

**EVALUASI TINGKAT PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN KONSUMSI
TABLET TAMBAH DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI
(Studi pada Siswi Kelas Terbuka Atlet di SMA X Bandung)**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana gizi

Oleh:
Aliyah Khairunnisa Syafitri
2101538

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

**EVALUASI TINGKAT PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN KONSUMSI
TABLET TAMBAH DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI
(Studi pada Siswi Kelas Terbuka Atlet di SMA X Bandung)**

Oleh
Aliyah Khairunnisa Syafitri

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Gizi pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Aliyah Khairunnisa Syafitri 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2025

Hak cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak
ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

ALIYAH KHAIRUNNISA SYAFITRI

**EVALUASI TINGKAT PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN KONSUMSI
TABLET TAMBAH DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA
PADA REMAJA PUTRI**

(Studi pada Siswi Kelas Terbuka Atlet di SMA X Bandung)

disetujui dan disahkan oleh pembimbing

Pembimbing I



Hurry Mega Insani, S.Pd., M.Si.

NIPT. 920200419930718201

Pembimbing II

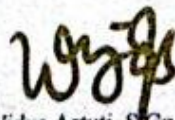


Isti Kumalasari, S.Gz., M.KM.

NIPT. 920190219860208201

Mengetahui,

Ketua Program Studi Gizi



Widya Astuti, S.Gz., M.Si.

NIPT. 920200419930102201

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aliyah Khairunnisa Syafitri

NIM : 2101538

Program Studi: Gizi

Judul Karya : Evaluasi Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet
Tambah Darah sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja
Putri (Studi pada Siswi Kelas Terbuka Atlet di SMA X Bandung)

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ini merupakan hasil kerja saya sendiri. Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas.

Jika pada kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika akademik atau unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia

Bandung, Juli 2025



Aliyah Khairunnisa Syafitri

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT dengan karuniaNya penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian yang berjudul “Evaluasi Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri”. Penelitian ini diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak terlepas dari segala rintangan, hambatan maupun kendala. Namun, atas arahan, bimbingan, dan bantuan, penulis dapat menyelesaikan penelitian. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada

1. Bapak Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia atas arahannya selama menjalani proses akademik.
2. Ibu Widya Astuti, S.Gz., M.Si, selaku Ketua Program Studi Gizi, yang telah memfasilitasi dan mendukung kelancaran studi penulis.
3. Ibu Hurry Mega Insani, S.Pd.,M.Si., dan Ibu Isti Kumalasari, S. Gz., M. KM., selaku dosen pembimbing skripsi, atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang diberikan selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu apt. Ayu Mutiara Santanu, S.Farm., M.KM., selaku dosen penguji skripsi, yang telah memberikan masukan dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf akademik Program Studi Gizi, atas ilmu dan pelayanan selama penulis menempuh pendidikan.
6. Kepala sekolah SMAN 10 Bandung yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitas sebagai tempat pelaksanaan penelitian sehingga proses pengumpulan data dapat berjalan dengan lancar.
7. Seluruh siswi SMAN 10 Bandung yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan informasi yang berharga dalam penelitian ini.
8. Kedua orang tua dan keluarga tercinta yang telah memberikan penulis dukungan, baik secara emosional maupun material selama penyusunan

proposal penelitian.

9. Sahabat-sahabat dan rekan seperjuangan Gizi angkatan 2021, atas kebersamaan, kerja sama, dan saling menyemangati selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
10. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam berbagai bentuk.

Penulis menyadari adanya kesalahan dan kekurangan dalam penyusunan proposal penelitian ini. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun diperlukan untuk memperbaiki proposal penelitian ini.

Bandung, Juli 2025

Penulis

ABSTRAK

EVALUASI TINGKAT PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

(Studi pada Siswi Kelas Terbuka Atlet di SMA X Bandung)

Aliyah Khairunnisa Syafitri

2101538

E-mail : aliyahkhairunisasyafitiri@gmail.com

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan gizi yang sering dialami oleh remaja putri, termasuk para atlet remaja, yang memiliki kebutuhan zat besi lebih tinggi akibat aktivitas fisik intensif dan siklus menstruasi rutin. Kondisi ini berisiko menurunkan konsentrasi, daya tahan tubuh, dan performa fisik, sehingga pencegahan anemia penting dilakukan sejak dini. Tujuan penelitian ini bertujuan mengevaluasi tingkat pengetahuan dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai upaya pencegahan anemia pada siswi atlet remaja putri. Penelitian menggunakan desain eksperimental melibatkan 62 atlet di SMAN 10 Bandung sebagai responden penelitian, dipilih melalui teknik *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur yang telah divalidasi, terdiri dari 30 pertanyaan pengetahuan tentang anemia dan 7 pertanyaan kepatuhan konsumsi TTD. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dan uji statistik Chi-Square. Hasil menunjukkan setelah intervensi edukasi gizi, 91,9% responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik, dan tingkat kepatuhan konsumsi TTD sebesar 61,3%. Uji statistik menunjukkan hubungan signifikan ($p \leq 0,05$) antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan, mengindikasikan semakin tinggi pengetahuan, semakin tinggi kepatuhan konsumsi TTD.

Kata kunci: Anemia, Remaja putri, Tablet tambah darah

ABSTRACT

***EVALUATION OF KNOWLEDGE LEVEL AND COMPLIANCE WITH
IRON SUPPLEMENT CONSUMPTION AS AN EFFORT TO PREVENT
ANEMIA AMONG ADOLESCENT GIRLS
(A Study on Female Student-Athletes in the Open Class Program at SMA X
Bandung)***

Aliyah Khairunnisa Syafitri

2101538

E-mail : aliyahkhairunisasyafitiri@gmail.com

Anemia is a common nutritional health problem among adolescent girls, including young athletes who have higher iron requirements due to intense physical activity and regular menstruation. This condition may reduce concentration, endurance, and physical performance, making early prevention essential. This study aimed to evaluate the knowledge level and adherence to iron tablet consumption as an effort to prevent anemia among female adolescent athletes. The study used an experimental design involving 62 student athlete from SMAN 10 Bandung as research respondents, selected through proportionate stratified random sampling. Data were collected using a validated structured questionnaire consisting of 30 questions on anemia knowledge and 7 questions on iron tablet adherence. Data were analyzed using descriptive quantitative methods and Chi-Square statistical tests. The results showed that after a nutrition education intervention, 91.9% of respondents had a good level of knowledge, and the adherence rate to iron tablet consumption was 61.3%. Statistical tests indicated a significant relationship ($p \leq 0.05$) between knowledge level and adherence, suggesting that higher knowledge is associated with better compliance in taking iron tablets.

Keywords: *Anemia, Adolescent girls, Iron tablets*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Praktis.....	4
1.4.2 Manfaat Teoritis	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Remaja Putri	6
2.1.1 Pengertian Remaja.....	6
2.1.2 Tahapan Perkembangan Remaja	6
2.1.3 Atlet Remaja Putri	8
2.2 Anemia.....	9
2.2.1 Penyebab Anemia.....	10
2.2.2 Dampak Anemia.....	11
2.2.3 Pencegahan Anemia pada Remaja Putri.....	12
2.3 Pengetahuan Gizi	13
2.4 Edukasi Gizi.....	13
2.4.1 Pengertian Edukasi	13
2.5 Suplementasi Tablet Tambah Darah.....	15
2.6 Penelitian Terdahulu	16
2.7 Kerangka Teori	19
2.8 Kerangka Konsep.....	21
2.9 Tabel Definisi Operasional	22
2.10 Hipotesis	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
3.1 Jenis Penelitian	24
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	24
3.3 Populasi dan Sampel.....	24
3.3.1 Populasi	24
3.3.2 Rumus Besar Sampel.....	25
3.3.3 Teknik Penarikan Sampel.....	25

3.4	Teknik Pengumpulan Data	26
3.4.1	Jenis data	26
3.4.2	Instrumen Penelitian.....	27
3.4.3	Tahapan Pengumpulan Data.....	29
3.5	Pengolahan Data	30
3.6	Prosedur Analisis Data	32
3.7	Etika Penelitian.....	33
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1	Hasil Penelitian.....	35
4.1.1	Karakteristik Responden	35
4.1.2	Tingkat Pengetahuan Anemia Responden.....	35
4.1.3	Gambaran Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Responden	36
4.1.4	Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	38
4.2	Pembahasan	39
4.2.1	Tingkat Pengetahuan Anemia Responden.....	39
4.2.2	Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Responden.....	41
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	46
5.1	Simpulan.....	46
5.2	Saran	46
DAFTAR	PUSTAKA	48
LAMPIRAN		55

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Daftar Penelitian Terdahulu	17
Tabel 2. 2	Definisi Operasional.....	22
Tabel 3. 1	Data Jumlah Populasi Siswa Atlet Putri Kelas X-XII SMAN 10 Bandung	24
Tabel 3. 2	Pertanyaan pada Kuesioner Pengetahuan Anemia dan TTD	27
Tabel 3. 3	Pertanyaan pada Kuesioner Kepatuhan Konsumsi TTD.....	29
Tabel 3. 4	Pengkodean Variabel Penelitian.....	31
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Atlet Remaja Putri di SMAN 10 Bandung Tahun 2025.....	35
Tabel 4. 2	Perbedaan Tingkat Pengetahuan Anemia Sebelum Intervensi (Pretest), Setelah Intervensi Tahap 1 (Posttest 1), dan Setelah Intervensi Tahap 2 (Posttest 2).....	36
Tabel 4. 3	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden tentang Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Atlet Remaja Putri di SMAN 10 Bandung Tahun 2025	36
Tabel 4. 4	Distribusi Frekuensi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Atlet Remaja Putri di SMAN 10 Bandung Tahun 2025.....	38
Tabel 4. 5	Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Penelitian.....	20
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Peneliti	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Lembar Pengesahan Proposal dan Skripsi	57
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Kampus	58
Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian dari Lokasi Penelitian	59
Lampiran 5. Sertifikat <i>Ethical Clearance</i>	60
Lampiran 6. Instrumen Penelitian	61
Lampiran 7. Pedoman Skoring Instrumen Penelitian	73
Lampiran 8. Output SPSS	74
Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	80
Lampiran 10. Draft Artikel Ilmiah	81
Lampiran 11. Bukti Turnitin Skripsi	88
Lampiran 12. Bukti Turnitin Draft Artikel Ilmiah	89
Lampiran 13. Hasil Validasi <i>Power Point</i> oleh Ahli Materi	90
Lampiran 14. <i>Power Point</i> Media Edukasi	96

DAFTAR SINGKATAN

TTD	Tablet Tambah Darah
Permenkes	Peraturan Menteri Kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munsthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Agiratama, N. P., & Kurniasari, R. (2023). Literature Review: The Effect of Providing Nutrition Education Media on Anemia Knowledge in Adolescents. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(1), 55–64.
- Ainaya, N. A., Apriningsih, Wahyuningtyas, W., & Makkiyah, F. A. (2022). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Niat Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) di Desa Sirnagalih, Kabupaten Bogor. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(2), 365–371.
- Amalia, N. R., Jamil, M. U., Dewi, H. A., & Hidayatullah, A. I. (2024). Analisis Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Anyar. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 9(1), 311–320.
- Ambarsari, N. D., Herlina, N., Dewanti, L., & Ernawati. (2023). Correlation Between Compliance with Iron Tablet Consumption and Iron Nutrition Intake with Pregnant Women's Hemoglobine Consumption. *The Indonesian Journal of Public Health*, 18(1), 72–81. <https://doi.org/10.20473/ijph.v18i1.2023.72-81>
- Anggraini, L. (2022). *Efektivitas Pemberian Media Poster Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Ibu Hamil di Puskesmas Langsung* [Skripsi]. Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan* (1 ed.). STIKes Majapahit Mojokerto.
- Arniti, N. L., Septriana, & Nofartika, F. (2021). Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Kadar HB pada Remaja Putri. *GIZIDO*, 13(12), 1–6. <https://doi.org/10.47718/gizi.v13i1%20Mei.1171>
- Arrahiyim, A. A. (2024). *Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Siswi di SMPN 31 Kota Pekanbaru* [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Asda, P., & Sekarwati, N. (2023). *Pendidikan & Promosi Kesehatan*. Tim Dewa Publishing.
- Astuti, W. T., Rianawati, I., Susanti, E. T., & Egytama, O. (2024). Kepatuhan Minum Tablet Fe Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 10(1), 34–44. <https://doi.org/10.56186/jkkb.131>
- Asyim, R. A., Ardiansyah, M. R., Puspitasari, A. C., & Firmaniar, R. (2024). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, VII(1), 44–51. <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jbca>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1377–1386.
- Azadi, N. A., Ziapour, A., Lebni, J. Y., Irandoost, S. F., Abbas, J., & Chaboksavar, F. (2021). The Effect of Education Based on Health Belief Model on Promoting Preventive Behaviors of Hypertensive Disease in Staff of the Iran University of Medical Sciences. *Archives of Public Health*, 79(1), 69. <https://doi.org/10.1186/s13690-021-00594-4>
- Az-Zahra, K., & Kurniasari, R. (2022). Efektivitas Pemberian Media Edukasi Gizi yang Menarik dan Inovatif terhadap Pencegahan Anemia kepada Remaja Putri : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 5(6),

- 618–627. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Dewi, I. G., Dewi, I. G., & Erawati, N. L. (2025). Pengetahuan dan Sikap Terhadap Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 603–610. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.40756>
- Dieny, F. F., Fitranti, D. Y., Jauharany, F. F., & Tsani, A. F. A. (2021). Potensi Female Athlete Triad pada Atlet Remaja Putri Defisiensi Besi. *Gizi Indonesia*, 44(1), 1–10. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v44i1.511>
- Djannah, R., & Wisudawati, W. (2023). Pengaruh Pendidikan Gizi dan Anemia Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Pencegahan Anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Karya Bunda Husada*, 9(1), 10–17. <https://doi.org/10.56861/jikkbh.v9i1.105>
- Dyna, F., Hendra, D., Anita, F., Bahri, S., & Misran. (2024). Edukasi Kesehatan Remaja Sehat Bebas Anemia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 48–53.
- Eka, Hadi, S. P. I., & Navelia, Z. I. (2024). Pengaruh Edukasi Media Video Anemia Terhadap Pengetahuan Anemia Remaja Putri di SMK Torsina Sanggau. *Jurnal Kebidanan*, 14(2), 28–32.
- Elisa, S., Oktafany, & Oktarlina, R. Z. (2023). Literature Review : Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*, 145–148. <https://doi.org/10.36053/mesencephal>
- Eryeni, D., Meliyanti, F., & Novitry, F. (2024). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 2835–2842.
- Fita, A., Fatmawati, T. Y., & Putri, S. K. (2025). Hubungan Status Gizi dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 14(1), 166–173. <https://doi.org/10.36565/jab.v14i1.920>
- Gustian, M. S., Marliany, H., Kusumawaty, J., & Lismayanti, L. (2024). Pengaruh Edukasi Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri di SMKN 1 Ciamis. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 7, 111–119.
- Handanti, R. (2021). *Analisis Abnormal Return dan Trading Volume Activity Sebelum dan Sesudah Ex-Dividend Date pada Perusahaan yang Terdaftar di Bursa Efek Indonesia Periode 2017-2020* [Skripsi]. Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia.
- Hanriyani, F., & Suazini, E. R. (2022). Perubahan Fisik, Emosi, Sosial dan Moral pada Remaja Putri. *Jurnal Medika Cendikia*, 9(1), 60–67. <https://doi.org/10.33482/medika.v9i1.181>
- 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*, 3, 20427–20435.
- Helmyati, S., Hasanah, F. C., Putri, F., Sundjaya, T., & Dilantika, C. (2023). Tinjauan Literatur: Indikator Biokimia untuk Identifikasi Anemia Defisiensi Zat Besi di Indonesia. *Amerta Nutrition*, 7(3), 62–70. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.62-70>
- Hutasuhut, P. A., Annisa, & Hafiza, N. (2023). Perkembangan Fisik Anak Akhir dan Perkembangan Psikososial Pada Masa Remaja. *Al-Qalam*, 24(2), 98–102.
- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1116>
- Izzani, T. A., Octaria, S., & Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal*

- Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), 259–273.
<https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>
- Kasjono, H. S., Agutiani, M. D., & Sunartono. (2021). Eksplanasi Penyuluhan Multimedia Tentang Pencegahan Anemia Terhadap Perilaku Remaja Putri Mencegah Anemia. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 5(2), 63–68.
<https://doi.org/10.32504/hspj.v5i2.524>
- Kementerian Kesehatan. (2018). *Buku Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan. (2024, Maret 28). *Lengkapi Gizi dengan Zat Besi*.
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240328/5345190/lengkapi-gizi-dengan-zat-besi/>
- Kementerian Kesehatan. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan. (2022, September 11). *7 Dampak Anemia pada Remaja*.
<https://ayosehat.kemkes.go.id/7-dampak-anemia-pada-remaja>
- Kurniasih, N. I. D., Kartikasari, A., Russiska, & Nurlelarsi. (2021). Hubungan Pola Aktivitas Fisik dan Riwayat Penyakit dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMAN 1 Luragung Kecamatan Luragung Kabupaten Kuningan. *Journal of Nursing Practice and Education*, 1(2), 83–90.
<https://doi.org/10.34305/jnpe.v1i2.272>
- Lubis, D. R., & Angraeni, L. (2022). Deteksi Dini Anemia Melalui Pemeriksaan Kadar Hemoglobin pada Remaja Puteri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Parahita*, 24–33.
- Mahardika, P., Casman, Dewi, S. U., Agustina, A. N., & Pangaribuan, S. M. (2022). Gambaran Kadar Hemoglobin dan Menstruasi Remaja Putri, Upaya Deteksi Dini Anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 2(2), 49–53.
<https://doi.org/10.56667/jikdi.v2i2.791>
- Maheswari, N., Kandasamy, S., J., E. R., Subbiah, P., Davidson, P. D., Gopal, M., Velappan, L. K., & Kalyanaraman, S. (2024). Adherence to weekly iron folic acid supplementation and associated factors among adolescent girls – A mixed-method study. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(6), 2416–2424. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_1526_23
- Masfufah, Kandarina, I., & Padmawati, R. S. (2022). Penerimaan remaja putri terhadap tablet tambah darah di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(3), 145. <https://doi.org/10.22146/ijcn.37031>
- Megasari, A. L., Putri, N. R., Ashani, N. A. Y., Oktavia, E. M., Putri, Y. D. N., & Ubaydillah, M. (2024). Edukasi Pentingnya Pemenuhan Gizi bagi Remaja untuk Pencegahan Anemia di SMP Negeri 13 Surakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 14–19. <http://journal.ahmareduc.or.id/index.php/>
- Mutiara, E. S., Manalu, L., Klise, R. E., Aginta, S., Aini, F., & Rusmalawaty. (2023). Analisis Pemberian Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil di Puskesmas: Studi Literature Review. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(2), 125–135. <https://doi.org/10.14710/mkmi.22.2.125-135>
- Mutmainnah, S. (2023). *Faktor - Faktor yang Memengaruhi Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al Fatah Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023* [Tesis]. Universitas Lampung.
- Mutmainnah, S., Zuraida, R., & Suharmanto. (2023). Pengetahuan dan Sikap Berhubungan dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1321–1328.

- <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1832>
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia pada Remaja di Indonesia. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <https://doi.org/10.36418/cerdika.v1i4.66>
- Nuhidayati, V. A., Khomsan, A., Riyadi, H., Prasetya, G., Rizkiriani, A., & Amelia Ria. (2025). Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Zat Besi serta Pangan Pendukung dan Penghambat Penyerapannya pada Remaja Putri. *Pontianak Nutrition Journal*, 8(1), 613–619.
- Nurkhoiriyah, A., Suparman, Agung, F., & Lucas, J. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Video Animasi terhadap Pengetahuan, Asupan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Remaja Kegemukan di SMPN 7 Cimahi. *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 3(1), 44–52. <https://doi.org/10.34011/jgd.v3i1.2184>
- Octavia, D., Sahalessy, Y., Raule, J. H., Masrikat, M. D. S., Hamdayani, Koch, N. M., Lombogia, M., Langitan, R. E., Ratuela, J. E., Tahulending, A. A., Sari, L. A., Pondaag, L., Wally, R., Muhasidah, Sarayar, C. P., Hasbi, & Hasbi, H. Al. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Komunitas* (L. O. Alifariki, Ed.). PT Media Pustaka Indo. www.mediapustakaindo.com
- Oktariani, E., Mursyida, E., Nurmaliza, & Ramdhan, W. (2023). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pencegahan Stunting Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah. *JKEMS- Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 19–25. <https://doi.org/10.58794/jkems.v1i2.500>
- Paranduk, E., Duhita, F., Isir, M., & Abdullah, V. I. (2024). Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri Melalui Edukasi dengan Metode Pakem di SMP Roon Kabupaten Teluk Wondama. *Jurnal Giat Noken*, 1(1), 31–37.
- Permanasari, Ika, Rika Mianna, & Yesi Septina Wati. (2021). *Remaja Bebas Anemia Melalui Peran Teman Sebaya* (1 ed.). Gosyen.
- Pinzon, R. T., & Edi, D. W. R. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (D. Prabantini, Ed.; 1 ed.). Andi.
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.org*, 1(3), 1–9.
- Promosi Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Bandung. (2023, Desember 8). *Masalah Anemia Pada Remaja Putri*. Online. <https://dinkes.bandung.go.id/masalah-anemia-pada-remaja-putri>
- Puspadiina, N., & Kurniawati, H. F. (2023). Pengaruh Penyuluhan Gizi Menggunakan E-Booklet terhadap Pengetahuan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Menara Journal of Health Science*, 2(4). <https://jurnal.iakmikusdus.org/index.php/mjhs>
- Puspitasari, H. Z. G., Armini, N. K. A., Pradanie, R., & Triharini, M. (2022). Anemia Prevention Behavior in Female Adolescents and Related Factors Based on Theory of Planned Behavior: A Cross-Sectional Study. *Jurnal Ners*, 17(1), 25–30. <https://doi.org/10.20473/jn.v17i1.27744>
- Putri, A. F. F., Kaidah, S., & Huldani. (2021). Literature Review: Pengaruh Latihan Aerobik Intensitas Sedang Terhadap Kadar Hemoglobin. *Homeostasis*, 4(2), 547–558.
- Rahayu, R., Fauziyah, N., & Nuraeni, A. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di SMPN 1 Kalijati. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 25–31. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>

- Rahman, A., Kaidah, S., & Huldani. (2021). Literature Review: Pengaruh Latihan Aerobik Intensitas Sedang Terhadap Kadar Hematokrit. *Homeostasis*, 4(2), 435–446.
- Rahmawaty, M., Hekmah, N., Aisyah Solechah, S., & 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.
- Rain, S. M., Yulianto, & Siregar, A. (2024). Pengaruh Pemberian Formula Kue Semprit Terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Anemia di SMAN 19 Palembang. *Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*, 8(1), 39–48. <https://doi.org/10.21580/ns.2024.8.1.16562>
- Rakhshani, T., Masoomi, R., Yousefi, M., Kamyab, A., Taravatmanesh, S., & Jeihooni, A. K. (2025). The Effect of Educational Intervention Based on The Theory of Planned Behavior To Prevent Iron Deficiency Anemia In Female High School Students. *BMC Public Health*, 25(1), 1448. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22711-6>
- Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandibang, P. A. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri sebagai upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(2), 97–102. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/Jpmf>,
- Rate, S., Ishak, S., Dewanti, R., & Wahyuni, I. (2023). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Pada Remaja Putri Di Kabupaten Maros. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(1), 1–5. <https://doi.org/10.54444/jik.v13i1.118>
- Ridwan, D. F. S., & Suryaalamshah, I. I. (2023). Hubungan Status Gizi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Triyasa Ujung Berung Bandung. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(1), 8. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.1.8-15>
- Rosanti, A., Yulinawati, C., Roza, N., & Arianggara, A. W. (2022). Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Bulang Kota Batam. *Jurnal Info Kesehatan*, 12(2), 509–513.
- Rosdiana, Wirawan, S., Yuniarsy Hartika, A., Prabu Aji, S., Nayoan, C. R., Tarigan, F. L. B., Arisanti, D., Trisilawati, R., & Simanjuntak, R. R. (2023). *Penerapan Strategi Perubahan Perilaku* (N. Sulung, Ed.; 1 ed.). Get Press Indonesia. www.getpress.co.id
- Rusilanti, & Riska, N. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 8(02), 175–185. <https://doi.org/10.21009/JKKP.082.06>
- Sari, D. A. (2024). Pemberian Edukasi terkait Anemia Menggunakan Media Leaflet dan PowerPoint terhadap Pengetahuan Remaja di Desa Kalimas, Kecamatan Besuki, Kabupaten Situbondo. *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 712–719. <https://doi.org/10.20473/mgk.v13i2.2024.712-719>
- Sari, Sarumi, R., & Aifu, D. K. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Melalui Media Video terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia untuk Cegah Stunting. *Jurnal Riset Sains dan Kesehatan Indonesia*, 1(1), 24–29. <https://doi.org/10.69930/jrski.v1i1.11>
- Seminar, A. U., Sarwoprasodjo, S., Khomsan, A., Alfiani, D., & Sianturi, S. E. (2024). Komunikasi Kesehatan Berbasis Health Belief Model: Intensi Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Siswi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 13(2), 282–302.

- Setiasih, S., Sundari, A., & Rozikhan. (2024). Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio-Visual terhadap Pengetahuan dan Perilaku Remaja dalam Pencegahan Anemia Penyebab Stunting. *Journal of Language and Health*, 5(2), 781–786.
- Silitonga, H. T. H., Salim, L. A., Nurmala, I., & Wartiningsih, M. (2023). Compliance of Iron Supplementation and Determinants among Adolescent Girls: A Systematic Review. *Iranian Journal of Public Health*.
<https://doi.org/10.18502/ijph.v52i1.11664>
- Sineke, J., Pascoa, M. E., Saud, F., Ranti, I. N., & Paruntu, O. L. (2024). Factors Related To Compliance With The Consumption Of Iron Tablets In Adolescent Females. *IOSR Journal of Nursing and health Science*, 13(5), 35–40.
<https://doi.org/10.9790/1959-1305063540>
- Suaib, F., Rowa, S. S., & Adwiah, W. (2024). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(1), 71–76.
<https://doi.org/10.32382/medkes.v19i1.549>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 3, 1917–1928.
- Sutriyawan, A. (2021). *Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan: Dilengkapi Tuntunan Membuat Proposal Penelitian* (1 ed.). Refika Aditama.
- Swarjana, I. K. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Percetakan CV Andi Offset.
- Thaha, R. Y., Riswan, & Yani, R. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi di SMPN 1 Buntao Kabupaten Toraja Utara. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 52–74.
- Triana, A. (2023). Faktor Resiko Kejadian pada Remaja Putri di Mas PP Nuruddin. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran (Termometer)*, 1(1), 1–7.
- Tutik, H., & Putri, N. K. S. E. (2022). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia di SMA Negeri Kebakramat Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 6(1).
<https://doi.org/10.54877/maternal.v6i1.863>
- Umizah, L. P., & Fadli, M. (2024). Penyuluhan Pencegahan Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Desa Sidodadi Bengkulu Tengah. *Jurnal Inovasi Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), 37–42.
<https://doi.org/10.54082/jippm.418>
- Utami, A., Margawati, A., Pramono, D., & Wulandari, D. R. (2021). *Anemia pada Remaja Putri*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.
- Wardani, N. A. U. (2021). *Gambaran Pelaksanaan Program Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri di Kota Depok Selama Kegiatan Belajar Dari Rumah* [Skripsi, Universitas Indonesia, Depok].
<https://lib.fkm.ui.ac.id/detail?id=135103>
- World Health Organization. (2022). *Kesehatan Remaja*. Online.
<https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health>
- Wulandari, Linar, C., Rahmadhani, N., Silvany, W., Aulia Batu Bara, R., Jannah, M., Asyura, S., & Zati, R. (2023). Penyuluhan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMKS Kesehatan Darussalam Lhokseumawe. *Communnity Development Journal*, 4(6), 13220–13224.
- Yhuliarti, N. I., & Saraswati, K. D. (2024). Korelasi Antara Kadar Hemoglobin dengan Prestasi Akademik Siswa SMK Kesehatan Bhakti Indonesia Medika Blita. *Jurnal Kesehatan Paripurna*, 1(3), 323–328.