiensi Besi: Diagnosis Dan Tatalaksana. *Ganesha Medicine* 2(1): 49–56. doi: <https://doi.org/10.23887/gm.v2i1.47015>.
- Nurrahman, Nabila Hurulaini, Dikfa Satria Anugrah, *et al.* 2020. Faktor Dan Dampak Anemia Pada Anak-Anak , Remaja , Dan Ibu Hamil Serta Penyakit Yang Berkaitan Dengan Anemia. *Journal of Science, Technology, and Entrepreneurship* 2(2): 46–50.
- Pertiwi Dyah Kusudaryati, Dewi, Dewi Marfuah, and Puput Andriyani. 2022. Hubungan Asupan Protein Dan Vitamin C Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Desa Donohudan Kabupaten Boyolali. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian* 20(1): 82–88. doi: 10.26576/profesi.v20i1.134.
- Pratiwi, E. 2016. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Siswi MTs Ciwandan Kota Cilegon Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan* 9(3): 354–61. doi: <https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.571>.

- Pratiwi, R.D. 2018. Hubungan Antara Kadar Hemoglobin dengan Kejadian Tuberkulosis Paru di RSUD Dr. Moerwadi Surakarta, *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 7(1): 6–10
- Probosari, Enny. 2019. Pengaruh Protein Diet Terhadap Indeks Glikemik. *Journal of Nutrition and Health* 7(1): 33–39.
- Putri, Martha Pitaloka, Dary, and Gelora Mangalik. 2022. Asupan Protein, Zat Besi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College* 11(1): 6–17.
- Putri, Tazkia Fadila, and Faurina Risca Fauzia. 2022. Hubungan Konsumsi Sumber Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smp Dan Sma Di Wilayah Bantul. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 13(2): 400–411. doi: 10.26751/jikk.v13i2.1540.
- Quraini, Annisa. 2018. Hubungan Asupan Protein, Zat Besi, Dan Tembaga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMAN 5 Di Kota Malang. 3(2): 91–102.
- Qurrotunnufus, P. and Faridi, A. 2025. Hubungan Asupan Protein Hewani, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri SMAN 27 Jakarta, *Jurnal Pustaka Padi*, 4(1): 7–13.
- Rizal, A., Sari, A.P. and Septa, R. 2023. Hubungan Asupan Vitamin C, Asam Folat dan Zat Besi dan Protein dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Kota Bengkulu, *Jurnal Svasta Harena Raflesia*, 2(1): 47–59
- Salsabil, Ika Savitri, and Siti Rahayu Nadhiroh. 2023. Literature Review: Hubungan Asupan Protein, Vitamin C, Dan Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Media Gizi Kesmas* 12(1): 516–21. doi: 10.20473/mgk.v12i1.2023.516-521.
- Sanjaya, Riona, and Septiana Sari. 2019. Hubungan Status Gizi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Madrasah Aliyah Darul Ulum Panaragan Jaya Tulang Bawang Barat Tahun 2019. *Jurnal Maternitas Asiyah*.
- Saputri, J.Y. 2025. Validasi SQ-FFQ dengan Estimated Food Record untuk Menilai Asupan Zat Gizi dan Keragaman Pangan pada Mahasiswa, *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 3(2): 138–146. doi: <https://doi.org/10.55606/jig.v3i2.4293>.
- Saraswati, Pande Made Imas. 2021. Hubungan Kadar Hemoglobin (Hb) Dengan Prestasi Pada Siswa Menengah Atas (Sma) Atau Sederajat. *Jurnal Medika Hutama* 2(4): 1187–91.
- Sari, E.M. and Fadhilah, T.M. 2021. Penentuan Kadar Protein Albumin dalam Sampel Brownies yang diberikan kepada Penderita Tuberkulosis. *Chimica et Natura Acta* 9(2): 45–49.
- Scrimshaw, N, Taylor, C. and Gordon, J. 2017. *Interactions of nutrition and*

- infection*, *World Health Organization*. Available at: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/41782>.
- Setyandari, Renny, and Ani Margawati. 2017. Hubungan Asupan Zat Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Dan Kadar Hemoglobin Pada Pekerja Perempuan. *Journal of Nutrition College* 6(1): 61. doi: 10.14710/jnc.v6i1.16894.
- Setyowatiningsih, Lilik, Devi Etivia Purlinda, and Rasyid. 2021. Skrining Anemia Dengan Pemeriksaan Hemoglobin Pada Pengendara Ojek Motor Online Kota Semarang. *Jurnal LINK* 17(1): 7–13. doi: 10.31983/link.v17i1.5820.
- Sholicha, Cynthia Almaratus, and Lailatul Muniroh. 2019. Hubungan Asupan Zat Besi, Protein, Vitamin C Dan Pola Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Manyar Gresik. *Media Gizi Indonesia* 14(2): 147–53. doi: [https://doi.org/10.204736/mgi.v14i2.147–153](https://doi.org/10.204736/mgi.v14i2.147-153).
- Silvia, Ayu, Apoina Kartini, and Sri Achadi Nugraheni. 2019. Hubungan Asupan Zat Gizi (Protein, Zat Besi, Vitamin C) Dan Pola (Siklus, Lama) Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin (Studi Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 10 Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 7(4): 504–16.
- Siti Uswatun Chasanah, Prastiwi Putri Basuki, Ika Mustika Dewi. 2019. Anemia Penyebab, Strategi Pencegahan Dan Penanggulangan Bagi Remaja.
- Sriwiyanti, Yestina Agusti Permata Sari, and Ayu Meilina. 2024. Diet , Protein , Iron and Vitamin C Intake on Anemia Status of Adolescent Girls. *Journal of Applied Nursing and Health* 6(1): 177–83.
- Su, F. *et al.* 2023. *Age and sex trend differences in hemoglobin levels in China: a cross-sectional study*, *BMC endocrine disorders*, 23(1): 8. doi: <https://doi.org/10.1186/s12902-022-01218-w>.
- Tambunan, H. and Maritalia, D. 2023. Perbandingan Hasil Pemeriksaan Kadar Hemoglobin dengan Metode Sahli dan Metode Digital. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* 14(4): 41–43
- Thamrin, Halida, and Andi Masnilawati. 2021. Hubungan Antara Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Protein, Zat Besi, Dan Vitamin C Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Kebidanan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* 12: 30–33. doi: <http://dx.doi.org/10.33846/sf12nk205>.
- UCSF Health. 2025. *Hemoglobin dan Fungsi Zat Besi*, *UCSF Health*. 15 Juli 2025: <https://www.ucsfhealth.org/education/hemoglobin-and-functions-of-iron>.
- Ulwaningtyas, A. 2022. Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Protein, Asupan Zat Besi, Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Sman 1 Cikampek, *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 5(2): 46–54. doi: <https://doi.org/10.30633/jsm.v5i2.1580>.
- UPTD Puskesmas Singaparna. 2024. Hasil Pemeriksaan Kadar Hb Dan Rencana

Tindak Lanjut Tahun 2024.

- Vinny, Nadya. 2020. Hubungan Asupan Protein, Zat Besi, Vitamin C Dan Zink Dengan Kadar Hemoglobin Pada Komunitas Vegetarian Dewasa Di Vihara Rukun Maitreya Kota Bengkulu Tahun 2020. Politeknik Kemenkes Bengkulu.
- Wakimoto, P. and Block, G. 2015. Dietary intake, dietary patterns, and changes with age: An epidemiological perspective, *Journals of Gerontology - Series A Biological Sciences and Medical Sciences*, 56(2): 65–80. doi: https://doi.org/10.1093/gerona/56.suppl_2.65
- Wati, Sevtiana Winda, Ria Purnawian Sulistiani, and Annisa Ayuningtyas. 2022. Hubungan Asupan Zat Besi , Protein , Vitamin C Dan Status Gizi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS 5*: 1367–76.
- Whitney. E and Rolfes. S.R. 2018. *Understanding Nutrition*. 15 th. Boston: Cengage Learning.
- WHO. 2018. Global Anaemia Prevalence and Number of Individuals Affected. ,12 Januari 2025, <https://apps.who.int/gho/data/view.main.ANAEMIAWOMENPREVANE> MIAv
- WHO. 2021. Anemia, 24 februari 2025, <https://www.who.int/health-topics/anaemia..>
- World Health Organization. 2017. *Prevention of Iron Deficiency Anaemia in Adolescents Role of Weekly Iron and Folic Acid Supplementation*. doi: http://www.searo.who.int/entity/child_adolescent/documents/sea_cah_2/en/
- Yadav, Kapil, Shashi Kant, Gomathi Ramaswamy, Farhad Ahamed, and Kashish Vohra. 2020. Digital Hemoglobinometers as Point - of - Care Testing Devices for Hemoglobin Estimation : A Validation Study from India. *Indian Journal of Community Medicine* 45(4): 506–10. doi: 10.4103/ijcm.IJCM.
- Young, V. R., & Pellett, P.L. 2017. Plant proteins in relation to human protein and amino acid nutrition. *The American journal of clinical nutrition* 59(5): 1203–1212.
- Yusrin, Nur Azizah, Yustina Ananti, and Yunri Merida. 2023. Efektivitas Seduhan Daun Labu Siam Dan Daun Salam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Journal of Health (JoH)* 1(2): 177–85.
- Zalfa, Anisatuz, Gilang Nugraha, Wieke Sri Wulan, and Endah Prayekti. 2024. Perbedaan Hasil Kadar Hemoglobin Menggunakan Hematology Analyzer Dan POCT. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram* 10(2):32–36.

Zanuba, Eldara, and Sri Sumarmi. 2023. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi, Tingkat Kecukupan Protein Dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Di SMKN 12 Surabaya. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 23(3): 3178. doi: 10.33087/jiubj.v23i3.4181.