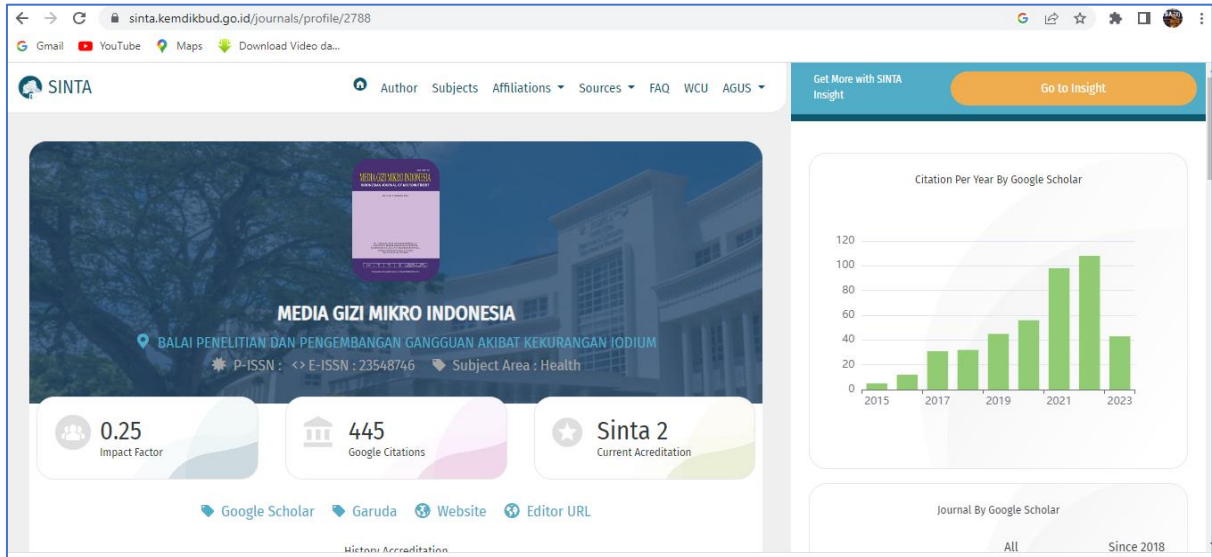


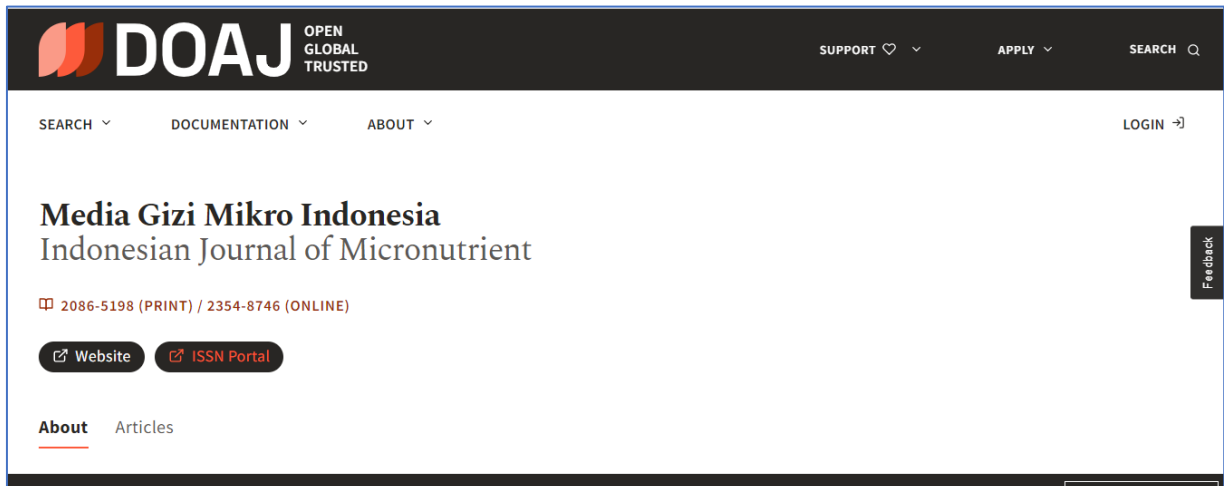
# Jurnal MEDIA GIZI MIKRO INDONESIA

## A. AKREDITASI: SINTA 2



<https://sinta.kemdikbud.go.id/journals/profile/2788>

## B. DOAJ



[https://doaj.org/toc/2354-8746?source=%7B%22query%22%3A%7B%22bool%22%3A%7B%22must%22%3A%5B%7B%22terms%22%3A%7B%22in dex.issn.exact%22%3A%5B%222086-5198%22%2C%222354-8746%22%5D%7D%5D%7D%2C%22size%22%3A100%2C%22sort%22%3A%5B%7B%22created\\_date%22%3A%7B%22order%22%3A%22desc%22%7D%7D%5D%2C%22\\_source%22%3A%7B%7D%2C%22track\\_total\\_hits%22%3Atrue%7D](https://doaj.org/toc/2354-8746?source=%7B%22query%22%3A%7B%22bool%22%3A%7B%22must%22%3A%5B%7B%22terms%22%3A%7B%22in dex.issn.exact%22%3A%5B%222086-5198%22%2C%222354-8746%22%5D%7D%5D%7D%2C%22size%22%3A100%2C%22sort%22%3A%5B%7B%22created_date%22%3A%7B%22order%22%3A%22desc%22%7D%7D%5D%2C%22_source%22%3A%7B%7D%2C%22track_total_hits%22%3Atrue%7D)

### C. ISSN

The screenshot shows the ISSN Portal interface for the resource 'Media gizi mikro Indonesia (Online)'. The browser address bar displays 'portal.issn.org/resource/ISSN/2354-8746'. The page features the ISSN logo and 'ISSN PORTAL' branding. On the left, there are sections for 'Identifiers' (ISSN: 2354-8746, Linking ISSN: 2086-5198) and 'Links' (URL: ejournal2.litba...). The main content area is divided into 'Resource information' and 'Record information'. The 'Resource information' section lists the title proper, parallel title, country (Indonesia), and medium (Online). The 'Record information' section shows the last modification date (08/05/2021) and the type of record (Confirmed). On the right, there is a 'My Tools' section with buttons for 'Share', 'Print', and 'Display linked data', along with a 'FREE ACCESS' button and a link to 'Access the full version of the ISSN Portal'.

<https://portal.issn.org/resource/ISSN/2354-8746>

### D. PERWAJAHAN JURNAL

The journal cover is titled 'MEDIA GIZI MIKRO INDONESIA' in large yellow letters, with the subtitle 'INDONESIAN JOURNAL OF MICRONUTRIENT' in white. The ISSN number 'ISSN. 2086-5198' is printed in the top right corner. The volume and issue information 'Vol. 11, No. 2, Juni 2020' is centered on the page. The publisher's name, 'BALAI PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN KESEHATAN MAGELANG KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA', is printed in bold black letters. Below this, the address 'Kapling Jayan Borobudur Magelang Jawa Tengah' and contact information 'Telp. 0293 789435, Fax. 0293 788460' are provided. At the bottom, a table lists the journal's details:

MGMI	Vol. 11	No. 2	Hal. 83-168	Magelang Juni 2020	ISSN. 2086-5198
------	---------	-------	-------------	--------------------	-----------------

Below the table, the accreditation information 'Terakreditasi (Accredited) Nomor : 30/E/KPT/2019' is displayed.

## E. PROFILE JURNAL

*New!* – Science And Technology Index (SINTA) Version 3.0

[Click Here](#)

Journal Profile

### Media Gizi Mikro Indonesia

eISSN : 23548746 | pISSN :

[Health](#)

[Kementerian Kesehatan](#)



S2

Sinta Score



Indexed by GARUDA

7

H-Index

7

H5-Index

284

Citations

258

5 Year Citations

F.

# HUBUNGAN ANEMIA DENGAN PENGETAHUAN GIZI, KONSUMSI FE, PROTEIN, VITAMIN C, DAN POLA HAID PADA MAHASISWA PUTRI

## The Relationship of Anemia with Nutrition Knowledge, FE, Protein, Vitamin C, and Menstrual Pattern on Female Students

Agus Wijanarko, Abidilah Mursid, Isti Suryani, Tri Siswanti<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
E-mail: tiur\_gizi\_yogya@yahoo.co.id

Naskah masuk: 15 Maret 2012, review I: 27 Maret 2012, review II: 1 Mei 2012, naskah layak terbit: 5 Nopember 2012

### ABSTRACT

*The prevalence of anemia on girls adolescence 15-19 y olds was 26.5 %, and on women 20 – 29 y old was 25.3%. In 2010, the result of Yogyakarta Health Polytechnic research showed that the average of female college Hb level was  $13.06 \pm 1.19$  g/dl, with range 9.1 g/dl to 16.5 g/dl, while prevalence of anemia was 7.4 %. The research goal is to investigated the relationship between nutrition knowledge, nutrition intake, and menstrual pattern with anemia in female college of Yogyakarta Health Polytechnic. This study was observational research with cross sectional design. The data was collected on November 2011. The population were all Diploma III 1<sup>st</sup> grade female college of nutrition, nursing and health environmental department, amounted 209 people. Subjects were unpregnant women and will be research participant, amounted 160 people. The data was analysis by Pearson correlation and rank spearman. The prevalence of anemia was 5.61 %, 54.38 % subject have low nutrition knowledge, and all of nutrition intake was low, such as protein (45.62%), iron (87.51%), vitamin C ( 73.76%), and 68.73% subject have irreguler menstrual period. The analysis statistic showed that there's no significant relationship between nutrition knowledge with anemia ( $p=1.000$ ), protein intake with anemia ( $p=0.416$ ), iron intake with anemia ( $p=0.339$ ), vitamin C intake with anemia level ( $p=0.654$ ) and menstrual period with hemoglobin level ( $p=0.953$ ). This study showed no relationship between nutrition knowledge, iron intake, protein intake, vitamin C intake, and menstrual period with hemoglobin level in female college.*

**Keywords:** *Nutrition knowledge, nutrition intake, menstrual period, anemia, female college.*

### ABSTRAK

Prevalensi anemia nasional pada remaja putri usia 15-19 tahun adalah 26,5%, dan 25,3% pada wanita usia subur berusaha 20-29 tahun. Penelitian pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta pada tahun 2010 menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb mahasiswa putri sebesar  $13,06 \pm 1,19$  g/dl, dengan nilai minimum 9,1 g/dl dan maksimum 16,5 g/dl, sedangkan mahasiswa putri yang mengalami anemia sebanyak 7,4 %. Diketahuinya hubungan pengetahuan gizi, konsumsi zat gizi dan pola haid dengan anemia pada mahasiswa putri Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan cross sectional. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Nopember 2011. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa putri Prodi D-III tingkat I pada Jurusan Gizi, Jurusan Keperawatan, dan Jurusan Kesehatan Lingkungan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sebanyak 209 mahasiswa. Sedangkan penentuan sampel dengan total populasi yang bersedia menjadi subyek penelitian, dan tidak sedang hamil sehingga yang memenuhi syarat menjadi

sampel sebanyak 160 mahasiswa. Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson dan Rank Spearman. Mahasiswa yang anemia (kadar hemoglobin <12 g/dl) sebanyak 9 (5,61%) mahasiswa, mahasiswa yang memiliki pengetahuan gizi baik hanya 45,62%, terdapat 45,62% mahasiswa memiliki konsumsi protein yang masih kurang, sebagian besar kurang konsumsi Fe (sebanyak 87,512%), sebanyak 73,76% mahasiswa memiliki konsumsi vitamin C yang masih kurang, dan sebanyak 68,73% mahasiswa memiliki pola haid tidak teratur. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi dengan anemia ( $p=1,000$ ), tidak terdapat hubungan bermakna antara konsumsi protein dengan anemia ( $p=0,416$ ), tidak terdapat hubungan yang bermakna konsumsi Fe dengan anemia ( $p=0,339$ ) dan tidak ada hubungan yang bermakna konsumsi vitamin C dengan anemia ( $p=0,654$ ). Tidak terdapat hubungan bermakna antara pola haid dengan anemia ( $p=0,953$ ). Tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi, konsumsi Fe, protein, vitamin C, dan pola haid dengan anemia pada mahasiswa putri Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

**Kata kunci:** Pengetahuan gizi, konsumsi zat gizi, pola haid, anemia, mahasiswa putri

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia yang harus ditanggulangi secara serius, terutama anemia gizi besi. Berdasarkan Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2005, menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil 50,9%, ibu nifas 45,1%, remaja putri usia 10-14 tahun 57,1% dan pada wanita usia subur (WUS) usia 17-45 tahun sebesar 39,5%<sup>1</sup>. Sedangkan hasil penelitian Sumirah, dkk (2010) pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb mahasiswa putri sebesar  $13,06 \pm 1,19$  g/dl, dengan nilai minimum 9,1 g/dl dan maksimum 16,5 g/dl, sedangkan mahasiswa putri yang mengalami anemia sebanyak 7,4 %<sup>2</sup>.

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia karena remaja dalam masa pertumbuhan fisik juga karena kehilangan darah sewaktu siklus menstruasi. Sementara saat ini upaya penanggulangan anemia pada remaja

belum merupakan prioritas utama seperti anemia ibu hamil<sup>3</sup>.

Kejadian anemia disebabkan oleh kurang tersedianya makanan yang mengandung zat besi, dan kebiasaan mengasup makanan yang mengganggu penyerapan zat besi (seperti kopi dan teh) yang diasup secara bersamaan<sup>4</sup>. Menurut Depkes RI (2005) pada tabel angka kecukupan zat besi pada remaja lebih besar daripada pria, hal ini antara lain karena mereka mengalami haid setiap bulan yang berarti kehilangan darah secara rutin dalam jumlah yang cukup banyak<sup>5,6</sup>.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi, asupan zat gizi dan pola haid dengan anemia pada mahasiswa putri Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di 3 (tiga) jurusan pada Poltekkes Kemenkes

Yogyakarta (Jurusan Gizi, Keperawatan dan Kesehatan Lingkungan). Data dilakukan pada bulan Nopember 2011.

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa putri Prodi D-III tingkat I pada Jurusan Gizi, Jurusan Keperawatan, dan Jurusan Kesehatan Lingkungan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, sebanyak 209 mahasiswi. Sampel ditentukan dengan cara purposif, dengan kriteria tidak hamil dan bersedia menjadi responden, sebanyak 160 mahasiswi.

Variabel bebas adalah pengetahuan gizi, asupan zat gizi (protein, vitamin C dan Fe) serta pola haid, sedangkan variabel terikatnya adalah status anemi. Pengetahuan gizi dikumpulkan dengan cara responden mengisi kuesioner, asupan zat gizi dengan cara food record 3 x 24 jam, pola haid dengan wawancara dan kadar Hb dengan metode *cyanmethemoglobin*. Pola haid terbagi menjadi siklus menstruasi teratur (21-35 hari), tidak teratur (<21 hari atau >35 hari) dan sangat tidak teratur (tidak tentu, kadang-kadang <3 minggu atau >6 minggu)<sup>6</sup>. Data Hemoglobin diambil oleh petugas Laboratorium Klinik Laboratorium Sadewa Yogyakarta, sedangkan data pengetahuan gizi dan pola haid dikumpulkan dengan check list dan data asupan zat gizi menggunakan formulir *Food Record* 3 x 24 jam. Data diolah dan dianalisis dengan uji korelasi *parametric Pearson dan Rank Spearman*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Karakteristik Subyek Penelitian

Sebagian besar responden mempunyai kadar Hb normal (94,39%), pengetahuan gizi kurang (54,38%), serta tingkat asupan protein, Fe dan Vit C kurang, masing-masing 45,62%, 87,51 % dan 73,76 %. Sedangkan pola haid sebagian besar tidak teratur (68,73%). Secara detail pada **Tabel 1**.

#### 2. Hubungan antar Variabel

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kejadian anemia gizi mahasiswa putri hanya sebesar 5,62%, sedangkan sebagian besar (94,38%) memiliki status anemia yang normal. Mahasiswa putri yang memiliki pengetahuan gizi kurang baik ternyata sebagian besar juga masih memiliki status anemia yang normal yaitu sebesar 52,5%. Hasil uji statistik juga menunjukkan bahwa tidak memiliki hubungan yang bermakna pengetahuan gizi dengan status anemia ( $P > 0,05$ ).

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara konsumsi protein dengan status anemia ( $p=0,416$ ). Hasil penelitian ini dapat terlihat bahwa mahasiswa putri yang memiliki konsumsi protein kurang sebagian besar memiliki status anemia yang normal. Hasil selengkapnya seperti pada **Tabel 3**.

**Tabel 1.** Karakteristik Respoden (n=160)

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
Hemoglobin		
- $\geq$ 12 g/dl (Normal)	151	94,39
- < 12 g/dl (Anemia)	9	5,61
Pengetahuan Gizi		
- Baik	73	45,62
- Kurang	87	54,38
Asupan Protein		
- Lebih	23	14,36
- Cukup	64	40,02
- Kurang	73	45,62
Asupan Fe		
- Lebih	1	0,61
- Cukup	19	11,88
- Kurang	140	87,51
Asupan Vitamin C		
- Lebih	7	4,34
- Cukup	35	22,00
- Kurang	118	73,76
Pola Haid		
- Teratur	31	19,39
- Tidak teratur	110	68,73
- Sangat tidak teratur	19	11,88

**Tabel 2.** Distribusi Mahasiswa Putri dengan Status Anemia Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Pengetahuan gizi	Status Anemia				Total	
	Normal		Anemia		n	%
	n	%	n	%		
Kurang baik	84	52,50	3	1,88	87	54,38
Baik	67	41,88	6	3,74	73	45,62
Total	151	94,38	9	5,62	160	100

**Tabel3.** Distribusi Mahasiswa Putri dengan Status Anemia Berdasarkan Konsumsi Protein

Konsumsi Protein	Status Anemia				Total	
	Normal		Anemia		n	%
	n	%	n	%		
Kurang	67	41,88	6	3,74	73	45,62
Cukup	62	38,75	2	1,25	64	40,00
Lebih	22	13,75	1	0,63	23	14,38
Total	151	94,38	9	5,62	160	100

Pada **Tabel 4** terlihat bahwa pada mahasiswa yang konsumsi Fe dalam kategori kurang dan mengalami anemia sebesar 5,61%, sedangkan selebihnya masih memiliki status

anemia yang normal. Hasil uji statistik untuk mengetahui hubungan antara konsumsi Fe dengan status anemia menunjukkan tidak ada hubungan bermakna ( $p=0,339$ ).

**Tabel 4.** Distribusi Mahasiswa Putri dengan Status Anemia Berdasarkan Konsumsi Fe

Konsumsi Fe	Status Anemia				Total	
	Normal		Anemia		n	%
	n	%	n	%		
Kurang	131	81,88	9	5,61	140	87,49
Cukup	19	11,88	0	0	19	11,88
Lebih	1	0,63	0	0	1	0,63
Total	151	94,38	9	5,61	160	100

Hasil uji statistik untuk mengetahui hubungan antara konsumsi vitamin C dengan status anemia menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut tidak memiliki hubungan yang bermakna ( $p=0,654$ ). Pada **Tabel 5**

juga terlihat bahwa mahasiswa putri yang memiliki konsumsi Vitamin C tergolong kurang sebagian besar (70%) mempunyai status anemia yang normal.

**Tabel 5.** Distribusi Mahasiswa Putri dengan Status Anemia Berdasarkan Konsumsi Vitamin C pada Mahasiswa Putri

Konsumsi Vitamin C	Status Anemia				Total	
	Normal		Anemia		n	%
	n	%	n	%		
Kurang	112	70,00	6	3,74	118	73,74
Cukup	33	20,63	2	1,25	35	21,88
Lebih	6	3,75	1	0,63	7	4,38
Total	151	94,38	9	5,62	160	100

Pada **Tabel 6** dapat diketahui bahwa mahasiswa putri yang mempunyai pola haid tidak teratur masih memiliki status anemia yang normal

(sebesar 65,00%), dan yang mengalami anemia sebesar 3,74%. Hasil uji statistik antara hubungan pola haid dengan status anemia ( $p=0,953$ ).

**Tabel 6.** Distribusi Mahasiswa Putri dengan Status Anemia Berdasarkan Pola Haid

Pola Haid	Status Anemia				Total	
	Normal		Anemia		n	%
	n	%	n	%		
Sangat tidak teratur	18	11,25	1	0,63	19	11,88
Tidak teratur	104	65,00	6	3,74	110	68,74
Teratur	29	18,13	2	1,25	31	19,38
Total	151	94,38	9	5,62	160	100



## Pembahasan

### 1. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Hemoglobin

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara anemia dengan pengetahuan gizi dengan nilai  $p=1,000$  ( $p > 0,05$ ). Menurut Notoatmodjo (2005) pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya)<sup>7</sup>. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain pengalaman, orang tua, teman, media masa, buku, sosial budaya serta petugas kesehatan. Berkaitan dengan pengetahuan gizi pada penelitian ini adalah hasil tahu mahasiswa putri tentang makanan sehat dan seimbang sebagai faktor yang turut mempengaruhinya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anemia tidak berhubungan dengan pengetahuan gizi, berarti masih ada faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap anemia. Almatsier (2009) mengatakan bahwa banyak faktor yang menyebabkan atau mempengaruhi status anemia seperti faktor yang berperan dalam pembentukan hemoglobin atau karena gangguan absorpsi, makanan yang dimakan kurang mengandung zat besi<sup>8</sup>.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suparno (2010) yang menunjukkan sebagian besar siswa SMK memiliki pengetahuan yang kurang dalam pemilihan bahan makanan dan faktor yang menyebabkan anemia. Hasil analisis statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan responden dengan status

anemia ( $p>0,05$ )<sup>9</sup>. Penelitian Supriyono (2010) juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan dengan anemia gizi besi ( $p=0,129 > \alpha = 0,5$ )<sup>11</sup>.

### 2. Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Hemoglobin

Hasil uji hubungan asupan protein dengan anemia diperoleh nilai  $p=0,416$ . Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara asupan protein dengan anemia. Hasil penelitian tidak sejalan dengan penelitian Herman (2001) yang menunjukkan bahwa kejadian anemia gizi remaja putri berhubungan dengan kebiasaan makan yang meliputi: diet, kebiasaan makan sumber protein hewani dan kebiasaan minum teh<sup>10</sup>.

Faktor yang menjadi penyebab hasil ini antara lain kurangnya pengalaman responden dalam pengisian formulir *Food Record*. Pada penelitian ini responden diminta mengisi semua makanan dan minuman yang diasupkan dalam 3 X 24 jam. Walaupun telah dijelaskan cara pengisian formulir tersebut, namun masih memungkinkan terjadinya kesalahan pengisian. Hal tersebut juga terjadi karena metode *food record* juga masih memiliki kelemahan, yaitu: metode ini terlalu membebani responden, sehingga sering menyebabkan responden merubah kebiasaan makanannya, dan sangat tergantung pada kejujuran dan kemampuan responden dalam mencatat dan memperkirakan jumlah asupan<sup>12</sup>.

Uji hubungan asupan Fe dengan anemia diperoleh nilai  $p=0,339$ . Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan

bermakna antara asupan Fe dengan anemia. Faktor penyebab tidak adanya hubungan antara asupan Fe dengan anemia sama halnya dengan asupan protein. Faktor yang dapat menjadi penyebab antara lain kurangnya pengalaman responden dalam pengisian formulir *Food Record*. Uji hubungan kadar anemia dengan asupan Vitamin C diperoleh nilai  $p=0,654$ . Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan bermakna asupan vitamin C dengan anemia. Hasil ini tidak sesuai dengan Depkes RI (2005) yang menyatakan bahwa faktor penyebab anemia adalah pola makan sehari-hari yang salah, kurangnya pengetahuan tentang kebutuhan zat gizi, sosial ekonomi rendah, dan komplikasi penyakit tertentu misalnya infeksi cacangan, malaria dan talasemia<sup>13</sup>. Faktor penyebab tidak adanya hubungan antara asupan vitamin C dengan haemoglobin sama halnya dengan asupan protein dan asupan Fe. Faktor yang dapat menjadi penyebab antara lain kurangnya pengalaman responden dalam pengisian formulir *Food Record* (Catatan Makanan).

### **3. Hubungan Pola Haid dengan Anemia**

Hasil uji hubungan pola haid dengan hemoglobin diperoleh nilai  $p=0,953$ . Hal ini menunjukkan tidak ada hubungan bermakna antara pola haid dengan hemoglobin. Hasil penelitian ini senada dengan penelitian Herman (2001) yang menunjukkan bahwa kejadian anemia gizi remaja putri tidak terdapat hubungan bermakna dengan pola haid, namun memiliki hubungan bermakna dengan kebiasaan makan,

yang meliputi diet, kebiasaan makan sumber protein hewani dan kebiasaan minum teh<sup>10</sup>.

Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan pernyataan Satyaningsih, (2009) yang menyatakan bahwa kelompok yang menstruasi merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia karena karena kehilangan darah sewaktu siklus menstruasi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi haid dengan status anemia gizi remaja putri di SMK Amaliyah Sekadau<sup>3</sup>.

### **KESIMPULAN**

1. Tidak terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan gizi dengan anemia.
2. Tidak terdapat hubungan bermakna antara asupan protein, asupan Fe dan asupan vitamin C dengan anemia.
3. Tidak terdapat hubungan bermakna antara pola haid dengan anemia.

### **SARAN**

1. Pada penelitian ini menggambarkan masih terdapat 9 mahasiswa (5,61%) yang mengalami anemia, sehingga untuk mengurangi kejadian tersebut perlu pemberian suplemen Fe pada mahasiswa yang anemia.
2. Pada penelitian ini tidak menunjukkan ada hubungan pengetahuan gizi, asupan zat gizi dan pola haid dengan anemia. Untuk itu perlu dilakukan penelitian faktor-faktor lain yang diduga memiliki hubungan dengan hemoglobin, antara lain faktor absorpsi zat besi dan kejadian infeksi.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI. Survei Kesehatan Rumah Tangga Tahun 2005. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2006.
2. Sumirah, Supartuti, Rahyaningsih. Masalah gizi ganda hubungannya dengan asupan gizi, energi, aktivitas fisik, pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada mahasiswa Poltekkes Yogyakarta. Laporan Risbinakes. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta; 2010.
3. Satyaningsih, Elsa. Anemia gizi besi pada remaja putri SMK Amaliyah Sekadau Kalimantan Barat Tahun 2007. Research Report from JKPKBPPK/ 2009-10-16 21:35:54. 2009. Diunduh dari: <http://digilib.litbang.depkes.go.id/go.php?id=jkpkbppk-gdl-res-2009-elsasatyan-292&PHPSESSID=xmgwjcghxhek>, tanggal 20 Oktober 2010.
4. Arisman. Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta: EGC; 2004
5. Departemen Kesehatan RI. Tabel Angka Kecukupan Gizi 2005 Bagi Orang Indonesia. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, 2005.
6. Sastrawinata S. Ginekologi. Bandung: Bagian Obstetri dan Ginekologi Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran; 1981.
7. Notoatmojo S. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2003.
8. Almatsier Sunita. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT Gamedia Pustaka Utama; 2001.
9. Suparno. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Tentang Gizi Seimbang dengan Status Anemia pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMK YAPEK Gombong, Kecamatan Gombong, Kabupaten Kebumen. Skripsi. Yogyakarta: Jurusan Gizi Poltekkes Yogyakarta, 2010.
10. Herman, Indah Indriawati. Hubungan anemia dengan kebiasaan makan, pola haid, pengetahuan tentang anemia dan status gizi remaja putri di SMUN 1 Cibinong Kabupaten Bogor. Skripsi. FKM UI, 2001. Diunduh dari: <http://ceria.bkkbn.go.id/penelitian/detail/214>, tanggal 7 Nopember 2011.
11. Supriyono. Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia gizi besi pada tenaga kerja wanita di PT. HM. Sampoerna. 2010. Diunduh dari: <http://gizi.depkes.go.id/>
12. Kesehatan Vegan. Survey Asupan. 2009. Diunduh dari: <http://kesehatanvegan.com/2009/12/01/survey-asupan-makanan/>.
13. Depkes RI. Gizi Bagi Pertumbuhan dan Perkembangan Reproduksi Remaja. Jakarta: Depkes RI, 2005.