

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA USIA SUBUR TERHADAP KEJADIAN ANEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CAMPUREJO KOTA KEDIRI

Description of Knowledge and Attitudes of Women of Childbearing Age Towards the Incidence of Anemia in the Work Area of Campurejo Health Center, Kediri City

Akhmadi Abbas , Krisnita Dwi Jayanti , Afina Putri Utomo, Evita Anistasya Harliana* , Jhon Sub

¹Fakultas Teknologi dan Manajemen Kesehatan, IIK Bhakti Wiyata Kediri, Indonesia

²Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, IIK Bhakti Wiyata Kediri, Indonesia

* evitanstsyahr@gmail.com

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh Wanita Usia Subur (WUS) dan dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup, menurunnya produktivitas, serta meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan. Penelitian ini **bertujuan** untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur terhadap kejadian anemia di wilayah kerja Puskesmas Campurejo, Kota Kediri. Penelitian ini menggunakan **metode** deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 210 orang yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tertutup yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. **Hasil** penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 36–49 tahun (70,5%), berpendidikan terakhir SMA (63,3%), dan mayoritas bekerja sebagai ibu rumah tangga (62,4%). Tingkat pengetahuan responden sebagian besar berada dalam kategori cukup (58,1%), sedangkan sikap terhadap pencegahan anemia tergolong baik (60%). Meskipun demikian, masih ditemukan 31% responden yang memiliki riwayat anemia dan 30,5% mengalami gejala anemia. **Kesimpulan** menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan dan sikap responden terhadap anemia sudah tergolong baik, namun masih diperlukan intervensi edukatif dan promotif yang berkelanjutan, terutama dalam meningkatkan kesadaran dan tindakan nyata dalam pencegahan anemia. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar dalam perencanaan program kesehatan di tingkat puskesmas untuk menurunkan angka kejadian anemia pada WUS.

Kata Kunci: Anemia, Wanita Usia Subur, Pengetahuan, Sikap, Tablet Tambah Darah

ABSTRACT

*Anemia is one of the health problems often experienced by Women of Childbearing Age (WUS) and can have an impact on decreasing quality of life, decreasing productivity, and increasing the risk of complications during pregnancy. **This study aims to** determine the description of knowledge and attitudes of Women of Childbearing Age towards the incidence of anemia in the work area of Campurejo Health Center, Kediri City. This study uses a descriptive **method** with a quantitative approach. The number of respondents in this study was 210 people who were selected through purposive sampling technique. Data collection was carried out using a closed questionnaire that had been tested for validity and reliability. The **results** showed that most respondents were in the 36-49 year age group (70.5%), had a high school education (63.3%), and the majority worked as housewives (62.4%). The level of knowledge of the respondents was mostly in the sufficient category (58.1%), while attitudes towards preventing anemia were classified as good (60%). However, 31% of respondents still had a history of anemia and 30.5% experienced symptoms of anemia. The **conclusion** shows that although the respondents' knowledge and attitudes towards anemia are quite good, ongoing educational and promotive interventions are still needed, especially in increasing awareness and real action in preventing anemia. It is hoped that the results of this study can be the basis for planning health programs at the health center level to reduce the incidence of anemia in WUS.*

Keywords: Anemia, Women of Childbearing Age, Knowledge, Attitudes, Blood Supplement Tablets

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal (WHO, 2011). Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah/eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Oksigen diperlukan oleh jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot akan menyebabkan gejala antara lain kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan aktivitas (Kemenkes RI, 2016).

Secara global, anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan, khususnya pada kelompok wanita usia subur (15-49 Tahun). Data dari World Health Organization (WHO, 2025) menunjukkan bahwa pada tahun 2023, prevalensi anemia pada wanita mencapai 30,7%, ibu hamil mencapai 35,5% dan pada wanita tidak hamil sebesar 30,5%. Kondisi ini menjadi perhatian serius karena anemia tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga memengaruhi produktivitas, kualitas hidup, dan berisiko menimbulkan komplikasi pada kehamilan serta pertumbuhan janin. Anemia menyebabkan konsekuensi antargenerasi yang buruk termasuk hasil kehamilan dan kelahiran yang buruk, risiko kematian dan morbiditas yang lebih tinggi, dan perkembangan kognitif dan motorik yang buruk pada anak-anak.

Negara-negara berkembang seperti Indonesia menghadapi masalah kekurangan gizi mikro seperti anemia. Sebanyak 2,20 miliar orang penduduk dunia mengalami anemia, terutama mereka yang tinggal di daerah tropis (Priyanto, 2018). Dampak buruk kondisi ini adalah ketidakstabilan kesehatan, ekonomi, dan status sosial dalam suatu negara. Pada World Health Assembly (WHA) ke-65, WHO merekomendasikan kesepakatan global tentang status gizi pada ibu, bayi, dan anak. Komitmen pada rencana aksi yang disepakati bersama adalah penurunan prevalensi anemia sebesar 50% pada Wanita Usia Subur (WUS) di tahun 2025. Indonesia menindaklanjuti rekomendasi tersebut dengan intervensi pemberian tablet tambah darah (TTD) yang diberikan secara gratis bagi remaja putri (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9%. Prevalensi anemia tertinggi sebesar 84,6% (kelompok umur 15-24 tahun) dan prevalensi terendah sebesar 24% (kelompok umur 45-54 tahun) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Berdasarkan data prevalensi Wanita Usia Subur (WUS) dengan anemia pada tahun 2025 di wilayah kerja Puskesmas Campurejo, Kota Kediri mencapai proporsi 15%. Tingginya prevalensi anemia di wilayah kerja Puskesmas Campurejo, Kota Kediri merupakan masalah dalam derajat kesehatan masyarakat khususnya pada kelompok Wanita Usia Subur.

Wanita Usia Subur (WUS) merupakan wanita yang memasuki usia 15 - 49 tahun tanpa memperhitungkan status perkawinannya (Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar, 2018). Kelompok Wanita Usia Subur (WUS) merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia defisiensi zat besi akibat berbagai faktor yang berisiko menurunkan kadar hemoglobin dalam tubuh. Anemia defisiensi zat besi adalah anemia yang timbul akibat kosongnya cadangan zat besi tubuh sehingga penyediaan zat besi untuk eritropoesis berkurang yang menyebabkan pembentukan hemoglobin berkurang (Us & Safitri, 2023). Beberapa permasalahan yang sering dialami oleh WUS antara lain adalah menstruasi yang terjadi setiap bulan, kehamilan yang meningkatkan kebutuhan zat besi, kurangnya asupan makanan yang mengandung zat besi, serta paparan infeksi parasit seperti malaria dan kecacingan. Kekurangan kadar Hb dalam darah dapat menimbulkan gejala lesu, lemah, letih, lelah dan cepat lupa. Selain itu anemia gizi besi akan menurunkan daya tahan tubuh dan mengakibatkan mudah terkena infeksi (Hastuti et al., 2017).

Berbagai penyebab secara umum antara lain jumlah anak dan kehamilan yang dialami, seperti usia, Pendidikan, pengetahuan, kondisi sosial ekonomi, dan lain sebagainya. Kekurangan defisiensi besi ini mengakibatkan pucat, lemah, 3 letih, pusing, dan menurunnya konsentrasi. Penyebabnya, antara lain tingkat pendidikan, tingkat ekonomi, tingkat pengetahuan tentang anemia, konsumsi Fe, Vitamin C, dan durasi menstruasi. Selain itu, sebagian besar WUS juga termasuk dalam kelompok angkatan kerja yang menghadapi beban fisik dan stres kerja, yang dapat memperburuk kondisi anemia jika tidak ditunjang dengan nutrisi yang memadai. Berbagai kondisi tersebut berkontribusi terhadap tingginya prevalensi anemia pada WUS. Apabila anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) tidak diatasi akan mengakibatkan risiko kematian maternal, resiko kematian prenatal dan perinatal, rendahnya aktivitas dan produktifitas kerja serta meningkatnya morbiditas (Arisman, 2012). Oleh karena itu, Wanita Usia Subur perlu mendapatkan perhatian khusus dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia, baik melalui intervensi gizi, edukasi kesehatan, maupun pelayanan kesehatan yang berkelanjutan.

Anemia merupakan faktor utama penyebab morbiditas dan mortalitas ibu di negara berkembang (Kemenkes RI, 2016). Anemia merupakan salah satu risiko kematian ibu, kejadian bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), infeksi terhadap janin dan ibu, keguguran, dan kelahiran prematur (Kemenkes RI, 2016). Penyebab tingginya anemia pada Wanita Usia Subur umumnya karena kurangnya pengetahuan tentang anemia, kekurangan zat besi, asamfolat, vitamin B12 dan vitamin A (Apriyanti, 2019). Pengetahuan menjadi penyebab dasar terjadinya anemia. Pengetahuan tentang anemia merupakan kemampuan untuk menerapkan informasi tentang faktor penyebab dan pencegahan penyakit anemia dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang kurang menyebabkan pola hidup atau perilaku Kesehatan tidak berjalan secara optimal. Hal ini didukung oleh penelitian Ahdiah et al. (2020) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan terhadap kejadian anemia.

Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Titin Caturiyantiningtiyas (2015) bahwa ada hubungan antara sikap dengan kejadian anemia yaitu sebesar 78,8 % remaja putri yang mengalami anemia mempunyai sikap kurang baik terhadap anemia.

Pengetahuan yang baik akan mendorong seseorang untuk menampilkan sikap yang sesuai dengan pengetahuannya yang telah didapatkan. Berdasarkan teori yang ada mengemukakan bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi sikap seseorang, dengan pengetahuan yang baik maka akan terwujud sikap yang baik pula, maka apabila pengetahuan yang kurang baik akan terwujud sikap yang kurang baik pula (Caturiyantiningtiyas, 2015).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur Terhadap Kejadian Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Campurejo, Kota Kediri. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS), serta turut berkontribusi dalam pencapaian target penurunan prevalensi anemia secara global.

METODE PENELITIAN

Studi penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional, yang kegiatan observasi dilakukan hanya satu kali saat pengumpulan data. Variabel yang diteliti pada penelitian ini yaitu Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur (15 - 49 Tahun) terkait Anemia.

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan cluster sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pembagian wilayah menjadi beberapa kelompok (*cluster*). Pada penelitian ini survei dilaksanakan pada 30 cluster (RT) yang terpilih di Kelurahan Bandar Kidul, Wilayah Kerja Puskesmas Campurejo, Kota Kediri. Penelitian ini dilakukan dengan mengambil 7 responden wanita usia subur di setiap *cluster* secara acak sehingga total jumlah sampel yang diperoleh adalah 210 responden. Teknik pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara menggunakan kuesioner, untuk mengidentifikasi pengetahuan dan sikap wanita usia subur terhadap anemia serta status kejadian anemia.

Setelah dilakukan pengumpulan data kegiatan selanjutnya yaitu tahap analisis data. Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu analisis data univariat untuk mengetahui frekuensi karakteristik demografi, pengetahuan, sikap, riwayat anemia dan gejala yang dialami masyarakat.

HASIL PENELITIAN**Tabel 1.** Analisis Distribusi Frekuensi Menurut Variabel Wanita Usia Subur (15 - 49 Tahun)

Variabel	Frekuensi		
	Kategori	n = 210	%
Usia	15 - 25 Tahun	26	12,4
	26 - 35 Tahun	36	17,1
	36 - 49 Tahun	148	70,5
Riwayat Pendidikan	SD/Sederajat	22	10,5
	SMP/Sederajat	20	9,5
	SMA/Sederajat	133	63,3
	Diploma/S1/S2	35	16,7
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	131	62,4
	Pegawai Swasta	15	7,1
	Wiraswasta	28	13,3
	Guru/PNS/TNI-Polri	15	7,1
	Pelajar/Mahasiswa	21	10,1
Pengetahuan	Baik	81	38,6
	Cukup	122	58,1
	Kurang	7	3,3
Sikap	Baik	126	60
	Cukup	84	40
	Kurang	-	-
Riwayat Anemia	Ya	65	31
	Tidak	145	69
Gejala Anemia	Ya	64	30,5
	Tidak	146	69,5

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia 36-49 Tahun (70,5%), dan sebagian kecil responden berusia 15-25 Tahun (12,4%). Mayoritas masyarakat berpendidikan terakhir SMA (63,3%), Diploma/S1/S2 (16,7%), SD (10,5%), SMP (9,5%). Selain itu didapatkan bahwa masyarakat sebagian besar bekerja sebagai IRT (62,4%). Pada kategori pengetahuan, responden memiliki pengetahuan yang cukup (58,15), pengetahuan baik (38,6%), pengetahuan kurang (3,3%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa responden memiliki pengetahuan yang cukup terkait hal-hal yang berhubungan dengan anemia. Pada kategori sikap, responden memiliki sikap yang baik (60%), sikap yang cukup (84%) dalam mendukung pencegahan anemia. Serta responden yang pernah memiliki riwayat anemia (65%), tidak pernah memiliki riwayat anemia (69%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia 36-49 Tahun sebesar (70,5%), dan sebagian kecil responden berusia 15-25 Tahun sebesar (12,4%). Mayoritas masyarakat berpendidikan terakhir SMA sebesar (63,3%), Diploma/Sarjana (16,7%), SD (10,5%), SMP (9,5%). Selain itu didapatkan bahwa masyarakat sebagian besar bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebesar (62,4%). Pada Kategori pengetahuan, responden memiliki pengetahuan yang cukup sebesar (58,15), pengetahuan baik (38,6%), pengetahuan kurang (3,3%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa responden memiliki pengetahuan yang cukup terkait hal-hal yang berhubungan dengan anemia. Pada Kategori Sikap, responden memiliki sikap yang baik (60%) dalam mendukung pencegahan anemia, sikap yang cukup (84%) dalam mendukung pencegahan anemia. Serta pada penelitian ini sebagian responden mengatakan bahwa pernah memiliki riwayat anemia (65%), dan sebagian besar masyarakat mengatakan tidak pernah memiliki riwayat anemia (69%).

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 36–49 tahun (70,5%), usia ini termasuk dalam kategori Wanita Usia Subur (WUS) yang tergolong matang dalam berpikir, serta mungkin mengetahui informasi lebih banyak dalam aspek kesehatan dibandingkan kelompok usia yang lebih muda. Hal ini berpotensi memengaruhi tingkat pengetahuan mereka mengenai anemia.

Dari segi pendidikan, mayoritas responden berpendidikan terakhir SMA (63,3%), dan hanya sebagian kecil yang berpendidikan tinggi (Diploma/Sarjana sebesar 16,7%). Pendidikan merupakan salah satu determinan penting dalam membentuk pengetahuan dan perilaku kesehatan. Rendahnya tingkat pendidikan dapat berdampak pada keterbatasan pemahaman terhadap informasi kesehatan, termasuk pencegahan dan penanganan anemia. Sebaliknya, semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin mudah individu dalam menerima dan mengolah informasi kesehatan dengan tepat.

Berdasarkan hasil yang didapatkan pada tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan tentang anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kelurahan Bandar Kidul sudah cukup, Karena Pengetahuan akan membentuk perilaku sehari-hari. Pengetahuan yang kurang tentang penyebab anemia/hal-hal yang berhubungan dengan anemia menyebabkan perilaku yang kurang baik seperti tentang gizi seimbang, misalnya konsumsi makanan sehari-hari yang rendah zat besi dan kurang bervariasi. Dari kategori pengetahuan, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup (58,1%), dan hanya sebagian kecil yang memiliki pengetahuan kurang (3,3%). Hal ini menunjukkan bahwa informasi dasar mengenai anemia telah menjangkau Wanita Usia Subur (WUS) di wilayah Kelurahan Bandar Kidul.

Namun demikian, pengetahuan yang cukup belum tentu menjamin perubahan perilaku yang efektif, terutama jika tidak disertai dengan sikap positif, motivasi pribadi, dan dukungan lingkungan untuk menerapkan informasi tentang pencegahan anemia (pengetahuan) dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan teori Knowledge-Attitude-Practice (KAP), yang menyatakan bahwa pengetahuan hanya akan berdampak pada praktik jika diikuti oleh sikap yang mendukung (Green, 2005). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan perlu diiringi dengan sikap serta mendorong perubahan perilaku berkelanjutan dalam pencegahan anemia.

Selain itu dari Kategori sikap ditemukan bahwa sikap responden terhadap pencegahan anemia cukup baik (60% memiliki sikap baik dan sisanya cukup) menunjukkan bahwa secara umum, masyarakat sudah menyadari pentingnya mencegah anemia. Sikap ini dapat menjadi dasar yang kuat untuk membentuk perilaku sehat, misalnya dalam pemilihan makanan kaya zat besi, kebiasaan konsumsi tablet tambah darah (TTD), dan pemantauan gejala anemia secara mandiri. Namun, ditemukan juga bahwa masih terdapat sebagian masyarakat yang mengaku pernah mengalami anemia (31%). Ini mengindikasikan bahwa meskipun pengetahuan dan sikap cukup baik, praktik pencegahan belum sepenuhnya diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Serta terdapat responden yang mengalami gejala anemia seperti lemah, lesu, letih, dan kurang konsentrasi sebesar (30,5%). Hal ini memperkuat bahwa anemia masih menjadi masalah nyata yang perlu intervensi lanjutan, baik melalui penyuluhan kesehatan yang berkelanjutan, peningkatan kesadaran konsumsi gizi seimbang, maupun distribusi TTD secara lebih merata

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 210 responden Wanita Usia Subur (WUS) di Kelurahan Bandar Kidul, wilayah kerja Puskesmas Campurejo Kota Kediri, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 36–49 tahun, berpendidikan terakhir SMA, dan bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga. Tingkat pengetahuan mayoritas responden berada pada kategori cukup, yang menunjukkan bahwa sebagian besar WUS telah memiliki informasi dasar mengenai anemia. Namun demikian, pengetahuan yang cukup belum tentu berdampak langsung terhadap perubahan perilaku, terutama jika tidak disertai dengan sikap dan motivasi yang mendukung. Sikap terhadap pencegahan anemia umumnya baik, namun masih ditemukan responden yang mengaku pernah mengalami anemia maupun merasakan gejalanya. Hal ini menandakan bahwa praktik pencegahan anemia masih perlu ditingkatkan, meskipun tingkat pengetahuan dan sikap sudah tergolong baik.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka disarankan kepada masyarakat, khususnya Wanita Usia Subur, untuk meningkatkan pemahaman dan penerapan pola makan yang bergizi seimbang, terutama yang mengandung zat besi, serta rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai langkah pencegahan anemia. Tenaga kesehatan dan pihak Puskesmas diharapkan dapat memperkuat upaya edukasi melalui penyuluhan dan pendekatan berbasis komunitas agar masyarakat tidak hanya memahami tetapi juga mampu menerapkan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari. Pemerintah dan lembaga terkait juga diharapkan memberikan dukungan dalam bentuk kebijakan yang menunjang akses terhadap edukasi dan layanan kesehatan. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian lanjutan dengan desain analitik atau kualitatif untuk menggali lebih dalam faktor-faktor yang memengaruhi kejadian anemia di kalangan wanita usia subur.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ba'ka, L., Assa, I., Asriati, Y., Bouway, D. Y., Tuturop, K. L., & Adimuntja, N. P. (2023). Pengetahuan Dan Sikap Wanita Usia Subur Pada Penyakit Anemia Di Kampung Yoka.
2. Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 3(1), 1293-1298.
3. Us, A., & Safitri, R. (2023). *Anemia Defisiensi Zat Besi pada Wanita Usia Subur*. Jakarta: Penerbit Medik
4. World Health Organization. (2025). *Global Anaemia Prevalence: Latest Statistics and Impacts*.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Balitbangkes.
6. Priyanto, L. D. (2018). The relationship of age, educational background, and physical activity on female students with anemia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(2), 139-146.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta.
8. Arisman. (2012). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. EGC.
9. Hastuti, R. T., Ratnaningsih, A., & Martini, M. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) di Wilayah Kerja Puskesmas Gandekan Surakarta.
10. Ahdiah, A., Heriyani, F., & Istiana, I. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA PGRI 4 Banjarmasin. *Homeostasis*, 1(1), 9-14.