

Edukasi Tablet Tambah Darah untuk Pencegahan Anemia Remaja Putri

¹⁾Irma Susanti, ²⁾Silvia Zety Fauziyati*, ³⁾Aisyah Ardina Rahmawati, ⁴⁾Lutfiatu Azzahroh, ⁵⁾Widuri Apriliyah

^{1,2,3,4,5)}Program Studi S1 Farmasi, Universitas Muhammadiyah Lamongan, Lamongan, Indonesia

Email Corresponding: slvzety@gmail.com*

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Defisiensi Besi
Suplementasi Zat Besi
Intervensi Sekolah
Edukasi Interaktif
Evaluasi Pengetahuan

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang umum terjadi akibat kehilangan darah saat menstruasi dan asupan zat besi yang kurang optimal. Kondisi ini dapat menurunkan konsentrasi, daya tahan tubuh, serta prestasi belajar. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswi kelas X mengenai anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai upaya pencegahan. Metode yang digunakan berupa edukasi kesehatan melalui ceramah interaktif yang dilengkapi media PowerPoint dan leaflet, serta sesi tanya jawab. Materi mencakup pengertian anemia, penyebab dan gejala, manfaat TTD, serta cara konsumsi yang tepat. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test yang digunakan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata dari 84,4 pada pre-test menjadi 99,7 pada post-test. Hasil evaluasi ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang disampaikan secara sistematis dan interaktif efektif meningkatkan pemahaman remaja putri tentang pencegahan anemia melalui konsumsi TTD secara tepat dan teratur. Kegiatan ini diharapkan dapat mendukung upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah dalam menekan angka kejadian anemia pada remaja.

ABSTRACT

Keywords:

Iron Deficiency
Iron Supplementation
School-Based Intervention
Interactive Education
Knowledge Evaluation

Anemia among adolescent girls remains a common health problem caused by menstrual blood loss and inadequate iron intake. This condition can reduce concentration, immunity, and academic performance. This activity aimed to improve the knowledge of tenth-grade female students regarding anemia and the importance of iron supplementation (Iron Tablets/TTD) as a preventive measure. The method used was health education delivered through interactive lectures supported by PowerPoint presentations and leaflets, followed by a question-and-answer session. The materials covered the definition of anemia, its causes and symptoms, the benefits of iron supplementation, and proper consumption practices. Evaluation was conducted using pre-test and post-test assessments to measure changes in participants' knowledge levels. The results showed an increase in the average score from 84.4 in the pre-test to 99.7 in the post-test. These findings indicate that systematically delivered and interactive health education is effective in improving adolescent girls' understanding of anemia prevention through proper and regular iron supplementation. This activity is expected to support promotive and preventive efforts in the school environment to reduce the incidence of anemia among adolescents.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan menurunnya kadar hemoglobin dalam sel darah merah sehingga tubuh tidak mampu memenuhi kebutuhan oksigen secara optimal. Hemoglobin sendiri berfungsi sebagai protein penting yang membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh. Menurut standar yang ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO), kadar hemoglobin normal pada perempuan berusia di atas 15 tahun seharusnya lebih dari 12,0 g/dl atau setara dengan lebih dari 7,5 mmol. Apabila kadar hemoglobin berada di bawah ambang batas tersebut, maka seseorang berisiko mengalami anemia. Gejala anemia muncul karena berkurangnya pasokan oksigen ke organ-organ vital, sehingga tubuh berusaha melakukan kompensasi terhadap penurunan hemoglobin. Manifestasi klinis yang sering dirasakan antara lain rasa lemah, cepat lelah, tubuh lesu, sakit kepala, pusing, hingga gangguan penglihatan seperti pandangan kabur

atau mata berkunang-kunang. Kondisi ini tidak jarang diabaikan karena dianggap sebagai keluhan ringan sehari-hari, padahal sebenarnya merupakan tanda adanya gangguan kesehatan yang serius (Surtimanah, 2023).

Anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat utama di tingkat global dan nasional. Diperkirakan sekitar sepertiga populasi dunia mengalami anemia, dengan prevalensi pada remaja usia 15–24 tahun mencapai 32%. Angka ini menunjukkan bahwa 3–4 dari setiap 10 remaja berisiko mengalami anemia. Prevalensi anemia pada remaja perempuan (27,2%) diketahui lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki (20,3%) (Kusnadi, 2021). Tingginya kejadian anemia pada remaja putri berkaitan erat dengan faktor biologis berupa menstruasi serta kebiasaan konsumsi makanan yang kurang seimbang, terutama rendah zat besi (Yunita et al., 2020). Selain kehilangan darah saat menstruasi, pola makan rendah protein, minim konsumsi sayuran, serta kurangnya asupan makanan sumber zat besi turut memperbesar risiko anemia pada remaja putri. Anemia juga dapat disebabkan oleh defisiensi zat gizi lain seperti asam folat, vitamin B12, dan vitamin A, serta kondisi lain seperti peradangan kronis, infeksi parasit, dan gangguan pembentukan sel darah merah (Aulya et al., 2022; Putri et al., 2022). Risiko anemia meningkat pada remaja putri dengan siklus menstruasi yang panjang atau volume perdarahan menstruasi yang lebih banyak (Anggrainy et al., 2022).

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya pencegahan, salah satunya melalui program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri. TTD mengandung minimal 60 mg zat besi dan 400 mcg asam folat yang berperan dalam pembentukan sel darah merah. Remaja putri dianjurkan mengonsumsi TTD satu kali dalam seminggu serta selama 10 hari berturut-turut saat menstruasi (Sab'ngatun & Riawati, 2021). Program ini terbukti efektif dalam menurunkan prevalensi anemia. Sekolah yang menjalankan program TTD memiliki prevalensi anemia sebesar 24%, lebih rendah dibandingkan sekolah yang tidak menjalankannya yaitu 43,1% (Larasati et al., 2021). Data tersebut menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah berpotensi besar dalam mengendalikan anemia pada remaja putri.

Namun demikian, kondisi ideal tersebut belum sepenuhnya tercapai pada mitra kegiatan, yaitu siswi di salah satu sekolah di Kabupaten Lamongan. Berdasarkan hasil identifikasi awal, masih ditemukan beberapa permasalahan yang cukup mendasar. Permasalahan pertama adalah rendahnya pengetahuan mengenai anemia, baik terkait penyebab, gejala, dampak, maupun cara pencegahannya. Banyak siswi belum memahami bahwa keluhan seperti pusing, cepat lelah, sulit berkonsentrasi, dan wajah pucat dapat menjadi tanda anemia (Anggrainy et al., 2022). Keluhan tersebut sering dianggap sebagai akibat kelelahan belajar atau kurang istirahat, sehingga tidak ditindaklanjuti dengan pemeriksaan atau upaya pencegahan. Permasalahan kedua adalah rendahnya kesadaran untuk melakukan pencegahan sejak dini. Sebagian siswi belum memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang yang mengandung zat besi. Pola makan yang kurang memperhatikan kecukupan gizi masih ditemukan, terutama rendahnya konsumsi sumber zat besi seperti daging, hati, atau sayuran hijau. Kondisi ini menunjukkan bahwa informasi mengenai gizi dan anemia belum tersampaikan secara optimal. Permasalahan ketiga yang cukup menonjol adalah rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi TTD. Meskipun program TTD telah tersedia, tidak semua siswi mengonsumsinya secara rutin sesuai anjuran. Beberapa faktor yang memengaruhi antara lain kurangnya pemahaman mengenai manfaat TTD, rendahnya motivasi, minimnya dukungan dari lingkungan sekolah maupun keluarga, serta anggapan bahwa TTD tidak memberikan efek yang langsung dirasakan (Larasati et al., 2021; Nasichah & Sulistyowati, 2023). Sebagian siswi juga menganggap konsumsi TTD tidak terlalu penting selama mereka masih dapat beraktivitas seperti biasa. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara program yang telah dirancang dan implementasi nyata di tingkat sekolah.

Jika kondisi ini tidak segera ditangani, dampaknya dapat dirasakan dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, anemia dapat menurunkan konsentrasi, prestasi belajar, serta daya tahan tubuh remaja (Sunarti, 2022). Remaja yang mengalami anemia cenderung lebih mudah lelah dan kurang fokus dalam mengikuti proses pembelajaran. Dalam jangka panjang, anemia yang berlanjut hingga masa dewasa dan kehamilan dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, bayi berat badan lahir rendah (BBLR), serta peningkatan angka kematian ibu (Jasmi et al., 2022). Dengan demikian, permasalahan anemia pada remaja putri tidak hanya berdampak pada kesehatan individu saat ini, tetapi juga berpotensi memengaruhi kualitas generasi di masa depan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan intervensi edukatif yang lebih terarah dan berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta kepatuhan remaja putri dalam mencegah anemia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk upaya menjawab kebutuhan mitra, khususnya dalam meningkatkan pemahaman mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD. Diharapkan melalui

edukasi yang diberikan, terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap yang mendukung perilaku pencegahan anemia secara konsisten, sehingga kesehatan remaja putri dapat terjaga dengan lebih baik.

II. MASALAH

Sekolah mitra merupakan salah satu institusi pendidikan di Kota Lamongan yang memiliki jumlah remaja putri cukup besar. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia akibat kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan dan menstruasi. Namun, berdasarkan hasil observasi dan diskusi dengan pihak sekolah, masih ditemukan berbagai kendala yang berpotensi meningkatkan risiko anemia pada siswi.

Permasalahan utama yang menjadi perhatian meliputi: (1) rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia, baik dari segi pengertian, penyebab, gejala, maupun dampak jangka panjang terhadap kesehatan dan prestasi belajar; (2) rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang telah diprogramkan pemerintah; (3) adanya persepsi negatif terhadap TTD, seperti rasa dan aroma yang kurang nyaman serta anggapan bahwa konsumsi TTD tidak memberikan manfaat langsung; (4) pola konsumsi makanan yang kurang seimbang, khususnya rendahnya asupan pangan sumber zat besi; dan (5) belum optimalnya edukasi kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah terkait pencegahan anemia.

Permasalahan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara program pencegahan anemia yang telah tersedia dengan tingkat pemahaman serta perilaku remaja putri dalam menerapkan upaya pencegahan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukatif yang terarah dan berkelanjutan guna meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri.

III. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif partisipatif melalui penyuluhan interaktif dan evaluasi peningkatan pengetahuan. Sasaran kegiatan adalah siswi kelas X di salah satu sekolah di Kabupaten Lamongan yang dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan rendahnya pengetahuan mengenai anemia serta masih kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 36 siswi yang hadir secara penuh selama kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahap utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan diawali dengan observasi dan koordinasi bersama pihak sekolah untuk mengidentifikasi kondisi mitra serta menentukan waktu pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini tim juga melakukan pengurusan perizinan, penyusunan materi edukasi yang disesuaikan dengan karakteristik remaja, serta pembuatan instrumen evaluasi berupa soal pre-test dan post-test. Materi yang disiapkan mencakup pengertian anemia, penyebab, gejala, dampak jangka panjang, serta pentingnya konsumsi TTD secara rutin. Media yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi PowerPoint, leaflet edukasi, lembar soal, serta perangkat pendukung seperti laptop dan LCD proyektor.

Tahap pelaksanaan dilakukan pada bulan Januari 2025. Kegiatan diawali dengan pengisian pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta terkait anemia dan TTD. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif yang disertai diskusi dan tanya jawab. Metode ini dipilih agar peserta lebih aktif dan berani menyampaikan pendapat maupun pertanyaan. Untuk memperkuat pemahaman, peserta juga diberikan leaflet yang dapat dibaca kembali setelah kegiatan selesai. Setelah seluruh materi disampaikan, peserta mengisi post-test sebagai bentuk evaluasi akhir.

Tahap evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk melihat adanya peningkatan pengetahuan. Analisis dilakukan secara deskriptif dengan menghitung nilai rata-rata sebelum dan sesudah penyuluhan serta melihat selisih peningkatannya. Selain itu, partisipasi dan respons peserta selama kegiatan juga menjadi bahan pertimbangan dalam menilai efektivitas program. Hasil evaluasi ini digunakan sebagai indikator keberhasilan kegiatan serta sebagai dasar perencanaan tindak lanjut di masa mendatang.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

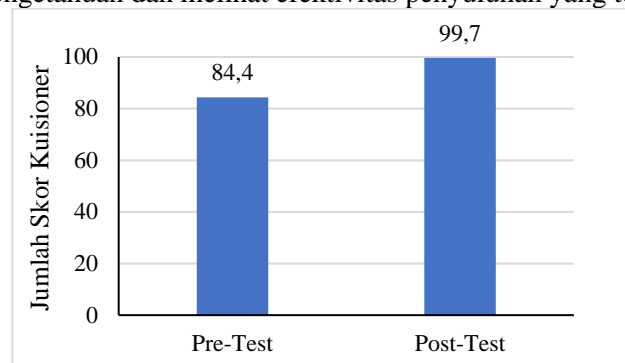
Kegiatan edukasi tentang pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) diikuti oleh 36 siswi kelas X yang berusia 15–16 tahun. Sebagian besar berusia 15 tahun, sedangkan siswanya 16 tahun. Pada usia ini, remaja putri sedang berada dalam masa pertumbuhan dan sudah mengalami menstruasi secara rutin, sehingga

kebutuhan zat besi dalam tubuh menjadi lebih besar. Kondisi ini membuat remaja putri lebih rentan mengalami anemia jika asupan zat besinya tidak tercukupi.

Tabel 1. Usia Responden

Usia (Tahun)	Jumlah Responden (n)	Persentase (%)
15	24	66,6
16	12	33,4

Kegiatan diawali dengan pemberian pre-test berupa 10 soal pilihan ganda untuk mengetahui pengetahuan awal siswi tentang anemia dan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Setelah itu, tim mahasiswa menyampaikan materi mengenai pengertian anemia, penyebab, dampak, serta manfaat dan cara konsumsi TTD melalui metode ceramah interaktif yang didukung PowerPoint dan pembagian leaflet. Peserta juga mengikuti sesi diskusi dan aktif mengajukan pertanyaan. Di akhir kegiatan, dilakukan post-test dengan soal yang sama untuk menilai peningkatan pengetahuan dan melihat efektivitas penyuluhan yang telah diberikan.



Gambar 1. Rata-Rata Jawaban Kuisisioner

Berdasarkan hasil pre-test, nilai rata-rata yang didapatkan peserta adalah 84,4. Meskipun angka ini tergolong cukup baik, tetapi masih ditemukan beberapa siswi yang belum memahami secara jelas tentang definisi anemia, tanda dan gejala yang muncul, serta aturan konsumsi TTD yang benar. Setelah diberikan penyuluhan, nilai rata-rata meningkat menjadi 99,7. Terjadi peningkatan sebesar 15,3 poin, yang menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan mampu memperbaiki pemahaman peserta tentang pengertian anemia, penyebab, dampak, serta pentingnya konsumsi TTD secara rutin.

Hasil yang diperoleh tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana edukasi kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai anemia (Riesmiyatiningdyah et al., 2021). Beberapa penelitian dengan metode pre-test dan post-test juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan di sekolah. Hal ini berarti bahwa pemberian informasi yang jelas dan mudah dipahami dapat membantu remaja lebih mengerti tentang penyebab, dampak, serta cara mencegah anemia, termasuk pentingnya konsumsi TTD secara rutin (Ermiami et al., 2025).

Selain itu penggunaan media PowerPoint dan leaflet dalam menjadi faktor pendukung peningkatan pengetahuan peserta. Materi yang ditampilkan melalui PowerPoint disusun secara ringkas, terstruktur, dan dilengkapi gambar sehingga lebih mudah dipahami dan membuat siswi lebih fokus selama penyuluhan. Leaflet yang dibagikan juga berfungsi sebagai bahan bacaan yang dapat dipelajari kembali setelah kegiatan selesai, sehingga peserta dapat mengulang materi secara mandiri dan memperkuat pemahaman. Penggunaan media visual dan cetak dalam edukasi kesehatan diketahui dapat meningkatkan daya serap informasi karena melibatkan lebih dari satu indera. Media visual membantu memperjelas materi yang sulit jika hanya dijelaskan secara lisan, sedangkan leaflet memperpanjang paparan informasi di luar waktu penyuluhan. Oleh karena itu, kombinasi ceramah, PowerPoint, dan leaflet diduga menjadi salah satu faktor yang mendukung peningkatan skor pengetahuan pada post-test (Raihani et al., 2024).



Gambar 2. Foto Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Selama kegiatan berlangsung, siswi terlihat aktif bertanya dan memberikan tanggapan, sehingga tercipta interaksi dua arah antara pemateri dan peserta. Hal ini menunjukkan adanya ketertarikan dan perhatian terhadap materi yang disampaikan. Antusiasme peserta juga semakin meningkat dengan adanya pemberian reward berupa hadiah sederhana bagi siswi yang berani menjawab atau bertanya. Pemberian apresiasi tersebut membuat suasana penyuluhan menjadi lebih hidup, tidak membosankan, dan membantu peserta lebih mudah memahami materi yang diberikan (Ermiami et al., 2025).

Meskipun demikian, keberhasilan program TTD tidak hanya bergantung pada peningkatan pengetahuan. Kepatuhan konsumsi tetap menjadi faktor utama. Beberapa remaja terkadang enggan mengonsumsi TTD karena merasa mual atau takut efek samping. Pola makan juga berperan penting. Konsumsi makanan sumber zat besi seperti daging, hati, ikan, dan sayuran hijau dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin, sedangkan kebiasaan minum teh atau kopi setelah makan dapat menghambat penyerapan zat besi (Rusmiati et al., 2025).

V. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi mengenai konsumsi TTD efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri, terlihat dari peningkatan rata-rata skor pre-test 84,4 menjadi 99,7 pada post-test. Materi yang diberikan mampu memperkuat pemahaman peserta tentang anemia, gejala, dan peran TTD dalam pencegahannya. Disarankan program serupa dilanjutkan secara berkala dan dilengkapi pemantauan konsumsi TTD untuk memastikan keberlanjutan dampak positif terhadap pencegahan anemia pada remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada pihak sekolah atas dukungan, kerja sama, serta fasilitas yang diberikan sehingga kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema *Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah bagi Remaja Putri* dapat terlaksana dengan baik. Dukungan dari pihak sekolah menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan ini, sehingga tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai pencegahan anemia dapat tercapai.

DAFTAR PUSTAKA

- Angrainy, R., Fitri, L., & Wulandari, V. (2022). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Tablet FE Pada Saat Menstruasi Pengan Anemia. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Kesehatan*, 4(2), 343–349. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.1421>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 04(04), 1377–1386. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Ermiami, E., Widiasih, R., Emaliyawati, E., Sutini, T., & Srimurni, N. A. (2025). Adolescent Education as a Strategy to Enhance Knowledge on Iron Supplementation. *Media Karya Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.24198/mkk.v8i1.61851>
- Jasmi, J., Rahmi, J., Noviyanti, A., & Franciska, Y. (2022). Relationship Between Husband's Support And The Incidence Of Anemia In Pregnancy In The Working Area Of The Rumbai Health Center. *Journal of Maternal and Child Health Sciences (JMCHS)*, 2(2), 193–198. <https://doi.org/10.36086/maternalandchild.v2i2.1473>
- Kusnadi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1293–1298. <http://jurnalmedikahutama.com>

- Larasati, D. K., Mahmudiono, T., & Atmaka, D. R. (2021). Literature Review : Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi. *Media Gizi Kesmas*, 10(02), 298–306.
- Nasichah, A., & Sulistyowati, M. (2023). Hubungan Keyakinan Remaja Putri Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Berdasarkan Teori Hbm : Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 459–469.
- Putri, M. P., Dary, D., & Mangalik, G. (2022). Asupan Protein, Zat Besi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 11(1), 6–17. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i1.31645>
- Raihani, A. D., Utami, R. P., & Sari, R. A. (2024). The Effectiveness of Educational Media on Knowledge, Dietary Patterns and Compliance with Iron Supplement Consumption in Anemic Adolescent Girls. *Journal of Health and Nutrition Research*, 3(1), 53–61. <https://doi.org/10.56303/jhnresearch.v3i1.197>
- Riesmiyatiningdyah, R., Putra, K. W. R., & Sulistyowati, A. (2021). The Effect Of Health Education On Adolescent Knowledge About Anemia. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 10(1), 59–64. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v10i1.273>
- Rusmiati, D., Beda Ama, P. G., & Wahyuni, D. (2025). Efektivitas Suplementasi Tablet Tambah Darah Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(2), 85–95. <https://doi.org/10.37012/jik.v17i2.2975>
- Sab'ngatun, S., & Riawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna : Journal of Health Research*, 4(2). <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i2.533>
- Sunarti, A. (2022). Penyuluhan tentang Dampak Anemia pada Remaja di SMKN 6 Palu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 077–084.
- Surtimanah, T. (2023). Determinan Gejala Anemia pada Remaja Putri. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(6), 1179–1186. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i6.3449>
- Yunita, M., Novela, V., & Mawardi. (2020). Faktor Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Kota Bukittinggi Tahun 2019. *Jurnal Public Health*, 7(2), 55–63.