

**PENGEMBANGAN *E-BOOKLET* SEBAGAI MEDIA LITERASI GIZI
PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA**



SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana
Pendidikan Tata Boga

Oleh:

Khamisa Nazily

NIM. 2108952

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TATA BOGA
FAKULTAS PENDIDIKAN TEKNIK DAN INDUSTRI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2025

PENGEMBANGAN E-BOOKLET SEBAGAI MEDIA LITERASI GIZI
PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA

Oleh

Khamisa Nazily

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri

© Khamisa Nazily 2025

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

KHAMISA NAZILY
PENGEMBANGAN *E-BOOKLET* SEBAGAI MEDIA LITERASI GIZI
PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

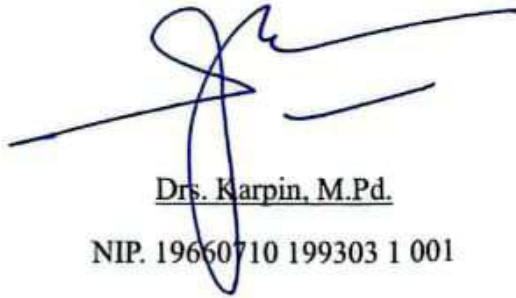
Pembimbing I



Dr. Ai Nurhayati, M.Si.

NIP. 19671005 199302 2 001

Pembimbing II



Drs. Karpin, M.Pd.

NIP. 19660710 199303 1 001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Tata Boga



Dr. Rita Patriasih, S.Pd., M.Si.

NIP. 19700811 199802 2 002

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khamisa Nazily
NIM : 2108952
Program Studi : Pendidikan Tata Boga
Judul Karya : Pengembangan *E-booklet* Sebagai Media Literasi Gizi Pencegahan Anemia Pada Remaja

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ini merupakan hasil kerja saya sendiri. Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas.

Jika di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika akademik atau unsurplagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia.

[Bandung, 19 Agustus 2025]



Tanda tangan: _____

(Khamisa Nazily)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wata'ala atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan *E-booklet* Sebagai Media Literasi Gizi Pencegahan Anemia Pada Remaja” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Tata Boga, Universitas Pendidikan Indonesia.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mengalami berbagai kendala, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar. Namun, berkat dukungan, bimbingan dan do'a dari berbagai pihak, penulis mampu menyelesaikan skripsi ini hingga tahap akhir. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, arahan, serta motivasi selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki penulis. Maka dari itu, penulis sangat menerima kritik dan saran yang membangun dari pembaca. Kritik dan saran yang penulis terima akan menjadi catatan bagi penulis dalam membuat karya tulis lainnya. Semoga hasil penelitian ini akan memberikan manfaat bagi penulis khususnya dan pembaca serta masyarakat luas pada umumnya.

Bandung, 19 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



Khamisa Nazily

NIM. 2108952

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini tidak akan dapat berjalan dengan baik. Maka dari itu, penulis mengucapkan terima kasih terhadap berbagai pihak yang terlibat dalam proses penyusunan skripsi.

1. Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat dan petunjuk-Nya, sehingga proses penyusunan skripsi dapat berjalan dengan baik.
2. Ibu Dr. Ai Nurhayati, M.Si., selaku dosen pembimbing pertama dan Bapak Drs. Karpin, M.Pd., selaku dosen pembimbing kedua yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, dan ruang diskusi bagi penulis selama menyusun skripsi.
3. Ibu Prof. Dr. Hj. Sri Subekti, M.Pd., Ibu Dr. Ellis Endang Nikmawati, M.Si., dan Ibu Dr. Ai Mahmudatussa'adah, M.Si., selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun terhadap skripsi yang telah disusun.
4. Ibu apt. Ayu Mutiara Santanu, S.Farm., M.KM., selaku validator ahli materi, Bapak Rama Wijaya Abdul Rozak, M.Pd., selaku validator ahli bahasa, dan Bapak Muhamad Ridha Agutiandhy S.Pd., M.Ds., selaku validator ahli media yang telah berkenan berpartisipasi dalam penelitian ini sebagai validator ahli, meluangkan waktunya untuk memberikan penilaian dan masukan terhadap media literasi gizi yang penulis kembangkan.
5. Ibu Dra. Atat Siti Nurani, M.Si., dan Ibu Dra. Tati Setiawati, M.Pd., M.M., selaku dosen pembimbing akademik yang senantiasa memberikan bimbingan dan arahan selama masa studi.
6. Ibu Dr. Rita Patriasih, S.Pd., M.Si., selaku ketua Prodi Pendidikan Tata Boga, Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia, atas arahan dan bimbinganya selama penulis menjalani masa studi dan penyusunan skripsi.
7. Seluruh dosen Prodi Pendidikan Tata Boga, Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia, atas segala ilmu dan wawasan yang diberikan selama masa studi penulis.

8. Seluruh staf Prodi Pendidikan Tata Boga, Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia, atas bantuan dan pelayanan administrasi yang diberikan selama masa studi serta penyusunan skripsi.
9. Seluruh staf Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia, atas bantuan dan pelayanan administrasi yang diberikan selama masa studi serta penyusunan skripsi.
10. Mama Ita dan Abah Oleh selaku orang tua penulis, terima kasih atas segala do'a yang tidak pernah putus dan selalu menyertai setiap langkah penulis, dukungan finansial yang selalu diupayakan dengan baik, dan dukungan mental berupa semangat dan kepercayaan yang senantiasa diberikan kepada penulis secara penuh selama menjalani masa studi. Tanpa semua itu, penulis tidak akan mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik.
11. Keluarga, terutama Shiwanggi selaku kakak kedua penulis yang selalu memberikan dukungan, motivasi, do'a dan ruang untuk penulis bercerita susah dan senang selama penulis menjalani masa studi.
12. Slingga A. Vrisilia, *the biggest support system ever. Thank you for being in this world, lil whale.*
13. Piras, yang selalu memberikan dukungan emosional, kebutuhan praktis, dan menemani penulis selama penyusunan skripsi sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
14. Ervina Amanda Ade Utami, selaku sahabat penulis yang selalu mendo'akan, memberikan semangat dan mendengarkan keluh kesah penulis selama menjalani masa studi.
15. Anastasya Hasna A., Salma Nataraina K.P., Azka Salma H., Syifa Maysa F.N., Dafa Trianida S.P., dan Defa Antlu S., yang telah menjadi teman seperjuangan selama masa studi, memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
16. Seluruh pihak yang terlibat dan tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu atas segala dukungan yang telah diberikan kepada penulis.

ABSTRAK

Anemia pada remaja masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia, salah satunya disebabkan oleh rendahnya literasi gizi. Literasi gizi berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan anemia. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan literasi gizi adalah melalui penggunaan media edukasi yang menarik, berupa *e-booklet*. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media *e-booklet* sebagai media literasi gizi pencegahan anemia pada remaja usia 15-19 tahun. Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development (R&D)* dengan model pengembangan 4D (*Define, Design, Develop, Disseminate*) yang dibatasi hingga tahap *Development* dengan melibatkan validasi ahli materi, ahli bahasa, dan ahli media. Instrumen penelitian berupa lembar validasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *e-booklet* yang dikembangkan dinilai sesuai dan layak ditinjau dari aspek materi, bahasa, dan media setelah dilakukan perbaikan dari saran yang diberikan oleh validator ahli. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media *e-booklet* ini layak digunakan sebagai media edukasi gizi untuk meningkatkan literasi gizi remaja mengenai pencegahan anemia.

Kata kunci: anemia remaja; *e-booklet*; literasi gizi; pengembangan media

ABSTRACT

Adolescent anemia remains a significant health problem in Indonesia, partly due to low levels of nutrition literacy. Nutrition literacy plays an important role in increasing adolescents' knowledge of anemia prevention. One effort to improve nutrition literacy is through the use of engaging educational media, such as an e-booklet. This study aims to design and develop an e-booklet as a medium for nutrition literacy in the prevention of anemia among adolescents aged 15–19 years. The research method employed was Research and Development (R&D) using the 4D development model (Define, Design, Develop, Disseminate), limited to the Development stage with validation from material experts, language experts, and media experts. The research instrument used was a validation sheet. The results showed that the developed e-booklet was deemed appropriate and feasible in terms of content, language, and media after revisions were made based on the experts' suggestions. Thus, it can be concluded that the e-booklet is feasible to be used as a nutrition education medium to improve adolescents' nutrition literacy in preventing anemia.

Keywords: adolescent anemia; e-booklet; media development; nutrition literacy

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
UCAPAN TERIMA KASIH	ii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Media Literasi Gizi.....	7
2.1.1 Pengertian Media Literasi Gizi	7
2.1.2 Macam-macam Media Literasi Gizi.....	7
2.1.3 Pemilihan Media Literasi Gizi	9
2.2 Media <i>E-booklet</i>	10
2.2.1 Pengertian Media <i>E-booklet</i>	10
2.2.2 Komponen Media <i>E-booklet</i>	11
2.2.3 Karakteristik Media <i>E-booklet</i>	13
2.2.4 Prinsip Desain Media <i>E-booklet</i>	14
2.2.5 Jenis-jenis <i>Software</i> Pembuatan Media <i>E-booklet</i>	16
2.3 Analisis Kebutuhan Media <i>E-booklet</i>	17
2.3.1 Analisis Tujuan Media <i>E-booklet</i>	18
2.3.2 Analisis Karakteristik Sasaran	18
2.3.3 Analisis Materi Media <i>E-booklet</i>	18
2.4 Merancang Media <i>E-booklet</i>	33
2.5 Mengembangkan Media <i>E-booklet</i>	34
2.5.1 Pembuatan Media <i>E-booklet</i>	34
2.5.2 Penyimpanan dan Konversi.....	34
2.6 Uji Validitas Media <i>E-booklet</i>	35
2.6.1 Kriteria Media <i>E-booklet</i> ditinjau dari Aspek Materi	35
2.6.2 Kriteria Media <i>E-booklet</i> ditinjau dari Aspek Bahasa.....	35
2.6.3 Kriteria Media <i>E-booklet</i> ditinjau dari Aspek Media.....	36
2.7 Penelitian Terdahulu yang Relevan	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
3.1 Jenis Penelitian	38
3.2 Partisipan	38

3.3	Teknik Pengumpulan Data	39
3.4	Instrumen Penelitian	40
3.5	Prosedur Penelitian	40
3.6	Analisis Data	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		46
4.1.	Hasil.....	46
4.1.1	Analisis Kebutuhan Media <i>E-booklet</i>	46
4.1.2	Merancang Media <i>E-booklet</i>	48
4.1.3	Mengembangkan Media <i>E-booklet</i>	57
4.1.4	Uji Validitas Media <i>E-booklet</i>	63
4.2.	Pembahasan	77
4.2.1	Analisis Kebutuhan Media <i>E-booklet</i>	77
4.2.2	Merancang Media <i>E-booklet</i>	78
4.2.3	Mengembangkan Media <i>E-booklet</i>	79
4.2.4	Uji Validitas Media <i>E-booklet</i>	80
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		86
5.1	Simpulan.....	86
5.2	Saran	86
DAFTAR PUSTAKA		87
LAMPIRAN.....		91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Ilustrasi Makanan Bergizi Seimbang	24
Gambar 2. 2 Daging Merah.....	25
Gambar 2. 3 Daging Unggas.....	25
Gambar 2. 4 Ikan.....	25
Gambar 2. 5 Makanan Laut.....	25
Gambar 2. 6 Hati Ayam.....	26
Gambar 2. 7 Kuning Telur.....	26
Gambar 2. 8 Susu	26
Gambar 2. 9 Sayuran Hijau.....	26
Gambar 2. 10 Kacang-kacangan	27
Gambar 2. 11 Roti dan Sereal	27
Gambar 2. 12 Biji-bijian	27
Gambar 2. 13 Tahu	27
Gambar 2. 14 Tempe	27
Gambar 2. 15 Brokoli.....	28
Gambar 2. 16 Paprika.....	28
Gambar 2. 17 Tomat.....	28
Gambar 2. 18 Kubis	28
Gambar 2. 19 Labu Siam	28
Gambar 2. 20 Jeruk	28
Gambar 2. 21 Mangga.....	29
Gambar 2. 22 Melon	29
Gambar 2. 23 Pepaya	29
Gambar 2. 24 Nanas.....	29
Gambar 2. 25 Kiwi.....	29
Gambar 2. 26 Isi Piringku	30
Gambar 2. 27 Suplementasi Fe	30
Gambar 2. 28 Fortifikasi Pangan	31
Gambar 2. 29 Ilustrasi Obat-obatan	32
Gambar 2. 30 Ilustrasi Edukasi Gizi	33
Gambar 4. 1 Ikon Microsoft Word	48
Gambar 4. 2 Halaman Beranda <i>Platform Canva</i>	58
Gambar 4. 3 Mengatur Ukuran Halaman <i>E-booklet</i>	58
Gambar 4. 4 Mengubah Warna <i>Background</i> dan Menambahkan Elemen	59
Gambar 4. 5 Menyesuaikan Elemen	59
Gambar 4. 6 Mengurangi Transparansi Elemen.....	60
Gambar 4. 7 Menambahkan Elemen dan Grafis	60
Gambar 4. 8 Penambahan Elemen Bentuk.....	61
Gambar 4. 9 Penambahan Grafis dan Teks	61
Gambar 4. 10 Hasil Akhir Halaman Sampul Depan	62
Gambar 4. 11 Penyimpanan <i>E-booklet</i> dengan Format <i>PDF</i>	63

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Makanan Sumber Zat Besi Heme.....	25
Tabel 2. 2 Sumber Zat Besi Non Heme.....	26
Tabel 2. 3 Makanan Sumber Vitamin C	28
Tabel 3. 1 Daftar Validator	39
Tabel 3. 2 Rancangan Awal <i>Storyboard E-booklet</i>	41
Tabel 4. 1 Rancangan <i>Storyboard</i>	49
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas <i>Storyboard</i>	65
Tabel 4. 3 Revisi Hasil Uji Validitas <i>Storyboard</i>	66
Tabel 4. 4 Hasil Uji Validitas Materi.....	67
Tabel 4.5 Revisi Hasil Uji Validitas Materi.....	69
Tabel 4. 6 Hasil Uji Validitas Bahasa	71
Tabel 4. 7 Revisi Hasil Validasi Bahasa	73
Tabel 4. 8 Hasil Uji Validitas Media	76
Tabel 4. 9 Revisi Hasil Uji Validitas Media	76

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Pembimbing 1 dan 2	91
Lampiran 2 Lembar Hasil Validasi Ahli Materi	92
Lampiran 3 Lembar Hasil Validasi Ahli Bahasa	99
Lampiran 4 Lembar Hasil Validasi Ahli Media	103
Lampiran 5 Lembar Hasil Validasi Ahli <i>Storyboard</i>	105

DAFTAR PUSTAKA

- Alfianti, E. A., Dieny, F. F., & Wijayanti, H. S. (2024). *Perbedaan asupan zat gizi , pengetahuan anemia , dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di pesantren dan nonpesantren*. 21(1), 9–18. <https://doi.org/10.22146/ijcn.93227>
- American Red Cross. (2022). Iron-rich foods. Red Cross Blood. Retrieved April 23, 2025, from <https://www.redcrossblood.org/donate-blood/blood-donation-process/before-during-after/iron-blood-donation/iron-rich-foods.html>
- Amini, M., & Nurhayati, A. (2022). Development of Motion Graphic Video (MGV) Based Nutrition Education Media for Young Women to Prevent Anemia. *Jurnal Media Pendidikan, Gizi Dan Kuliner*, 11(2), 29–36. <https://ejournal.upi.edu/index.php/Boga/article/view/58441>
- Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Kesehatan Reproduksi. *Menara Medika*, 5(1), 109–120. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i1.3511>
- Arsyad, A. (2019). *MEDIA PEMBELAJARAN*. PT Raja Grafindo Persada.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). Survei Penetrasi Internet Indonesia 2024. *Survei Penetrasi Internet Indonesia*, 13. <https://survei.apjii.or.id/survei/group/9>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377–1386. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Ayunda, S. N., Lufri, Zulyusri, Fajrina, S., & Zen, E. (2024). Pengembangan E-Booklet Bernuansa Emotional Spiritual Quotient (Esq) Tentang Materi Perubahan Lingkungan Untuk Peserta Didik Kelas X Fase E SMA/MA. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Biologi*.
- Azizah, D. I. (2020). Asupan Zat Besi, Asam Folat, dan Vitamin C pada Remaja Putri di Daerah Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(4), 169. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.46425>
- Briawan, D. (2012). *ANEMIA: MASALAH GIZI PADA REMAJA WANITA* (Q. Rahmah & E. Tiar (eds.); 14Briawan, ed.). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Devianty, R. (2021). Penggunaan Kata Baku Dan Tidak Baku Dalam Bahasa Indonesia. *EUNOIA (Jurnal Pendidikan Bahasa Indonesia)*, 1(2), 121. <https://doi.org/10.30821/eunoia.v1i2.1136>
- Dewi, B., Hamidah, A., & Sukmono, T. (2020). Pengembangan Booklet Keanekaragaman Kupu-Kupu Di Kabupaten Kerinci dan Sekitarnya Sebagai Sumber Belajar Pada Materi Animalia Kelas X SMA. *Biodik*, 6(4), 492–506. <https://doi.org/10.22437/bio.v6i4.9979>
- Dewi, C., & Dwi, J. (2025). *Pembuatan Media Promosi E-Booklet dengan Aplikasi Canva Pro pada PT Angkasa Pura I Juanda Surabaya*. 02(03), 1915–1919.
- Dewi, N. P., Rusliani, D. M., Navelia, Z. I., Purnamasari, I., & Kebidanan, P. S. (2024). Efektivitas Media Edukasi Terhadap Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, 15(2), 136–141.
- Dick, W., Carey, L., & Carey, J. O. (2015). *THE SYSTEMATIC DESIGN OF*

- INSTRUCTION* (8th ed.). Pearson Higher Ed (Boston, MA, USA).
- Fachira Kasmarini, & Ratih Kurniasari. (2022). Pengaruh Pemanfaatan Media Edukasi Gizi untuk Meningkatkan Pengetahuan Terkait Anemia pada Remaja Putri : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(11), 1329–1335. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i11.2291>
- Fadilah, A., Nurzakiah, K. R., Kanya, N. A., Hidayat, S. P., & Setiawan, U. (2023). Pengertian Media, Tujuan, Fungsi, Manfaat dan Urgensi Media Pembelajaran. *Journal of Student Research (JSR)*, 1(2), 1–17.
- Hapsari, C. M. (2013). Efektivitas Komunikasi Media Booklet “Anak Alami” Sebagai Media Penyampai Pesan Gentle Birthing Service. *Jurnal E-Komunikasi*, 1(3), 264–275. <https://publication.petra.ac.id/index.php/ilmu-komunikasi/article/view/940>
- Hariyanto, B., MZ, I., SU, W., & Rindawati. (2022). 4D Model Learning Device Development Method of the Physical Geography Field Work Guidance Book. *MATEC Web of Conferences*, 372, 05008. <https://doi.org/10.1051/mateconf/202237205008>
- Hutabarat, A., Rukmana, E., Rosmiati, R., Mutiara, E., & Haryana, N. R. (2018). Hubungan Pengetahuan Anemia, Asupan Zat Besi dan Vitamin C dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Yayasan Bandung Kabupaten Deli Serdang Relation between Knowledge about Anemia, Intake of Iron and Vitamin C with Incidence of Anemia in Young Girls. *Journal of Nutrition and Culinary*, 4(1), 38.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Remaja 10–19 Tahun*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/remaja>
- Kementrian Kesehatan RI, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, & Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil dan Remaja Putri*. Kementrian Kesehatan RI.
- Krause, C., Sommerhalder, K., Beer-Borst, S., & Abel, T. (2016). Just a subtle difference? Findings from a systematic review on definitions of nutrition literacy and food literacy. *Health Promotion International*, 33(3), 378–389. <https://doi.org/10.1093/heapro/daw084>
- Kristianti, S., Wibowo, T. A., & Winarsih. (2014). Hubungan Anemia dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Imogiri, Bantul, Yogyakarta Tahun 2013. *Jurnal Studi Pemuda*, 3(1), 33–38.
- Kumairoh, M. I. (2021). Hubungan Konsumsi Zat Besi, Protein Dan Zat Inhibitor Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Kofabrik Surabaya. *Jurnal Riset Gizi*, 9(2), 129–137. <https://doi.org/10.31983/jrg.v9i2.8937>
- Lailiyana, & Hindratni, F. (2024). Edukasi Dampak Anemia Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di SMAN 2 Pekanbaru. *Jurnal Ebima*, 5(1), 14–18.
- Made Dwi Narita Kusumawardani, N., Komang Sri Yulastini, N., Sri Rahayu, D., & Ketut Kusuma Umbarini Sari, N. (2022). Pemanfaatan Jenis-Jenis Media Bk Di Sekolah Pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Pendidikan*, 23(1), 24–33. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6390878>
- Mahmudah, U., Priawantiputri, W., Gizi, J., & Bandung, P. K. (2024). *PENGEMBANGAN MEDIA VIDEO EDUKASI GIZI SEIMBANG*

- Development of Balanced Nutrition Education Video Media to Prevent Non-.* 34(1), 177–193.
- Mintarsih, W. (2018). Rancangan Media Booklet Persiapan Menstruasi Dalam Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja Perempuan Di Kota Tasikmalaya. *Prosiding Seminar Bakti Tunas Husada, April*, 129–133. http://www.ejurnal.stikes-bth.ac.id/index.php/P3M_PSNDPK/article/view/361
- Najuah, Lukitoyo, P. S., & Wirianti, W. (2020). Modul Elektronik: Prosedur Penyusunan dan Aplikasinya. In *Yayasan Kita Menulis*.
- Nelson, M. R. (2008). *Illustration by Randy Lyhus*, © 2008 E-Books. 2008(1). <http://www.futureofthebook.com/>
- Novita Sari, E. (2020). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Nurbaya, Najdah, N., Irwan, Z., & Saleh, M. (2023). Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Anemia pada Remaja melalui Pelatihan Pembuatan Media Promosi. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 28–33. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i1.123>
- Nurrita, T. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *MISYKAT: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Quran, Hadist, Syari'ah Dan Tarbiyah*, 3(1), 171. <https://doi.org/10.33511/misykat.v3n1.171>
- Nurul Indah Qoriaty, S. D. (2016). *Hubungan Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore*. 147(March), 11–40.
- Pasaribu, H. N., Nasution, R., Lubis, R. A. P., Fariyah, F., & Pakpahan, D. (2024). Pengembangan Media Booklet Pembuatan Macam-Macam Pola Lengan Busana Wanita di Kelas X Tata Busana SMK Negeri 1 Beringin. *MESIR: Journal of Management Education Social Sciences Information and Religion*, 1(2), 291–297. <https://doi.org/10.57235/mesir.v1i2.2932>
- 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>
- Rah, J. H., Melse-Boonstra, A., Agustina, R., van Zutphen, K. G., & Kraemer, K. (2021). The Triple Burden of Malnutrition Among Adolescents in Indonesia. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1_suppl), S4–S8. <https://doi.org/10.1177/03795721211007114>
- Rahayu, T. B. (2020). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 6(1), 46. <https://doi.org/10.30602/jvk.v6i1.158>
- Rahmawati, R., Farik, A. A., Akifah, G., & Fajeriyati, N. (2024). Edukasi Pentingnya Senyawa Fe dalam Mengatasi Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, 2(1), 30. <https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i1.11652>
- Rusmaningrum, S. W. (2023). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Faktor Penyebab Terjadinya Anemia Di Smp Negeri 1 Merakurak. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(8), 1994–2000. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i8.409>

- Shabrina, A., Putri, R., & Khairi, A. (2025). Pentingnya Pemilihan Media Pembelajaran Yang Tepat Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Zaheen : Jurnal Pendidikan, Agama Dan Budaya*, 1(April), 120.
- Sihombing, B. (2024). *Model Pengembangan 4D (Define , Design , Develop , dan Disseminate) dalam Pembelajaran Pendidikan Islam*. 4, 11–19.
- Sugihantono, A. (2016). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- 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>
- Tiasmi, F. M., Yulia, C., & Nurhayati, A. (2021). Consumption of Iron and Vitamin C In Female Students at SMKN 3 Cimahi. *Media Pendidikan Gizi Dan Kuliner*, 10(November), 119–128. <https://ejournal.upi.edu/index.php/Boga/article/view/40778>
- United States Department of Agriculture. (2017). *Best Practices in Nutrition Education for Low-Income Audiences*.
- Utaminingsyas, F., Mufidaturrosida, A., Maria, A., Agustina, C. E., Wahyuni, I., Wahyuni, I., & Sasanti, S. D. (2024). Penyuluhan Kesehatan Tentang Mengenal Ciri-Ciri Pubertas Pada Remaja Melalui Media E-Booklet. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aupa (JPMA)*, 6(1), 24–30. <https://doi.org/10.51933/jpma.v6i1.1290>
- Utomo, A. N. T., Borut, H. B., & Kadarusno, A. H. (2021). Pengenalan Microsoft Word. In *Modul Pengenalan Microsoft Word Mata Kuliah Aplikasi Komputer Dasar* (p. 5). Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. <https://eprints.poltekkesjogja.ac.id/11263/>
- Velardo, S. (2015). The Nuances of Health Literacy, Nutrition Literacy, and Food Literacy. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 47(4), 385-389.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2015.04.328>
- Wari Nurjanah, F. (2023). Edukasi Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dengan Terapi Farmakologi Dan Non Farmakologi. *Jurnal Budimas*, 05(02), 1–6.
- Waruwu, M. (2024). Metode Penelitian dan Pengembangan (R&D): Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), 1220–1230. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2141>
- Winoto, Y., & Nur'Fadilla, F. A. (2022). Rancang Bangun Model Diseminasi Informasi Pada Destinasi Pariwisata Budaya Situs Bojong Galuh Karangamulyan Kabupaten Ciamis. *Jurnal Ilmiah Pariwisata*, 27(2), 114–127. <http://jurnalpariwisata.stpttrisakti.ac.id/index.php/JIP/article/view/1546>
- Winurini, S. (2025). *ANEMIA DAN KEBIASAAN MAKAN REMAJA PUTRI*. XVII(3), 1–5.