



Pengaruh Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

Lusi Eka Maidayanti^{1#}, Homsiatur Rohmatin², Iis Hanifah³

¹⁻³Universitas Hafshawati Zainul Hasan, Probolinggo

ARTICLE INFORMATION

Received: December 25th 2025

Revised: January 3th 2025

Accepted: January 18th 2025

KEYWORD

anemia, tablet Fe, remaja putri

anemia, iron tablets, adolescent girls

ABSTRACT

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang masih banyak terjadi, termasuk di Indonesia. Salah satu penyebab utamanya adalah kekurangan zat besi. Anemia defisiensi besi (ADB) menjadi jenis yang paling umum, terutama pada remaja putri yang membutuhkan lebih banyak zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Meski pemerintah telah melaksanakan program pemberian tablet Fe, angka kejadian anemia masih tinggi, termasuk di Desa Sumberrejo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh antara konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Sumberrejo, Kecamatan Tongas, Kabupaten Probolinggo. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional dengan jumlah populasi 120 remaja putri usia 10–18 tahun. Sampel diambil sebanyak 80 responden dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup dan dianalisis menggunakan uji Spearman Rank. Hasil analisis menunjukkan nilai *p*-value = 0,000 (< 0,05), sehingga *H*₁ diterima. Artinya, terdapat Pengaruh yang signifikan antara konsumsi tablet Fe dan kejadian anemia pada remaja putri. Diharapkan hasil ini mendorong peningkatan kesadaran dan kepatuhan konsumsi tablet Fe secara rutin dalam mencegah anemia.

*Anemia remains a prevalent global health issue, including in Indonesia. One of the main causes is iron deficiency. Iron Deficiency Anemia (IDA) is the most common type, particularly among adolescent girls who require higher iron intake during growth and menstruation. Although the government has implemented an iron tablet (Fe) supplementation program, the prevalence of anemia remains high, including in Sumberrejo Village. This study aims to determine the relationship between iron tablet consumption and the incidence of anemia among adolescent girls at the Youth Posyandu in Sumberrejo Village, Tongas District, Probolinggo Regency. This research employed a cross-sectional study design with a population of 120 girls aged 10–18 years. A total of 80 respondents were selected using purposive sampling. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed with the Spearman Rank test. The statistical analysis showed a *p*-value of 0.000 (< 0.05), indicating that *H*₁ is accepted. Therefore, there is a significant relationship between iron tablet consumption and anemia incidence among adolescent girls. These findings are expected to raise awareness and improve adherence to routine Fe tablet intake as an effort to maintain health and prevent anemia.*

DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v5i1.366

© 2025 Lusi Eka Maidayanti, dkk.

A. PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang sangat signifikan, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Penyakit ini berdampak tidak hanya pada kesehatan fisik, tetapi juga pada kualitas hidup, produktivitas, dan perkembangan individu (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Anemia defisiensi besi (ADB) adalah jenis anemia paling umum yang disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi. Zat besi berperan penting dalam pembentukan hemoglobin, protein yang mengangkut oksigen ke seluruh tubuh (Widiastuti & Rusmini, 2019). Kekurangan zat besi menyebabkan berbagai gejala, seperti kelelahan, pusing, hingga penurunan konsentrasi. Kelompok usia remaja putri menjadi salah satu yang paling rentan terhadap anemia karena tingginya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Remaja merupakan individu dalam kelompok usia 10-19 tahun. Remaja adalah transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa melibatkan perubahan perkembangan fisik, seksual, psikologis dan sosial yang dramatis, semunya terjadi pada saat yang bersamaan (WHO, 2023).

Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2022, anemia merupakan masalah Kesehatan global yang memiliki angka kejadian yang cukup tinggi, dengan prevalensi mencapai 50-65% di seluruh dunia. Kejadian anemia ini terutama menghantui negara-negara berkembang, di mana angka kejadian 3-4 kali lebih tinggi dibandingkan dengan negara maju. Fokus masalah anemia tertinggi di dunia terletak di Asia Selatan. Data dari Survei Nasional Kesehatan Keluarga (SNKK) mengungkapkan bahwa di Indonesia, angka kejadian anemia pada kelompok usia 15-24 tahun mencapai 20,5%. Lebih lanjut, berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2022, prevalensi anemia akibat defisiensi besi pada remaja putri usia 10-18 tahun mencapai 60,5%, sementara pada Wanita Usia Subur (WUS) usia 19-45 tahun mencapai 40,5%. Dari semua kelompok usia tersebut, remaja putri usia 10-18 tahun diidentifikasi sebagai kelompok dengan risiko tertinggi menderita anemia (Departemen Kesehatan RI, 2022). Berdasarkan Study Pendahuluan yang diambil di Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo, terdapat 10 remaja putri yang diperiksa pada Desember 2024, ada 8 remaja putri di antaranya mengalami anemia meskipun program suplementasi telah dilaksanakan. Salah satunya faktor penyebab adalah rendahnya kepatuhan dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman tentang manfaat tablet Fe, efek samping seperti mual.

Faktor penyebab utama anemia pada remaja putri adalah pola makan yang kurang memadai, menstruasi berlebihan, dan infeksi cacing yang mengganggu penyerapan zat besi (Angraeni, 2022). Beberapa faktor yang menyebabkan anemia pada remaja putri meliputi: Kurangnya konsumsi makanan yang kaya zat besi seperti daging merah, hati, sayuran hijau, dan kacang-kacangan dapat menyebabkan anemia defisiensi besi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Kehilangan darah saat menstruasi yang berlebihan (menorrhagia) merupakan penyebab anemia pada remaja putri karena tubuh kehilangan zat besi dalam jumlah signifikan (World Health

Organization 2020). Infeksi cacing tambang (hookworm) yang sering terjadi di daerah dengan sanitasi buruk dapat menyebabkan anemia akibat kehilangan darah kronis di saluran pencernaan (World Health Organization, 2020). Penyakit kronis seperti gangguan ginjal dan penyakit radang kronis juga dapat menghambat produksi hemoglobin (AHA, 2022). Status ekonomi rendah dapat membatasi akses terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan, sehingga meningkatkan risiko anemia pada remaja putri (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Kondisi medis seperti penyakit celiac atau gangguan pencernaan lainnya dapat menghambat penyerapan zat besi dari makanan (World Health Organization, 2020). Pemerintah Indonesia telah meluncurkan berbagai program untuk mencegah anemia pada remaja putri, salah satunya melalui konsumsi tablet Fe namun tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe masih rendah, (Dewi & Sari 2022)., faktor sosial-ekonomi, Tingkat pengetahuan pentingnya mengkonsumsi tablet Fe, turut memperburuk kondisi ini, khususnya di wilayah pedesaan seperti Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo.

Efektivitas untuk meningkatkan program pencegahan anemia, pendekatan berbasis teori Health Belief Model (HBM) dapat diterapkan. Remaja putri perlu lebih memahami risiko anemia (perceived susceptibility) dan dampaknya (perceived severity), serta diyakinkan bahwa konsumsi tablet Fe bermanfaat (perceived benefits) dan hambatan dapat diatasi (perceived barriers) ((Notoatmodjo, 2019). Pemerintah juga perlu memastikan ketersediaan tablet Fe dan memperbaiki kualitas distribusinya agar intervensi ini dapat menjangkau semua remaja, khususnya di daerah dengan fasilitas kesehatan terpencil dan Memastikan distribusi tablet Fe dapat diterima dan dikonsumsi oleh remaja putri di Desa Sumberrejo kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo. Meskipun program konsumsi tablet Fe telah dilaksanakan, kasus anemia masih cukup tinggi di wilayah tersebut. Hal ini menunjukkan perlunya analisis mendalam untuk memahami Pengaruh antara konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di Desa Sumberrejo, Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo.

B. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan menganalisis pengaruh konsumsi tablet Fe terhadap kejadian anemia pada remaja putri usia 10–18 tahun di Desa Sumberrejo, Kabupaten Probolinggo. Populasi penelitian berjumlah 120 remaja putri, dengan sampel sebanyak 80 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel independen adalah konsumsi tablet Fe, sedangkan variabel dependen adalah kejadian anemia yang diukur melalui kadar hemoglobin (Hb) menggunakan hemoglobinometer dengan batas anemia Hb <12 g/dL. Data konsumsi tablet Fe dikumpulkan menggunakan kuesioner baku dari Kemenkes RI, sedangkan kadar Hb diukur oleh tenaga kesehatan terlatih. Analisis data

dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ dan diolah menggunakan SPSS versi 25. Penelitian dilaksanakan di Desa Sumberrejo pada April–Juni 2025 dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, termasuk informed consent, anonimitas, dan kerahasiaan responden.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

1. Berdasarkan Umur

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Posyandu Remaja Desa Sumberejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

Umur	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Remaja Awal (10-13 tahun)	34	43%
Remaja Pertengahan (14-16 tahun)	40	50%
Remaja Akhir (17-19 tahun)	6	8%
Jumlah	80	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian umur responden berusia 14-16 tahun sebanyak 40 orang (50%).

2. Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Posyandu Remaja Desa Sumberejo kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

Pendidikan	Frekuensi (f)	Prosentase(%)
SD	34	43%
SLTP	40	50%
SLTA	6	8%
Jumlah	80	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.2 dapat diketahui bahwa setengahnya responden berpendidikan SLTP sebanyak 40 orang (50%) dan sebagian kecil berpendidikan SLTA sebanyak 6 orang (8%).

3. Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Tablet Fe

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Tablet Fe Di Posyandu Remaja Dea Sumber Rejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

Konsumsi tablet Fe	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Sering	10	13%
Kadang	31	39%
Tidak	39	49%
Total	80	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa hampir setengah responden tidak konsumsi tablet Fe sebanyak 39 orang (49%).

4. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia di Posyandu Remaja Desa Sumber Rejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

Anemia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Ringan	42	53%
Sedang	38	48%
Berat	0	0%
Total	80	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai anemia Ringan. yaitu sebanyak 42 orang (53%) dan tidak satupun responden yang mengalami anemia berat.

5. Analisis Pengaruh Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

Tabel 5. Tabulasi Silang Pengaruh Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo

Konsumsi Tablet Fe	Kejadian Anemia						Jumlah	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%	f	%
Sering	32	85	7	16	0	0	39	49
Kadang	2	5	29	70	0	0	31	38
Tidak	4	10	6	14	0	0	10	13
Jumlah	38	100	42	100	0	0	80	100
p value = 0,0						$\alpha = 0,05$		

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan responden sebagian besar responden yang sering konsumsi tablet Fe 32 orang mempunyai anemia ringan (85 %) dan tidak ada satupun responden yang megalami anemia berat.

Berdasarkan hasil uji *spearman rank* menunjukkan nilai p value = 0,000 yang berarti nilai p value hasil uji statistik pada penelitian ini adalah lebih kecil daripada $\alpha = 0,05$, sehingga H1 diterima, artinya ada Pengaruh konsumsi tablet fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di posyandu remaja desa sumberejo kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo.

PEMBAHASAN

1. Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 31 Orang (49%) responden tidak mengonsumsi tablet Fe, sementara 31 Orang (39%) hanya mengonsumsinya sesekali, dan hanya 10 Orang (13%) yang melakukannya secara rutin. Data ini mengindikasikan bahwa tingkat kepatuhan terhadap program suplementasi tablet Fe masih tergolong sangat rendah.

Penelitian oleh Yulianti et al. (2020) mengidentifikasi beberapa faktor yang menjadi penyebab rendahnya konsumsi tablet Fe, seperti minimnya pemahaman mengenai manfaat tablet tersebut, munculnya ketidaknyamanan fisik setelah konsumsi, serta anggapan bahwa suplemen ini bukanlah kebutuhan yang mendesak. Temuan ini selaras dengan penelitian Nurhasanah et al. (2022), yang menyatakan bahwa lebih dari separuh remaja putri tidak mengetahui manfaat tablet Fe, dan hampir separuh lainnya menghentikan konsumsi akibat efek samping seperti mual.

Laporan dari World Health Organization (2021) menekankan bahwa Indonesia masih menghadapi tantangan besar dalam menjamin pemerataan distribusi tablet Fe serta dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi di kalangan remaja. Hal ini diperkuat oleh hasil survei Badan Litbangkes Kemenkes (2018), yang menunjukkan bahwa hanya sekitar 33% remaja putri menerima tablet Fe secara rutin dari program pemerintah. Selain itu, studi oleh Putri dan Damayanti (2021) mengungkapkan bahwa distribusi yang tidak merata serta lemahnya sistem pemantauan menjadi hambatan utama dalam pelaksanaan program tersebut.

Rendahnya tingkat konsumsi tablet Fe mencerminkan adanya kesenjangan antara perencanaan program dan respons masyarakat. Oleh karena itu, selain menjamin ketersediaan fisik tablet Fe, intervensi yang bersifat edukatif dan promotif perlu diperkuat, terutama melalui strategi komunikasi perubahan perilaku. Salah satu pendekatan yang dinilai efektif adalah pelibatan kader remaja sebagai agen promosi

kesehatan di kalangan teman sebayanya. Hal ini sejalan dengan hasil studi Kurniawan et al. (2020), yang menunjukkan bahwa program peer educator mampu meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja terhadap konsumsi tablet Fe secara signifikan di Lingkungan Sekolah.

2. Kejadian Anemia

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kondisi anemia, dengan rincian 42 Orang (53%) menderita anemia ringan dan 38 Orang (48%) mengalami anemia sedang. Tidak ditemukan kasus anemia berat di antara para responden. Data ini mencerminkan bahwa meskipun belum mencapai tingkat yang membahayakan secara klinis, sebagian besar remaja putri dalam penelitian ini sudah berada dalam kondisi yang memerlukan perhatian dan tindak lanjut.

Penemuan ini diperkuat oleh studi Dewi dan Handayani (2022) yang menyatakan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia, khususnya pada kelompok remaja putri. Faktor utama penyebab anemia dalam kelompok ini adalah kekurangan zat besi, yang dipengaruhi oleh pola makan yang rendah asupan zat gizi mikro. Selain itu, laporan Riskesdas tahun 2018 juga mendukung temuan ini, dengan menyebutkan bahwa prevalensi anemia lebih tinggi di daerah pedesaan dibandingkan dengan wilayah perkotaan. Hal ini berkaitan erat dengan terbatasnya akses terhadap pangan bergizi serta kurangnya informasi kesehatan yang tersedia secara merata.

Dari sudut pandang teoritis, anemia ringan maupun sedang tidak boleh dipandang sebagai kondisi yang bisa diabaikan. Menurut konsep gizi seimbang dan prinsip kesehatan masyarakat, kekurangan zat besi dapat menimbulkan dampak serius terhadap berbagai aspek kehidupan remaja, mulai dari perkembangan fisik, konsentrasi belajar, hingga daya tahan tubuh. Secara fisiologis, zat besi berperan penting dalam pembentukan hemoglobin yang membawa oksigen ke seluruh tubuh. Ketidakcukupan zat besi dalam jangka panjang dapat mengganggu produktivitas dan menurunkan capaian akademik.

Berdasarkan fakta dan teori tersebut, kondisi anemia yang cukup tinggi di kalangan remaja putri perlu menjadi perhatian serius, khususnya bagi pemangku kepentingan di tingkat desa dan petugas kesehatan masyarakat. Tidak cukup hanya mengandalkan kegiatan posyandu sebagai satu-satunya bentuk intervensi, dibutuhkan sistem pemantauan dan pendampingan status gizi remaja yang dilakukan secara berkala dan berkelanjutan. Pendekatan berbasis komunitas dengan melibatkan sekolah, keluarga, dan tokoh lokal perlu diintegrasikan ke dalam strategi pencegahan dan penanganan anemia agar dampaknya dapat diminimalisir secara efek.

3. Analisis Pengaruh Konsumsi Tablet Fe dan Anemia

Spearman Rank p-value = 0,012 ($\text{keduanya} < \alpha = 0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia.

Responden yang rutin konsumsi tablet Fe didominasi oleh kejadian anemia ringan, Responden yang tidak konsumsi cenderung mengalami anemia sedang, Tidak ada responden yang mengalami anemia berat, menunjukkan potensi perlindungan jika intervensi dilakukan lebih awal.

Menurut (*Food and Agriculture Organization of the United Nations* (FAO) dan *World Health Organization* (WHO), 2020), suplementasi tablet Fe secara rutin terbukti secara global dapat menurunkan risiko anemia hingga 30% pada remaja putri. Penelitian oleh Hidayah et al. (2021) juga menunjukkan bahwa pemberian tablet Fe selama minimal 12 minggu secara konsisten dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan. Fakta di lapangan, termasuk hasil penelitian ini, menunjukkan masih rendahnya tingkat konsumsi tablet Fe secara teratur. Hal ini mengindikasikan bahwa upaya intervensi tidak cukup hanya dengan distribusi tablet, tetapi harus diikuti oleh strategi edukasi yang menyeluruh.

Data ini menunjukkan bahwa tablet Fe memang efektif dalam mencegah anemia, namun efektivitasnya sangat tergantung pada kepatuhan konsumsi. Oleh karena itu, intervensi tidak bisa hanya berupa pembagian obat, melainkan harus menjadi program yang menyatu dengan pola hidup sehat remaja. Kegiatan seperti kelas gizi, *peer group discussion*, dan penguatan peran guru BK (bimbingan konseling) sangat strategis untuk menjembatani edukasi kesehatan di kalangan remaja.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Pengaruh konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas Kabupaten Probolinggo, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat konsumsi tablet Fe pada remaja putri di Posyandu Remaja Desa Sumberrejo Kecamatan Tongas masih sangat rendah. Sebanyak 31 Orang (49%)
2. Sebagian besar remaja putri yang menjadi responden mengalami anemia dengan tingkat keparahan ringan dan sedang sebanyak 42 Orang (53%).
3. Hasil analisis menunjukkan adanya Pengaruh yang signifikan antara konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p\text{-value} < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R. (2021). *Etiologi dan patofisiologi anemia*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran.
- AHA. (2022). Correction to: 2022 AHA/ACC/HFSA Guideline for the Management of Heart Failure: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Joint Committee on Clinical Practice Guidelines. In P. A. Heidenreich (Ed.), *Circulation*, 145(18). <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000001073>
- Angraeni, D. R. L. L. (2022). Deteksi dini anemia melalui pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Prahita*, 03, 1–6.
- Aprianti, S., & Kusumaningrum, S. (2023). Pengaruh keyakinan remaja putri dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dalam pencegahan anemia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 461–471.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.litbang.kemkes.go.id>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Statistik Kesehatan Remaja Indonesia*. Jakarta: BPS.
- Chendriany, et al. (2021). *Anemia: Masalah Kesehatan Global*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Cynara, A. C. (2022). Pengaruh program konsumsi tablet tambah darah, faktor intrapersonal dan sosial terhadap asupan gizi pencegahan anemia pada remaja putri SMA/MAN di Yogyakarta: Aplikasi Health Belief Model. *Digilib.uns.ac.id*.
- Departemen Kesehatan RI. (2022). *Laporan Survei Kesehatan Nasional*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Dewi, A. I., & Handayani, A. (2022). Pengaruh pengetahuan remaja tentang tablet Fe dengan kejadian anemia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), 45–53. <https://doi.org/10.20473/jkmi.v17i1.2022>
- Dewi, S. R., & Sari, D. P. (2022). Pengetahuan gizi, asupan vitamin C, dan zat besi kaitannya dengan anemia remaja putri di Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 7(1), 1–8.
- FAO & WHO. (2020). *Guidelines on food fortification with micronutrients*. Food and Agriculture Organization of the United Nations & World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240020407>
- Gibson, R. S. (2005). *Principles of nutritional assessment* (2nd ed.). Oxford University Press.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health behavior and health education: Theory, research, and practice* (5th ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
- Herlina, N., Safitri, N., & Kurniasari, I. (2020). Pengaruh konsumsi tablet Fe terhadap status anemia pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 74–80. <https://doi.org/10.26714/jkr.11.2.2020.74-80>
- Hidayah, A. N., Sari, M., & Putri, L. A. (2021). Efektivitas suplementasi tablet Fe terhadap kadar hemoglobin remaja putri. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(1), 33–39. <https://doi.org/10.31227/osf.io/xyzq7>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kemenkes RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Laporan Prevalensi Anemia di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kusumawati, Y., & Widodo, A. (2021). Efektivitas edukasi gizi dan konsumsi tablet Fe terhadap peningkatan hemoglobin. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 19(1), 23–30. <https://doi.org/10.20473/mgi.v19i1.2021.23-30>
- Lailiyah, M., Nurjanah, & Andini, R. (2021). Tingkat pendidikan dan Pengaruhnya dengan pengetahuan gizi remaja. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 3(2), 55–62. <https://doi.org/10.31294/jgki.v3i2.9876>
- Maulidya, F., Rahmawati, D., & Ismanto, Y. (2023). Anemia pada remaja putri di Jawa Timur: Tinjauan pola makan dan status gizi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 9(1), 13–21. <https://doi.org/10.14710/jkk.v9i1.12267>
- Notoatmodjo, S. (2019). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku* (W. & C. Rachmawati, Eds.). Wineka Media.
- Permenkes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Kementerian Kesehatan RI. <https://peraturan.bpk.go.id>
- Rahayu, D., Mulyani, S., & Fitriyah, L. (2020). Hambatan konsumsi tablet Fe pada remaja putri: Studi kualitatif di wilayah pedesaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 176–183. <https://doi.org/10.26553/jikm.v11i3.1345>
- Retnaningsih, D., & Ramadhani, R. (2022). Anemia pada remaja putri dan faktor determinannya di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 20(1), 89–95. <https://doi.org/10.31294/jik.v20i1.10934>
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- WHO. (2020). *Nutritional anaemias: Tools for effective prevention and control*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241513069>
- Widiastuti, D., & Rusmini, S. (2019). Pengaruh kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN 1 Sidoarjo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 1–7.
- Widiastuti, & Rusmini. (2019). *Anemia defisiensi besi pada remaja putri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yulianti, D., Sari, Y. P., & Anggraeni, R. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 117–124. <https://doi.org/10.31227/osf.io/g2kps>
- Yunitasari, E., Rachmawati, I. N., & Susanti, H. (2021). Determinan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet tambah darah. *Jurnal Promkes*, 9(1), 1–9. <https://doi.org/10.20473/jpk.v9i1.2021.1-9>