

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S., & Sartono. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Siswi Terhadap Anemia Dan Distribusi Tablet Tambah Darah Program Di Sman 11 Palembang Dan Sman 1 Gelumbang Muara Enim Sumatera Selatan. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 31–41.
- Anastasya. 2022. *Hubungan Pengetahuan, Sikap, Norma Subjektif, Dan Kontrol Perilaku Dengan Niat Melaksanakan Perilaku Pencegahan Anemia Pada Siswi Sma Negeri Di Kota Makassar*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar
- Andriyani, A., & Agustin, L. (2022). Pengaruh Prenatal Yoga terhadap Kadar Hemoglobin dan Pengurangan Keluhan Fisik pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 72–79. <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v5i1.1362> Diakses Tanggal 7 Januari 2024.
- Arini, D., Indah Saputri, D., Supriyanti, D., & Ernawati, D. (2020). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Mahasiswi Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya. *Borneo Nursing Journal*, 2(1). <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ> Diakses Tanggal 9 Juli 2024.
- Astuti, R., & Rosidi, A. (2014). Kadar Hemoglobin Pada Siswi Pondok Pesantren Putri Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak Jawa Tengah. *Jurnal Unimus*, 10(1).
- Aulia, D.L.N., 2018. *Hubungan Pengetahuan Dengan Prilaku Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Besi (Fe) Selama Menstruasi*. JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)
- Avista V.R. 2019. *Upaya Meningkatkan Keefektifan Manajemen Kesehatan Dengan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta Pemberian Jus Jambu Biji Merah Pada Keluarga Dengan Anemia*
- Ahmad Akbar Ismail. 2022. *Pengaruh Terapi Olahraga Yoga Terhadap Tekanan Darah Dan Kadar Hemoglobin Lansia Di Brsl Gau Mabaji Kabupaten Gowa*. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar
- Asrori, M. (2017). *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksar
- Basuki. (2021). *Pengantar Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Penerbit Media Sains Indonesia.

- Budianto A, 2017. *Anemia pada Remaja Putri Dipengaruhi oleh Tingkat Pengetahuan tentang Anemia*. Jurnal Ilmiah Kesehatan
- Chrisnina., Wahyu, E., Dewa, A., & Akhmat, R. (2014). *Yoga Sebagai Terapi Komplementer*. Progam Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
- Dinata, W.W. 2015. *Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Melalui Senam Yoga*. Jurnal Olahraga Prestazi. Vol. 11
- Fadli R. 2021. Waktu yang Tepat untuk Melakukan Senam Yoga. Article. Di akses tanggal 10 Agustus 2023. <https://www.halodoc.com/artikel/kapan-waktu-yang-tepat-untuk-melakukan-senamyoga> Diakses Tanggal 12 Maret 2024.
- Fadlilah, S. (2018) '*Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2013 Universitas Respati Yogyakarta*'. Indonesian Journal On Medical Science,
- Gunadi, D., M. Tiho, & Y. M. Mewo (2016) '*Gambaran kadar hemoglobin pada pekerja bangunan*'. Jurnal e-Biomedik,
- Hasanan, F. 2018. *Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Daya Tahan Kardiovaskular pada Atlet Atletik FIK Universitas Negeri Makassar*. Jurnal Olahraga dan Kesehatan:
- Hervianti Kevin. 2022. *Upaya Menurunkan Kejadian Anemia Pada Remaja Melalui Program Peduli Kesehatan Remaja (Pkpr) Di Wilayah Kerja Puskesmas Tebat Agung*. Program Studi Kesehatan Masyarakat (S1) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
- Hamzah F . et al. 2022. *Penerapan Aplikasi Yoga Serta Pemberian Pil Cantik Dan Susu Kedelai Pada Remaja Putri*. Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri) Vol 2
- Harahap NS, et al. 2018. *Pengaruh Aktivitas Aerobik dan Latihan yoga terhadap Kadar Hemoglobin pada Mahasiswa Ilmu Keolahragaan*. Jurnal Kesehatan dan Olahraga.
- Hidayat. (2014). *Metode penelitian dan Teknik Analisis. Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Julaecha, J. (2020). *Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri*. Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK), 2(2), 109. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.105> Diakses Tanggal 19 Juli 2024.

Kemenkes RI. (2020). profil kesehatan indonesia. jakarta.

Kalsum, U dan R. Halim. 2017. *Kebiasaan Sarapan Pagi Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMA Negeri 8 Muaro Jambi*. Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Sains.

Maharani Sri, 2020. *Penyuluhan Tentang Anemia pada Remaja*. Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK) Vol 2. Prodi DIII Kebidanan STIKes Baiturrahim Jambi <https://jak.stikba.ac.id/index.php/jak/article/view/51/49> Diakses Tanggal 28 Maret 2023.

Manya. 2022. Manfaat Yoga dalam penyembuhan anemia. NDTV Kesehatan. <https://www.ndtv.com/health/can-yoga-cure-anaemia-3105197> Di Akses 23 Maret 2023

Nafisah, 2018. The influence of yoga exercises. Jurnal Kebidanan.

Nisa. 2017. Effect Of Roselle (Hibiscus ..sabdariffa).On Change In Hemoglobin Level .In .Pregnant Women With Anemia Taking Iron Supplement. Semarang: Poltekkes Negeri Semarang.

Nugraha Gilang. 2015. *Panduan pemeriksaan laboratorium hematologi dasar*. Jakatra Timur : CV. Trans Info Media

Nursalam. (2015). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian*. Jakarta : Salemba Medika

Notoatmodjo. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta

Onggo, N. I. (2015). *Senam Yoga untuk Wanita Hamil (Vol. I)*. Jogjakarta, DIY Jogjakarta, Indonesia: GoldenBooks.

Permatasari W.M. 2017. *Hubungan Antara Status Gizi, Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Surabaya*. program studi pendidikan bidan fakultas kedokteran universitas airlangga Surabaya.

Proverawati, A. (2013). *Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha

Rahyani, (2020). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Patologi Bagi Bidan*. Yogyakarta

Sepriadi, Jannah K, et al. The effect of yoga exercise to improve hemoglobin levels. Journal of Physics. 2020

Setyaningrum . (2017). *Psikologi perkembangan Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Tania. (2022). *Pelaksanaan Latihan Yoga pada Ibu Hamil dalam Mengatasi Kecemasan di Masa Pandemi Covid -19 di Dusun Oi Ni'u Kota Bima Tahun 2022*. Akademi Kebidanan Surya Mandiri Kota Bima
- Tarwoto. 2015. *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi*. Jakarta: EGC
- Widayati, Dkk. (2020). *Yoga Untuk Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja Putri*. Kebidanan Program Sarjana. Universitas Ngudi Waluyo.
- Yamada. 2017. *Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Remaja Putri*. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Yonglihipaggon.P, Dkk. (2017).Effect Of Yoga On The Menstrual Painand Quality Of Life Of Young Women With Primary Dysmenorrhea. Jurnal Of Body Work And Movement Therapist,
- Yurintika, F., Febriana, S., & Yulia, I. (2015). *Pengaruh Senam yoga Terhadap Kualitas Tidur pada penderita Insomnia*. JOM.
- Zarianis. 2006. *Efek Suplementasi Besi dan Vitamin C terhadap Kadar Hemoglobin terhadap penderita Anemia di Kecamatan Sayung Kabupaten Demak*. Universitas Diponegoro Semarang.