



Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri (13-15 Tahun) di SMP Saqo Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Riski Purweni Dwi Pangesti^{1#}, Tutik Hidayati², Nova Hikmawati³

¹⁻³Universitas Hafshawati Zainul Hasan, Probolinggo

ARTICLE INFORMATION

Received: December 25rd 2025

Revised: January 3th 2025

Accepted: January 18th 2025

KEYWORD

remaja, anemia, tablet tambah darah
*adolescents, anemia, iron
supplement tablets*

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Riski Purweni Dwi Pangesti

E-mail:

No. Tlp : 082266053903

DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v5i1.361

ABSTRACT

Remaja putri berisiko menderita anemia lebih tinggi daripada remaja putra. Hal ini didasarkan pada kenyataan remaja putri sering melakukan diet agar tubuh tetap langsing, tetapi tidak memperhitungkan kebutuhan tubuh akan zat gizi, baik makro maupun mikro. Anemia terjadi karena kekurangan zat besi dan asam folat. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis efektivitas pemberian tablet tambah darah terhadap kejadian anemi pada remaja putri (13–15 tahun) di SMP SAQO Rangkang kecamatan Kraksaan Probolinggo. Penelitian ini menggunakan desain penelitian yang digunakan adalah pre eksperiment. Populasi dan sampel dalam penelitian mencakup semua remaja putri yang mengalami anemia di SMP SAQO Rangkang kecamatan Kraksaan Probolinggo yang berjumlah 36 orang. penelitian. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi. Berdasarkan uji statistic wilcoxon, diketahui bahwa nilai p value 0,000 dengan $\alpha < 0,05$. Karena nilai signifikansi $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan h_1 diterima yang berarti bahwa ada keefektifan pemberian tablet tambah darah terhadap kejadian anemia pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo. Dapat disimpulkan bahwa tablet tambah darah efektif untuk menurunkan anemia pada remaja putri.

Adolescent girls are at higher risk of anemia than adolescent boys. This is based on the fact that adolescent girls often go on diets to keep their bodies slim, but do not take into account the body's need for nutrients, both macro and micro. Anemia occurs due to a lack of iron and folic acid. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of giving iron supplements to the incidence of anemia in adolescent girls (13-15 years old) at at SAQO Junior High School, Rangkang, Kraksaan Subdistrict, Probolinggo.. This study used a pre-experimental research design. The population and sample in the study included all adolescent girls who had anemia at at SAQO Junior High School, Rangkang, Kraksaan Subdistrict, Probolinggo., totaling 36 people. research. The instrument used was an observation sheet. Based on the Wilcoxon statistical test, it is known that the p value is 0.000 with $\alpha < 0.05$. Because the significance value $< \alpha$ then h_0 is rejected and h_1 is accepted which means that there is effectiveness of giving iron tablets to the incidence of anemia in adolescent girls (13-15 years old) at at SAQO Junior High School, Rangkang, Kraksaan Subdistrict, Probolinggo. It can be concluded that iron tablets are effective in reducing anemia in adolescent girls.

© 2026

Riski Purweni Dwi Pangesti, dkk.

A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang mulainya saat terjadi kematangan seksual antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun. Remaja putri berisiko menderita anemia lebih tinggi daripada remaja putra. Hal ini didasarkan pada kenyataan remaja putri sering melakukan diet agar tubuh tetap langsing, tetapi tidak memperhitungkan kebutuhan tubuh akan zat gizi, baik makro maupun mikro. Anemia terjadi karena kekurangan zat besi dan asam folat (Irianto, 2022).

Anemia adalah suatu keadaan dimana rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) berdasarkan nilai ambang batas ($<12\text{g/dl}$) yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb. Defisiensi Fe berperan besar dalam kejadian anemia, namun defisiensi zat lainnya, kondisi non gizi, dan kelainan genetik (*herediter*) juga memerankan peran terhadap anemia (Khotimah, 2019)

Anemia dapat menyerang siapa saja namun paling sering menyerang wanita usia subur khususnya remaja putri. Remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Seharusnya periode remaja putri merupakan fase penting sebagai persiapan menjadi calon ibu sehingga dituntut dalam pemenuhan gizi. Remaja putri memiliki risiko tinggi menderita anemia dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan cenderung memperhatikan bentuk badannya agar selalu terlihat ideal sehingga akan membuat remaja putri membatasi asupan makanan yang dimakan. Dalam pertumbuhan, tubuh membutuhkan nutrisi dalam jumlah banyak, dan di antaranya adalah zat besi. Bila zat besi yang dipakai untuk pertumbuhan kurang dari yang diproduksi tubuh, maka terjadilah anemia defisiensi zat besi (Nurjannah et al., 2021).

Prevalensi anemia di dunia masih tinggi yaitu berkisar 40 - 88% dan remaja putri di Asia Tenggara yang menderita anemia sekitar 25 - 40% (WHO, 2019) dan *World Health Organization* (WHO) Tahun 2020 menyebutkan 30% penduduk di dunia mengalami anemia dan banyak diderita oleh Ibu hamil dan remaja putri. Cakupan anemia di kalangan remaja masih cukup tinggi yaitu sebesar 29%. Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia berdasarkan data Riskesdas 2018 mencapai 32% yang artinya 3-4 dari 10 remaja putri menderita anemia. Prevalensi anemia pada remaja yang terjadi di Propinsi Jawa Timur tahun 2021 meningkat sebanyak 42%. Kasus anemia terjadi pada remaja putri di Kabupaten Probolinggo sebanyak 22%. Kemudian cakupan anemia pada remaja di Puskesmas Kraksaan tahun 2023 sebanyak 12 %.

Faktor sosial ekonomi remaja dengan ekonomi rendah cenderung mengalami gizi kurang. Hal tersebut akan berpengaruh pada kemampuan untuk konsumsi makanan dan zat gizi sehingga keadaan tersebut memungkinkan untuk terjadinya anemia pada remaja (Jannah, 2021). Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya. Sarapan sebelum berangkat sekolah dan sering mengganti makan pagi menjadi makan siang. Mayoritas

remaja putri juga jarang mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi (*heme iron*) seperti daging, ikan, dan hati. Penanganan anemia yang bisa dilakukan adalah dengan pemberian tablet tambah darah (Fe) awalnya program pemberian pemberian suplementasi besi direkomendasikan oleh *World Health Organization* (WHO) kepada ibu hamil, namun seiring berjalannya waktu sasaran program ditambah menjadi remaja putri (Julaecha, 2020).

Dampak anemia zat besi pada remaja adalah menurunnya produktivitas kerja ataupun kemampuan akademis disekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan konsentrasi belajar. Anemia zat besi juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna, menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terserang penyakit. Berdasarkan siklus daur hidup, anemia zat besi pada saat remaja akan berpengaruh besar pada saat kehamilan dan persalinan, yaitu terjadinya abortus, melahirkan bayi dengan berat badan lahir Rendah, mengalami penyulit lahirnya bayi karena rahim tidak mampu berkontraksi dengan baik serta risiko terjadinya perdarahan pasca persalinan yang menyebabkan kematian maternal.

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri pada program tersebut adalah suplementasi zat besi atau Tablet Tambah Darah (TTD), memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk 4 meningkatkan pembentukan hemoglobin (Kemenkes RI, 2021). Pemerintah telah mendukung program terkait pemberian suplemen Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri sebagaimana yang tertera pada Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 88 tahun 2021 tentang standar Tablet Tambah Darah (TTD) bagi wanita usia subur dan ibu hamil dan Surat Edaran (SE) Kementerian Kesehatan RI No. HK.03.03/V/0595/2019 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dan wanita usia subur. Umumnya pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) ini diberikan saat SMP maupun SMA. Berdasarkan PP No.72 tahun 2021, terdapat indikator sasaran persentase remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan target 58% dengan tahun pencapaian pada tahun 2024.

B. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental *one group pretest-posttest* yang bertujuan menganalisis efektivitas pemberian tablet tambah darah (TTD) terhadap kejadian anemia pada remaja putri usia 13–15 tahun di SMP SAQO Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo. Populasi sekaligus sampel berjumlah 36 remaja putri yang mengalami anemia, dipilih dengan teknik *total sampling*. Variabel independen adalah pemberian TTD, sedangkan variabel dependen adalah kejadian anemia yang diukur melalui kadar hemoglobin (Hb). Penelitian dilaksanakan pada Maret–Juni 2025 dengan prosedur pengukuran Hb sebelum intervensi, pemberian TTD satu tablet per hari selama 14 hari, dan pengukuran Hb ulang pada hari ke-14. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya, kemudian dianalisis secara univariat

dan bivariat menggunakan Uji *Wilcoxon Sign Rank Test* dengan bantuan SPSS 22.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Umur	Frekuensi	Prosentase (%)
13 Tahun	11	30,6
14 Tahun	14	38,9
15 Tahun	11	30,6
Jumlah	36	100

Sumber: Data Primer Penelitian, 2025

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 5.1 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengahnya responden berumur 14 tahun yaitu 14 orang (38,9%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Kelas pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Kelas	Frekuensi	Prosentase (%)
7	10	27,8
8	13	36,1
9	13	36,1
Jumlah	36	100

Sumber: Data Primer Penelitian, 2025

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 5.1 dapat diinterpretasikan bahwa hampir setengahnya responden kelas 8 dan 9 yaitu 13 orang (36,1%).

3. Distribusi frekuensi karakteristik Anemia Sebelum Diberikan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Tabel 3. Data Statistik Anemia Sebelum Diberikan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Anemia	Frekuensi	Prosentase (%)
Tidak Anemia	0	0
Anemia ringan	22	61,1
Anemia sedang	14	38,9
Anemia berat	0	0
Jumlah	36	100

Sumber: Data Primer Penelitian, 2025

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia ringan sebelum diberikan tablet tambah darah sebanyak 22 orang (61,1%).

4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Sesudah Diberikan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Tabel 4. Data Statistik sesudah diberikan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Anemia	Frekuensi	Prosentase (%)
Tidak Anemia	21	58,3
Anemia ringan	14	38,9
Anemia sedang	1	2,8
Anemia berat	0	0
Jumlah	36	100

Sumber: Data Primer Penelitian, 2025

Berdasarkan tabel 5.4 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden tidak anemia setelah diberikan tablet tambah darah sebanyak 21 orang (58,3%).

5. Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Sebelum dan Setelah Diberikan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Kriteri Anemia	Pre Terapi		Post Terapi		Jumlah		<i>p value</i>
	f	%	f	%	f	%	
Tidak Anemia	0	0	21	58,3	36	100	0,000
Anemia Ringan	22	61,1	14	38,9			
Anemia Sedang	14	38,9	1	2,8			
Anemia Berat	0	0	0	0			

Berdasarkan uji statistic wilcoxon, diketahui bahwa nilai *p-value* 0,000 dengan $\alpha < 0,05$. Karena nilai signifikansi $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti bahwa ada keefektifan pemberian tablet tambah Darah terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

PEMBAHASAN

1. Anemia Sebelum Diberikan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Hasil penelitian mendapatkan bahwa responden sebelum diberikan tablet tambah darah sebagian besar mengalami anemia ringan yaitu sebanyak 22 orang (61,1%).

Anemia pada remaja putri merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan, terutama di negara berkembang. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi anemia di kalangan remaja putri berkisar antara 20% hingga 50%, tergantung pada wilayah geografis dan status sosial ekonomi. Faktor risiko utama meliputi pola makan yang tidak seimbang, kekurangan zat besi, dan kehilangan darah akibat menstruasi. Selain itu, kebiasaan melewatkan sarapan dan konsumsi makanan rendah zat gizi mikro seperti vitamin B12, folat, dan zat besi turut berkontribusi pada tingginya angka anemia pada kelompok ini (Dewi, 2022).

Anemia pada remaja putri dapat berdampak negatif pada kesehatan dan performa akademik. Kondisi ini menyebabkan kelelahan, konsentrasi yang rendah, dan penurunan daya ingat, yang secara langsung memengaruhi kemampuan belajar. remaja putri dengan kadar hemoglobin di bawah normal memiliki risiko 1,5 kali lebih tinggi mengalami nilai akademik rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak anemia. Selain itu, anemia juga berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, terutama pada usia remaja yang merupakan masa pertumbuhan pesat. Dengan demikian, intervensi seperti pemberian suplementasi zat besi, pendidikan gizi, dan peningkatan kesadaran masyarakat sangat diperlukan untuk mengatasi masalah anemia pada remaja putrid (Ramadani et al., 2021).

Menurut peneliti, sebelum diberikan tablet Fe, banyak remaja mengalami anemia yang disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dalam makanan sehari-hari. Pola makan yang tidak seimbang, seperti konsumsi makanan rendah zat besi heme yang ditemukan dalam daging merah, ikan, dan unggas, menjadi salah satu faktor utama. Selain itu, kebiasaan makan yang buruk, seperti melewatkan sarapan atau mengandalkan makanan cepat saji yang minim nutrisi, turut memperburuk kondisi. Pada remaja putri, kehilangan darah akibat menstruasi yang tidak diimbangi dengan peningkatan asupan zat besi juga menjadi penyebab signifikan. Faktor lainnya adalah kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi makanan kaya zat besi dan minimnya kesadaran akan dampak anemia terhadap kesehatan.

2. Anemia setelah diberikan Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden setelah diberikan tablet tambah darah sebagian besar tidak anemia yaitu sebanyak 21 orang (58,3%).

Tablet Fe memberikan manfaat utama bagi remaja putri dalam mencegah dan mengatasi anemia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi. Zat besi merupakan komponen penting dalam pembentukan hemoglobin, yang berperan dalam mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Remaja putri memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi karena menstruasi yang menyebabkan kehilangan darah secara rutin. Dengan suplementasi tablet Fe, kebutuhan zat besi harian dapat terpenuhi, sehingga mencegah terjadinya anemia. Selain itu, konsumsi tablet Fe secara rutin membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, sehingga mengurangi gejala anemia seperti lemas, pusing, dan kelelahan, yang sering kali mengganggu aktivitas sehari-hari (Rahayuningtyas et al., 2023).

Tablet Fe juga mendukung fungsi kognitif dan performa akademik remaja putri. Zat besi berperan penting dalam fungsi otak, termasuk konsentrasi, daya ingat, dan pemecahan masalah. Dengan mengatasi anemia melalui konsumsi tablet Fe, remaja putri dapat mengalami peningkatan energi, fokus, dan produktivitas belajar, yang secara langsung berdampak pada prestasi akademik mereka. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang rutin mengonsumsi tablet Fe cenderung memiliki hasil belajar yang lebih baik dibandingkan mereka yang mengalami anemia. Selain itu, tablet Fe juga mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada masa remaja, sehingga berkontribusi pada pembentukan generasi yang lebih sehat dan produktif di masa depan (Munir et al., 2022).

Menurut peneliti, setelah diberikan tablet Fe, banyak remaja putri tidak lagi mengalami anemia karena kebutuhan zat besi mereka dapat terpenuhi dengan baik melalui suplementasi ini. Tablet Fe secara efektif meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, yang sebelumnya rendah akibat kekurangan zat besi. Selain itu, suplementasi tablet Fe membantu menggantikan kehilangan zat besi akibat menstruasi, yang merupakan salah satu penyebab utama anemia pada remaja putri. Dengan konsumsi yang rutin, tubuh mampu menyerap zat besi lebih optimal, memperbaiki fungsi pembentukan sel darah merah, dan mengatasi gejala anemia seperti kelelahan dan pusing.

3. Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo

Berdasarkan uji *statistic wilcoxon*, diketahui bahwa nilai *P Value* 0,001 dengan $\alpha < 0,05$. Karena nilai signifikansi $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti bahwa ada Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo.

Pemberian tablet Fe telah terbukti efektif dalam menangani anemia pada remaja putri, khususnya yang disebabkan oleh defisiensi zat besi. Penelitian oleh Kusumawati et al. (2020) menunjukkan bahwa suplementasi tablet Fe selama 12 minggu mampu meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan pada remaja putri yang sebelumnya mengalami anemia ringan hingga sedang. Dalam studi tersebut, kelompok intervensi yang mengonsumsi tablet Fe menunjukkan peningkatan rata-rata kadar hemoglobin sebesar 2 g/dL dibandingkan kelompok kontrol. Tablet Fe berfungsi untuk memenuhi kebutuhan zat besi harian yang sering kali tidak terpenuhi dari asupan makanan saja, terutama pada remaja dengan pola makan yang tidak seimbang atau tinggi risiko kehilangan darah akibat menstruasi (Yulianti dan Asrum, 2024).

Pemberian tablet tambah darah terbukti efektif dalam menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri. Penelitian oleh Setyawan et al. (2020) menunjukkan bahwa intervensi pemberian tablet tambah darah selama 12 minggu secara signifikan meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri yang sebelumnya mengalami anemia ringan hingga sedang. Hasil studi ini mencatat penurunan angka anemia sebesar 35% setelah program suplementasi diterapkan. Tablet tambah darah mengandung zat besi dan asam folat yang berperan penting dalam pembentukan sel darah merah, sehingga mampu memperbaiki kondisi anemia akibat defisiensi zat besi yang sering dialami oleh remaja putri, terutama mereka yang mengalami menstruasi rutin. (Mulyani, 2024).

Menurut peneliti, tablet Fe efektif diberikan pada remaja putri karena mampu memenuhi kebutuhan zat besi harian yang sering kali tidak terpenuhi melalui pola makan. Remaja putri memiliki kebutuhan zat besi yang lebih tinggi akibat menstruasi rutin, yang menyebabkan kehilangan darah dan zat besi dalam jumlah signifikan. Tablet Fe mengandung zat besi yang mudah diserap oleh tubuh, sehingga membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan memperbaiki pembentukan sel darah merah. Dengan konsumsi yang teratur, tablet Fe mampu mencegah dan mengatasi anemia, terutama anemia defisiensi zat besi yang umum terjadi pada remaja putri.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di

Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo. maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden mengalami anemia ringan sebelum diberikan tablet tambah darah.
2. Sebagian besar responden tidak anemia setelah diberikan tablet tambah darah.
3. Ada Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri (13–15 tahun) di SMP SAQO di Desa Rangkang Kecamatan Kraksaan Probolinggo.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, W. (2020). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja Dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), h
- Agustina. (2019). Analisis Pengetahuan terhadap Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah untuk Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 269–276.
- Agustina, E. E. (2021). Hubungan antara asupan zat gizi energi, protein, zat besi dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri berdasarkan jenjang pendidikan di kabupaten kebumen. *PROSIDING: Seminar Nasional Dan Presentasi Hasil-Hasil Penelitian Pengabdian Masyarakat*, 1, 60–69. <http://103.97.100.145/index.php/JKA/article/view/3954>
- BKKBN: Kepatuhan remaja putri minum tablet tambah darah rendah - ANTARA News. <https://www.antaranews.com/berita/3162021/bkkbn-kepatuhan-remaja-putri-minum-tablet-tambah-darah-rendah>
- Direktorat Jenderal Kesmas. (2019). RENCANA AKSI PROGRAM KESEHATAN MASYARAKAT TAHUN 2018-2019. 2019
- Direktorat Jenderal Kesmas. (2020). Rencana aksi kegiatan direktorat gizi masyarakat tahun 2020-2025.
- Dumilah, P. R. A., & Sumarmi, S. (2020). Hubungan Anemia Dengan Prestasi Belajar Siswi Di SMP Unggulan Bina Insani. *Amerta Nutrition*, 1(4), 331. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7140>
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). Aku sehat tanpa Anemia.
- Fitriana, F., & Dwi Pramardika, D. (2019). Evaluasi Program Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3), 200–207. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3.807>
- Hastari, N. (2022). Gambaran Kejadian Anemia Berdasarkan Lama Menstruasi Pesantren An-Nur Kecamatan Mranggen. 2; 5 (pp. 14–17).
- Kemenkes, R. (2022). Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah. Kemenkes RI, 46. [https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku Tablet Tambah darah 100415.pdf](https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku%20Tablet%20Tambah%20darah%20100415.pdf)
- Kemenkes RI. (2016). Surat Edaran Nomor HK.03.03/V/0595/2016 tentang Pemberian tablet tambah darah pada remaja putri dan wanita usia subur. In Kementerian Kesehatan RI (pp. 1–3).

- Kemenkes RI. (2021). Pencegahan dan Penanggulangan anemia pada remaja putri dan Wanita Usia Subur (WUS). <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Kemenkes RI. (2020). Pedoman pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri pada masa pandemi COVID-19. Kementerian Kesehatan RI, 22. <http://app.x.alus.co/direktoratgiziweb/katalog/ttd-rematri-ok2.pdf>
- Munir, R., Sari, A., & Hidayat, D. F. (2022). Pendidikan Kesehatan : Pengetahuan Remaja Tentang Anemia. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 1(02), 83–93. <https://doi.org/10.34305/jppk.v1i02.432>
- Notoatmodjo, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Permatasari, T., Briawan, D., & Madanijah, S. (2019b).
- Efektivitas Program Suplementasi Zat Besi pada Remaja Putri di Kota Bogor (Effectiveness of Iron Supplementation Programme in Adolescent girl at Bogor City). *Jurnal Mkmi*, 14(1), 1–8. <http://dx.doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3705>
- Rahayuningtyas, D., Indraswari, R., & Musthofa, S. B. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Gilingan Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(3), 310–318. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i3.29231>
- Riskesdas. (2022). Laporan Riskesdas 2022 Nasional.pdf (p. 674). Sulistyawati, N., & Nurjanah, A. S. (2019). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Studi Kasus Pada Siswa Putri SMAN 1 Piyungan Bantul. *Jurnal Kesehatan Samodra Biru*, 9(2), 214–220.
- Tonasih, T., Rahmatika, S. D., & Irawan, A. (2019). Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) Di STIKes Muhammadiyah Cirebon. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(2), 106. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v6i2.292>
- WHO. (2020). Nutritional Anaemias : Tools for Effective Prevention. In World Health Organization.
- WHO. (2019). Anaemia in women and children. In Noncommunicable diseases <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/n>. [https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia in women and c](https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia%20in%20women%20and%20children)
- WHO. (2023). Prevalence of anaemia in women of reproductive age (aged 15-49) (%) Location type Prevalence of anaemia in women of repro ... The Global Health Observatory. [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-women-of-reproductive-age-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-women-of-reproductive-age-(-))
- Youssef, M. A. M., Hassan, E. S., & Yasien, D. G. (2020). Effect of iron deficiency anemia on language development in preschool Egyptian children. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, 135, 110114. <https://doi.org/10.1016/j.ijporl.2020.110114>
- Yuanty, Y., Damayanti, Y. F., & Krisdianti, M. (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan & Kebidanan*, 9(2), 1–11.
- Zamadi, Dhesa, D. B., & M, H. I. (2022). Analisis Penyebab Rendahnya Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri di Daerah Pesisir Kecamatan Kabaena Timur. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 9, 27–34. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/JGI%0D>