

Nutrition Counseling Related to Anemia and Anthropometric Measurements in Adolescent Girls at SMA Negeri 9 Kupang

Penyuluhan Gizi Terkait Anemia Dan Pengukuran Antropometri Pada Remaja Putri di SMA Negeri 9 Kupang

Yohanes Don Bosko Demu^{1*}, Mariana Ngundju Awang², Evita Claudia Ndjuruhapa³, Stivani Hesty M.S Fanggi⁴, Akropolis Trivena Out⁵, Petrus Ronaldo Oetasi⁶, Eufemia Kapo⁷, Tiffany Zefanya Ndoen⁸

^{1,3,4,5,6,7,8}Prodi Kesehatan Gizi, Poltekkes Kemenkes Kupang

²Prodi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kupang

*Email Koresponding: yanto1987@yahoo.com

ABSTRACT

Most young women do not understand anemia well, so they do not prevent anemia such as consuming Iron Supplement Tablets (TTD), as a result, young women feel the effects such as dizziness and blurred vision. Poor eating and sleeping patterns and heavy menstruation are the causes of anemia in young women. Young women still do not understand anemia clearly, so that anemia suffered by young women is caused by poor eating and sleeping patterns and heavy menstrual discharge. The purpose of this activity is for young women to know about the dangers of anemia and the importance of consuming Iron Supplement Tablets (TTD). This community service activity was carried out in the form of counseling and anthropometric measurements for young women at SMAN 9 Kupang. The results of the activity showed that the majority of targets were 14-16 years old (94.4%), the majority of targets had a BMI of less than (53.7%), the majority of Upper Arm Circumference (MUAC) was more than or equal to 23.5 (40.7%), the majority of targets had good nutritional status (64.8%). The results of the counseling, namely the pretest, showed that students who had more than or equal to 70 correct answers were 92.6% compared to students who had answers less than 70, namely 7.4%. After the counseling, the students filled out the post-test sheet, which showed the same thing as the pre-test, namely the number of students who had more than or equal to 70 correct answers was greater, namely 92.6%. Conclusion. In handling and preventing anemia in adolescent girls, it can be done by providing counseling about the dangers of anemia, suggesting taking additional tablets and implementing a pattern of food consumption that is rich in nutrients.

Keywords: Anemia, Counseling, Anthropometry, Adolescent Girls

ABSTRAK

Sebagian besar remaja putri belum memahami tentang anemia dengan baik, sehingga tidak melakukan pencegahan anemia seperti mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), akibatnya remaja putri merasakan dampak seperti pusing dan mata berkunang-kunang. Pola makan dan tidur yang tidak baik serta menstruasi yang cukup banyak menjadi penyebab anemia pada remaja putri. Remaja putri masih kurang memahami tentang anemia secara jelas, sehingga anemia yang diderita remaja putri disebabkan oleh pola makan dan tidur yang kurang baik dan pengeluaran menstruasi yang banyak. Tujuan kegiatan ini yakni remaja putri dapat mengetahui tentang bahaya anemia dan pentingnya mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan pengukuran antropometri kepada remaja putri SMAN 9 Kupang. Hasil kegiatan menunjukkan mayoritas sasaran berumur 14-16 tahun (94,4%), mayoritas sasaran memiliki IMT kurang (53,7%), mayoritas Lingkar Lengan Atas (LILA) lebih dari sama dengan 23,5 (40,7%), mayoritas sasaran memiliki status gizi baik (64,8%). Hasil penyuluhan yaitu pretest menunjukkan siswi yang memiliki jawaban benar lebih dari sama dengan 70 yaitu 92,6% dibandingkan dengan siswi yang memiliki jawaban kurang dari 70 yaitu 7,4%. Setelah penyuluhan siswi mengisi lembar post test yang mana lembar post test menunjukkan hal yang sama dengan pre test yaitu jumlah siswi yang memiliki jawaban benar lebih dari sama dengan 70 persentasenya lebih banyak yaitu 92,6%. Kesimpulan. Dalam penanganan dan pencegahan anemia pada remaja putri dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang bahaya anemia, menyarankan mengonsumsi tablet tambah dalam serta menerapkan pola konsumsi makanan yang kaya akan zat gizi.

Kata Kunci: Anemia, Penyuluhan, Antropometri, Remaja Putri

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi mikro yang banyak terjadi diseluruh dunia terutama dinegara berkembang yang diperkirakan terjadi pada 30% populasi penduduk dunia, Akibat dari kekurangan kadar hemoglobin menimbulkan gejala lesu, lemah letih dan cepat Lelah saat melakukan aktifitas yang akan berdampak pada menurunnya konsentrasi serta prestasi belajar, dan pada jangka panjang akan berdampak pada kualitas sumber daya manusia, dimana remaja putri merupakan generasi masa depan bangsa yang nantinya akan mendukung menentukan generasi berikutnya.(Julaecha 2020). Anemia merupakan masalah kesehatan global yang patut diperhatikan, terutama di negara berkembang seperti di Indonesia, Diperkirakan sekitar 1/3 populasi dunia menderita anemia. (Kusnadi 2021). Prevalensi anemia di antara anak umur 5- 12 di Indonesia adalah 26%, pada wanita umur 13-18 yaitu 23%. Remaja putri lebih rentan terkena anemia karena remaja berada pada masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi (Hamidi et al. 2023)

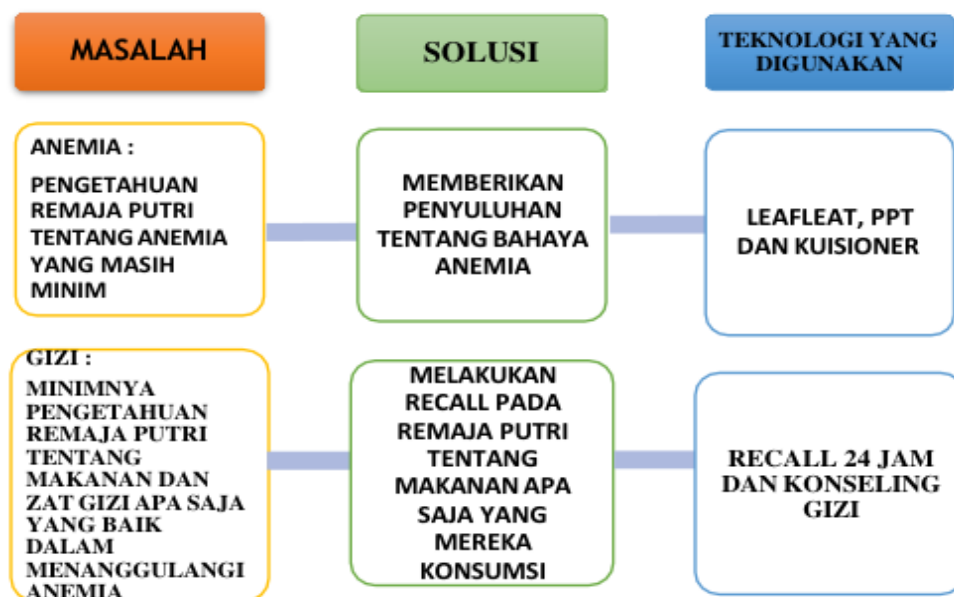
Proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi dibandingkan pada remaja laki-laki sehingga remaja putri merupakan salah satu populasi yang rentan terkena masalah anemia. Anemia didefinisikan sebagai berkurangnya konsentrasi hemoglobin dalam eritrosit. Anemia diukur dengan melihat dari kadar haemoglobin seseorang. kadar hemoglobin normal untuk wanita dengan usia diatas 15 tahun yakni $>12,0 \text{ g/dl}$ ($>7,5 \text{ mmol}$). (Kusnadi 2021) *World Health Organization* (WHO) dalam world health statistics tahun 2021 menunjukan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 %. Hasil laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 oleh Balitbangkes di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri berkisar sebesar 27.2 % pada kelompok usia 15-24 tahun. Penyebab anemia umumnya karena kurangnya pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asam folat, vitamin B12 dan Vitamin A. (Aulya et al. 2022)

Sebagian besar remaja putri belum memahami tentang anemia dengan baik, sehingga tidak melakukan pencegahan anemia seperti mengkonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), akibatnya remaja putri merasakan dampak seperti pusing dan mata berkunang- kunang. Pola makan dan tidur yang tidak baik serta menstruasi yang cukup banyak menjadi penyebab anemia pada remaja putri. Remaja putri masih kurang memahami tentang anemia secara jelas, sehingga anemia yang diderita remaja putri disebabkan oleh pola makan dan tidur yang kurang baik dan pengeluaran menstruasi yang banyak. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra karena menstruasi dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidak seimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. (Kas and Musyahidah Mustakim 2022). Anemia dapat menyebabkan cepat lelah, konsentrasi belajar menurun sehingga prestasi belajar rendah, kebugarannya akan menurun dan dapat menurunkan produktivitas kerja dan menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena penyakit. Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja jika tidak ditangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah. Melihat dampak anemia yang sangat besar dalam menurunkan kualitas sumber daya manusia seperti dapat menyebabkan mudah lelah, konsentrasi belajar menurun, sehingga dapat mengganggu produktifitas remaja, penanggulangan anemia perlu dilakukan sejak dini sebelum remaja putri menjadi ibu hamil, agar kondisi fisik remaja putri tersebut telah siap menjadi ibu yang sehat dan melahirkan generasi penerus yang juga sehat. (Sulistyawati and Nurjanah 2018). Tujuan kegiatan ini yakni remaja putri dapat mengetahui tentang bahaya anemia dan pentingnya mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan dan pengukuran antropometri kepada remaja putri SMAN 9 Kupang. Penyuluhan merupakan suatu usaha menyebarluaskan hal-hal yang baru agar masyarakat tertarik, berminat dan bersedia untuk melaksanakannya dalam kehidupan mereka sehari-hari. Penyuluhan juga merupakan suatu kegiatan mendidik sesuatu kepada masyarakat, memberi mereka pengetahuan, informasi-informasi, dan kemampuan-kemampuan baru, agar mereka dapat membentuk sikap dan berperilaku hidup menurut apa yang sebenarnya. Kegiatan penyuluhan bertujuan untuk mengubah kehidupan masyarakat menjadi lebih menuju tingkat yang lebih baik lagi. Perubahan kehidupan masyarakat tersebut dimaksudkan mencakup setiap bidang, di segala segi, dan dalam semua lapangan. Agar mencapai sasaran maka tujuan komunikasi penyuluhan hendaknya: bermakna, realistik, jelas dan dapat diukur.

Sedangkan pengukuran antropometri didefinisikan sebagai kegiatan pengukuran terhadap bagian-bagian tubuh yang berfungsi untuk menentukan status seseorang dengan bersumber pada tulang, otot dan lemak yang menentukan tipe-tipe 9 tubuh manusia, dan mengetahui pertumbuhan dan perkembangan tubuh seseorang. Salah satu pengukuran antropometri ini antara lain pengukuran tinggi dan berat badan, panjang lengan dan tungkai, lingkaran lengan dan paha, serta kapasitas paru. Tahapan kegiatan meliputi; *Pertama*, persiapan (Melakukan konsultasi dengan pihak puskesmas terkait wilayah sekolah, melakukan konsultasi dengan pihak sekolah dan mempersiapkan alat yang akan digunakan) *Kedua*, tahap pelaksanaan (melakukan penyuluhan dan Melakukan antropometri) dan tahap *Ketiga*, tahap evaluasi (Melakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan dan membuat laporan kegiatan). Kegiatan akan dilakukan pada bulan April 2024 di SMA Negeri 9 Kupang NTT. Khalayak sasaran yakni remaja putri usia 15-20 tahun siswi SMA Negeri 9 Kupang. Tim pengabdian masyarakat beranggotakan mahasiswa Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang. Mahasiswa akan terlibat dalam pelaksanaan kegiatan yaitu penyuluhan dan antropometri pada remaja putri. Mitra akan terlibat aktif dalam setiap tahap kegiatan. Remaja putri (siswa SMA) akan terlibat dalam proses antropometri dan sasaran penyuluhan.



Gambar 1. Bagan alir Solusi permasalahan 1

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di SMA Negeri 9 Kupang dapat dikatakan berjalan dengan sangat lancar sesuai dengan tujuan yang ingin di capai. Hal ini terlihat dari siswi-siswi yang sangat antusias untuk hadir di dalam aula tempat penyuluhan SMA Negeri 9 Kupang. Siswi-siswi terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan terkait gizi dan pengukuran antropometri. Siswi-siswi bahkan mengajukan beberapa pertanyaan seperti, kaitan antara zat besi dan anemia, makanan yang mengandung Fe dan lain lain. Pertanyaan yang diajukan peserta menunjukkan ketertarikan dan perhatian terhadap materi yang di sampaikan oleh pemateri, selanjutnya pemateri memberikan jawaban sesuai dengan pertanyaan dan menyampaikan dengan bahasa yang mudah di pahami oleh siswi SMA. Diharapkan materi dan jawaban yang telah disampaikan dapat memberikan informasi dan gambaran terhadap peserta agar lebih mengatur pola makan yang kaya zat besi dan rajin mengonsumsi tablet tambah darah sehingga dapat mencegah anemia. Mengacu pada tujuan yang ingin di capai pada pengabdian masyarakat, dapat dikatakan bahwa tujuan tercapai terbukti dari banyaknya jumlah siswi-siswi yang hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan jumlah 54 orang siswi di tambah dengan beberapa orang guru. Dalam pengisian kuisioner mengenai pengetahuan siswi terkait anemia, responden terlihat antusias dalam mengisi pretest, post test dan juga secara tertib dan teratur mengikuti pengukuran antropometri dari tim pengabdian masyarakat himpunan mahasiswa program studi gizi poltekkes kemenkes kupang yang hal ini juga termasuk untuk menambah pengetahuan pada siswi-siswi dan guru yang juga turut ikut hadir dalam kegiatan penyuluhan.

Tabel 1. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat

No	Uraian	Keterangan	N	%
1	Jenis Kelamin	Perempuan	54	100%
		Total	54	100%
2	Umur	17-20	3	5,6%
		14-16	51	94,4 %
		Total	54	100%
3	IMT	Normal	24	44,4%
		Kurang	29	53,7%
		Lebih	1	1,95%
		Total	54	100%
4	LILA	Lebih dari sama dengan 23,5	22	40,7 %
		Kurang dari 23,5	32	59,3%
		Total	54	100%
5	IMT/U	Gizi baik	35	64,8%
		Gizi kurang	13	24,1%
		Gizi buruk	3	5,6%
		Beresiko ggizi lebih	3	5,6%
		Total	54	100%
6	Pre Test	Lebih dari sama dengan 70	30	55,5 %
		Kurang dari 70	24	44,4 %
		Total	54	100%
7	Post Test	Lebih dari sama dengan 70	50	92,6%
		Kurang dari 70	4	7,4%
		Tota	54	100%

Sumber: Data primer

Tabel 1. Menjelaskan bahwa siswi yang mendapat penyuluhan di SMA Negeri 9 Kupang berjumlah 54 orang. Jumlah siswi yang berumur 17-20 tahun lebih sedikit dengan persentase 5,6% di bandingkan dengan jumlah siswi yang berumur 14-16 tahun dengan persentase 94,4%. Hasil pengukuran IMT pada siswi SMA Negeri 9 kupang menunjukkan bahwa lebih banyak siswi yang memiliki IMT kurang dengan persentase 53,7% di bandingkan dengan siswi yang memiliki IMT normal yaitu 44,4% sedangkan siswi yang memiliki IMT lebih hanya 1,95%. Berdasarkan hasil pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) pada siswi SMA Negeri 9 Kupang didapatkan hasil bahwa siswi yang memiliki lila lebih dari sama dengan 23,5 persentasenya hanya sebesar 40,7% dibandingkan dengan yang memiliki IMT kurang dari 23,5 persentasenya lebih besar yaitu 59,3%. Berdasarkan hasil pengukuran antropometri dengan indikator IMT/U menunjukkan bahwa siswi yang memiliki status gizi baik memiliki persentase 64,8%, sedangkan siswi yang memiliki status gizi kurang memiliki persentase 24,1%, lalu siswi yang memiliki status gizi buruk memiliki persentase 5,6% dan siswi yang memiliki status gizi beresiko gizi lebih 5,6%. Selanjutnya hasil penyuluhan yaitu pretest menunjukkan siswi yang memiliki jawaban benar lebih dari sama dengan 70 persentasenya lebih besar yaitu 92,6% dibandingkan dengan siswi yang memiliki jawaban kurang dari 70 dengan persentasenya yaitu 7,4%. Setelah penyuluhan siswi mengisi lembar post test yang mana lembar post test menunjukkan hal yang sama dengan pre test yaitu jumlah siswi yang memiliki jawaban benar lebih dari sama dengan 70 persentasenya lebih banyak yaitu 92,6% sedangkan jumlah siswi yang memiliki jawaban benar kurang dari 70 persentasenya lebih sedikit yaitu 7,4%. Kemudian diperkuat kembali oleh hasil penelitian (Rahmawati, 2022) yang menunjukkan hasil yang sama yakni adanya peningkatan nilai hasil tes setelah diberi perlakuan berupa penyuluhan dengan menggunakan powerpoint dan media cetak berupa leaflet.

Penyuluhan yang di lakukan menjelaskan tentang pengertian anemia. Anemia adalah keadaan dimana tubuh kekurangan sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 12 g/dl pada perempuan dan kurang dari 13,5 g/dl pada laki-laki. Hemoglobin adalah senyawa protein penyusun eritrosit yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Anemia pada remaja putri berdampak dalam penurunan prestasi di sekolah dan berisiko mengalami anemia saat kehamilan, sehingga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan janin yang tidak optimal serta dapat menyebabkan komplikasi dalam persalinan seperti perdarahan, melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), atau bahkan terjadi kematian padaibu dan anak. Penyebab lain juga bisa bersumber dari tidak terpenuhinya asupan zat besi dalam tubuh yang dapat diperoleh melalui protein hewani seperti daging, ikan, atau hati ayam.(Status *et al.*, 2023) Hasil penelitian Mulyani, Syauqy dan Martahiyah (2017) menunjukkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi anemia ialah pengetahuan. Remaja putri dengan pengetahuan baik terkait anemia berisiko lebih rendah mengalami anemia, sebaliknya remaja putri dengan pengetahuan kurang berisiko lebih tinggi mengalami anemia. Akibatnya pada remaja yang mengalami anemia sering ditemui dengan gejala kehilangan selera makan, sulit untuk fokus, penurunan sistem imun tubuh, dan gangguan perilaku yang disebut dengan Gejala 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lunglai), wajah pucat dan penglihatan berkunang-kunang (Luthfianto *et al.*, 2022). Pada saat penyuluhan pemateri menjelaskan tentang penyebab anemia yang mana penyebabnya sebagai berikut: kadar hemoglobin darah yang rendah, kurang mengonsumsi makanan tinggi zat besi, pola makan yang kurang baik. Selanjutnya pemateri juga menjelaskan tentang gejala anemia, dampak anemia bagi remaja putri dan sampai pada tahap pencegahan anemia pada remaja putri yaitu: mengonsumsi tablet tambah darah (TTD)

dan mengonsumsi makanan kaya akan zat besi, asam folat, vitamin A, vitamin C, dan zink. Sebelum dan sesudah penyuluhan tim pengabdian masyarakat membagikan pre test (sebelum penyuluhan) dan post test (setelah penyuluhan) tujuan dari pembagian kuisioner ini adalah untuk mengukur sejauh apa pengetahuan siswi-siswi SMA Negeri 9 Kupang tentang anemia. Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa siswi SMA Negeri 9 Kupang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia. Pada kegiatan antropometri dari tim pengabdian masyarakat himpunan mahasiswa program studi gizi poltekkes kemenkes kupang melakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, pengukuran LILA, sampai pada tahap perhitungan IMT dan didapatkan hasil dengan menggunakan indikator IMT/U bahwa siswi-siswi SMA Negeri 9 kupang memiliki status gizi baik dengan persentase 64,8%. Penyuluhan kesehatan yang diberikan kepada remaja putri juga terbukti meningkatkan pengetahuan mereka mengenai anemia, terutama terkait risiko kekurangan zat besi. Edukasi ini mengarah pada pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya asupan zat besi. (Wijayanti et al, 2024)

SIMPULAN DAN SARAN

Dalam penanganan dan pencegahan anemia pada remaja putri dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang bahaya anemia, menyarankan mengonsumsi tablet tambah darah serta menerapkan pola konsumsi makanan yang kaya akan zat gizi. Anemia didefinisikan keadaan dimana tubuh kekurangan sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 12 g/dl pada perempuan dan kurang dari 13,5 g/dl pada laki-laki. Hemoglobin adalah senyawa protein penyusun eritrosit yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. 3. Anemia disebabkan oleh: kadar hemoglobin darah yang rendah, kurang mengonsumsi makanan tinggi zat besi dan pola makan yang kurang baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terwujud berkat adanya bantuan, kerjasama dan partisipasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu tim pelaksana seyogyanya menyampaikan ucapan terima kasih tak terhingga kepada (1) Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang, yang telah mengalokasikan dana pengabmas khusus mahasiswa dan memberi kesempatan kepada tim untuk melakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di SMA Negeri 9 Kupang; (2) Kepala SMA Negeri 9 Kupang yang telah memberi izin dan kesempatan kepada tim untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan; (3) Tim pelaksana yang terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah menunjukkan kerjasamanya yang sangat baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulya et al. 2022. "Analisis Anemia Pada Remaja Putri." Jurnal Penelitian Perawat Profesional 4 (Anemia Pada Remaja Putri): 1377–86. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.
- Hamidi, Faris, Awaluddin Susanto, Dina Novita, and Kartika Sari. 2023. "Penyuluhan Tentang Risiko Anemia Pada Remaja Di Desa Pandanwangi Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang." Jurnal Pengabdian Cendikia 2 (4): 2986–7002. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8108453>.
- Julaecha, Julaecha. 2020. "Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri." Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK) 2 (2): 109.
- Kas, Sri Rezkiyani, and Musyahidah Mustakim. 2022. "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Upaya Pencegahan Anemia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri Kabupaten Soppeng." Jurnal Kesehatan dan Kedokteran 1(3): 52–58.

- Kusnadi, Fajrian Noor. 2021. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri." *Jurnal Medika Utama* 02(01): 402–6.
- Sulistiyawati, Nining, and Afnisa Siti Nurjanah. 2018. "Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Studi Kasus Pada Siswa Putri SMAN 1 Piyungan Bantul." *Jurnal Kesehatan Samodra Biru* 9(2): 214–20.
- Mulyani, S., Syauqy, A., & Martahiyah. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Zat Besi. *Jmj*, 5(2), 151–163
- Luthfianto, M.N. *et al.* (2022) 'Penyuluhan Anemia dan Pemeriksaan Kadar Hb sebagai Upaya Mencegah Kejadian Anemia pada Remaja Putri Desa Jetis Kecamatan Baki', *National Confrence on Health Sciene*, (2963–1149), pp. 55–60. Available at: <https://proceedings.ums.ac.id/index.php/nhcos/article/view/1125>.
- Proactive, J. (2024) 'Membangun Kesadaran Akan Anemia Dengan', 3(2), pp. 57–60.
- Rahmawati, F. (2022) 'Edukasi Gizi Brosur & Powerpoint Pada Pedoman Gizi Seimbang (Pgs) Kelas Vii Mts Hayatul Ilmi', *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), pp. 46–53. Available at: <https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i1.70>.
- Status, P. *et al.* (2023) 'Jurnal dedikatif kesehatan masyarakat', 3(2), pp. 12–16.