

PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN SISWI KELAS 11 JURUSAN IPS DI MAN 4 DENANYAR JOMBANG

The Effect of Giving Fe Tablets on Hemoglobin Levels of Grade 11 Female Students of the Social Sciences Department in Man 4 Denanyar, Jombang District

Moch. Rohman Dwi Fauzi Arianto¹, Anis Satus Syarifah²

1 Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Pemkab Jombang, Indonesia

2. Dosen Reproduksi, Departemen Maternitas STIKES Pemkab Jombang, Indonesia.

Riwayat artikel

Diajukan: 21 Oktober 2024

Diterima: 30 Oktober 2024

Penulis Korespondensi:

- Anis Satus Syarifah
- STIKES Pemkab Jombang

email:

anissatus196@gmail.com

Kata Kunci:

Anemia, Tablet Fe, Kadar Hemoglobin.

Abstrak

Pendahuluan: Remaja putri yang memutuskan untuk tidak mengonsumsi tablet Fe secara rutin, bahkan ada yang tidak pernah mengonsumsi tablet Fe yang diberikan, padahal setiap bulannya mengalami menstruasi yang mengakibatkan kekurangan darah sehingga beresiko terkena anemia. **Tujuan:** Penelitian ini menganalisis Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Siswi Kelas 11 Jurusan Ips Di Man 4 Denanyar Kecamatan Jombang. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *One Groups Pretest-Posttest Design*, dengan populasi Seluruh siswi kelas 11 jurusan IPS sejumlah 74 orang di MAN 4 Jombang, dan sampel penelitian ini berjumlah 62 responden. waktu penelitian 7 hari, Penelitian ini menggunakan teknik *purposive Sampling*. **Hasil:** Hasil uji T-Test didapatkan Nilai Korelasi antara sebelum dan sesudah pemberian tablet fe tersebut menunjukan hasil 0,798 artinya hubungan kuat dan positif. Sedangkan tingkat signifikansi hubungan: Hasil 0,000 artinya signifikan pada level 0,01. Nilai Sig. (2- tailed): Nilai probabilitas/p value uji T Paired: Hasil = 0,000. Artinya: ada perbedaan antara sebelum dan sesudah pemberian tablet fe. Sebab: Nilai p value > 0,05 (95 % kepercayaan) **Analisis :** Dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian tablet fe pada siswi kelas 11 ips dapat menurunkan angka penderita anemia karena zat besi yang terdapat pada tablet fe dapat meningkatkan kadar hemoglobin. **Kesimpulan:** Pemberian tablet fe dapat mempengaruhi kadar hemoglobin pada siswi kelas 11 IPS sehingga dapat menurunkan angka penderita anemia karena adanya zat besi yang terkandung pada tablet fe.

Abstract

Background: Adolescent girls who decide not to take Fe tablets regularly, some even never take the Fe tablets they are given, even though they menstruate every month which results in a lack of blood and are at risk of developing anemia. **Objective:** This study analyzes the effect of giving Fe tablets on the hemoglobin levels of grade 11 female students majoring in social sciences in Man 4 Denanyar, Jombang District. **Method:** This research design uses the *One Groups Pretest-Posttest Design* approach, with a population of all 11th grade female students majoring in Social Sciences totaling 74 people at MAN 4 Jombang, and the research sample is 62 respondents. The research time is 7 days. This research uses a *purposive sampling* technique. **Results:** The results of the T-Test showed that the correlation value between before and after administration of Fe tablets showed a result of 0.798, meaning the relationship was strong and positive. Meanwhile, the level of significance of the relationship: A result of 0.000 means it is significant at the 0.01 level. Sig value. (2- tailed): Probability value/p value Paired T test: Result = 0.000. Meaning: there is a difference between before and after administering fe tablets. Because: The p value is > 0.05 (95% confidence) **Analysis:** It can be concluded that giving fe tablets to grade 11 social sciences students can reduce the number of anemia sufferers because the iron contained in fe tablets can increase hemoglobin levels. **Conclusion:** Giving fe tablets can affect hemoglobin levels in grade 11 IPS female students so that it can reduce the number of anemia sufferers due to the iron contained in fe tablets.

PENDAHULUAN

Remaja putri mempunyai risiko yang lebih tinggi terkena anemia daripada remaja putra. Alasan pertama karena setiap bulan pada remaja putri mengalami haid. Seorang wanita yang mengalami haid yang banyak selama lebih dari lima hari dikhawatirkan akan kehilangan besi, sehingga membutuhkan besi pengganti lebih banyak daripada wanita yang haidnya hanya tiga hari dan sedikit (Yuniarti dan Zakiah, 2021). Alasan kedua adalah karena remaja putri jarang menyadari bahwa minum tablet tambah darah adalah hal yang penting untuk mencegah terjadinya kekurangan zat besi.

Prevalensi remaja putri mengalami anemia didunia adalah 35,5% (WHO, 2019). Prevalensi anemia di Indonesia tahun 2018 mencapai 48,9% (Risikesdas, 2018). Di Asia Tenggara prevalensi anemia remaja putri yaitu 55% (Chalise et al, 2018). Hasil (Risikesdas 2018) menunjukkan bahwa proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32%, sedangkan proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (20,3%). Data prevalensi anemia menunjukkan bahwa wanita usia subur di Provinsi Jawa Timur sebesar 5,8%. Rata-rata prevalensi anemia di Provinsi Jawa Timur masih berada dibawah target Nasional yaitu sebesar 2,8%. Berdasarkan hasil program penanggulangan anemia oleh dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada tahun 2018, anemia dikalangan Wanita usia subur sebesar 4,1%. Data tersebut mengindikasikan bahwa anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang ada di Indonesia (RISKESDAS, 2018).

Anemia pada remaja putri memberikan dampak terhadap penurunan konsentrasi belajar,

penurunan kesehatan jasmani, serta bisa mengakibatkan gangguan pertumbuhan sehingga tinggi dan berat badan tidak mencapai normal (Agustin, 2023). Kurangnya zat besi dalam tubuh berdampak pada berkurangnya pembentukan hemoglobin dalam sel darah merah yang menyebabkan transportasi oksigen ke seluruh jaringan tubuh tidak tercukupi (Herwandar et al, 2020).

Pemberian tablet Fe dan asam folat sampai saat ini masih banyak terpusat pada ibu hamil, padahal pada wanita usia remaja dan dewasa yang belum hamil perlu diberikan perhatian lebih karena nantinya menjadi calon ibu sehingga mampu mencegah anemia sedini mungkin. Banyak juga dari wanita usia subur (WUS) dan remaja putri yang kurang paham mengenai manfaat mengonsumsi tablet Fe. Ketidacukupan informasi mengenai manfaat tablet Fe menyebabkan beberapa wanita usia subur (WUS) dan remaja putri memutuskan untuk tidak mengonsumsi tablet Fe secara rutin, bahkan pada realitanya ada yang tidak mengonsumsi tablet Fe yang diberikan, padahal setiap bulannya mengalami menstruasi yang mengakibatkan kekurangan darah (Agsutin, 2023).

Pengendalian anemia dapat dilakukan melalui berbagai cara seperti pemberian tablet Fe, fortifikasi makanan dengan zat besi, dan manajemen pola makan. Pemberian tablet tambah darah atau tablet Fe dengan komposisi 60 mg zat besi elemental (dalam bentuk sediaan Ferro Sulfat, Ferro Fumarat, atau Ferro Glukonat) dan 0,4 mg asam folat, pelaksanaan pemberian tablet tambah darah dilakukan dalam 3 (tiga) tablet/ minggu dan pada masa

haid diberikan 1 (satu) tablet/ hari(Megawati et al, 2019).

Berdasarkan masalah yang telah dipaparkan diatas mengenai prevelensi internasional dan nasional tentang anemia pada remaja putri yang masih menjadi permasalahan, maka perlu dilakukan suatu penelitian yang meneliti tentang pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin pada siswi IPSdi MAN 4 Denanyar. mengkonsumsi ARV dapat dilakukan secara rutin.

Dukungan, keluarga juga harus memiliki pengetahuan tentang pengaruh dari mengkonsumsi ARV secara rutin terhadap kondisi ibu dan janin. Pada dukungan ini diharapkan seorang ibu menjadi lebih tenang dan nyaman selama proses kehamilan berlangsung hingga lahirnya janin.

Pelayanan pencegahan penularan HIV dari ibu ke anak merupakan salah satu upaya penanggulangan HIV yang terintegrasi dengan pelayanan kesehatan ibu dan anak pada fasilitas pelayanan kesehatan. Peran keluarga sangat penting dalam memberikan dukungan dan motivasi pada pasien. Program peningkatan status kesehatan masyarakat tidak akan berjalan lancar sesuai dengan tujuan apabila tidak mengkaji faktor lingkungan dan budaya masyarakat disekitarnya serta melibatkan masyarakat dalam program intervensi. Manajemen intervensi pada ibu hamil dengan HIV sangat kompleks dan harus dipantau mulai dari kehamilan sampai nifas, termasuk perawatan bayi, Proses melahirkan menjadi suatu ketakutan Infeksi HIV pada ibu hamil dapat mengancam kehidupan ibu serta ibu dapat menularkan virus kepada bayinya. Ibu yang terdeteksi HIV dapat menularkan infeksi ke janin yang dikandung atau bayi yang dilahirkan. Lebih dari 90% kasus anak terinfeksi HIV ditularkan melalui proses penularan dari ibu ke

anak (Leida, Ida; Leida, Ida Wilis, 2020).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pre-experiment dan rancangan yang digunakan adalah *One Groups Pretest-Posttest Design* dimana tidak ada kelompok pembanding (*control*). Penelitian kuantitatif digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik, tujuannya adalah untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018).

Dalam penelitian ini, tes awal dilakukan dengan tujuan untuk mengukur dan mengetahui kadar hemoglobin siswi kelas 11 jurusan IPS di MAN 4 Jombang. Peneliti melakukan tes sebanyak dua kali yaitu tes sebelum intervensi (*Pre-Test*) dan tes sesudah intervensi (*Post-Test*).

Teknik sampling yang digunakan penelitian ini menggunakan *non probability sampling* dengan tehnik *purposive sampling* adapun variabel independen yaitu pemberian tablet Fe, sedangkan variabel dependennya adalah kadar Hb siswi.

Pada penelitian ini menggunakan Kuesioner. Analisa yang digunakan adalah Uji Korelasi Spearmans Rank.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil dari penelitian ini menunjukkan tidak adanya pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Siswi Kelas 11 Jurusan Ips Di Man 4 Denanyar Kecamatan Jombang.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi responden berdasarkan usia

No	Usia	Frekuensi	Presentase (%)
1	Usia 16 th	34	54,8
2	Usia 17 th	28	45,2
Total		62	100.0

Tabel 1. Menunjukkan sebagian besar (54.8%) responden berusia 16 tahun sebagian besar 34 responden

Tabel 2. Menunjukkan separuh (54,8%) responden memiliki kadar hemoglobin normal sejumlah 34 responden

Kadar Hemoglobin	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	34	54,8
Anemia Ringan	10	16,1
Anemia Sedang	18	29.0
Total	62	100

Tabel 3. Distribusi frekuensi kada hemoglobin sebelum diberikan tablet fe

Kadar Hemoglobin	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	35	56,5
Anemia Ringan	10	16,1
Anemia Sedang	17	27,4
Total	62	100

Tabel 3. Menunjukkan sebagian besar (56,5%) responden memiliki kadar hemoglobin normal sebanyak 35 responden. Sedangkan responden dengan anemia ringan hanya (16,1%) sejumlah 10 responden

Tabel 4. Tabulasi silang antara kadar hemoglobin sebelum pemerian tablet fe dengan usia

		usia					
		16 tahun		17 tahun		total	
		f	%	f	%	f	%
Kadar heomoglobin	normal	17	50%	17	50%	34	100%
	Anemia ringan	6	60%	4	40%	10	100%
	Anemia sedang	11	61,2%	7	38,8%	18	100%
Total		34		28		62	

Tabel 4. Menunjukkan responden berusia 16 tahun yang belum diberi tablet fe sebagian besar (60%) mengalami anemia ringan sebanyak 6 responden dan (61,2%) mengalami anemia sedang sebanyak 10 responden.

Tabel 5. Tabulasi silang antra kadar hemoglobin sesudah pemberian tablet fe dengan usia

		Usia					
		16 Tahun		17 Tahun		Total	
		F	%	F	%	F	%
Kadar hemoglobin	Normal	17	48,6%	18	51,4%	35	100%
	Anemia Ringan	7	70%	3	30%	10	100%
	Anemia Sedang	10	58,8%	7	41,2%	17	100%
total		34		28		62	

Tabel 5. Menunjukkan responden berusia 16 tahun yang sudah diberikan tablet fe sebagian besar (70%) mengalami anemia ringan sebanyak 7 responden dan (58,8%) mengalami anemia sedang sebanyak 10 responden.

Hasil uji korelasi Nilai Korelasi antara sebelum dan sesudah pemberian tablet fe tersebut menunjukkan hasil 0,798 artinya hubungan kuat dan positif. Sedangkan tingkat signifikansi hubungan: Hasil 0,000 artinya signifikan pada level 0,01, maka data Ho ditolak dan H1 diterima yang berarti adanya pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Siswi Kelas 11 Jurusan Ips Di Man 4 Denanyar Kecamatan Jombang. Tingkat hubungan cukup sebab angka koefisien korelasi cukup

Tabel.6 Karakteristik Hasil uji korelasi Pemberian Tablet Fe

	N	Correlation	Sig
Sebelum & Sesudah	62	.798	.000

PEMBAHASAN

Kadar Hemoglobin sebelum di lakukan pemberian tablet Fe

Berdasarkan data diatas menunjukan responden berusia 16 tahun yang belum diberi tablet fe sebagian besar (60%) mengalami anemia ringan sebanyak 6 responden dan (58,9%) mengalami anemia sedang sebanyak 10 reponden.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin salah satunya adalah bentuk zat besi dalam makanan mempengaruhi penyerapannya. Zat besi heme yang terdapat pada hemoglobin dan mioglobin yang terdapat pada daging hewan diserap dua hingga tiga kali lebih banyak dibandingkan zat besi non- heme.. Zat besi non-heme juga terdapat pada telur, biji-bijian, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan berbagai buah-buahan. Menggabungkan zat besi heme dan zat besi non-heme dapat meningkatkan penyerapan zat besi non- heme. Daging, unggas, dan ikan mengandung faktor yang mendukung penyerapan zat besi. Faktor ini terdiri dari asam amino yang mengikat zat besi dan mendukung penyerapannya. Susu, keju, dan telur tidak mengandung faktor ini dan tidak dapat mendukung penyerapan zat besi (Soleha, 2020).

Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa dengan kurangnya zat besi, siswa kelas 11 ips banyak yang mengalami anemia. Salah satu faktor penyebabnya yakni kadar hemoglobin dalam darah yang menyebabkan kekurangan zat besi akibat kurang atau jarang mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan tidak pernah mengkonsumsi tablet fe dan sering mengkonsumsi makanan/minuman yang menghambat penyerapan zat besi

Kadar Hemoglobin sesudah dilakukan pemberian tablet Fe

Menurut data diatas menunjukkan responden berusia 16 tahun yang sudah diberi tablet fe sebagian besar (70%) mengalami anemia ringan sebanyak 7 responden dan (56,2%) mengalami anemia sedang sebanyak 9 reponden.

Hemoglobin adalah protein yang membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Apabila tubuh dalam keadaan tidak memiliki cukup sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah rendah, maka tubuh tidak akan menerima oksigen sesuai kebutuhan sehingga akan merasakan lelah (Subratha, 2020).

Faktor penyerapan zat besi dalam tubuh selanjutnya erat kaitannya dengan penyerapan vitamin C yang membantu penyerapan ke dalam darah, dan polifenol yang menghambat penyerapan zat besi. Vitamin C berperan dalam pembentukan hemoglobin dalam darah, dan vitamin C membantu proses yang memungkinkan zat besi dan makanan diserap dan diproses menjadi sel darah merah. Sumber makanan yang mengandung penghambat penyerapan zat besi seperti teh dan kopi. Karena teh merupakan minuman yang dikonsumsi oleh seluruh penduduk dunia, hal ini dapat menyebabkan anemia. Kurangnya stimulan (*fortifier*) pada makanan, seperti vitamin C, dapat menurunkan kemampuan penyerapan zat besi non- heme. Kekurangan beberapa zat gizi mikro, seperti vitamin A, B6, B12, *riboflavin*, asam folat, dan tembaga (Cu), dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dan anemia (Avivah, 2023). Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian tablet fe, siswi kelas 11 ips mengalami peningkatan kadar hemoglobin. Hal ini dipengaruhi adanya peningkatan zat besi yang terdapat pada tablet fe pada siswi kelas 11 ips

Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Siswi Kelas 11 Jurusan IPS Di MAN 4 Denanyar

Dari hasil uji T-Test diatas Nilai Korelasi antara sebelum dan sesudah pemberian tablet fe tersebut menunjukan hasil 0,798 artinya hubungan kuat dan positif. Sedangkan tingkat signifikansi hubungan: Hasil 0,000 artinya signifikan pada level 0,01. Nilai Sig. (2-tailed): Nilai probabilitas/p value uji T Paired: Hasil = 0,000. Artinya: ada perbedaan antara sebelum dan sesudah pemberian tablet fe. Sebab: Nilai p value > 0,05 (95 % kepercayaan)

Dari tabel 4.6 dapat diketahui Hasil uji tabulasi antara sebelum dan sesudah pemberian tablet fe menunjukan bahwa adanya pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin siswi kelas 11 jurusan IPS di MAN 4 Denanyar Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin salah satunya adalah bentuk zat besi dalam makanan mempengaruhi penyerapannya. Zat besi heme yang terdapat pada hemoglobin dan mioglobin yang terdapat pada daging hewan diserap dua hingga tiga kali lebih banyak dibandingkan zat besi non-heme. Sekitar 40% zat besi yang

terkandung dalam daging, unggas, dan ikan merupakan zat besi heme, dan sisanya merupakan zat besi non-heme. Zat besi non-heme juga terdapat pada telur, biji-bijian, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan berbagai buah-buahan.

Menggabungkan zat besi heme dan zat besi non-heme dapat meningkatkan penyerapan zat besi non-heme. Daging, unggas, dan ikan mengandung faktor yang mendukung penyerapan zat besi. Faktor ini terdiri dari asam amino yang mengikat zat besi dan mendukung penyerapannya. Susu, keju, dan telur tidak mengandung faktor ini dan tidak dapat mendukung penyerapan zat besi (Soleha, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuanti dkk. (2020) menunjukkan hasil bahwa setelah dilakukan intervensi pemberian tablet Fe pada remaja perempuan yang mengalami anemia sebanyak 38 orang terdapat kenaikan kadar Hb dengan rata-rata 2,24 gr/dl. Sejalan dengan penelitian Hariyati (2020) yang menunjukkan perbedaan rata-rata peningkatan kadar Hb antara kelompok intervensi sebesar 2,40 gr/dl dengan kelompok kontrol yang hanya meningkat sebesar 0,39 g/dl.

Penelitian Haryanti dkk. (2020) juga menunjukkan hasil bahwa setelah diberikan tablet Fe didapatkan hasil yang menderita anemia mengalami penurunan dari 11 siswi (24%) menjadi 5 siswi (10,9%). Sejalan dengan penelitian Wijayanti (2023) yang menunjukkan hasil bahwa setelah diberikan tablet Fe didapatkan hasil yang menderita anemia mengalami penurunan dari 27 orang (71,1%) menjadi 4 orang (10,5%).

Oleh sebab itu, dengan pemberian tablet Fe pada siswi kelas 11 ips dapat menurunkan angka penderita anemia karena zat besi yang terdapat pada tablet Fe dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Selain itu makanan yang bergizi juga dapat menjadi penunjang peningkatan kadar hemoglobin.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan “pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin siswi kelas 11 jurusan IPS di MAN 4 Denanyar. “maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Responden siswi kelas 11 IPS sebelum diberi tablet Fe sebagian besar (60%) mengalami anemia ringan sebanyak 6 responden dan (58,9%) mengalami anemia sedang sebanyak 10 responden.

2. Responden siswi kelas 11 IPS yang sudah diberi tablet Fe sebagian besar (70%) mengalami anemia ringan sebanyak 7 responden dan (56,2%) mengalami anemia sedang sebanyak 9 responden.
3. Pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin siswi kelas 11 jurusan IPS di MAN 4 Denanyar. menunjukkan korelasikuat yaitu 0.000

SARAN

1. Responden harus Menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin remaja putri.
2. Hasil penelitian diharapkan menjadi salah satu bahan kepustakaan, bahan referensi, atau sumber bacaan yang berkaitan dengan pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin remaja putri.
3. Sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya dalam membuat pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin remaja putri.
4. Sebagai tujuan keilmuan dan menambah referensi keperawatan medical bedah terutama tentang upaya preventif dan promotif terkait pentingnya menjaga kadar hemoglobin dalam nilai normal
5. Sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin remaja putri sehingga bisa merumuskan tindakan pencegahan dan penanganan yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anasari, T., & Trisnawati, Y. (2018). Pada Aji, B. S. dkk. (2021). Perilaku Penerapan Protokol Kesehatan Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*. 2(1):112-124.
- Alfa. (2020). *Apa Itu Pekerjaan dan Profesi serta Perbedaan Keduanya*. URL: <https://blogs.itb.ac.id/feeds/pekerjaan-profesi-perbedaannya/>. Diakses tanggal 13 Desember 2023.
- Astuti, W. T. dkk. (2023). Literature Review: Pemberian Tablet Fe terhadap Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan*. 9(1):1-12
- Avivah, E. N. dkk. (2023). Pengaruh Cara Meminum Tablet Fe terhadap Penyerapan Zat Besi pada Ibu Hamil. *JIP (Jurnal Ilmiah Pamenang)*. 5(1):8-16

- Ayupir, A. (2021). "Pendidikan Kesehatan dan Terapi Tablet Zat Besi (Fe) terhadap Hemoglobin Remaja Putri". *HIGEIA*. 5(3):441-451.
- Fathony, Z. dkk. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Disertai Cara Benar Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*. 4(2):1-5
- Febriani, A. dkk. (2021). "Review: Anemia Defisiensi Besi". *Prosiding Biologi Achieving the Sustainable Development Goals with Biodiversity in Confronting Climate Change*. 7(1):137-142
- Finasari, R. D. dkk. (2023). "Hubungan Asupan Zat Besi dan Zink dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Bumiratu Tahun 2022". *Jurnal Gizi Aisyah*. 6(1):51-60
- Hariyati, A. V. (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Hemoglobin Pada Taruni Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. *Journal of Holistics and Health Sciences*. 2(2): 52-67
- Haryanti, E. dkk. (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Besi dalam Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*. 15(2): 136-139.
- Junita, D. dan Arnati W. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Anemia pada Remaja Putri di SMA N 12 Kabupaten Merangin. *Jurnal Abdimas Kesehatan*. 3(1):41-46
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*. 1(1):147-158.
- Mangalik, G. dkk. (2023). "Evaluasi Konsumsi Makan dan Kepatuhan Konsumsi TTD terhadap Tingkat Kecukupan Zat Besi pada Remaja Putri di SMKN 1 Salatiga". *JEKK (Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas)*. 8(2):171-181.
- Mona, N. (2020). Konsep Isolasi Dalam Jaringan Sosial Untuk Meminimalisasi Efek Contagious (Kasus Penyebaran Virus Corona Di Indonesia). *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*. 2(2):117-125.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi ke-5, Salemba Medika. Jakarta.
- Nuryanti, Y. dkk. (2022). Pemanfaatan Bahan Lokal untuk Memperbaiki Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan*. 14(4):999-1008.
- Pakpahan, M. dkk. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Edisi ke-1, Yayasan Kita Menulis. Medan.
- Piskin, E., et al. (2022). "Iron Absorption: Factors, Limitations, and Improvement Methods". *ACS Omega*. 7:20441-20456.
- Safitri, A. D. (2021). Gambaran Penerapan Protokol Kesehatan Terkait Covid-19 pada Pegawai Kantor Kesehatan Pelabuhan (Studi di KKP Seluruh Indonesia). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*. 9(4):518-522.
- Soleha, N. dkk. (2020). Pemberian Jus Buah Naga Mempengaruhi Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*. 6(3):335-341.
- Subratha, H. F. A. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan remaja Putri tentang Anemia di Tabanan. *Jurnal Medika Usada*. 3(2): 48-53
- Sudarmi, dkk. (2020). Efek Leaflet, SMS Reminder terhadap Konsumsi TTD dan Peningkatan Hemoglobin pada Kehamilan. *Media Bina Ilmiah*. 17(3):473-484.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Edisi ke-1, Alfabeta. Bandung.