

TINGKAT PENGETAHUAN ANEMIA DAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (Fe) PADA REMAJA PUTRI DI JAKARTA SELATAN

Nanda Desta Aulia Safitri¹, Fitri Annisa^{1*}

Akademi Keperawatan Keris Husada

*Email Korespondensi: fitriiann01@gmail.com (koresponden)

ABSTRACT

Background: anemia in adolescent girls in Indonesia is 27.2% and the prevalence of anemia based on data from DKI Jakarta is 23%. Anemia has an impact on endurance, reduces fitness, concentration, achievement and learning productivity, often complains of dizziness, dizzy eyes, eyelids, lips, tongue, skin and palms become pale, lethargic, weak, tired, tired and limp. **Objective:** to describe the level of knowledge of anemia in adolescent girls. **Methods:** using a survey research conducted on 100 healthy and sick teenagers aged 15-18 years who are female in South Jakarta. Collecting data using a questionnaire. **Results:** knowledge of teenagers from 100 respondents, namely Good as many as 14 people (14%), Enough as many as 63 people (63%) and Less as many as 23 people (23%). **Conclusion:** the percentage of respondents who have a sufficient level of knowledge category are the majority of respondents with mothers with elementary / junior high school education (77.0%), and if the total number of respondents who have a sufficient level of knowledge category is the majority with mothers with high school education / equivalent (58.5% %), some of the income characteristics of parents (fathers) with sufficient level of knowledge with income below the minimum wage (71.7%). Based on the source of information, the majority of respondents who received information from electronic media had a sufficient level of knowledge (65.6%), the majority of respondents who consumed Fe tablets with sufficient knowledge (75.0%) and overall the majority of respondents did not consume tablets. Fe (61.9%)

Keywords: knowledge of anemia, adolescent girls, Fe tablets

ABSTRAK

Latar Belakang: anemia pada remaja putri di Indonesia sebesar 27,2% dan Prevalensi anemia berdasarkan data DKI Jakarta sebanyak 23% remaja putri yang mengalami anemia. Anemia berdampak pada daya tahan tubuh, menurunkan kebugaran, konsentrasi, prestasi dan produktivitas belajar, sering mengeluh pusing, mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah dan lungla. **Tujuan:** untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri. **Metode:** menggunakan penelitian **survei** dilakukan pada 100 remaja yang sehat maupun sakit usia 15-18 tahun berjenis kelamin perempuan di Jakarta Selatan. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. **Hasil:** dari 100 responden, pengetahuan remaja yaitu, baik sebanyak 14 orang (14%), cukup sebanyak 63 orang (63%) dan kurang sebanyak 23 orang (23%). **Simpulan:** responden secara presentasi yang memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup mayoritas pada responden dengan ibu berpendidikan SD/SLTP (77,0%), dan jika secara jumlah keseluruhan yang memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup mayoritas dengan ibu berpendidikan SLTA/Sederajat (58,5%), sebagian karakteristik penghasilan orang tua (ayah) tingkat pengetahuan kategori cukup dengan penghasilan di bawah UMR (71,7%). Berdasarkan sumber informasi, mayoritas responden yang mendapatkan informasi dari media elektronik memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup (65,6%), mayoritas responden secara presentasi yang mengkonsumsi tablet Fe dengan pengetahuan cukup (75,0%) dan secara jumlah keseluruhan mayoritas responden tidak mengkonsumsi tablet Fe (61,9%)

Kata kunci: pengetahuan anemia, remaja putri, tablet Fe

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu kondisi medis dimana sel darah merah atau haemoglobinkurang dari normal. Kadar haemoglobin normal umumnya berbeda antara laki-laki dan perempuan. Untuk laki-laki anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 13,5gram/dl pada perempuan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 12gram/dl (Kemenkes, 2018). Pada perempuan muda terdapat dua kali risiko menderita anemia di banding dengan laki-laki muda karena pendarahan menstruasi yang teratur. *World Health Organization* (WHO) dalam *worldwide prevalence of anemia* tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Di Asia Tenggara, 25-40% remaja putri mengalami kejadian anemia tingkat ringan maupun berat (Kemenkes, 2018).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan anemia di Indonesia tahun 2018 menurut karakteristik umur 5-14 tahun sebesar 26,8% dan umur 15-24 tahun sebesar 32,0% dan berdasarkan jenis kelamin kejadian anemia pada laki-laki sebesar 20,0% dan perempuan sebesar 27,2% dapat dilihat dari data tersebut bahwa kejadian anemia lebih tinggi pada perempuan. Prevalensi anemia berdasarkan dara DKI Jakarta sebanyak 23% remaja putri yang mengalami anemia (Kemenkes RI,2018).

Pada umumnya, pola makan yang kurang tepat menjadi penyebab dari masalah gizi yang terjadi pada remaja. Beberapa masalah gizi yang sering dialami pada masa remaja adalah gangguan makan, obesitas, KEK, makan tidak teratur dan anemia (Susetyowati, 2016). Pada

masa remaja terjadi peningkatan aktivitas fisik dan peningkatan asupan kalori, sehingga kebutuhan makanan yang bergizi menjadi suatu hal yang sangat penting untuk dikonsumsi dan berguna untuk proses pertumbuhan. Gizi yang masuk kedalam tubuh akan digunakan untuk peningkatan berat badan dan tinggi badan remaja. Remaja putri (10 – 19 tahun) merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia dari pada remaja laki-laki. Remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya, selain itu remaja putri seringkali menjaga penampilan ingin kurus sehingga melakukan diet dan mengurangi makan (Yudistia,dkk 2021).

Menurut penelitian Lukman (2018) dampak jangka pendek anemia pada remaja putri akan menurunkan daya tahan tubuh, menurunkan kebugaran, konsentrasi, prestasi dan produktivitas belajar karena kurang oksigen ke sel otot dan sel otak. Dampak jangka panjang anemia yaitu akan berpengaruh pada saat persalinan, yang nantinya wanita akan mengalami perdarahan postpartum dan bayi baru lahir rendah (BBLR) (Yudistia,dkk 2021). Beberapa dampak yang lain yang terjadi seperti sering mengeluh pusing, mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah dan lunglai dan juga dampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak. Pada masa hamil remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditangani maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya (Sandra,2017).

Suplementasi tablet tambah darah pada remaja merupakan salah satu cara pemerintah untuk mengurangi angka kejadian anemia. Suplementasi tablet tambah darah dengan dosis yang tepat efektif untuk meningkatkan cadangan zat besi jika dikonsumsi secara rutin. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Rahmadi (2019) sekolah yang melakukan program suplementasi tablet tambah darah memiliki prevalensi yang rendah (24%) dibandingkan dengan sekolah yang tidak melakukan program suplementasi tablet tambah darah dengan prevalensi anemia (43,1%). Pelaksanaan program pemberian tablet tambah darah dilakukan dengan memberikan tablet tambah darah dengan dosis 1 tablet setiap minggunya atau 4 tablet dalam 1 bulan (Widiastuti dan Rusmini, 2019).

Menurut penelitian Fajriyah dan Fitriyanto (2016) menunjukkan 87% remaja memiliki pengetahuan baik dan 13% remaja memiliki pengetahuan kurang tentang anemia. Menurut penelitian Simamora, Kartasurya, dan Pradigdo (2018) menambahkan bahwa tingkat pendidikan berupa salah satu sebab mendasar yang dapat mengakibatkan kejadian anemia. Hal tersebut dikarenakan tingkat pendidikan mempengaruhi tingkat pengetahuan terhadap asupan gizi yang harus dipenuhi dalam setiap harinya. Pemahaman yang baik terhadap asupan gizi yang cukup akan berdampak pada pola makan yang baik sehingga dapat mencegah terjadinya anemia dimasyarakat khususnya pada remaja. Berdasarkan data diatas, peneliti ingin mengetahui tentang “gambaran tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri”.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan desain potong lintang dengan teknik pengambilan data melalui *simple random sampling* dimana penyebaran kuesioner dilakukan menggunakan google form. Subyek pada penelitian ini adalah 100 remaja yang usia 15-18 tahun berjenis kelamin perempuan, bisa membaca dan menulis yang bersedia berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner untuk mengukur pengetahuan anemia pada remaja putri. Pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang mengadopsi dari penelitian berjudul gambaran pengetahuan tentang anemia dan kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi tablet tambah darah (Anggiana, 2020). Terdiri dari 28 kuesioner. Lokasi penelitian dilakukan di Wilayah Jakarta Selatan dan waktu penelitian dilakukan selama bulan April-Mei 2022.

HASIL

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sumber informasi responden sebagian besar melalui media elektronik (61%), frekuensi remaja putri yang tidak mengkonsumsi tablet Fe lebih banyak sebesar (76%), rata-rata usia responden 18 tahun (55%), penghasilan keluarga responden mayoritas tidak UMR (53%), mayoritas responden dengan ibu berpendidikan SLTA/Sederajat (54%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	%
Sumber Informasi		
Media cetak (buku majalah/poster)	39	39
Media elektronik (radio,tv,internet)	61	61
Jumlah	100	100
Konsumsi tablet Fe		
Ya	24	24
Tidak	76	76
Jumlah	100	100
Usia responden		
15 tahun	16	16
16 tahun	8	8
17 tahun	21	21
18 tahun	55	55
Jumlah	100	100
Penghasilan keluarga		
UMR (4.500.000)	47	47
Tidak UMR (<4.500.000)	53	53
Jumlah	100	100
Tingkat pendidikan ibu		
SD/SLTA	27	27
SLTA/Sederajat	54	54
Diploma/Sarjana	19	19
Jumlah	100	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang anemia dari 100 responden, mayoritas

berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 63 orang (63%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Remaja Putri Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	14	14
Cukup	63	63
Kurang	23	23
Jumlah	100	100

Berdasarkan tabel 3, secara persentase, yang memiliki tingkat pengetahuan kategori baik mayoritas pada responden dengan ibu berpendidikan diploma/ sarjana (15,9%), sedangkan jika dilihat dari penghasilan keluarga, keluarga yang memiliki penghasilan di atas UMR memiliki pengetahuan yang lebih baik (19,2%). Berdasarkan sumber informasi,

mayoritas responden yang mendapatkan informasi dari media elektronik memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup (65,6%), mayoritas responden secara presentasi yang mengkonsumsi tablet Fe dengan pengetahuan cukup (75,0%) dan secara jumlah keseluruhan mayoritas responden tidak mengkonsumsi tablet Fe (61,9%).

Tabel 3 Frekuensi Pengetahuan Tentang Anemia Berdasarkan Karakteristik Responden

Variable	Tingkat pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
	N	%	N	%	n	%	N	%
Karakteristik pendidikan orang tua (ibu)								
SD/SLTP	3	11,1%	20	74,0%	4	14,9%	27	100%
SLTA/Sederajat	8	14,8%	32	59,2%	14	26,0%	54	100%
Diploma/Sarjana	3	15,9%	12	63,1%	4	21,0%	19	100%
Penghasilan keluarga (ayah)								
Rp 4.500.000 (UMR)	9	19,2%	27	57,4%	11	23,4%	47	100%
<Rp 4.500.000	4	7,5%	38	71,7%	11	20,8%	53	100%
Karakteristik sumber informasi								
Media cetak (buku/ majalah/ poster)	6	15,3%	25	64,2%	8	20,5%	39	100%
Media elektronik (radio/ tv/ internet)	8	13,1%	40	65,6%	13	21,3%	61	100%
Konsumsi tablet Fe								
Ya	2	8,3%	18	75,0%	4	16,7%	24	100%
Tidak	11	14,4%	47	61,9%	18	23,7%	76	100%

PEMBAHASAN

Menurut hasil penelitian, responden dengan kategori cukup mayoritas berada pada orang tua yang berpendidikan SLTA/Sederajat. Hasil ini sejalan dengan penelitian Diva (2021), dimana responden yang berpengetahuan cukup berada pada orang tua yang berpendidikan SLTA/Sederajat. Hal tersebut terjadi karena responden mendapatkan informasi bukan hanya dari orang tuanya melainkan dari sumber lain. Selain itu mungkin seseorang yang memiliki pengetahuan baik memiliki rasa ingin tahu yang tinggi sehingga mendapatkan informasi yang mampu mendukung pengetahuan. Berdasarkan hasil penelitian ini, berdasarkan karakteristik orang tua yang berpendidikan Diploma lebih dominan berpengetahuan kurang dibandingkan dengan pendidikan SD/SLTP dan SLTA/Sederajat (21,0%) berbeda dengan penelitian yang di buat

oleh Anggiana dimana responden yang berpengetahuan baik berada pada orang tua yang berpendidikan SD/SLTP. Hal ini dikarenakan responden mendapatkan informasi berbeda-beda tergantung daya tangkap seseorang untuk memahami sesuatu. Responden mungkin mendapatkan informasi bukan dari orang tuanya melainkan dari sumber lain sehingga pendidikan orang tua tidak berpengaruh pada pengetahuan seseorang. (Anggiana,2020).

Berdasarkan hasil penelitian, penghasilan keluarga responden dengan penghasilan orang tua dibawah UMR mayoritas memiliki pengetahuan yang cukup penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Novy dimana tingkat pengetahuan responden dengan penghasilan keluarga UMR lebih baik dibandingkan dengan penghasilan keluarga dibawah UMR. Hal ini dapat terjadi dikarenakan tingkat penghasilan

didaerah Medan berbeda dengan tingkat penghasilan di DKI Jakarta (Novy,2018). Menurut data Dinas Ketenagakerjaan penghasilan UMR pada Kota Medan sebesar Rp 3.222.556. Menurut hasil penelitian ini terdapat 19,2% responden dengan orang tua berpenghasilan di atas UMR yang memiliki pengetahuan baik. Menurut penelitian Fitriani hal ini dikarenakan status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang (Fitriani,2017). Berdasarkan dari sumber informasi responden yang memiliki pengetahuan kategori baik mayoritas responden yang mendapatkan informasi dari media elektronik, penelitian ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggiana yaitu (77,7%), hal ini dikarenakan sekarang semua kalangan sudah memiliki handphone masing-masing dan dapat mengakses semua pengetahuan mulai dari kesehatan dll menggunakan handphone (Anggiana,2020).

Menurut hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa mayoritas responden sudah memiliki pengetahuan yang cukup tentang anemia (63%). Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Prawira,dkk dimana penelitian yang dilakukan di daerah Bogor tersebut lebih banyak responden dengan pengetahuan yang baik. Hal ini mungkin dikarenakan seseorang menangkap informasi berbeda-beda atau mungkin seseorang yang memiliki pengetahuan baik memiliki rasa ingin tahu yang tinggi sehingga mendapatkan informasi yang mampu mendukung pengetahuan.

Berdasarkan dari penelitian ini kebanyakan responden tidak mengkonsumsi tablet Fe (76%) dan yang mengkonsumsi tablet Fe (24%) penelitian ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan oleh Tuty,dkk yang dilakukan di SMP NEGRI 3 dimana dalam penelitian ini terdapat (56.1%) tidak mengkonsumsi tablet Fe dan patuh sebanyak (43,9%) (Anggiana,2020). Hal ini bisa menyebabkan terjadinya peningkatan prevalensi anemia di Indonesia, menurut penelitian yang dilakukan oleh Nelda dimana angka kepatuhan dalam mengkonsumsi tablet Fe rendah kemungkinan disebabkan oleh faktor-faktor yang kurang mendukung dalam mengkonsumsi tablet Fe seperti sikap, dukungan orang tua dan dukungan guru

Menurut hasil penelitian ini responden yang tidak mengkonsumsi tablet Fe lebih berpengetahuan baik dibandingkan dengan yang mengkonsumsi tablet Fe. Hal ini dikarenakan responden mendapatkan informasi berbeda-beda tergantung daya tangkap seseorang untuk memahami sesuatu. Responden bisa saja mendapatkan informasi bukan dari orang tuanya melainkan dari sumber lain sehingga pendidikan orang tua tidak berpengaruh pada pengetahuan seseorang

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan responden tentang anemia paling banyak (63%) berada pada kategori cukup. Mayoritas responden mendapat sumber informasi melalui media elektronik sebanyak (61%). Pengetahuan

anemia berdasarkan pendidikan orang tua responden SD/SLTP (27%), SLTA/Sederajat (54%) dan Diploma/Sarjana (19%). Karakteristik penghasilan keluarga responden sebagian besar dibawah UMR yaitu sebanyak (53%) dan yang UMR (47%). Responden sebagian besar tidak mengkonsumsi tablet Fe (76%) dan yang mengkonsumsi tablet Fe (24%). Upaya sosialisasi kepada remaja tentang anemia perlu dilakukan oleh instalasi yang terkait dengan penyuluhan maupun promosi kesehatan masyarakat. Hal ini dapat memudahkan anak untuk mengetahui tentang anemia dan diharapkan dapat meningkatkan peran perawat dalam promosi kesehatan sebagai health edukator mengenai anemia. Hal ini juga dapat dijadikan sebagai evidence based bagi perkembangan ilmu keperawatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, I. G., Srinigrat, A., Cintya, P., Yulianti, D., & Ani, L. S. (2019). *Prevalensi Anemia pada Remaja Putri di Kota Denpasar*. E-Jurnal Medika, Vol 8, 8(2),1-6. Retrieved from <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- Anggiana, R. (2019) *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Asrama III Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Astri, W. (2018) *hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMAN 1 Karanganom*.
- Bakta, IM. 2015.*Hematologi Klinik Ringkas*. Jakarta: ECG
- Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*. Dunia Keperawatan, 5(1), 1-10. <https://doi.org/10.20527/dk.v5i1.3634>
- Dalami, Ernawati, Rochimah, Dan Ketut Rai Suryani. 2010. *Etika Keperawatan. Pertama*. Jakarta: Trans Info Media.
- Damayanti, Y., Saputri. E.S., & Ratnasari. F. (2021) *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di SMA Babus Salam*
- Dinasker, 2019. *Upah Minimum Provinsi Dan Kabupaten/Kota Medan*. <https://dinasker.sumutprov.sumutprov.go.id/data-upah-minimum-provinsi-dan-kab-kota>
- Dinkes, 2019. *Profil Kesehatan Remaja Kabupaten/Kota Se-DIY*. Yogyakarta:Dinas Kesehatan D.I.Yogyakarta
- Diva, Y.,S. 2021 *Gambaran Tingkat Pengetahuan Anemia Pada Siswa Putri YPKK 2 Sleman*
- Duli, Nikolaus. 2019. *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar Untuk Penulisan Skripsi & Analisa Data Dengan Spss*. 1st Ed. Sleman: Deepublish.23. Notoatmodjo, S.2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*.Jakarta:Rineka Cipta

- Jayanti, I. 2019. *Evidence based dalam praktik kebidanan*. Yogyakarta: Deepublish
- Kemendes, 2018. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017: *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan. Diakses Melalui <https://ekoren.bkkbn.go.id/wpcontent/uploads/2018/10/laporansdki-2017-remaja.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur*
- Kurniawan, Dicky Endrian. 2017. "Penyelesaian Masalah Etik Dan Legal Dalam Penelitian Keperawatan." *Journal Of Chemical Information And Modeling*(01):1689–99.
- Lukman Dwi Priyanto. (2018) *Hubungan Umur, Tingkat Pendidikan, Dan Aktivitas Fisik Santriwati Husada Dengan Anemia*.
- Mairita.dkk. 2018. *Hubungan Status Gizi Dan Pola Haid Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Berkala Kesehatan Masyarakat Indonesia*
- Martini. (2011). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di MAN IMetro*. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wamai* Volume VIII, VIII(1), 0-82.
- Masturoh, Imas dan Anggita, Nauri. 2018. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mularsih, Sri. (2017). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia Perilaku Pencegahan Anemia Pada Saat Menstruasi di SMK Nusa Bhakti Kota Semarang*, *Jurnal kebidanan*, 6 (2), 80-85.
- Mursit, H. (2018). *Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Sikap Pencegahan Terhadap Kehamilan Remaja Di SMK N 1 Saptosari , GUNUNGKIDUL TAHUN 2018*. Skripsi. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1698/>
- Notoadmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan: Rineka Cipta*
- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Novy, R.H. 2018 *faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri*. Medan: Nursing Arts
- Permanasari Ika, dkk. 2020. *Remaja Bebas Anemia Melalui Peran Teman Sebaya*. Yogyakarta : Gosyen Publishing
- Putro, K.Z. 2019. *Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Rahmadi, A. (2019) 'Perbedaan Status Anemia Gizi Besi Remaja Putri yang Bersekolah di SMA Program dan Non-Program Suplementasi Tablet Tambah Darah', *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 1(1), pp. 30–34. doi: 10.33084/bjmlt.v1i1.462

- Rukajat, Ajat. 2018. *Pendekatan Penelitian Kuantitatif: Quantitative Research Approach*. N.P: Deepublish
- Safitri, Y. S. C., & Annisa, F (2021). Studi Pendahuluan: *Tingkat Pengetahuan Sikap Dan Prilaku Seksual Pranikah Remaja*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada, 5(2), 36-44
- Sandra. (2017). *Gizi Anakdan Remaja*. Depok: Rajawali Pers.
- Simamora, D., Kartasurya, M. I., & Pradigdo, S. F. (2018). *Hubungan asupan energi, makro dan mikronutrien dengan tekanan darah pada lanjut usia*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 6(1), 426–435.21
- Rukajat, Ajat. 2018. *Pendekatan Penelitian Kuantitatif: Quantitative Research Approach*. N.P: Deepublish
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Tuty, H.P. (2021) *hubungan pola makan dan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja outru di SMP Negri 3 Hiliserangkai*: Scientia Journal
- Widiastuti, A. and Rusmini (2019) *'Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri'*, Jurnal sains Kebidanan, 1(1), pp. 12–18