

Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah melalui Edukasi Kesehatan pada Remaja Putri di Gampong Kuta Alam Banda Aceh

Ima Gusrika¹, Bima Suryantara², Siti Fadhillah³

^{1,2,3} STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Received : 31 Juli 2026, Revised : 7 Agustus 2026, Published : 12 Agustus 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Ima Gusrika

E-mail: imagusrika84@gmail.com

Abstrak

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak terhadap pertumbuhan, kemampuan belajar, serta kesehatan reproduksi di masa depan. Rendahnya pengetahuan mengenai anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) menjadi salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya kepatuhan dalam pencegahan anemia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia serta mendorong kepatuhan konsumsi TTD melalui edukasi kesehatan. Kegiatan dilaksanakan di Gampong Kuta Alam Kota Banda Aceh, dengan melibatkan 25 remaja putri berusia 14–20 tahun. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi cara konsumsi TTD, pemberian TTD, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, sekolah, dan keluarga agar kepatuhan konsumsi TTD serta upaya pencegahan anemia dapat dipertahankan dan ditingkatkan.

Kata kunci – anemia, edukasi kesehatan, pengetahuan, remaja putri, tablet tambah darah

Abstract

Anemia among adolescent girls remains a public health problem that can affect growth, learning ability, and reproductive health in the future. Limited knowledge about anemia and the importance of consuming iron supplementation tablets (Tablet Tambah Darah/TTD) is one of the factors contributing to low adherence to anemia prevention. This community service activity aimed to improve adolescent girls' knowledge about anemia and encourage adherence to TTD consumption through health education. The activity was conducted in Kuta Alam Village, Banda Aceh City, involving 25 adolescent girls aged 14–20 years. The methods included interactive lectures, discussions, demonstrations on how to consume TTD, provision of TTD, and evaluation using pre-tests and post-tests. Similar activities should be conducted continuously by involving healthcare workers, schools, and families to maintain and improve adherence to TTD consumption and efforts to prevent anemia.

Keywords - adolescent girls, anemia, health education, iron and folic acid tablets, knowledge

How To Cite : Gusrika, I., Suryantara, B., & Fadhillah, S. (2026). Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah melalui Edukasi Kesehatan pada Remaja Putri di Gampong Kuta Alam Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 4(6), 2871 - 2878. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i6.4886>

Copyright ©2026 Ima Gusrika, Bima Suryantara, Siti Fadhillah

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



PENDAHULUAN

Secara global anemia masih banyak terjadi terutama pada kelompok remaja putri dan wanita usia subur khususnya di negara berkembang (Mulianingsih et al., 2021). Anemia pada remaja putri di Indonesia masih menjadi permasalahan kesehatan yang cukup serius. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2023 prevalensi anemia pada remaja masih berada pada kisaran sekitar 30%, yang menunjukkan bahwa hampir sepertiga remaja mengalami anemia. Permasalahan anemia juga masih banyak ditemukan di tingkat daerah, termasuk Provinsi Aceh. Data menunjukkan bahwa di Aceh baru 49,08% remaja puteri mengonsumsi Tablet Tambah Darah sesuai standar, 78,09% telah diskriminasi anemia, dan 17,05% di antaranya terindikasi anemia. Upaya pencegahan anemia telah dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh melalui program edukasi gizi dan pemberian tablet tambah darah di sekolah-sekolah. Tetapi masih ditemukan bahwa sebagian remaja putri belum memiliki pemahaman yang optimal mengenai anemia serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin sebagai upaya pencegahan (Dinkes Aceh, 2025)

Salah satu faktor utama terjadinya anemia pada remaja adalah pola makan yang kurang bergizi serta beberapa faktor tidak langsung seperti pengetahuan dan kesadaran yang rendah, anemia pada remaja berkaitan dengan rendahnya asupan gizi serta meningkatnya kebutuhan zat besi pada masa pertumbuhan dan akibat kehilangan darah saat menstruasi (Evi, 2025). Remaja yang mengalami anemia cenderung mengalami penurunan konsentrasi belajar, mudah lelah, serta berisiko mengalami gangguan pertumbuhan. Selain itu, anemia yang tidak ditangani sejak dini dapat meningkatkan risiko komplikasi pada saat kehamilan di masa depan, seperti persalinan prematur dan bayi dengan berat badan lahir rendah, upaya pencegahan anemia perlu dilakukan sejak usia remaja melalui peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku hidup sehat (Fiya, 2025)

Melalui program posyandu remaja Puskesmas Kuta Alam telah mendistribusikan tablet besi kepada remaja khususnya remaja putri untuk menurunkan angka kejadian anemia, melalui wawancara dengan 5 bidan desa, semuanya menyatakan bahwa angka kepatuhan remaja meminum tablet zat besi ketika dievaluasi masih rendah yaitu sekitar <60% remaja putri (Fitria et al., 2021). Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menerapkan pendekatan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri akan pentingnya tablet tambah darah sehingga mendorong kesadaran dan kepatuhan dalam konsumsi tablet tambah darah. Selain itu, meningkatkan pengetahuan remaja tentang pola perilaku hidup sehat dengan asupan makanan bergizi untuk mencegah terjadinya anemia.

Berdasarkan hasil analisis situasi yang terjadi di Gampong Kuta Alam Kota Banda Aceh, permasalahan yang dihadapi oleh mitra yaitu Puskesmas Kuta Alam masih cukup kompleks dan saling berkaitan satu sama lain. Remaja putri cenderung memiliki pola makan yang kurang memperhatikan keseimbangan gizi, terutama dalam hal asupan zat besi (Puspitasari et al., 2025). Kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, rendahnya konsumsi sayuran hijau, serta kurangnya sumber protein hewani menjadi faktor risiko utama terjadinya anemia. Selain masalah asupan gizi, terdapat masalah pengetahuan yang masih kurang dimana masih banyak remaja putri yang belum memahami kejadian anemia, baik dari segi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, maupun dampaknya terhadap kesehatan (Maulina et al., 2025). Kurangnya pengetahuan ini menjadi salah satu faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja. Program pemberian tablet tambah darah telah dijalankan oleh Puskesmas sebagai salah satu program pemerintah dalam menanggulangi anemia pada remaja putri.

Edukasi mengenai anemia dan pencegahannya masih belum dilakukan secara optimal dan berkelanjutan. Metode penyampaian informasi yang didapatkan remaja selama ini masih kurang menarik sehingga menjadi kendala dalam meningkatkan pengetahuan mereka. Metode penyampaian hanya berupa leaflet tanpa komunikasi dua arah atau hanya ceramah saja tanpa media edukasi interaktif (Sulistiyanti et al., 2022). Kegiatan edukasi ini belum pernah dilaksanakan di Gampong Kuta Alam Kota Banda Aceh. Oleh karena itu diperlukan kegiatan pengabdian yang dilaksanakan melalui

kerjasama institusi pendidikan kesehatan dan institusi kesehatan yang salah satunya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang anemia serta mendorong kepatuhan konsumsi TTD melalui edukasi kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Gampong Kuta Alam Kota Banda Aceh pada 21 Mei 2026 dengan jumlah sasaran 25 remaja putri berusia 14–20 tahun. Kegiatan ini menggunakan desain one-group pretest-posttest dalam pelaksanaannya sasaran dijelaskan tentang anemia dengan menggunakan leaflet. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah pendekatan partisipatif berbasis pemberdayaan masyarakat (Participatory Community Empowerment Approach), di mana remaja putri dilibatkan secara aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari proses pembelajaran hingga evaluasi. Pendekatan ini bertujuan agar peserta tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga mampu menjadi agen perubahan (agent of change) dalam upaya pencegahan anemia di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Pendekatan ini dikombinasikan dengan intervensi edukatif dan preventif berupa pemberian tablet tambah darah (TTD), sehingga tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mendorong perubahan perilaku kesehatan secara nyata. Metode utama yang digunakan meliputi:

1. Ceramah Interaktif (Interactive Lecture)

Digunakan untuk memberikan pemahaman dasar mengenai anemia, meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta pentingnya pencegahan melalui konsumsi tablet tambah darah. Penyampaian dilakukan secara interaktif dengan melibatkan peserta melalui tanya jawab.

2. Diskusi dan Tanya Jawab

Peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi mengenai pengalaman dan persepsi terkait anemia serta konsumsi TTD. Metode ini bertujuan untuk menggali pemahaman awal serta meluruskan miskonsepsi yang berkembang di kalangan remaja putri.

3. Demonstrasi dan Edukasi Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)

Peserta diberikan penjelasan dan simulasi mengenai cara konsumsi TTD yang benar, waktu yang tepat, serta cara mengatasi efek samping ringan seperti mual. Demonstrasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kepatuhan peserta dalam mengonsumsi TTD.

4. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)

Sebagai intervensi langsung, peserta diberikan tablet tambah darah sesuai anjuran Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, yaitu satu tablet per minggu. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan zat besi dan mencegah anemia pada remaja putri.

5. Evaluasi (Pre-test dan Post-test)

Evaluasi dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah intervensi. Hasil evaluasi digunakan untuk menilai efektivitas kegiatan yang telah dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Gampong Kuta Alam Kota Banda Aceh pada 21 Mei 2026 dengan jumlah sasaran 25 remaja putri berusia 14–20 tahun. Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Anemia

Kategori	Pengetahuan Pretest		Pengetahuan Post Test	
	Frekuensi (orang)	Persentase (%)	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Baik (80-100)	0	0	18	72
Cukup (60-79)	12	48	7	28
Kurang (0-59)	13	52	0	0

Total	25	100	25	100
-------	----	-----	----	-----

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test pengetahuan remaja putri tentang anemia, terlihat adanya peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi kesehatan dan pemberian tablet tambah darah (TTD). Pada hasil pre-test, sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (52%), sedangkan peserta dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 12 orang (48%) dan tidak terdapat peserta dengan kategori pengetahuan baik (0%). Setelah dilakukan intervensi, hasil post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan baik yaitu sebanyak 18 orang (72%), sedangkan peserta dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 7 orang (28%), dan tidak terdapat lagi peserta dengan kategori pengetahuan kurang (0%).

Tabel 2. Rata-rata pretest dan posttest Pengetahuan Remaja tentang Anemia

pengetahuan	Frekuensi (orang)	Sig.
Pretest	48.7	0.003
Posttest	84.3	
Peningkatan	35.6	

Rata-rata skor pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi kesehatan (pre-test) diperkirakan sebesar 48,7, yang termasuk dalam kategori kurang. Setelah diberikan edukasi kesehatan dan tablet tambah darah (TTD), rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 84,3, yang termasuk dalam kategori baik,, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 35,6 poin. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia, mulai dari pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, hingga upaya pencegahannya melalui konsumsi tablet tambah darah dan pola hidup sehat. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga mengevaluasi kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai salah satu upaya pencegahan anemia. Kepatuhan konsumsi TTD menjadi indikator penting untuk melihat sejauh mana peserta menerapkan informasi kesehatan yang telah diberikan selama kegiatan edukasi

Tabel 3. Kepatuhan Remaja dalam Konsumsi Tablet Tambah Darah

Kategori	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Patuh	18	72
Tidak Patuh	7	28
Total	25	100

Berdasarkan Tabel 3 tentang kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah (TTD), menunjukkan bahwa sebagian besar peserta termasuk dalam kategori patuh yaitu sebanyak 18 orang (72%), sedangkan peserta yang tidak patuh sebanyak 7 orang (28%). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan berkontribusi terhadap meningkatnya kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah sesuai anjuran

Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingginya persentase kepatuhan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah mengikuti anjuran konsumsi tablet tambah darah selama periode observasi. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian peserta yang belum patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa alasan yang disampaikan peserta antara lain lupa mengonsumsi tablet, kurang terbiasa mengonsumsi suplemen secara rutin, serta adanya keluhan ringan seperti mual setelah mengonsumsi tablet tambah darah.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Peningkatan pengetahuan ini terlihat dari perubahan kategori pengetahuan peserta, di mana sebelum edukasi sebagian besar berada pada kategori kurang, sedangkan setelah edukasi mayoritas berada pada kategori baik. Selain itu, kepatuhan konsumsi TTD juga tergolong baik yang menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya meningkatkan aspek kognitif tetapi juga mulai mendorong perubahan perilaku kesehatan

Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang sangat penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Menurut Notoatmodjo (2022), semakin baik pengetahuan seseorang mengenai suatu masalah kesehatan, semakin besar peluang individu untuk menerapkan perilaku pencegahan yang benar. Pada remaja putri, pengetahuan yang perlu dimiliki meliputi pengertian anemia, penyebab dan faktor risiko, tanda dan gejala, dampak anemia terhadap kesehatan dan prestasi belajar, manfaat zat besi bagi pembentukan hemoglobin, serta cara mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang benar.

Program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan salah satu program prioritas Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam upaya percepatan penanggulangan anemia pada remaja putri. Berdasarkan Pedoman Kementerian Kesehatan RI, setiap remaja putri dianjurkan mengonsumsi 1 tablet TTD setiap minggu sepanjang tahun dan 1 tablet setiap hari selama menstruasi. Setiap tablet mengandung 60 mg besi elemental dan 0,4 mg asam folat yang berfungsi meningkatkan cadangan zat besi, membantu pembentukan hemoglobin, mencegah anemia defisiensi besi, serta mempersiapkan kesehatan reproduksi sebelum memasuki masa kehamilan. Program ini juga merupakan bagian dari upaya pencegahan stunting melalui peningkatan status gizi calon ibu. Keberhasilan program TTD sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan kepatuhan remaja putri. Banyak remaja yang enggan mengonsumsi TTD karena kurang memahami manfaatnya atau khawatir terhadap efek samping seperti mual dan konstipasi. Padahal, efek samping tersebut umumnya bersifat ringan dan dapat diminimalkan dengan mengonsumsi TTD setelah makan atau pada malam hari serta tidak diminum bersama teh, kopi, atau susu karena dapat menghambat penyerapan zat besi. Oleh karena itu, edukasi kesehatan menjadi komponen penting dalam meningkatkan keberhasilan implementasi program TTD.

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan berbagai kegiatan pengabdian di daerah lain. Pengabdian masyarakat oleh Lismiana dan Indarjo (2021) pada remaja putri di Jawa Tengah menunjukkan bahwa edukasi mengenai anemia dan TTD mampu meningkatkan pengetahuan serta membentuk sikap positif terhadap konsumsi TTD. Demikian pula pengabdian yang dilakukan Sari et al. (2022) melaporkan bahwa metode edukasi interaktif disertai diskusi dan media visual lebih efektif meningkatkan pemahaman dibandingkan penyuluhan satu arah. Hasil tersebut sesuai dengan kegiatan pengabdian ini, di mana penggunaan ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi, dan tanya jawab mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara nyata.

Temuan ini juga didukung oleh penelitian Fitriani et al. (2022) yang menjelaskan bahwa edukasi berbasis Health Belief Model dapat meningkatkan persepsi manfaat konsumsi TTD dan mengurangi hambatan yang dirasakan remaja sehingga kepatuhan konsumsi TTD menjadi lebih baik. Penelitian Samputri dan Herdiani (2022) juga menyatakan bahwa pengetahuan yang baik, disertai dukungan keluarga dan tenaga kesehatan, berhubungan signifikan dengan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD secara rutin, hasil pengabdian ini memperkuat teori bahwa edukasi kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah pada remaja putri. Meskipun sebagian besar peserta telah menunjukkan kepatuhan yang baik, masih terdapat remaja yang belum rutin mengonsumsi TTD karena lupa atau mengalami keluhan ringan. Oleh sebab itu, diperlukan edukasi berkelanjutan, pemantauan oleh petugas kesehatan, serta dukungan keluarga dan sekolah agar program TTD dapat berjalan optimal dan memberikan dampak terhadap penurunan kejadian anemia pada remaja putri.



Gambar 1. Foto Bersama Kegiatan Pengabmas



Gambar 2. Foto Kegiatan edukasi Pengabmas

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan tentang anemia dan pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri di Gampong Kuta Alam Banda Aceh berhasil meningkatkan pengetahuan peserta mengenai anemia, penyebab, dampak, pencegahan, serta pentingnya konsumsi TTD. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan berdasarkan hasil pre-test dan post-test, sehingga tujuan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri telah tercapai. Rata-rata peningkatan skor pengetahuan mencapai $\geq 60\%$ sesuai dengan indikator keberhasilan yang telah ditetapkan. Selain itu, hasil pemantauan menunjukkan bahwa 72% peserta patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) selama periode observasi. Capaian tersebut telah memenuhi indikator keberhasilan program, yaitu minimal 70% peserta patuh mengonsumsi TTD. Dengan demikian, kegiatan edukasi kesehatan yang disertai pemberian TTD terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan sekaligus mendorong kepatuhan remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia.

Saran dalam pengabdian masyarakat ini yaitu bagi remaja putri, diharapkan dapat menerapkan pola hidup sehat dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang serta rutin mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai upaya pencegahan anemia sejak dini. Pembentukan kader remaja yang bertugas memberi edukasi sebaya untuk konsumsi TTD serta penghubung antara siswa dan guru dan bidan desa. Bagi tenaga kesehatan dan kader kesehatan, diharapkan dapat terus memberikan edukasi kesehatan secara berkelanjutan mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah sehingga pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dapat terus meningkat.

Koordinasi dengan pihak sekolah untuk mendukung program TTD secara rutin sesuai anjuran pemerintah. Bagi keluarga, diharapkan dapat memberikan dukungan, pengawasan, dan motivasi kepada remaja putri dalam mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin agar perilaku pencegahan anemia dapat terbentuk dengan baik. Bagi pemerintah dan instansi terkait, diharapkan dapat meningkatkan program promotif dan preventif mengenai pencegahan anemia pada remaja putri melalui penyediaan tablet tambah darah serta kegiatan edukasi kesehatan secara berkala di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Bagi pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan metode edukasi yang lebih inovatif seperti leaflet, poster atau media digital dan melakukan pendampingan secara berkelanjutan agar hasil kegiatan dapat memberikan dampak yang lebih optimal terhadap perubahan perilaku kesehatan remaja putri serta evaluasi berkala 1-3 bulan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Gampong Kuta Alam Banda Aceh, seluruh peserta pengabmas dan seluruh pihak yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah, N., & Krianto, T. (2023). Pengetahuan dalam perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri di Kecamatan Cimanggis Kota Depok tahun 2023. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2), 426–435. <https://doi.org/10.37676/jnph.v11i2.5173>
- Bandura, A. (2021). *Social Cognitive Theory and Health Promotion*. New York: Cambridge University Press.
- Bloom, B. S. (2021). *Taxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals*. New York: David McKay Company.
- Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. (2025, July 16). Aceh perkuat sinergi tingkatkan layanan kesehatan anak usia sekolah dan remaja. <https://dinkes.acehprov.go.id/detailpost/aceh-perkuat-sinergi-tingkatkan-layanan-kesehatan-anak-usia-sekolah-dan-remaja>
- Diniarti, F., Retni, Jumita, & Metasari, D. (2025). *Masalah gizi (triple burden) di wilayah urban*. Eureka Media Aksara.
- Febria, M. A., & Kurniasari, R. (2022). Penggunaan media kreatif sebagai sarana edukasi anemia remaja putri selama pembelajaran jarak jauh: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(8), 882–889. <https://doi.org/10.56338/mparki.v5i8.2424>
- Firmansyah, R. S., & Fazri, A. N. (2022). Hubungan sikap remaja putri tentang anemia dengan upaya pencegahan anemia di SMKN 1 Cilimus Kabupaten Kuningan tahun 2020. *Journal of Nursing Practice and Education*, 2(2), 109–117. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v2i2.459>
- Fitria, A., Aisyah, S., & Tarigan, J. S. (2021). Upaya pencegahan anemia pada remaja putri melalui konsumsi tablet tambah darah. *RAMBIDEUN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 91–99. <https://doi.org/10.51179/pkm.v4i2.545>
- Hernianti, Citrakesumasari, Jafar, N., Indriasari, R., Zulkifli, A., & Amqam, H. (2023). Education using Instagram on knowledge, attitudes and eating habits as prevention of anemia in adolescent girls in Makassar. *Journal of Public Health and Development*, 21(2), 68–79. <https://doi.org/10.55131/jphd/2023/210207>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri dan wanita usia subur*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lismiana, H., & Indarjo, S. (2021). Pengetahuan dan persepsi remaja putri terhadap kepatuhan konsumsi tablet tambah darah. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(1), 22–30. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v1i1.45146>
- Listiana, A., & Jasa, N. E. (2022). Hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri Prodi D III STIKes Panca Bhakti Lampung. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*, 3 (1), 35–41. <https://doi.org/10.57084/jigzi.v3i1.903>
- Maulina, K., Yusni, Y., Usman, S., Saputra, I., & Zaman, N. (2025). The effect of health education on improving knowledge about anemia among adolescent girls in MTsN VI Pidie. *International Journal of Public Health*, 2(2). <https://doi.org/10.62951/IJPH.V2I2.453>
- Mulianingsih, M., Nurmayani, W., & Irianto, K. (2021). Factors affecting anemia status in adolescent girls. *Journal of Health Education*, 6(1). <https://doi.org/10.15294/jhe.v6i1.43758>
- Notoatmodjo, S. (2022). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., & Anhar, V. Y. (2022). *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Puspitasari, A., Handayani, O. W. K., & Indarjo, S. (2025). The relationship between adolescent girls' lifestyle and the incidence of anemia in high school students in Cirebon City. *Public Health Perspective Journal*, 8(2). <https://doi.org/10.15294/phpj.v8i2.19700>
- Rahmawaty, M., Hekmah, N., Solechah, S. A., & Nisa, A. (2023). Faktor perilaku kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja perempuan di SMPN 21 Banjarmasin. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(2), 231–237. <https://doi.org/10.35473/jgk.v15i2.449>
- Ratnawati, A. E. (2022). Tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe pada remaja putri. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 1–6. <https://doi.org/10.48092/jik.v9i1.177>
- Samputri, F. R., & Herdiani, N. (2022). Pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 69–73. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.69-73>
- Sulistiani, R. P., Fitriyanti, A. R., & Dewi, L. (2021). Pengaruh edukasi pencegahan anemia dengan metode kombinasi ceramah dan team game tournament pada remaja putri. *Sport and Nutrition Journal*, 3(1), 39–47. <https://doi.org/10.15294/spnj.v3i1.44880>
- Sulistiyanti, A., Ayu, S. M., Widiastuti, Y. P., & Nunes, C. F. C. (2022). Effectiveness of nutrition education on anemia on the level of knowledge in adolescents girls. *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*, 3(1). <https://doi.org/10.37287/picnhs.v3i1.1138>
- World Health Organization. (2021). *Anaemia in Women and Children: Global Health Report*. Geneva: WHO
- World Health Organization. (2022). *Guideline on daily iron supplementation in adolescent girls and women*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2023). *Anaemia in women and children: Global health estimates*. Geneva: WHO.
- Yanti, E., Anggraeni, L., Mafticha, E., Hasanah, Z., & Nurhidayah. (2025). *Tahapan dan problema kesehatan reproduksi wanita*. Nuansa Fajar Cemerlang.
- Yunanda, R., Gumilang, L., Martini, N., Elba, F., & Susanti, A. I. (2020). Effectiveness of health education using video in improving knowledge and attitude among adolescent girls. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 36(4), 119–124. <https://doi.org/10.22146/bkm.47074>