

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah S., S. T. G. (2023). *Pemberian Vitamin A Rutin: Cegah Penyakit, Jaga Kesehatan Anak*. Kementerian Kesehatan RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pemberian-vitamin-a-rutin-cegah-penyakit-jaga-kesehatan-anak>
- Afriandi, D., & Aktalina, L. (2023). *Konsumsi Vitamin C dan Zat Besi Pada Anemia Defisiensi Besi*.
- Agustina, A. N., Dewi, S. U., Rahayu, H. S., & Mahardika, P. (2024). Upaya Menurunkan Kejadian Anemia Melalui Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja. *Gemakes: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 120–128. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1513>
- Ahyani, L. N., & Astuti, R. D. (2018). Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. *Badan Penerbit Universitas Muria Kudus*, January, 2–131.
- Akhmad, alifia putri, Listiyaningsih, & Diah, M. (2021). Literature Review Pengaruh Asam Folat Pada Kadar Hemoglobin Untuk Wanita Prakonsepsi Dengan Anemia. *Journal of Holistics and Health Science*, 3(2), 220–232. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v3i2.90>
- Arifin, R., Fahdhienie, F., Ariscasari, P., Muhammadiyah, U., & Aceh, B. (2022). *Analisis Minat Belajar Dan Aktivitas Belajar Di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Kualitas Belajar Daring Siswa SMP N 2 Trumon Timur Kabupaten Aceh Selatan Tahun 2021*. 2, 75–84.
- Ayu Tirtawati, G. (2023). Ghidza : Jurnal Gizi Dan Kesehatan Pengaruh Konsumsi Telur Ayam Kampung dan Telur Ayam Ras terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, Vol.7,(Issue 1 (118-124) June 2023), 118–124. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i1.679>
- Ayuningtyas, I. N., Tsani, A. F. A., Candra, A., & Dieny, F. F. (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), 171–181. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i2.32197>
- Ayupir, & Ariyanto. (2021). Pendidikan Kesehatan dan Terapi Tablet Zat Besi (Fe) terhadap Hemoglobin Remaja Putri. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 5(3), 441–451. <https://journal.unnes.ac.id/sju/higeia/article/view/44135>
- Basith, A., Agustina, R., Diani, N., & Bhasied. (2017). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri*. 5(3), 1–10.
- Casteli, N. W. A., Widarti, I. G. A. A., & Sukraniti, D. P. (2018). Hubungan Tingkat Konsumsi Fe, Vitamin C dan Status Anemia dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sukawati. *Journal of Nutrition Science*,

7(4), 165–170.

- Christianti, D. F., Anwar, F., & Dwiriani, C. M. (2019). Dietary Diversity and Anemia of Pregnant Women in Sumenep District Madura. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 168–177. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v15i2.6321>
- Efendi, Kontesa, Adha, & Meria. (2022). Jurnal Kesehatan Saintika Meditory. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 4(4657), 78–84.
- Fairweather, S. (2023). *The Role Of Meqat In Iron Nutrition Of Vulnerable Groups Of The UK Populatin*.
- Faridi, A., Trisutrisno, I., Irawan, A. M. A., Lusiana, S. A., Alfiah, E., Suryana, Rahmawati, L. A., Doloksaribu, L. G., Yunianto, A. E., & Sinaga, T. R. (2022). Survey Konsumsi Gizi. In *Yayasan Kita Menulis* (Issue July).
- Fayasari, A. (2020). *Penilaian Konsumsi Pangan*.
- Fitripancari, P., Dewi, A., Arini, F. A., Imrar, I. F., & Maryusman, T. (2023). *The Relationship between Iron and Vitamin C Intake , Risk Beverage Consumption Frequency , and Dietary Behavior with Anemia Adolescent Girls in Depok City Hubungan Asupan Zat Besi dan Vitamin C , Frekuensi Konsumsi Minuman*. 7(2), 100–106. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.10>
- Hadiyanto, J. N., Gracia, M., Cahyadi, A., & Steffanus, M. (2018). Anemia Penyakit Kronis. *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 68(10), 443–450.
- Hafid, R., & Aulia, U. (2023). *Gerakan Gemar Makan Ikan untuk Meningkatkan Hemoglobin Ibu Hamil dan Status Gizi Balita Fish Eating Movement to Increase Hemoglobin in Pregnant Women and Nutritional Status of Toddlers*. 6(9), 1098–1103. <https://doi.org/10.56338/jks.v6i9.4079>
- Hafizah, H., Yuliawati, E., Astuti, S. A. P., & Putri, C. Y. N. (2023). Penyuluhan Pemanfaatan Pangan Lokal Untuk Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 603–609. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i4.455>
- Hapsari, A. A., & Hidayati, L. (2023). Hubungan Asupan Vitamin C dan Vitamin B12 dengan Kejadian Suspek Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Penelitian*.
- Htet, M. K., Fahmida, U., Dillon, D., Akib, A., Utomo, B., & Thurnham, D. I. (2013). *The influence of vitamin A status on iron-deficiency anaemia in anaemic adolescent schoolgirls in Myanmar*. 17(10), 2325–2332. <https://doi.org/10.1017/S1368980013002723>
- Jackson, J., Williams, R., Mcevoy, M., Macdonald-wicks, L., & Patterson, A. (2016). *Is Higher Consumption of Animal Flesh Foods Associated with Better*

- Iron Status among Adults in Developed Countries ? A Systematic Review*. 1–27. <https://doi.org/10.3390/nu8020089>
- Julaecha, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.105>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. file:///C:/Users/hp EliteBook/Music/E-book anemia/files99778Revisi Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS (2).pdf
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*.
- Khoirunisa, O. B., Wirjatmadi, B., Kesehatan Masyarakat, F., & Airlangga, U. (2023). Hubungan Tingkat Konsumsi Protein, Zat Besi, Vitamin C Dan Vitamin a Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Mejayan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 3034–3054.
- Knijff, M., Roshita, A., Suryantan, J., Izwardy, D., & Rah, J. H. (2021). Frequent Consumption of Micronutrient-Rich Foods Is Associated With Reduced Risk of Anemia Among Adolescent Girls and Boys in Indonesia: A Cross-Sectional Study. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1_suppl), S59–S71. <https://doi.org/10.1177/0379572120977455>
- Koeswara, S. (2018). Pengolahan Unggas. *E-Book Pangan*, 0–23. <http://tekpan.unimus.ac.id/wp-content/uploads/2013/07/Pengolahan Unggas.pdf>
- Kristin, N., Jutomo, L., & Boeky, D. L. . (2022). Hubungan Asupan Zat Gizi Besi Dengan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 189–195. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i3.1077>
- Lasepa, W., Hendarini, A. T., & Isnaeni, L. M. A. (2023). *Hubungan antara Asupan Gizi dan Anemia pada Remaja Putri di MTS Muhammadiyah Penyasawan*. 2(1), 40–44.
- Latip, R. (2021). Talasemia Genetik Dasar dan Pengelolaan Terkini. In *Nuevos sistemas de comunicación e información* (Issue January).
- Layyin, M., Elvi, Y. R., & Retno Widyaninggrum. (2019). *Buku Remaja dan Kesehatan Reproduksi Scan.pdf* (pp. 1–6).
- Listrianah, L., Palembang, P. K., Purba, R., Manado, P. K., & Mayangsari, R. (2023). *E-Book Ilmu Gizi* (Issue October).
- Mardlotillah, I. A., & Sumarmi, S. (2024). Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi, Inhibitor Zat Besi, DanKonsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi Di Mtsn Bangkalan. In *Jurnal Kesehatan Tambusai* (Vol. 5, Issue 1, pp. 434–442).
- Meikawati, W., Handoyo, W., Astuti, R., Nurullita, U., & Aminah, S. (2023). Practices Regarding Iron Supplements and Iron Rich Foods among Adolescent

- Girls at Islamic Senior High School. *Diversity: Disease Preventive of Research Integrity*, 18, 1–8. <https://doi.org/10.24252/diversity.v4i1.40895>
- Mejia, L. A., & Jr, J. W. E. (2025). Impact of Vitamin Deficiency on Iron Metabolism and Anemia: A Historical Perspective and Research Advances. *Nutrition Reviews*.
- Mentari, D., & Nugraha, G. (2023). *Mengenal Anemia Patofisiologi, Klarifikasi, dan Diagnosis*. https://repository.uam.ac.id/id/eprint/1074/1/EbookBrin_Anemia2023.pdf
- Millaty, N., Shofia, N., Mustika, I., Aurelia, N., Umamah, N. A., Safitri, S., Safitri, Y., & Maulana, W. (2024). *Analysis of the Relationship between Adolescent Anemia and Micronutrient Intake*. 1–12.
- Miller, V., Webb, P., Cudhea, F., Zhang, J., Reedy, J., Shi, P., Erndt-Marino, J., Coates, J., Micha, R., Mozaffarian, D., Bas, M., Ali, J. H., Abumweis, S., Krishnan, A., Misra, P., Hwalla, N. C., Janakiram, C., Liputo, N. I., Musaiger, A., ... Hakeem, R. (2023). Children's and adolescents' rising animal-source food intakes in 1990–2018 were impacted by age, region, parental education and urbanicity. *Nature Food*, 4(4), 305–319. <https://doi.org/10.1038/s43016-023-00731-y>
- Mulono, A. (2022). *Pengetahuan Dasar Bahan Pangan*. <http://repository.unisi.ac.id/285/1/MulonoBukuReferensiPengetahuanDasarBahanPangan.pdf>
- Mustafa, A., Widajati, E., Halis, F., & Khairuddin, K. (2023). *Indonesian Journal of Human Nutrition*.
- Mutiara Br Sembiring, H., Mariana Manik, R., Ambarita, B., Oktaviance, R., & Tinggi Kesehatan Santa Elisabeth, S. (2023). Central Publisher Pengetahuan Mahasiswa Tingkat 1 Tentang Anemia Dan Makanan Kaya Zat Besi Di Asrama Putri Hilary 2023. *Center Publisher*, 1, 676–689. <http://centralpublisher.co.id>
- Nadila, A. (2024). *Perbedaan Konsumsi Pangan Sumber Penghambat Dan Pelancar Penyerapan Zat Besi Pada Remaja Putri Amalina Nadila Abstrak Perbedaan Konsumsi Pangan Sumber Penghambat Dan Pelancar Penyerapan Zat Besi Pada Remaja Putri*. 04(2018), 708–712.
- Neda, ananda zafira, Indrawati, V., Ismawati, R., & Pratama, S. A. (2023). Perbedaan Pola Konsumsi Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Siswa SMAIT Al Uswah Surabaya Yang Tinggal di Asrama dan Non Asrama. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 369–379. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i3.1776>
- Novelia, S., Sari, I. P., Kesehatan, I., Nasional, U., & Koresponden, P. (2022). *Dikirim : DOI : Tabel 1 . Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia pada Remaja Putri*. 3(September), 266–273.

- Nugroho, Ridho, M., Sartika, & Dewi, R. A. (2018). Asupan Vitamin B12 Terhadap Anemia Megaloblastik Pada Vegetarian Di Vihara Meitriya Khirti Palembang. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 4(2), 40–45. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol4.iss2.273>
- Oktavianis, & Gusfiana, H. (2023). Pengaruh Pemberian Dimsum Ayam Kombinasi Tepung Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Kadar. 5, 820–830.
- Permatasari, D., & Soviana, E. (2022). Hubungan Asupan Protein Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Indonesian Journal of Nutrition Science and Food*, 8(2), 8–13. <http://e-journal.ivet.ac.id/index.php/IJNuFo/about>
- Pinasti, L., Nugraheni, Z., & Wiboworini, B. (2020). Potensi tempe sebagai pangan fungsional dalam meningkatkan kadar hemoglobin remaja penderita anemia. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 19. <https://doi.org/10.30867/action.v5i1.192>
- Putriwati, A. K., Purwaningtyas, D. R., & Iswahyudi, I. (2024). Hubungan asupan gizi dan konsumsi pangan inhibitor zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 6 Tambun Selatan. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2), 137. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v7i2.455>
- Rahayu, D., & Indarto, D. (2020). A case-control study related to vitamin and mineral intake in female adolescents with iron deficiency anemia. 11(1), 52–56.
- Rahayu, S. (2023). Hubungan Kebiasaan Makan, Suplemen Zat Besi, Dan KEK Dengan Anemia Pada Calon Pengantin. *Jurnal Riset Ilmiah*, 2(5), 1442–1450.
- Rahfiludin, M. Z., Arso, S. P., Joko, T., Asna, A. F., Murwani, R., & Hidayanti, L. (2021). *Plant-based Diet and Iron Deficiency Anemia in Sundanese Adolescent Girls at Islamic Boarding Schools in Indonesia. 2021.*
- Rahmadani, N. T., Flora, R., Sari, I. P., Harwanto, F., Zulkarnain, M., Hasyim, H., Fajar, N. A., Ermi, N., Annisah, Jasmine, B., Aguscik, Ikhsan, Nurlaili, Slamet, S., Purnama, Y., & Sulung, N. (2023). Pengaruh Defisiensi Zat Besi Terhadap Kadar Zat Besi Asi Pada Ibu Menyusui Di Kabupaten Seluma. *Prosiding Senantlas: Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan PKM*, 4(1), 2774–4833.
- Rani, B., Pragina¹, M., Salam, A., Lalu, D., Abdi, K., Gizi, J., Kesehatan, P., Mataram, K., Praburangkasari, J., Cermen, D., Sandubaya, M., Nusa, T., & Barat, I. (2022). Perbedaan Konsumsi Ikan Sebelum dan Sesudah Diberikan Kampanye Gemar Makan Ikan (Gemar Ikan) pada Remaja Putri. *Student Journal of Nutrition*, 1(1), 1–9.
- Ratri, T. H., & Handayani, S. (2024). Pendidikan Kesehatan Anemia Pada Mahasiswa Putri Dengan Konsumsi Tablet Fe Menggunakan Vidio Edukasi. 03, 11–14.

- Rieny, E. G., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2021). Peran Kalsium dan Vitamin C dalam Absorpsi Zat Besi dan Kaitannya dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(6), 423–432. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.6.423-432>
- Rohmatika, D., & Umarianti, T. (2018). Efektifitas Pemberian Ekstrak Bayam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan. *Jurnal Kebidanan*, 9(02), 165. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v9i02.318>
- Samaraweera, H., Zhang, W., Lee, E. J., & Ahn, D. U. (2011). *Egg Yolk Phosvitin and Functional Phosphopeptides — Review*. <https://doi.org/10.1111/j.1750-3841.2011.02291.x>
- Santi, A. br G., Sugesti, R., & Purwandi, B. R. (2024). Pengaruh Pemberian Hati Ayam dan Pemberian Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di UPT Puskesmas Jawilan Tahun 2024. *Journal Of Social Science Research*, 4, 12002–12015.
- Sembor, S. M., & Tinangon, R. M. (2019). Industri Pengolahan Daging. *Hukum Perumahan*, 482. https://books.google.co.id/books?id=t3zPqTnRjX0C&dq=wrong+diet+pills&source=gbs_navlinks_s
- Skolmowska, D., & Abska, D. (2022). *Effectiveness of Dietary Intervention with Iron and Vitamin C Administered Separately in Improving Iron Status in Young Women*. 1–19.
- Sleddens, E. F. C., Kroeze, W., Kohl, L. F. M., Bolten, L. M., Velema, E., Kaspers, P. J., Brug, J., & Kremers, S. P. J. (2015). Determinants of dietary behavior among youth: An umbrella review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0164-x>
- Stubbendorff, A., Borgström, B., Bejersten, T., Warensjö, E., Calling, S., & Wolff, M. (2025). *Iron insight : exploring dietary patterns and iron deficiency among teenage girls in Sweden*.
- Supriadi, D., Budiana, T. A., & Jantika, G. (2022). Kejadian Anemia Berdasarkan Asupan Energi, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin C Dan Keragaman Makanan Pada Anak Sekolah Dasar Di Mi Pui Kota Cimahi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 13(01), 103–115. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v13i1.467>
- Suryani, D., Meriwati, & Kusdalina, Y. (2023). *Survei Konsumsi Pangan*. [file:///C:/Users/hp/EliteBook/Music/E-book anemia/564453-bahan-ajar-survei-konsumsi-pangan-7ed60593.pdf](file:///C:/Users/hp/EliteBook/Music/E-book%20anemia/564453-bahan-ajar-survei-konsumsi-pangan-7ed60593.pdf)
- Swamilaksita, P. D. (2022). *Effective Methods to Prevent or Treat Anemia in Adolescent Women*. 6(March), 440–452.

- Syahrial, & Biomed. (2021). *Remaja Sehat Bebas Anemia*. [http://repo.unand.ac.id/46382/3/Remaja Sehat Bebas Anemia.pdf](http://repo.unand.ac.id/46382/3/Remaja%20Sehat%20Bebas%20Anemia.pdf)
- Takey, M., Giannini, D. T., & Kuschnir, M. C. C. (2022). ERICA: prevalence of fish consumption and its association with cardiovascular risk factors and healthy behavior in Brazilian adolescents. *Jornal de Pediatria*, 98(6), 599–606. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2022.02.003>
- Tambunan, H., & Maritalia, D. (2023). Perbandingan Hasil Pemeriksaan Kadar Hemoglobin dengan Metode Sahli dan Metode Digital. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, Vol 14(April), 41–43. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>
- Trianziani, S. (2020). *View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk*. 4(November), 274–282.
- Turnes, A., Pereira, P., Cid, H., & Valente, A. (2023). Meat Consumption and Availability for Its Reduction by Health and Environmental Concerns: A Pilot Study. *Nutrients*, 15(14), 1–13. <https://doi.org/10.3390/nu15143080>
- Utri-Khodadady, Z., & Głabska, D. (2023). Analysis of Fish-Consumption Benefits and Safety Knowledge in a Population-Based Sample of Polish Adolescents. *Nutrients*, 15(23). <https://doi.org/10.3390/nu15234902>
- WHO. (2011). Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. *Geneva, Switzerland: World Health Organization*, 1–6. <https://doi.org/2011>
- WHO. (2020). *Anemia*. World Health Organization. https://www.who.int/health-topics/anaemia#tab=tab_1
- WHO. (2023). Intermittent iron and folic acid supplementation in adult women and adolescent girls. *World Health Organization*.
- Wijayanto, D., & Achmadi, M. (2017). Potensi Pemanfaatan Ikan Air Tawar Sebagai Lauk Alternatif bagi Masyarakat di Kota Bekasi. *Jurnal Ilmiah Pariwisata*, 22(1), 9–14.
- Wijayati, W., Suparni, I. E., & Lestari, Y. S. (2024). *Promosi Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah sebagai Preventif Anemia pada Remaja Putri*. 03(03), 1112–1118.
- Zaenab, A. S., Ayu, I., Padmiari, E., & Sukraniti, D. P. (2018). *Perbedaan Status Anemia Berdasarkan Konsumsi Zat Besi (Fe) Dan Lama Menstruasi Pada Siswi Smk Negeri 1 Tanbunan*. 11(1), 46–51.
- Zimmermann, M. B., Biebinger, R., Rohner, F., Dib, A., Zeder, C., Hurrell, R. F., & Chaouki, N. (2006). Vitamin A supplementation in children with poor vitamin A and iron status increases erythropoietin and hemoglobin concentrations without changing total body iron. *American Journal of Clinical Nutrition*, 84(3), 580–586. <https://doi.org/10.1093/ajcn/84.3.580>