

Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia dan Konsumsi Tablet Tambah Darah melalui Edukasi dan Kartu Kontrol

Nuristha Febrianti^{*1}, Hardianti², Ghea Fricillia Sambe³, Anissa Anggraini⁴,
Lulu Aulia Moh. Amin⁵, Indah Fitri Lestari⁶

^{1,2,4,5,6}Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara

³Program Studi Gizi, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Megarezky

*e-mail: tita@uwn.ac.id

Received: 21.06.2026	Revised: 26.06.2026	Accepted: 30.06.2026	Available online: 07.07.2026
-------------------------	------------------------	-------------------------	---------------------------------

Abstract: *Anemia among adolescent girls remains a public health problem requiring prevention through improved knowledge of anemia and iron-folic acid tablet consumption. This community service activity aimed to increase adolescent girls' knowledge through education and monitoring cards at a school in the working area of Singgani Public Health Center, Palu City. The activity used an educational and participatory approach involving counseling, pre-test and post-test, joint tablet consumption, and distribution of monitoring cards. A total of 31 participants completed the knowledge evaluation. The mean knowledge score increased from 77.4 before education to 95.5 after education, and the proportion of participants with good knowledge increased from 54.8% to 100%. All participants received 10 tablets, consumed one tablet together during the activity, and completed the monitoring card as an initial record. This activity indicates that education supported by monitoring cards can improve knowledge and support anemia prevention among adolescent girls.*

Keywords: *anemia; adolescent girls; iron-folic acid tablets; education; monitoring card*

Abstrak: Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu dicegah melalui peningkatan pengetahuan tentang anemia dan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja putri melalui edukasi dan kartu kontrol di sekolah wilayah kerja Puskesmas Singgani Kota Palu. Metode kegiatan menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif melalui penyuluhan, pre-test dan post-test, konsumsi TTD bersama, serta pembagian kartu kontrol. Peserta yang mengikuti evaluasi pengetahuan berjumlah 31 orang. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 77,4 sebelum edukasi menjadi 95,5 setelah edukasi, dan kategori pengetahuan baik meningkat dari 54,8% menjadi 100%. Seluruh peserta memperoleh 10 tablet, mengonsumsi satu tablet bersama saat kegiatan, dan mengisi kartu kontrol sebagai pencatatan awal. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang didukung kartu kontrol dapat meningkatkan pengetahuan dan mendukung pencegahan anemia pada remaja putri.

Kata kunci: anemia; remaja putri; Tablet Tambah Darah; edukasi; kartu kontrol

1. PENDAHULUAN

Anemia pada remaja putri masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapat perhatian. Remaja putri termasuk kelompok rentan mengalami anemia karena berada pada masa pertumbuhan, mengalami menstruasi setiap bulan, serta membutuhkan asupan zat besi yang cukup untuk mendukung pembentukan hemoglobin (KEMENKES, 2022; Putri, Jeki and Fatmawati, 2024). Secara global, prevalensi anemia pada kelompok usia 15 – 49 tahun mencapai 30% (Stevens *et al.*, 2022). Sementara di Indonesia berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai 32%, yang berarti sekitar tiga dari sepuluh remaja mengalami anemia (BPKPK, 2018).

Anemia pada remaja putri dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, mudah lelah, menurunnya daya tahan tubuh, serta berisiko memengaruhi kesehatan reproduksi di masa mendatang. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko menjadi wanita usia subur dan ibu hamil dengan anemia, sehingga pencegahan anemia sejak masa remaja menjadi penting sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas kesehatan generasi berikutnya (Ridawati, Juartika and Feri, 2026). World Health Organization merekomendasikan suplementasi zat besi dan asam folat secara berkala pada perempuan menstruasi, termasuk remaja putri, sebagai intervensi kesehatan masyarakat untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan menurunkan risiko anemia (KEMENKES RI, 2016).

Di Indonesia, pencegahan anemia pada remaja putri dilakukan melalui pendidikan gizi seimbang, fortifikasi pangan, dan suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) (KEMENKES RI, 2023a).

Program TTD pada remaja putri dilaksanakan dengan anjuran konsumsi satu tablet setiap minggu sepanjang tahun, khususnya bagi siswi usia 12–18 tahun pada jenjang SMP/ sederajat dan SMA/ sederajat (KEMENKES, 2022). Namun, pelaksanaan program ini masih menghadapi berbagai kendala, terutama pada aspek pengetahuan, pemahaman manfaat TTD, dan keteraturan konsumsi TTD.

Rendahnya konsumsi TTD tidak hanya berkaitan dengan ketersediaan tablet, tetapi juga dipengaruhi oleh pengetahuan remaja putri mengenai anemia, manfaat TTD, cara konsumsi yang benar, serta dampak apabila TTD tidak dikonsumsi secara teratur. Data Survei Kesehatan Indonesia 2023 yang dipublikasikan oleh Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa 54,8% remaja putri belum pernah mendapatkan TTD, dan 51,4% remaja putri tidak mengonsumsi TTD karena tidak mengetahui manfaatnya (KEMENKES RI, 2023b). Penelitian Nurjanah dan Azinar juga menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri masih rendah dan dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, dukungan guru, dan dukungan tenaga kesehatan (Nurjanah and Azinar, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi masih menjadi komponen penting dalam mendukung keberhasilan program pencegahan anemia pada remaja putri.

Permasalahan serupa juga ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Singgani Kota Palu. Capaian konsumsi TTD di wilayah kerja Puskesmas Singgani baru mencapai 53,1% dari target 63% yang ditetapkan. Capaian tersebut menunjukkan bahwa upaya pencegahan anemia pada remaja putri masih perlu diperkuat melalui kegiatan edukasi yang mudah dipahami dan sesuai dengan kebutuhan remaja. Edukasi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pengertian anemia, penyebab, dampak, pencegahan, manfaat TTD, serta cara konsumsi TTD yang benar.

Selain edukasi, diperlukan media sederhana yang dapat membantu remaja putri mengingat dan mencatat konsumsi TTD. Kartu kontrol dapat digunakan sebagai media pencatatan awal konsumsi TTD dan pengingat jadwal konsumsi secara berkala. Penggunaan kartu kontrol juga dapat membantu guru, pendamping sekolah, maupun tenaga kesehatan dalam melakukan pemantauan sederhana terhadap konsumsi TTD di lingkungan sekolah. Dengan demikian, edukasi dan kartu kontrol dapat menjadi strategi awal untuk meningkatkan pengetahuan serta mendukung pembentukan kebiasaan konsumsi TTD pada remaja putri.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui edukasi anemia dan penggunaan kartu kontrol pada remaja putri di sekolah wilayah kerja Puskesmas Singgani Kota Palu. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan konsumsi Tablet Tambah Darah serta memperkenalkan kartu kontrol sebagai media pencatatan awal konsumsi TTD. Kegiatan ini diharapkan dapat mendukung upaya pencegahan anemia pada remaja putri di lingkungan sekolah.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Januari 2026 di salah satu sekolah yang berada di wilayah kerja Puskesmas Singgani Kota Palu. Kegiatan ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif melalui edukasi anemia, evaluasi pengetahuan, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) bersama, serta pembagian kartu kontrol konsumsi TTD. Peserta berasal dari kelas XII dengan rentang usia 17–18 tahun yang termasuk dalam kelompok sasaran program pencegahan anemia pada remaja putri. Peserta yang mengikuti kegiatan dan menyelesaikan evaluasi pengetahuan melalui *pre-test* dan *post-test* berjumlah 31 orang.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak Puskesmas dan sekolah, penyusunan materi edukasi tentang anemia dan konsumsi TTD, penyusunan instrumen *pre-test* dan *post-test*, serta penyiapan TTD dan kartu kontrol konsumsi TTD. Materi edukasi mencakup pengertian anemia, penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, dampak anemia pada remaja putri, manfaat TTD, serta cara konsumsi TTD yang benar.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pengisian *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan awal peserta mengenai anemia dan konsumsi TTD. Selanjutnya, peserta diberikan edukasi anemia melalui penyuluhan menggunakan media presentasi, diskusi, dan tanya jawab. Setelah edukasi selesai, peserta mengisi *post-test* dengan pertanyaan yang sama untuk mengetahui perubahan pengetahuan setelah edukasi. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan konsumsi satu tablet TTD secara bersama-sama di bawah pendampingan tim pelaksana, pihak sekolah, dan tenaga kesehatan. Setelah itu, peserta diberikan kartu kontrol konsumsi TTD sebagai media pencatatan awal dan pengingat konsumsi TTD.

Instrumen *pre-test* dan *post-test* berupa 10 pernyataan benar-salah terkait anemia dan konsumsi TTD. Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0, sehingga skor maksimal adalah 10. Skor pengetahuan kemudian dikonversi ke skala 0–100 untuk memudahkan interpretasi. Hasil pengetahuan peserta dikategorikan menjadi baik apabila skor 76–100, cukup apabila skor 56–75, dan kurang apabila skor <56. Kartu kontrol konsumsi TTD berisi identitas peserta, tanggal konsumsi, jumlah tablet yang dikonsumsi, dan kolom tanda/paraf sebagai bukti pencatatan konsumsi. Pada kegiatan ini, kartu kontrol digunakan sebagai media pencatatan awal setelah peserta mengonsumsi satu tablet TTD secara bersama-sama.

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*, menilai keterlaksanaan konsumsi TTD bersama, serta mendeskripsikan penggunaan kartu kontrol sebagai media pencatatan awal konsumsi TTD. Data hasil kegiatan dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk frekuensi, persentase, rata-rata, nilai minimum, nilai maksimum, dan narasi. Indikator keberhasilan kegiatan meliputi meningkatnya pengetahuan peserta setelah edukasi, terlaksananya konsumsi TTD bersama, dan tersedianya kartu kontrol sebagai media pencatatan awal konsumsi TTD pada remaja putri.



Gambar 1. Diagram Alir Pelaksanaan Edukasi Anemia, Konsumsi Tablet Tambah Darah Bersama, dan Pembagian Kartu Kontrol Konsumsi TTD Pada Remaja Putri

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui edukasi anemia, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) bersama, dan pembagian kartu kontrol konsumsi TTD pada remaja putri. Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi. Peserta kegiatan berjumlah 31 remaja putri yang berasal dari kelas XII dengan rentang usia 17–18 tahun.

Berdasarkan hasil evaluasi, terjadi peningkatan skor pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi anemia. Rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 77,4 pada *pre-test* menjadi 95,5 pada *post-test*, dengan peningkatan sebesar 18,1 poin. Skor minimum juga meningkat dari 50 pada

pre-test menjadi 90 pada post-test, sedangkan skor maksimum tetap 100. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai anemia dan konsumsi Tablet Tambah Darah.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi

Variabel	Pre-test	Post-test
Rata-rata skor pengetahuan	77,4	95,5
Skor minimum	50	90
Skor maksimum	100	100

Sumber: Data Primer, 2026

Selain peningkatan rata-rata skor, perubahan juga terlihat pada kategori tingkat pengetahuan peserta. Pada saat pre-test, sebanyak 17 peserta atau 54,8% berada pada kategori pengetahuan baik, 13 peserta atau 41,9% berada pada kategori cukup, dan 1 peserta atau 3,2% berada pada kategori kurang. Setelah diberikan edukasi, seluruh peserta yaitu 31 orang atau 100% berada pada kategori pengetahuan baik. Tidak terdapat peserta yang berada pada kategori cukup maupun kurang setelah edukasi.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi

Tingkat Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik	17	54,8	31	100
Cukup	13	41,9	0	0
Kurang	1	3,2	0	0
Total	31	100	31	100

Sumber: Data Primer, 2026

Peningkatan skor dan kategori pengetahuan menunjukkan bahwa edukasi anemia melalui penyuluhan, diskusi, dan tanya jawab dapat meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai anemia dan pentingnya konsumsi TTD. Setelah edukasi, seluruh peserta mencapai kategori pengetahuan baik. Hal ini mengindikasikan bahwa materi edukasi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh peserta, terutama terkait pengertian anemia, penyebab anemia, dampak anemia, manfaat TTD, dan cara konsumsi TTD yang benar. Hasil ini sejalan dengan beberapa penelitian dan kegiatan pengabdian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi anemia dan TTD dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri setelah dilakukan intervensi berbasis sekolah maupun komunitas (Sitawati and Amanda, 2023; Ermianti *et al.*, 2025; Taqwin *et al.*, 2025). Ermianti *et al.*, (2025) melaporkan peningkatan skor pengetahuan setelah edukasi TTD menggunakan media presentasi, leaflet, dan video, sedangkan penelitian di Sulawesi Tengah oleh Taqwin *et al.*, (2025) juga menggunakan pendekatan *one-group pretest-posttest* untuk menilai peningkatan pengetahuan dan sikap remaja terkait anemia.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi Anemia

Peningkatan pengetahuan menjadi aspek penting dalam pencegahan anemia karena pengetahuan dapat memengaruhi kesadaran dan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Remaja putri yang memahami manfaat TTD, aturan konsumsi, serta dampak anemia cenderung memiliki dasar yang lebih kuat untuk menjalankan perilaku pencegahan anemia secara teratur. Hal ini didukung oleh penelitian (Nurjanah and Azinar, 2023) yang menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, guru, dan tenaga kesehatan. Penelitian Siyami, Achyar dan Kusuma (2023) juga menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan, kepatuhan konsumsi TTD, dan kejadian anemia pada remaja putri. Temuan serupa dilaporkan di Ambon, bahwa pemahaman tentang aturan konsumsi dan manfaat TTD berhubungan dengan kepatuhan suplementasi mingguan (Tando *et al.*, 2024)

Kegiatan selanjutnya adalah pemberian dan konsumsi TTD bersama. Pelaksanaan konsumsi TTD secara bersama-sama merupakan bagian penting dari intervensi karena memastikan bahwa peserta tidak hanya menerima tablet, tetapi juga mengonsumsinya langsung di bawah pendampingan tim pelaksana, pihak sekolah, dan tenaga kesehatan. Pada kegiatan ini, seluruh sasaran memperoleh TTD sebanyak 10 tablet, dan peserta juga mengonsumsi 1 butir TTD secara bersama-sama saat kegiatan berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian dan konsumsi TTD bersama telah terlaksana sesuai rencana, sekaligus menjadi strategi untuk mengurangi kemungkinan TTD tidak dikonsumsi setelah dibagikan.



Gambar 3. Kegiatan Pemberian TTD

Konsumsi TTD bersama relevan dengan upaya peningkatan kepatuhan karena salah satu tantangan utama program TTD pada remaja putri adalah rendahnya keteraturan konsumsi. Meskipun pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap konsumsi tablet zat besi dapat berada pada kategori baik, kepatuhan aktual dalam mengonsumsi tablet zat besi masih sering menjadi kendala sehingga diperlukan intervensi yang lebih terarah dari tenaga kesehatan dan pihak sekolah (Winarni *et al.*, 2024). Suplementasi zat besi-asam folat mingguan yang dilakukan secara teratur terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin, ferritin, dan folat pada remaja putri (Handiso *et al.*, 2021). Selain itu, suplementasi zat besi-asam folat mingguan yang disertai konseling juga dilaporkan mampu menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri, sehingga pendampingan dan edukasi menjadi komponen penting dalam menjaga kepatuhan konsumsi TTD (Pibriyanti and Habiba, 2024; Jayanti and Anggraeni, 2025; Linda, Noftalina and Rosita, 2025)

Selain edukasi dan konsumsi TTD bersama, kegiatan ini juga dilanjutkan dengan pembagian kartu kontrol konsumsi TTD sebagai media pencatatan awal. Kartu kontrol berfungsi sebagai alat bantu untuk mencatat konsumsi TTD secara berkala, sehingga peserta dapat lebih mudah mengingat jadwal konsumsi TTD. Pada kegiatan ini, peserta yang telah mengonsumsi satu tablet TTD secara bersama-sama kemudian mengisi kartu kontrol sebagai bukti awal pencatatan konsumsi. Dengan demikian, kartu kontrol belum digunakan untuk menilai kepatuhan jangka panjang, tetapi diperkenalkan sebagai media sederhana yang dapat mendukung pencatatan dan pengingat konsumsi TTD.



Gambar 4. Pembagian Kartu Kontrol Konsumsi Tablet Tambah Darah

Penggunaan kartu kontrol sebagai media pencatatan perlu didukung dengan pendampingan agar manfaatnya dapat berjalan optimal. Penyediaan kartu kontrol saja belum cukup untuk memastikan keteraturan konsumsi TTD apabila tidak disertai penguatan dari lingkungan sekitar. Dukungan pihak sekolah, guru UKS, wali kelas, tenaga kesehatan, keluarga, dan teman sebaya tetap diperlukan agar remaja putri memperoleh pengingat dan motivasi untuk mengonsumsi TTD secara teratur. Oleh karena itu, kartu kontrol dapat berperan sebagai media bantu dalam pemantauan sederhana, tetapi keberlanjutan penggunaannya perlu didukung oleh pendampingan dan monitoring berkala (Pibriyanti and Habiba, 2024; Jayanti and Anggraeni, 2025; Linda, Noftalina and Rosita, 2025).

Pelaksanaan pembagian kartu kontrol dalam kegiatan ini menjadi langkah awal untuk memperkenalkan pencatatan konsumsi TTD pada remaja putri. Kartu kontrol tidak hanya berfungsi sebagai media pencatatan, tetapi juga sebagai pengingat visual bagi peserta. Secara keseluruhan, edukasi anemia, konsumsi TTD bersama, dan pembagian kartu kontrol saling mendukung dalam upaya pencegahan anemia pada remaja putri. Edukasi membantu meningkatkan pengetahuan peserta, konsumsi TTD bersama memastikan tablet dikonsumsi langsung saat kegiatan, sedangkan kartu kontrol membantu peserta mencatat konsumsi TTD secara sederhana. Namun, evaluasi kepatuhan konsumsi TTD dalam jangka panjang belum dilakukan dalam kegiatan ini, sehingga diperlukan pemantauan lanjutan untuk menilai keteraturan konsumsi TTD dan dampaknya terhadap status anemia remaja putri.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi anemia, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) bersama, dan pembagian kartu kontrol menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia dan konsumsi TTD. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 77,4 sebelum edukasi menjadi 95,5 setelah edukasi, serta peningkatan kategori pengetahuan baik dari 54,8% menjadi 100%. Seluruh peserta memperoleh 10 tablet, mengonsumsi satu tablet secara bersama-sama saat kegiatan, dan mengisi kartu kontrol sebagai pencatatan awal. Edukasi yang didukung kartu kontrol dapat menjadi strategi awal untuk meningkatkan pengetahuan dan mendukung pencegahan anemia pada remaja putri. Namun, kegiatan ini belum mengevaluasi kepatuhan konsumsi TTD dalam jangka panjang maupun perubahan kadar hemoglobin, sehingga diperlukan pemantauan lanjutan oleh pihak sekolah dan tenaga kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Widya Nusantara yang telah memberikan dukungan finansial dalam pembiayaan publikasi jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- BPKPK (2018) *Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018*. Jakarta.
- Ermianti, E. *et al.* (2025) "Adolescent Education as a Strategy to Enhance Knowledge on Iron Supplementation," *Media Karya Kesehatan*, 8(1).
- Handiso, Y.H. *et al.* (2021) "A community-based randomized controlled trial providing weekly iron-folic acid supplementation increased serum- ferritin, -folate and hemoglobin concentration of adolescent girls in southern Ethiopia," *Scientific Reports*, 11(1), p. 9646. Available at: <https://doi.org/10.1038/s41598-021-89115-5>.
- Jayanti, C. and Anggraeni, O.A. (2025) "The role of social support in iron folic acid supplement adherence among adolescent girls in a public junior high school in jakarta," *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 7(1), pp. 186–193.
- KEMENKES, R. (2022) *Aksi Bergizi: Gerakan Sehat untuk Remaja Masa Kini*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- KEMENKES RI (2016) *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI.
- KEMENKES RI (2023a) *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil dan Remaja Putri*. Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI.
- KEMENKES RI (2023b) *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Indonesia.
- Linda, D.R., Noftalina, E. and Rosita, D. (2025) "The effect of iron tablet consumption monitoring cards on increasing hemoglobin levels in female adolescents," *ELECTRON (Journal of Science and Technology)*, 7(3), pp. 103–110. Available at: <https://doi.org/10.53770/electron.v7i3.617>.
- Nurjanah, A. and Azinar, M. (2023) "Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas," *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(2), pp. 244–254. Available at: <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i2.64227>.
- Pibriyanti, K. and Habiba, A.B. (2024) "Pengetahuan, Sikap dan, Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah sebagai Faktor Risiko Kejadian Anemia Remaja Putri," *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*, 8(2), pp. 119–132.
- Putri, S.K., Jeki, A.G. and Fatmawati, T.Y. (2024) "Status Gizi, Tingkat Konsumsi Zat Gizi Besi (Fe) dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri: Nutritional Status, Iron (Fe) Consumption Level And Menstrual Cycle With The Incidence Of Anemia Of Adolescent Girls," *Jurnal Diskursus Ilmiah Kesehatan*, 2(1), pp. 9–15.
- Ridawati, I.D., Juartika, W. and Feri, J. (2026) "Implementasi edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di SMPN B Srikaton," *Penamas: Journal of Community Service*, 6(1), pp. 141–152.
- Sitawati, S. and Amanda, F. (2023) "Pencegahan Anemia dengan Edukasi Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Infused Water," *Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 2(2), pp. 147–152. Available at: <https://doi.org/10.37294/jai.v2i2.478>.
- Siyami, A.S., Achyar, K. and Kusuma, I.R. (2023) "Hubungan Pengetahuan terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri," *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(1).
- Stevens, G.A. *et al.* (2022) "National, regional, and global estimates of anaemia by severity in women and children for 2000–19: a pooled analysis of population-representative data," *The Lancet Global Health*, 10(5), pp. e627–e639. Available at: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(22\)00084-5](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(22)00084-5).
- Tando, Y.D. *et al.* (2024) "Anemia and adherence to weekly iron-folic acid supplementation among adolescent girls in a stunting locus of Ambon City, Indonesia," *Journal of Health Research*, 38(6). Available at: <https://doi.org/10.56808/2586-940X.1103>.
- Taqwin, T. *et al.* (2025) "Enhancing Knowledge and Attitudes Regarding Anemia Among Adolescent Girls Through Multidisciplinary Education: A One-Group Pretest–Posttest Study in Central Sulawesi," *Journal of Health and Nutrition Research*, 4(3), pp. 1166–1174. Available at: <https://doi.org/10.56303/jhnresearch.v4i3.621>.

Winarni, S. *et al.* (2024) "Knowledge, Attitudes, Eating Practices, and Iron (Fe) Consumption among Adolescent Girls (Aged 10-18 Years) in Central Java, Indonesia," *The Open Public Health Journal*, 17(1). Available at: <https://doi.org/10.2174/0118749445352293241105110603>.