

ANALISIS PERILAKU PANTANG MAKAN BERBASIS BUDAYA (FOOD TABOO) TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DAN IMPLIKASINYA PADA PELAYANAN ASUHAN KEBIDANAN

*Analysis of Culture-Based Food Taboo Behavior on the Incidence of Anemia
Among Adolescent Girls and Its Implications for Midwifery Care Services*

Sahbainur Rezeki¹, Faradilla Safitri², Eva Rosdiana³

¹Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga, Banda Aceh dan 23100, Indonesia

² Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga, Banda Aceh dan 23100, Indonesia

*Koresponding Penulis: rezeki@uui.ac.id

Abstrak

Tingginya prevalensi anemia pada remaja putri di wilayah rural erat kaitannya dengan kebiasaan batasan asupan nutrisi yang dipengaruhi oleh budaya pantang makan (*food taboo*). Penelitian observasional analitik dengan pendekatan *case-control study* ini bertujuan untuk menganalisis hubungan perilaku pantang makan berbasis budaya terhadap kejadian anemia pada remaja putri serta implikasinya dalam asuhan kebidanan. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari hingga Maret 2024 di Gampong Blang Kucak, Kecamatan Wih Pesam, Kabupaten Bener Meriah. Sampel penelitian berjumlah 60 remaja putri (30 kasus anemia dan 30 kontrol tidak anemia) yang dipilih menggunakan teknik *fixed disease sampling*. Pengukuran kadar hemoglobin menggunakan alat Hb-meter digital, sedangkan data pantang makan diperoleh melalui kuesioner terstruktur. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan perhitungan *Odds Ratio* (OR). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki perilaku pantang makan tinggi berisiko 4,2 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan remaja yang tidak pantang makan (OR = 4,20; 95% CI= 1,38 - 12,74; p = 0,009). Bidan komunitas perlu mengintegrasikan konseling nutrisi peka budaya (*culturally sensitive nutritional counseling*) dalam pelayanan asuhan kebidanan remaja.

Kata kunci: Anemia, Perilaku Pantang Makan, Food Taboo, Remaja Putri, Asuhan Kebidanan, Bener Meriah

Abstract

The high prevalence of anemia among adolescent girls in rural areas is closely linked to nutritional intake restrictions influenced by cultural food. This analytical observational study with a case-control design aimed to analyze the association between culture-based food taboo behavior and the incidence of anemia among adolescent girls, as well as its implications for midwifery care. The study was conducted from January to March 2024 in Gampong Blang Kucak, Wih Pesam Subdistrict, Bener Meriah Regency. The study sample consisted of 60 adolescent girls (30 cases with anemia and 30 controls without anemia) selected using a fixed disease sampling technique. Hemoglobin levels were measured using a digital Hb meter, while food taboo data were collected using structured questionnaires. Data were analyzed using the Chi-Square test and Odds Ratio (OR) calculation. The results showed that adolescent girls with high food taboo behavior were 4.2 times more likely to experience anemia compared to those who did not practice food taboos (OR = 4,20; 95% CI= 1,38 - 12,74; p = 0,009). Community midwives need to integrate culturally sensitive nutritional counseling into adolescent midwifery care services.

Keywords: Anemia, Food Taboo Behavior, Adolescent Girls, Midwifery Care, Bener Meriah

PENDAHULUAN

Anemia zat besi pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang meluas di Indonesia, dengan prevalensi nasional mencapai di atas 30% pada kelompok usia sekolah (BKKBN, 2023; Raihani et al., 2024). Remaja putri merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami anemia karena tingginya kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan pesat (*pubertal growth spurt*) serta kehilangan darah rutin setiap bulan akibat menstruasi (Glanz et al., 2020; Widiawati & Selvi, 2022). Selain faktor fisiologis, kecukupan asupan gizi remaja di wilayah pedesaan sangat dipengaruhi oleh persepsi nutrisi dan norma sosial-budaya setempat (Azhari et al., 2022; Pratiwi & Lismayanti, 2024).

Di wilayah rural Kabupaten Bener Meriah, khususnya di Gampong Blang Kucak, masih melekat kepercayaan budaya mengenai pantang makan (*food taboo*) tertentu untuk remaja putri yang sedang beranjak dewasa. Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Wih Pesam, sebagian besar remaja putri dipantangkan mengonsumsi beberapa jenis ikan segar, daging, dan telur karena dianggap dapat menyebabkan bau amis pada darah menstruasi, keputihan, atau memicu keputihan berlebih (*keumeung*). Kepercayaan turun-temurun ini menyebabkan pembatasan asupan protein hewani dan zat besi hem (*heme iron*) yang sebenarnya sangat dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin (Sutoyo & Handayani, 2021; Utami & Fidora, 2022).

Dalam konsep pelayanan asuhan kebidanan komunitas, bidan bertanggung jawab memberikan edukasi promotif dan preventif kesehatan reproduksi remaja yang komprehensif (Asmoro & Rahayu, 2021; Daryanti et al., 2023). Hambatan utama dalam penanggulangan anemia selama ini adalah pemberian tablet tambah darah (TTD) yang kurang efektif karena tidak diimbangi dengan perbaikan pola makan akibat adanya resistensi budaya pantang makan (Kabiru et al., 2020; Ningsih & Andayani, 2023). Kebaruan ilmiah (*scientific novelty*) dari penelitian ini terletak pada analisis kuantitatif besaran risiko (*Odds Ratio*) perilaku pantang makan budaya terhadap kejadian anemia remaja putri di wilayah pedesaan Bener Meriah (Puspitasari et al., 2022). Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan hubungan tersebut dan merumuskan implikasinya terhadap penguatan pelayanan asuhan kebidanan yang peka budaya (*culturally sensitive care*).

Secara patofisiologis, pembatasan asupan protein hewani akibat *food taboo* menghambat proses sintesis hemoglobin secara signifikan pada remaja putri yang berada dalam masa transisi kembang (Glanz et al., 2020; Widiawati & Selvi, 2022). Zat besi hem (*heme iron*) yang bersumber dari ikan, daging, dan telur memiliki tingkat bioavailabilitas serta penyerapan jauh lebih tinggi di dalam usus halus dibandingkan zat besi non-hem dari tumbuh-tumbuhan (Sutoyo & Handayani, 2021; Utami & Fidora, 2022). Ketika norma sosial-budaya setempat melarang konsumsi sumber makanan tersebut secara berkelanjutan, cadangan zat besi dalam tubuh (*ferritin*) remaja putri akan terus terdepresi tanpa pemulihan yang adekuat (BKKBN, 2023; Raihani et al., 2024). Akibatnya, kondisi anemia berlanjut tidak hanya menurunkan performa akademis dan daya tahan tubuh remaja saat ini, tetapi juga berpotensi membawa dampak jangka panjang saat mereka memasuki usia reproduksi di masa depan (Azhari et al., 2022; Pratiwi & Lismayanti, 2024).

Fenomena *food taboo* yang berkembang di Gampong Blang Kucak tercermin dari persepsi masyarakat bahwa darah menstruasi dan keputihan yang berbau merupakan indikator kesehatan yang buruk akibat konsumsi pangan amis (Azhari et al., 2022; Pratiwi & Lismayanti, 2024). Konstruksi budaya lokal (*keumeung*) ini diteruskan secara intergenerasional dari ibu ke anak perempuan, sehingga membentuk pola kepatuhan pasif pada remaja putri tanpa didasari pemahaman medis yang benar (Kabiru et al., 2020; Ningsih & Andayani, 2023). Rendahnya literasi kesehatan reproduksi di tingkat keluarga memperkuat keberlangsungan mitos ini, membuat intervensi promosi kesehatan konvensional sulit menembus benteng kepercayaan adat yang sudah mengakar kuat di pedesaan Bener Meriah (Sutoyo & Handayani, 2021; Utami & Fidora, 2022). Oleh karena itu, pendekatan analitik kuantitatif sangat diperlukan untuk membuktikan besaran risiko kesehatan nyata akibat praktik tradisi tersebut (Puspitasari et al., 2022).

Oleh sebab itu, penanganan masalah anemia berbasis budaya di pedesaan membutuhkan reorientasi strategi dalam pelayanan kebidanan komunitas (Asmoro & Rahayu, 2021; Daryanti et al., 2023). Bidan tidak hanya berperan sebagai fasilitator medis dalam pembagian suplemen zat besi, tetapi juga sebagai negosiator budaya yang mampu mengintegrasikan edukasi gizi medis dengan kearifan lokal (Asmoro & Rahayu, 2021; Daryanti et al., 2023). Melalui pembuktian besaran risiko secara empiris, hasil penelitian ini diharapkan menjadi landasan bagi bidan dan tenaga kesehatan di Puskesmas Wih Pesam untuk merancang intervensi *culturally sensitive care* yang melibatkan ibu, tokoh adat, serta kader setempat, sehingga penanggulangan anemia pada remaja putri dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan (Kabiru et al., 2020; Ningsih & Andayani, 2023).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan studi kasus-kontrol (*case-control study*) untuk membandingkan paparan perilaku pantang makan pada kelompok remaja putri yang anemia (kasus) dan tidak anemia (kontrol) (Pratiwi & Lismayanti, 2024). Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei hingga Juli 2024 di Gampong Blang Kucak, Kecamatan Wih Pesam, Kabupaten Bener Meriah (Puspitasari et al., 2022).

Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri usia 12–18 tahun yang berdomisili di Gampong Blang Kucak (Fauziah et al., 2023). Penentuan sampel menggunakan metode *fixed disease sampling* dengan pencocokan (*matching*) usia (Aryanti et al., 2021). Penetapan status anemia dilakukan melalui pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat Hb-meter digital (*digital point-of-care Hb test*). Remaja putri dengan Hb < 12/g/dL dikategorikan sebagai kelompok kasus (anemia), sedangkan Hb $\geq$ 12 g/dL sebagai kelompok kontrol (tidak anemia). Total sampel berjumlah 60 responden, terdiri dari 30 responden kelompok kasus dan 30 responden kelompok kontrol (rasio 1:1) (Pratiwi & Lismayanti, 2024). Kriteria Inklusi: (1) Remaja putri usia 12–18 tahun yang telah mengalami menarche dan menetap di Gampong Blang Kucak; (2) Bersedia mengikuti prosedur pemeriksaan Hb dan pengisian kuesioner (*informed consent* orang tua); (3) Tidak sedang mengalami perdarahan aktif di luar menstruasi atau penyakit kronis (Trihartiningsih & Putri, 2023). Kriteria Eksklusi: (1) Mengonsumsi suplemen zat besi rutin dalam 1 bulan terakhir; (2) Mengalami penyakit infeksi akut (seperti malaria atau tifoid) dalam 2 minggu terakhir (Utami & Fidora, 2022).

Data perilaku pantang makan dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, mengukur frekuensi dan jenis makanan sumber zat besi yang dipantang berdasarkan norma budaya lokal (Sari et al., 2024). Kategori perilaku pantang makan dibagi menjadi dua: Tinggi (jika memantangkan $\geq$ 2 jenis makanan sumber zat besi hewani) dan Rendah/Tidak Ada (jika memantangkan < 2 jenis) (Anita, 2024). Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* untuk menilai signifikansi hubungan dan rumus *Odds Ratio* (OR) dengan *Confidence Interval* (95%CI) untuk mengukur besarnya risiko pada $\alpha = 0,05$ (Pratiwi & Lismayanti, 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

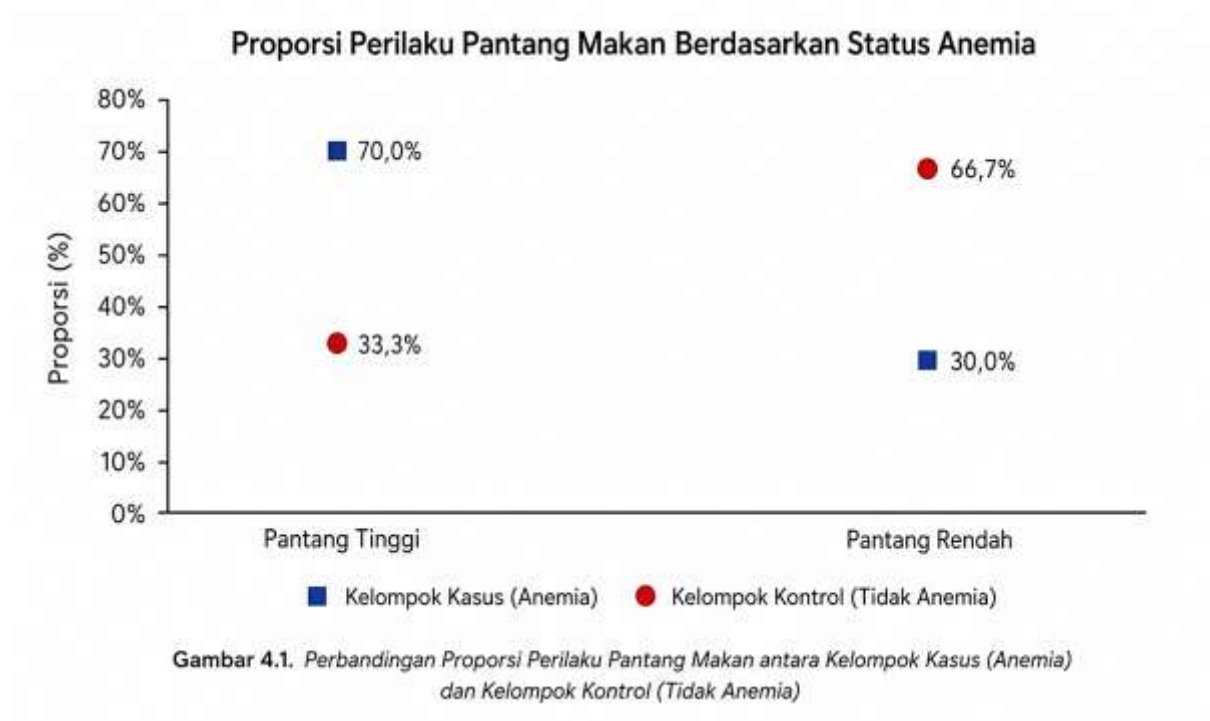
Karakteristik Responden

Sebagian besar responden berada pada rentang usia 14–16 tahun (53,3%) dan berstatus sebagai siswi SMP/SMA di wilayah Wih Pesam (Sari et al., 2024). Karakteristik demografi antara kelompok kasus dan kontrol tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p > 0,05$), sehingga kedua kelompok setara (*comparable*).

Hubungan Perilaku Pantang Makan dengan Kejadian Anemia

Tabel 1. Analisis Hubungan Perilaku Pantang Makan Berbasis Budaya dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

Perilaku Pantang Makan	Kelompok Kasus (Anemia) (n=30)	Kelompok Kontrol (Tidak Anemia) (n=30)	Total (n=60)	p-value	Odds Ratio (OR) (95% CI)
Tinggi (Memantangkan)	21 (70,0%)	10(33,3%)	31(51,7%)	0,009	4,20 (1,38 - 12,74)
Rendah / Tidak Pantang	9(30,0%)	20(66,7%)	29 (48,3%)		



Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik antara perilaku pantang makan berbasis budaya dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p = 0,009$). Nilai *Odds Ratio* ($OR = 4,20$) menunjukkan bahwa remaja putri yang menerapkan perilaku pantang makan makanan sumber protein hewani berisiko 4,2 kali lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja yang tidak memantangkan makanan (Anita, 2024; Pratiwi & Lismayanti, 2024).

Pembahasan

Hasil penelitian di Gampong Blang Kucak mengonfirmasi bahwa norma budaya pantang makan (*food taboo*) berperan sebagai determinan sosial penting yang memicu terjadinya anemia nutrisi pada remaja putri (Kabiru et al., 2020; Puspitasari et al., 2022). Mitos lokal yang melarang remaja putri mengonsumsi ikan laut, telur, atau daging saat menstruasi karena kekhawatiran berdampak buruk pada aroma darah menstruasi berdampak langsung pada penurunan bioavailabilitas zat besi (Fe) yang masuk ke tubuh (Azhari et al., 2022; Widiawati & Selvi, 2022). Protein hewani mengandung *heme iron* yang memiliki tingkat penyerapan jauh lebih tinggi (15–35%) dibandingkan *non-heme iron* dari tumbuh-tumbuhan (2–20%) (Glanz et al., 2020).

Ketika remaja putri memantangkan bahan makanan hewani dalam jangka panjang, cadangan zat besi dalam tubuh (*ferritin*) akan habis terpaksa digunakan untuk kompensasi kehilangan darah bulanan (Raihani et al., 2024). Hal ini menjelaskan mengapa proporsi pantang makan pada kelompok kasus anemia (70,0%) jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol (33,3%). Temuan ini sejalan dengan kerangka *Health Belief Model*, di mana persepsi hambatan (*perceived barriers*) berupa rasa takut melanggar norma pantang makan mengalahkan kesadaran akan pentingnya asupan gizi seimbang (Glanz et al., 2020; Umeh & Jones, 2010).

Implikasi pada Pelayanan Asuhan Kebidanan

Temuan ini membawa implikasi penting bagi praktek pelayanan asuhan kebidanan di tingkat komunitas (Asmoro & Rahayu, 2021):

1. Redefinisi Konseling Nutrisi Remaja: Program pemberian tablet tambah darah (TTD) di Puskesmas Wih Pesam tidak boleh lagi sekadar membagikan obat, tetapi harus diiringi konseling edukasi gizi peka budaya (*culturally sensitive care*) yang dapat mengoreksi mitos tanpa mendiskreditkan kearifan lokal (Wang & Zhang, 2020; Daryanti et al., 2023).
2. Kemitraan dengan Tokoh Perempuan / Ibu: Bidan desa perlu merangkul para ibu dan tokoh perempuan gampong sebagai agen perubahan, mengingat keputusan menu makanan rumah tangga di Bener Meriah ditentukan oleh dominasi peran ibu (Ningsih & Andayani, 2023).

Selain itu, keberhasilan konseling edukasi gizi peka budaya ini sangat bergantung pada metode penyampaian yang interaktif dan adaptif terhadap karakteristik psikologis remaja (Azhari et al., 2022; Pratiwi & Lismayanti, 2024). Edukasi tidak lagi efektif jika hanya disampaikan melalui metode ceramah satu arah yang kaku, melainkan harus memanfaatkan media visual interaktif dan ruang diskusi terbuka yang mencairkan kecanggungan remaja dalam membahas isu menstruasi (Wang & Zhang, 2020; Puspitasari et al., 2022). Dengan menghadirkan lingkungan belajar yang aman dan tidak menghakimi (*non-judgmental space*), bidan dapat meluruskan persepsi keliru mengenai dampak konsumsi protein hewani terhadap aroma darah menstruasi secara ilmiah namun tetap komunikatif (Sutoyo & Handayani, 2021; Widiawati & Selvi, 2022).

Penguatan peran Posyandu Remaja di tingkat gampong juga menjadi strategi kunci dalam menjembatani pelayanan kesehatan kebidanan dengan komunitas lokal (Asmoro & Rahayu, 2021; Daryanti et al., 2023). Posyandu Remaja tidak hanya berfungsi sebagai sarana pemeriksaan fisik rutin dan penapisan anemia melalui pengukuran kadar hemoglobin, tetapi juga diposisikan sebagai wadah pemberdayaan sebaya (*peer-group empowerment*) (Raihani et al., 2024). Pelatihan kader remaja gampong sebagai edukator sebaya terbukti efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan reproduksi yang benar, karena remaja cenderung lebih terbuka dan mudah terpengaruh oleh komunikasi positif dari kelompok sebayanya (Kabiru et al., 2020; Anita, 2024).

Secara keseluruhan, temuan ini mendesak perlunya pergeseran paradigma dari pendekatan medis murni menuju pendekatan sosio-kultural yang holistik dalam penanggulangan anemia pada remaja putri di pedesaan (Kabiru et al., 2020; Ningsih & Andayani, 2023). Sinergi antara bidan komunitas, instansi puskesmas, kader remaja, serta dukungan lintas sektor dari tokoh adat dan perangkat gampong menjadi kunci utama untuk meruntuhkan hambatan budaya *food taboo* secara berkelanjutan (Puspitasari et al., 2022). Langkah terintegrasi ini diharapkan mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sekaligus memperbaiki pola makan remaja putri demi menciptakan generasi wanita usia subur yang bebas anemia (BKKBN, 2023; Raihani et al., 2024).

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku pantang makan berbasis budaya (*food taboo*) dengan kejadian anemia pada remaja putri di Gampong Blang Kucak, di mana remaja putri dengan perilaku pantang makan tinggi memiliki risiko 4,2 kali lebih besar untuk mengalami anemia (Anita, 2024; Pratiwi & Lismayanti, 2024).

Penelitian ini membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku pantang makan berbasis budaya (*food taboo*) dengan kejadian anemia pada remaja putri di Gampong Blang Kucak. Remaja putri yang menerapkan perilaku pantang makan tinggi terhadap makanan sumber protein hewani memiliki risiko 4,2 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang tidak memantangkan makanan. Pembatasan asupan gizi berbasis norma adat lokal ini terbukti menjadi determinan sosial-budaya utama yang menghambat pemenuhan kebutuhan zat besi harian remaja putri.

Kebiasaan memantangkan bahan makanan seperti ikan, daging, dan telur yang didasari oleh mitos lokal terkait bau menstruasi dan keputihan secara langsung menurunkan cadangan zat besi dalam tubuh. Kondisi ini memperjelas bahwa kegagalan penanggulangan anemia di tingkat pedesaan selama ini tidak hanya disebabkan oleh keterbatasan akses gizi, melainkan akibat adanya resistensi budaya yang diturunkan secara intergenerasional dari lingkungan keluarga.

Implikasi dari temuan ini menuntut adanya reorientasi dalam pelayanan asuhan kebidanan komunitas di tingkat puskesmas. Program pembagian suplemen tablet tambah darah tidak dapat lagi berjalan secara mandiri tanpa diimbangi dengan konseling nutrisi yang peka budaya (*culturally sensitive care*). Bidan desa perlu mengintegrasikan pendekatan edukasi persuasif yang merangkul peran ibu dan tokoh perempuan gampong guna meluruskan persepsi keliru mengenai gizi reproduksi tanpa mendiskreditkan kearifan lokal.

SARAN

Puskesmas Wih Pesam disarankan merancang program asuhan kebidanan *Posyandu Remaja Peka Budaya* dengan menyusun media edukasi nutrisi yang secara khusus menjawab mitos-mitos pantang makan lokal (Khalifah et al., 2024). Bagi peneliti selanjutnya, disarankan melakukan pemeriksaan kadar *ferritin* serum dan asupan mikronutrien secara *quantitative food recall 24-hours* untuk memperoleh data biokimia yang lebih rinci (Winarti et al., 2023).

DAFTAR PUSTAKA

- Anita, D. N. (2024). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Gizi Berbasis Kearifan Lokal: Upaya Meningkatkan Literasi Remaja Desa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(1), 4450–4454.
- Aryanti, R., Handayani, L., & Supriyadi, D. (2021). Pengembangan media edukasi berbasis budaya lokal untuk meningkatkan literasi remaja di daerah terpencil. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 45–53.

- Asmoro, A. A., & Rahayu, S. (2021). *Kebidanan Komunitas dan Pendekatan Sosial Budaya*. Jakarta: EGC.
- Azhari, N., Yusriani, Y., & Kurnaesih, E. (2022). Pendidikan dan Komunikasi dalam Kesehatan Reproduksi Remaja: Systematic Literature Review. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 393–403.
- BKKBN. (2023). *Statistik Anemia dan Kesehatan Reproduksi Remaja di Indonesia*. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Daryanti, A., Widyaningsih, R., & Prasetyo, B. (2023). Peningkatan Self-Efficacy Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan Berbasis Budaya Tradisional. *Jurnal Promotif Kesehatan*, 11(2), 112–119.
- Fauziah, S., Astuti, T. W. P., & Khofiyah, N. (2023). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Daerah Pedesaan. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 7(1), 58–64.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2020). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice* (5th ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
- Kabiru, C. W., Izugbara, C. O., & Beguy, D. (2020). Culturally sensitive reproductive health communication among adolescents in sub-Saharan Africa: A systematic review. *African Journal of Reproductive Health*, 24(1), 88–98.
- Khalifah, N., Sunartono, S., & Dewi, N. P. (2024). Pemberian Edukasi Kesehatan Reproduksi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja. *Jurnal ABDIRAJA*, 7(1), 79–89.
- Ningsih, A., & Andayani, T. R. (2023). Pendekatan edukatif berbasis budaya dalam komunikasi seksuality remaja. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan Reproduksi Remaja*, 5(2), 83–92.
- Pratiwi, R. A., & Lismayanti, L. (2024). Efektivitas Edukasi Kesehatan Reproduksi Berbasis Komunitas Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mahasiswa*, 3(1), 94–100.
- Puspitasari, H., Arifin, B., & Lestari, D. (2022). Community-Based Health Education through Local Wisdom in Rural Adolescents. *Jurnal Promkes*, 10(1), 31–42. <https://doi.org/10.20473/jpk.V10.I1.2022.31-42>
- Raihani, N., Witdiawati, W., & Juniarti, N. (2024). Gambaran Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi dan Anemia. *Malahayati Nursing Journal*, 6(2), 971–980.
- Sari, R. K., Auliyah, I., & Nurjanah, S. (2024). Efektivitas Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Gizi Remaja. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(2), 205–210.
- Sutoyo, A., & Handayani, T. (2021). Pendekatan Kultural dalam Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja di Pedesaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 45–52.
- Trihartiningsih, & Putri, E. (2023). Faktor Social-Budaya yang Mempengaruhi Keputusan Nutrisi Remaja di Pedesaan. *Jurnal Kebidanan Komunitas*, 6(1), 12–20.
- Umeh, K., & Jones, L. (2010). Mutually Dependent Health Beliefs Associated With Health Behaviors in Female University Students. *Journal of American College Health*, 59(2), 126-131.

- Utami, P., & Fidora, I. (2022). Akses Informasi Kesehatan Reproduksi dan Dampaknya terhadap Gizi Anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 50–58.
- Wang, L., & Zhang, Y. (2020). Integrating cultural values into reproductive health education in minority communities: Evidence from rural China. *Culture, Health & Sexuality*, 22(8), 845–858. <https://doi.org/10.1080/13691058.2019.1666491>
- Widiawati, W., & Selvi, S. (2022). Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 30–38.
- Winarti, E., Handayani, S., & Rahmawati, A. (2023). Peran Tokoh Masyarakat dalam Pencegahan Anemia Remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(1), 101–110.