

CIPTAKAN GENERASI EMAS BEBAS ANEMIA MELALUI EDUKASI GIZI REMAJA

Irma^{1*}, Novia Nurul Chaerunnisa², Yade Kurnia Yasin³, Andi Muhammad Zulkifli⁴, Irfan Yunus⁵

¹ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: irma@unm.ac.id

² Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: novia.nurul.chaerunnisa@unm.ac.id

³ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: yade@unm.ac.id

⁴ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: andidzulkifli@unm.ac.id

⁵ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: irfan.yunus@unm.ac.id

*Koresponden penulis : irma@unm.ac.id

Info Artikel

Received: 14 Nov 2025

Accepted: 26 Nov 2025

Published: 02 Des 2025

Keyword:

Education; anemia; adolescent girl; educational fan; iron supplementation

Kata Kunci:

edukasi; anemia; remaja putri; kipas edukasi; tablet tambah darah (TTD)

Abstract

Anemia in adolescent girls, caused by menstruation and nutritional deficiencies, particularly iron deficiency, is a significant problem at Madrasah Putri Al Bashirah, where 62% of female students have low hemoglobin levels. This figure is considerably higher than the national prevalence of anemia in adolescent girls (18% according to the 2023 Indonesian Health Survey/SKI). Therefore, this program aimed to increase the knowledge and awareness of 29 female students regarding the importance of anemia prevention. An educational intervention using an educational fan (Kipas Edukasi) media with a pre-posttest design was conducted to encourage compliance with the Iron tablet (TTD) consumption in order to foster a healthy golden generation. Statistical analysis using a paired t-test revealed a significant effect ($p < 0.001$) after the intervention, marked by an increase in knowledge between the pre-test and post-test results. Furthermore, the intervention positively impacted the students' perspectives on TTD consumption compliance, based on the acknowledgment and willingness of all 29 adolescent girls. In conclusion, the educational intervention using the educational fan media was effective in enhancing knowledge and changing perspectives among adolescent girls regarding regular iron tablet consumption to reduce the incidence of anemia.

Abstrak

Anemia pada remaja putri, yang disebabkan oleh menstruasi dan kekurangan asupan gizi khususnya zat besi, menjadi masalah signifikan di Madrasah Putri Al Bashirah, dimana 62% siswi memiliki hemoglobin rendah. Angka ini jauh di atas prevalensi anemia remaja putri nasional (18% menurut SKI 2023). Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran 29 siswi tentang pentingnya pencegahan anemia. Intervensi edukatif menggunakan media kipas edukasi dengan desain pre-post test dilakukan untuk mendorong kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) demi mewujudkan generasi emas sehat. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan paired t-test, diperoleh nilai ($p < 0,001$) yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan setelah intervensi diberikan kepada remaja putri di Madrasah Putri Al Bashirah, yang ditandai dengan peningkatan pengetahuan antara hasil pre-test dan post-test. Selain itu pemberian intervensi menggunakan media kipas edukasi terbukti memberikan dampak positif berupa perubahan pandangan mengenai kepatuhan konsumsi TTD berdasarkan pengakuan dan kesediaan dari 29 remaja putri di Madrasah Putri Al Bashirah. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi berupa edukasi dengan media kipas edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan

pandangan terhadap remaja putri untuk mengonsumsi TTD secara teratur guna menekan angka kejadian anemia pada remaja putri.

PENDAHULUAN

Remaja putri memiliki risiko anemia yang lebih tinggi karena mengalami menstruasi setiap bulan. Selain menstruasi, anemia pada remaja putri juga disebabkan oleh kurangnya asupan gizi, khususnya kurangnya zat besi. Kekurangan zat besi ini disebabkan oleh masyarakat Indonesia, terutama remaja putri, yang lebih banyak mengonsumsi makanan nabati dari pada makanan hewani, yang menyebabkan tubuh kekurangan zat besi, yang dapat menyebabkan anemia defisiensi zat besi. Anemia dapat berdampak pada pertumbuhan dan kinerja kognitif remaja (Muwakhidah *et al.*, 2022; Khoiriyah *et al.*, 2022). Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi anemia remaja dengan rentang usia 15-24 tahun adalah sebesar 15,5%, di mana prevalensi anemia rematri sebesar 18%. Meskipun mengalami penurunan dibandingkan lima tahun lalu, namun angka 15,5% masih dinilai tinggi. Menurut WHO, angka kasus anemia 10% dari populasi termasuk tinggi (Kemenkes, 2023). Berdasarkan skrining yang telah dilakukan pada beberapa sekolah di wilayah kerja Puskesmas Antang Perumnas, Madrasah Putri Al Bashirah memiliki hasil pemeriksaan kadar hemoglobin remaja yang lebih dominan rendah sebesar 62% dibanding dengan remaja yang memiliki kadar hemoglobin normal. Oleh sebab itu, Remaja putri menjadi salah satu target utama pemberian tablet tambah darah karena adanya risiko ganda terkait anemia, yaitu pertumbuhan cepat diikuti peningkatan masa eritrosit dan peningkatan kebutuhan zat besi karena kehilangan darah saat menstruasi (Helmyati *et al.*, 2023).

Anemia dapat terjadi karena kelainan proses pembentukan DNA sel darah merah yang disebabkan kekurangan (defisiensi) vitamin B12 dan asam folat. Kekurangan zat besi akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar ferritin yang diikuti penurunan kejenuhan transferin atau peningkatan protoforifin. Jika keadaan terus berlanjut akan terjadi anemia defisiensi besi, dimana kadar hemoglobin turun di bawah nilai normal (Putra *et al.*, 2024). Remaja putri yang mengalami anemia dapat mengalami konsekuensi jangka pendek, yaitu penundaan pertumbuhan fisik dan maturitas seksual. Remaja putri yang mengalami anemia memiliki efek jangka panjang sebagai calon ibu yang akan hamil karena mereka tidak akan mampu memenuhi kebutuhan gizi mereka sendiri dan janin dalam kandungan, yang dapat menyebabkan komplikasi kehamilan dan persalinan, resiko kematian, prematuritas, penyakit bawaan bayi (BBLR), dan kematian perinatal. (Nurmalia, E, *et al.*, 2022; Suaib, F, *et al.*, 2024).

Pemberian tablet tambah darah merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi anemia gizi besi pada remaja

putri dengan memprioritaskan pemberian TTD melalui institusi sekolah. Pemberian Tablet Tambah Darah bertujuan untuk meningkatkan status gizi remaja putri, sehingga dapat memutus mata rantai terjadinya stunting dan meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh sebagai bekal dalam mempersiapkan generasi yang sehat, berkualitas dan produktif (Pradnyawati & Widarsa, 2024). Menurut Kementerian Kesehatan selain untuk meminimalisir potensi anemia yang berakibat terhadap kesehatan dan prestasi di sekolah, pemberian tablet tambah darah juga untuk mempersiapkan kesehatan remaja putri pada saat sebelum menjadi seorang ibu. Pemberian TTD pada remaja putri ini untuk mencegah ibu nantinya melahirkan bayi dengan tubuh pendek (stunting) atau berat badan lahir rendah (BBLR). Pemberian TTD menurut SE Kemenkes adalah : Cara pemberian dengan dosis 1 (satu) tablet per minggu sepanjang tahun (Haryanti dkk., 2021).

Edukasi kesehatan tentang TTD sangat penting untuk meningkatkan kesadaran remaja putri terhadap kondisi dan peningkatan kejadian anemia. Edukasi ini mencakup cara mengkonsumsi TTD dengan cara yang mudah diserap oleh tubuh dan efek samping yang mungkin terjadi setelah mengonsumsi TTD. Salah satu cara untuk mengatasi anemia adalah melalui edukasi yang penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri terhadap penggunaan tablet tambah darah secara konsisten (Muwakhidah *et al.*, 2022). Oleh karena itu perlu dilakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet TTD pada remaja putri di Madrasah Putri Al Bashirah dengan menggunakan media *PowerPoint* dan kipas edukasi.

METODE PELAKSANAAN

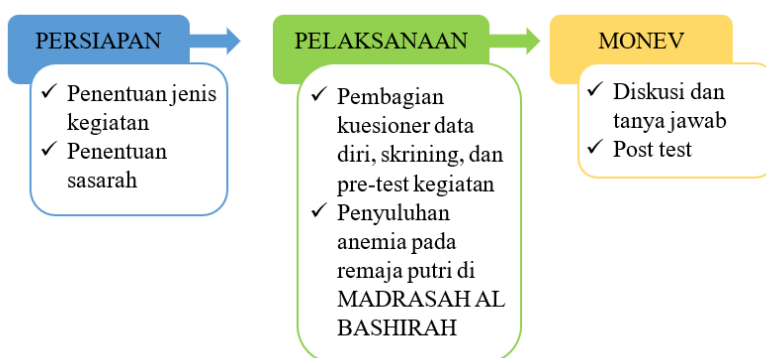
Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswi Madrasah Al Bashirah tentang pentingnya pencegahan anemia sejak dini sebagai upaya menciptakan generasi emas yang sehat, cerdas, dan produktif melalui konsumsi rutin tablet tambah darah dimana penyuluhan ini membahas mengenai anemia, manfaat mengonsumsi TTD, efek samping TTD, dan tips mengonsumsi TTD. Intervensi ini dilakukan di Madrasah Putri Al-Basirah di wilayah kerja Puskesmas Antang Perumnas. Pada kegiatan intervensi ini pengambilan data dilakukan pada 29 responden. Sasaran intervensi ini diberikan kepada remaja putri karena hasil pengukuran hemoglobin rematri dominan rendah dan rendahnya kepatuhan mengonsumsi TTD.

Berdasarkan tujuan dan target yang akan dicapai dan hasil identifikasi serta observasi yang dilakukan di Madrasah Putri Al Bashirah, berikut adalah langkah-langkah dalam mendukung realisasi kegiatan tersebut:

1. Tahap Persiapan
 - a. Mengadakan konsultasi dengan CI terkait rencana kegiatan dan jadwal kegiatan.

- b. Mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan.
 - c. Mempersiapkan materi sosialisasi dalam bentuk *PowerPoint* dan media cetak kipas edukasi.
 - d. Membuat kuisioner berupa *pre-test* dan *post test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi.
 - e. Menyusun proposal kegiatan yang akan diajukan pada CI.
2. Tahap Pelaksanaan
- a. Membagikan kuisioner yang berisi tentang data diri, skrining dan soal *pre-test* kepada responden.
 - b. Edukasi dilakukan dengan menggunakan *PowerPoint* dan kipas edukasi.
 - c. Edukasi dilakukan dengan menggunakan *PowerPoint* dan kipas edukasi, dimana setiap remaja akan dibagikan kipas edukasi yang berisi materi dari *PowerPoint*.
 - d. Membagikan lembar post-test untuk mengetahui apakah ada perubahan tingkat pengetahuan remaja setelah dilakukan edukasi.
3. Tahap Evaluasi Program
- a. Mengevaluasi tingkat pengetahuan siswa setelah dilakukan edukasi melalui lembar kuesioner berupa *pre-test* dan *post test* yang telah dibagikan.
 - b. Melakukan evaluasi terhadap sikap responden dalam pencegahan anemia dan konsumsi tablet tambah darah.
 - c. Pendampingan akan terus dilaksanakan dengan komunikasi langsung atau melalui media sosial.

Realisasi pemecahan masalah dalam kegiatan ini dilakukan melalui intervensi berupa edukasi dengan metode ceramah dan tanya jawab. Adapun alur pelaksanaan intervensi yang dilakukan yaitu:



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan

- a. Pengisian kuesioner data diri

Pemberian kuesioner data diri ini dilakukan untuk mengetahui identitas remaja putri.

- b. Pengisian kuesioner skrining anemia

Sebelum dilakukan intervensi remaja putri diberikan kuesioner skrining anemia terlebih dahulu untuk mengetahui gejala anemia pada remaja putri.

- c. Pengisian *pre-test*

Pemberian *pre-test* diberikan untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

- d. Pemberian intervensi

Intervensi ini dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan media kipas edukasi dan powerpoint yang berisi gambar dan penjelasan yang mudah dipahami.



Gambar 2. Media Edukasi



Gambar 3. Suasana Pemberian Intervensi



Gambar 4. Foto Bersama Setelah Intervensi

e. Diskusi, tanya jawab dan *games*

Setelah pemaparan materi, diberikan sesi tanya jawab untuk memberikan kesempatan bertanya serta *games* untuk menguji pemahaman remaja putri setelah diberi intervensi.

f. Pengisian *post test*

Pengisian *post test* dilakukan untuk mengetahui pengetahuan remaja putri setelah diberi intervensi berupa edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden mencakup tingkat usia, riwayat menstruasi, pendidikan ibu, pekerjaan kepala keluarga, dan penghasilan bulanan kepala keluarga. Dari 29 remaja putri sebanyak 20 remaja (69%) termasuk dalam kelompok remaja dini yaitu usia 10-14 tahun sedangkan 9 remaja (31%) lainnya termasuk kelompok remaja pertengahan yaitu usia 15-19 tahun tingkat usia dapat mempengaruhi pola menstruasi. Berdasarkan riwayat menstruasi sebanyak 27 remaja (93,1%) yang telah mengalami menstruasi sedangkan 2 remaja (6,9%) belum mengalami menstruasi.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia	10-14	20	69
	15-19	9	31
Total		29	100%
Riwayat menstruasi	Ya	27	93,1
	Belum	2	6,9
Total		29	100%
Tingkat Pendidikan ibu	SMA/SMK	21	72,4
	Perguruan Tinggi	8	27,6
Total		29	100%

Pekerjaan Kepala Keluarga	PNS/ABRI	6	20,7
	Wiraswasta	5	17,3
	Pedagang	7	24,1
	Buruh	5	17,3
	Lainnya	6	20,7
Total		29	100%
Penghasilan/bulan	<Rp. 3.642.231 (Kurang atau sama dengan UMK)	7	24,1
	>Rp. 3.642.231 (Lebih tinggi atau sama dengan UMK)	22	75,9
Total		29	100%

Sumber: Data primer, 2025

Berdasarkan hasil skrining yang telah dilakukan dari 29 ibu yang terlibat sebanyak 21 ibu (72,4%), mayoritas hanya menempuh pendidikan hingga menengah atas, yaitu lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Sementara itu, 8 ibu (27,6%) telah menempuh pendidikan hingga perguruan tinggi. Tingkat pendidikan ibu berperan penting dalam pemahaman dan penerapan informasi mengenai gizi serta kesehatan anak, yang dapat berkontribusi pada upaya pencegahan anemia.

Dalam aspek pekerjaan kepala keluarga, profesi yang paling banyak dijumpai adalah pedagang dengan 7 kepala keluarga (24,7%) yang menjalankan usaha secara mandiri. Sebanyak 6 kepala keluarga (20,7%) bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) atau anggota Angkatan Bersenjata Republik Indonesia (ABRI), yang umumnya memiliki pendapatan tetap dan fasilitas kerja yang lebih stabil. Sementara itu, hanya 5 kepala keluarga (17,3%) yang bekerja sebagai wiraswasta dan buruh. Selain itu, terdapat 6 kepala keluarga (20,7%) yang bekerja disektor lainnya yang sering kali memiliki penghasilan yang tidak menentu.

Dari segi penghasilan, mayoritas kepala keluarga, yaitu 22 orang (75,9%), memiliki penghasilan yang lebih atau sama dengan Upah Minimum Kabupaten/Kota (UMK) sebesar Rp 3.643.231. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata keluarga memiliki tingkat penghasilan yang berkecukupan.

1. Tingkat Pengetahuan Rematri Sebelum dan Setelah Pemberian Intervensi

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
-------------	-----------------	------------------

	n	%	n	%
Baik	18	62,1	19	65,5
Cukup	9	31	10	34,5
Kurang	2	6,9	-	-
Jumlah	29	100	29	100
Rerata (Mean)	21,20		24,00	

Sumber: Data Primer 2025

Keterangan: Kurang: <50, Cukup: 50-70; Baik: 80-100

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *paired t-test*, diperoleh nilai 0,01 yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan setelah intervensi diberikan kepada remaja putri di Madrasah Al Bashirah, yang ditandai dengan peningkatan pengetahuan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Peningkatan pengetahuan ini merupakan hasil dari penyerapan informasi yang diberikan melalui intervensi. Pemberian edukasi anemia audio-visual (tanpa atau dengan leaflet) bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja putri, mendorong mereka agar lebih memperhatikan asupan (Arifarahmi, 2021; Sopiandi, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu *et al.* (2021) bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia akan cenderung untuk mencukupi konsumsi pangannya guna mencukupi kebutuhan gizi agar terhindar dari masalah anemia. Remaja putri juga merupakan salah satu populasi yang memiliki risiko lebih tinggi terkena anemia dibanding putra. Hal tersebut terjadi akibat remaja putri mengalami menstruasi dan memiliki keinginan untuk tetap langsing sehingga berdiet mengurangi makan yang berdampak pada pemenuhan gizi yang kurang.

2. Tingkat Kepatuhan konsumsi TTD

Tabel 3. Tingkat Kepatuhan Konsumsi TTD

Tingkat Kepatuhan	n	%
Patuh	8	27,6
Tidak patuh	21	72,4
Total	29	100

Sumber: Data Primer 2025

Keterangan: Patuh: konsumsi ≥ 4 tablet/bulan secara rutin; Tidak patuh: konsumsi <4 tablet/bulan atau tidak teratur

Berdasarkan skrining yang telah dilakukan pada 29 remaja putri di Madrasah Putri Al Bashirah didapatkan data bahwa sebanyak 21 (72,4%) remaja putri tidak patuh mengonsumsi TTD sedangkan remaja putri yang

patuh mengonsumsi TTD hanya 8 (27,6%) remaja putri. Hal ini dapat terjadi dikarenakan kurangnya kesadaran remaja putri untuk mengonsumsi TTD, selain itu dukungan, lingkungan dan pengetahuan menjadi hal yang dapat mempengaruhi perilaku remaja putri. Hal ini sejalan dengan penelitian (Harlisa *et al.*, 2023) kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri dipengaruhi dari dalam diri untuk menyadari pentingnya tablet tambah darah bagi kesehatannya agar tetap dalam kondisi yang sehat, maka remaja putri akan patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran. Begitupun sebaliknya jika remaja putri tidak menyadari akan pentingnya kesehatan bagi diri sendiri maka ia tidak akan patuh dan cenderung menyepelekan kesehatannya.

Kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD merupakan salah satu indikator keberhasilan program pencegahan dan salah satu cara menanggulangi anemia pada remaja putri. Remaja putri dikatakan patuh jika teratur mengonsumsi TTD. Ketidakepatuhan remaja putri mengonsumsi TTD dapat disebabkan oleh perasaan bosan atau malas, rasa dan aroma yang tidak enak dari TTD, efek samping yang dirasakan setelah mengonsumsi TTD, seperti mual dan muntah, nyeri atau perih di ulu hati dan tinja berwarna hitam.

3. Faktor Determinan Anemia

Tabel 4. Faktor Determinan Anemia

Faktor Determinan Anemia	Kategori	n	%
Tingkat pengetahuan	Baik	18	62,1
	Cukup	9	31
	Kurang	2	6,9
Total		29	100%
Kepatuhan mengonsumsi TTD	Ya	8	27,6
	Tidak	21	72,4
Total		29	100%
Lingkungan	Positif	13	44,8
	Negatif	16	55,2
Total		29	100%
Riwayat menstruasi	Teratur	18	37,9
	Tidak teratur	11	62,1
Total		29	100%

Sumber: Data Primer, 2025

Faktor yang dapat menyebabkan anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Antang Perumnas salah satunya adalah tingkat pengetahuan remaja putri yaitu sebanyak 18 rematri (62,1%) memiliki tingkat pengetahuan

baik, 9 rematri (31%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup sementara 2 rematri (6,9%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang, hal ini dapat menjadi penyebab terjadinya anemia pada rematri. Berdasarkan hasil pengumpulan data, terkait tingkat kepatuhan konsumsi TTD hanya 8 rematri (27,6%) yang patuh mengonsumsi TTD sementara sebanyak 21 rematri (72,4%) tidak patuh mengonsumsi TTD. Lingkungan remaja dapat menjadi faktor determinan anemia, sebanyak 55,2% lingkungan yang tidak mendukung mengonsumsi tablet tambah darah dengan memberikan stigma negatif dan hanya 44,8% yang memberi respon positif untuk mengonsumsi tablet tambah darah. Selain itu, riwayat menstruasi juga memengaruhi faktor determinan anemia yaitu sebanyak 62,1% mengalami menstruasi dengan tidak teratur, dan 37,9% mengalami menstruasi dengan teratur. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain pada remaja yang menyimpulkan bahwa ada hubungan bermakna antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai Odds Ratio (OR) 5,429 yang berarti remaja yang memiliki siklus tidak normal berpeluang 5,429 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan mereka yang siklus menstruasinya normal (Yulianti *et al.*, 2024). Faktor-faktor ini saling berkontribusi dalam meningkatkan risiko terjadinya anemia pada kelompok remaja putri.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berhasil mengubah pemahaman, sikap dan perilaku remaja terkait dengan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dimana pernyataan remaja putri yang menyatakan kesediaannya untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah secara teratur. Hasil pemberian intervensi menggunakan media kipas edukasi terbukti memberikan dampak positif berupa peningkatan pengetahuan dan perubahan pandangan mengenai kepatuhan konsumsi tablet tambah darah berdasarkan pengakuan dan kesediaan remaja putri di Madrasah Putri Al Bashirah. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi sebuah program berkelanjutan yang memerlukan komitmen jangka panjang dengan struktur yang jelas, adaptasi kontekstual, dan evaluasi berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terimakasih kepada Ketua Lembaga Penelitian UNM dan kepada kepala Madrasah Putri AL Bashirah yang menjadi pusat pelaksanaan intervensi ini serta kepada pihak Puskesmas Antang Perumnas yang membantu proses kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

Arifarahmi, A. (2021). Pengetahuan tentang anemia dengan kadar hemoglobin remaja putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 463-468.



- Harlisa, N., Wahyurianto, Y., Puspitadewi, T. R., & Sumiatin, T. (2023). Pengetahuan, Motivasi, dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi TTD pada Remaja Putri di SMAN 5 Tuban. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 20427-20435.
- Haryanti, E., Kamesworo, K., & Maksuk, M.-. (2021). Pengaruh Pemberian Tablet Besi Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Remaja Umur Putri Di Sekolah Menengah Atas Lahat. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 15(2), 136–139. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i2.537>
- Helmyati, S., Syarifa, C. A., Rizana, N. A., Sitorus, N. L., & Pratiwi, D. (2023). Acceptance Of Iron Supplementation Program Among Adolescent Girls In Indonesia: A Literature Review. *Amerta Nutrition*, 7(3sp), 50–61. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V7i3sp.2023.50-61>
- Izzara, F., Wulandari, D., & Mahmudah, S. (2023). Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Gizi Remaja*, 7(1), 45-53.
- Kemkes RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. Kemkes RI.
- Kemkes RI. *Prevalensi anemia berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2023*. Jakarta: Kemkes RI. Diakses dari <https://www.kemkes.go.id/>
- Khoiriyah, H., Susanti, T., Mariam, E., & Hidayati, N. (2022). Optimalisasi Pemberian Tablet Fe Pada Remaja Putri Di Smk Ma'arif Karya Mukti. Abdi Moestopo: *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(2). <https://doi.org/10.32509/Abdimoestopo.V5i2.1981>
- Kusuma, T. U. (2022). Peran Edukasi Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Surya Muda*, 4(1), 61–78. <https://doi.org/10.38102/jsm.v4i1.162>
- Muwakhidah, Ria Rakhma, L., Nur Widiyaningsih, E., Hidayati, L., & Rahmawaty, S. (2022). Optimalisasi Pencegahan Anemia Dengan Edukasi Gizi Via Daring Pada Remaja Putri Di Masa Pandemi Covid-19. *Abdi Geomedisains*, 3(1), 22–30. [http://journals2.ums.ac.id/index.php/abdiGeomedisains/\[22\]](http://journals2.ums.ac.id/index.php/abdiGeomedisains/[22])
- Nurmalia, E., Sitorus, R. J., Najmah, & Utama, F. (2022). Optimalisasi Pengetahuan Remaja Terkait Anemia Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Berdaya Mandiri*, 4(1), 860–867.
- Pradnyawati, L. G., & Widarsa, T. (2024). Program Revitalisasi Pemberian Tablet Tambah Darah Dalam Pencegahan Stunting di SMA Negeri 1 Kintamani. *Warmadewa Minesterium Medical Journal*, 3(3), 194–199.
- Putra, J. A., Rahayu, K. D., Kartika, W., & Mangku, I. K. (2024). Strategi penting dalam mencegah anemia: penyuluhan kesehatan untuk kehidupan yang lebih sehat pada remaja putri di Kelurahan Karangwaru,

- Kecamatan Tegalrejo, Yogyakarta. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(11), 2221-2230.
- Rahayu A, Yulidasari F, Setiawan MI, Ayu ADS. (2021). Implikasi Pemberian Susu Fermentasi Sinbiotik (*Lactobacillus plantarum* DAD13- FOS) dengan Asupan Protein, Pengetahuan, dan Penurunan Anemia pada Remaja Putri. Prosiding Seminar Nasional Lingkungan Lahan Basah.
- Sopiyandi, S. S. (2023). Edukasi pedoman gizi seimbang (PGS) melalui media social dapat meningkatkan kadar hemoglobin dan pengetahuan pada remaja putri. *Pontianak Nutrition Journal*, 6(2).
- Yulianti, A., Aisyah, S., Handayani, S. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10-17.