

Original Article**Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Tablet Tambah Darah melalui Edukasi Kesehatan di Sekolah*****Increasing Adolescent Women's Knowledge of Blood Supplement Tablets through Health Education in Schools*****Rizky Rahayu Putri^{1*}, Lisnawati², Ismunandar²**¹Prodi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia²Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia*(Email korespondensi: raput1002@gmail.com)**ABSTRAK**

Latar belakang: Kurangnya pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD) menjadi salah satu faktor utama rendahnya kepatuhan terhadap suplementasi zat besi. Edukasi kesehatan berbasis sekolah dapat menjadi intervensi efektif untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja tentang pentingnya pencegahan anemia. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai tablet tambah darah di SMA Negeri 4 Palu. **Metode Penelitian:** Menggunakan desain Quasi-Experimental dengan rancangan pre-test dan post-test. Sampel berjumlah 68 siswi kelas X yang dipilih melalui simple random sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan tentang TTD yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi edukasi menggunakan media powerpoint dan leaflet. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test. **Hasil:** Menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan responden setelah edukasi ($p < 0,001$). Sebelum intervensi, hanya 14,7% siswi memiliki pengetahuan baik, meningkat menjadi 69,1% setelah diberikan edukasi. **Simpulan:** Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah. Program edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan kolaboratif perlu diterapkan untuk mendorong perilaku konsumsi TTD secara rutin sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja.

Kata kunci : Anemia; Edukasi kesehatan; Remaja putri; Tablet tambah darah; Zat besi

ABSTRACT

Background: The lack of knowledge among adolescent girls about anemia and the importance of consuming iron tablets is one of the main factors contributing to low compliance with iron supplementation. School-based health education can be an effective intervention to increase adolescents' understanding and awareness of the importance of anemia prevention. Research Objective: To determine the effect of education on improving adolescent girls' knowledge about iron supplement tablets at State High School 4 Palu. Research Method: A Quasi-Experimental design with a pre-test and post-test design was used. The sample consisted of 68 10th-grade female students selected through simple random sampling. The research instrument consisted of a knowledge questionnaire about iron tablets administered before and after the educational intervention using PowerPoint and leaflets. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. Results: Showed a significant increase in respondents' knowledge levels after education ($p < 0.001$). Before the intervention, only 14.7% of students had good knowledge, increasing to 69.1% after receiving

education. Conclusion: These findings show that health education has a positive effect on increasing adolescent girls' knowledge about iron tablets. A continuous and collaborative health education program needs to be implemented to encourage regular consumption of iron-fortified tablets as a preventive measure against anemia in adolescents.

Keywords: Anemia; Health education; Adolescent girls; Iron supplements; Iron

<https://doi.org/10.33860/shj.v4i1.4246>



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi salah satu masalah gizi terbesar di dunia, terutama pada wanita usia subur dan remaja putri. Menurut World Health Organization (2023), lebih dari 28% wanita berusia 15–49 tahun mengalami anemia, dengan penyebab utama adalah defisiensi zat besi.^{1,2} Kondisi ini menyebabkan penurunan kemampuan darah membawa oksigen ke jaringan tubuh, sehingga menimbulkan gejala seperti kelelahan, penurunan konsentrasi, serta gangguan kognitif dan fisik. Nurjanah dan Dewi (2024) dan Mbou et al (2025) Anemia pada remaja berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan, prestasi belajar, dan kesehatan reproduksi di masa depan.^{3,4}

Di kutip dari Chandrakumari et al (2019), di negara berkembang, tingginya kasus anemia pada remaja putri umumnya disebabkan oleh rendahnya asupan gizi, kehilangan darah selama menstruasi, serta rendahnya kepatuhan terhadap konsumsi tablet zat besi dan asam folat (Iron and Folic Acid Supplementation/IFA)⁵ Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi, yaitu sebesar 45,2%, dan lebih tinggi pada kelompok remaja putri sebesar 48,8%⁶. Meskipun pemerintah telah melaksanakan program pemberian tablet tambah darah mingguan bagi remaja putri, kepatuhan konsumsi masih rendah. Hal ini berkaitan dengan kurangnya pengetahuan, persepsi negatif terhadap efek samping, serta minimnya pemahaman akan manfaatnya^{7,8}.

Di tingkat regional, Provinsi Sulawesi Tengah melaporkan cakupan distribusi tablet tambah darah bagi remaja putri pada tahun 2023 sebesar 47,98%, masih di bawah target nasional 58%⁹. Di Kota Palu, khususnya wilayah kerja Puskesmas Lere, data menunjukkan bahwa anemia. Penelitian oleh Runiari et al. (2020) menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan berhubungan erat dengan kepatuhan yang buruk terhadap konsumsi tablet zat besi. Sementara itu, Putra et al. (2020) dan Ningtyias et al. (2020) membuktikan bahwa intervensi edukasi mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan niat remaja untuk mengonsumsi tablet tambah darah secara rutin.^{10,11} Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 4 Palu menunjukkan bahwa sebagian besar siswi masih memiliki pengetahuan yang rendah tentang anemia dan manfaat konsumsi tablet tambah darah. Banyak siswi beranggapan bahwa tablet tersebut hanya perlu dikonsumsi ketika merasa lemas atau pusing, serta memiliki kekhawatiran terhadap efek samping seperti mual. Kondisi ini menegaskan pentingnya pelaksanaan program edukasi kesehatan yang terstruktur untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai suplementasi zat besi dan asam folat sebagai langkah pencegahan anemia.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai tablet tambah darah di SMA Negeri 4 Palu. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan strategi edukasi kesehatan berbasis sekolah yang efektif dalam upaya pencegahan anemia pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimen dengan rancangan one group pretest–posttest untuk menganalisis pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah (TTD). Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 4 Palu, Indonesia, dengan populasi sebanyak 209 siswi kelas X. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Lemeshow dengan koreksi populasi terbatas, sehingga diperoleh jumlah minimal 136 responden pada tingkat kepercayaan 95% dan batas kesalahan 5%. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan stratified proportionate random

sampling berdasarkan distribusi jumlah siswi di setiap kelas. Intervensi diberikan melalui edukasi kesehatan terstruktur menggunakan media PowerPoint dan leaflet yang berisi materi tentang manfaat, dosis, serta efek samping TTD. Tingkat pengetahuan diukur menggunakan kuesioner sebanyak 20 item dengan skala Guttman, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum pengumpulan data. Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan salah diberi skor 0, dengan kategori pengetahuan baik ($\geq 76\%$), cukup (56–75%), dan kurang ($\leq 55\%$). Pengumpulan data dilakukan melalui pretest, pemberian intervensi edukasi, dan posttest. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS, dengan uji normalitas Shapiro–Wilk dan uji beda Wilcoxon Signed-Rank Test karena data berdistribusi tidak normal. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dan informed consent dari seluruh peserta, serta menjamin kerahasiaan dan partisipasi sukarela responden.

HASIL

Sebanyak 136 responden siswi kelas X SMA Negeri 4 Palu berpartisipasi dalam penelitian ini. Seluruh responden mengisi kuesioner pretest dan posttest secara lengkap.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur Responden di SMA N 4 Palu (N = 68)		
Umur	Frekuensi (f)	Persen (%)
15	10	14.7
16	49	72.1
17	9	13.2
Jumlah	68	100

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 16 tahun (72,1%), sedangkan kelompok usia 15 tahun dan 17 tahun masing-masing sebesar 14,7% dan 13,2%. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta penelitian berada pada fase remaja pertengahan, yaitu periode yang ditandai dengan peningkatan rasa ingin tahu, pencarian identitas diri, serta kesiapan menerima informasi baru terkait kesehatan reproduksi dan gizi. Kondisi ini menjadikan intervensi edukasi kesehatan, seperti penyuluhan tentang tablet tambah darah, relevan dan efektif untuk meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku kesehatan yang positif di kalangan remaja putri.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pretest dan Posttest berdasarkan pengetahuan remaja tentang tablet tambah darah (N = 68)

Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	(f)	(%)	(f)	(%)
Baik	10	14.7	47	69.1
Cukup	19	27.9	20	29.4
Kurang	39	57.4	1	1.5

Sumber : Data Primer, 2025

Sebagaimana terlihat pada Tabel 2, terjadi peningkatan yang nyata pada tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan mengenai tablet tambah darah. Sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori *kurang* (57,4%), dan hanya 14,7% yang termasuk kategori *baik*. Setelah pelaksanaan edukasi, proporsi responden dengan pengetahuan *baik* meningkat tajam menjadi 69,1%, sementara kategori *kurang* menurun drastis menjadi 1,5%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis media PowerPoint dan leaflet efektif dalam memperbaiki pemahaman remaja putri terhadap manfaat, dosis, dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah secara rutin. Hasil ini menegaskan peran edukasi kesehatan sebagai strategi yang efektif dalam meningkatkan literasi gizi dan perilaku pencegahan anemia pada remaja.

Aspek Analisis	(f)	Negatif Ranks	Positif Ranks	Ties	Z	p-value	Keterangan
Hasil	68	10 13.95	49 33.28	10	-5.854	<0.001	Terdapat perbedaan signifikan

Tabel 3. Hasil Wilcoxon Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Tentang Tablet Tambah Darah

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pelaksanaan intervensi edukasi kesehatan tentang tablet tambah darah. Dari total 68 responden, sebanyak 49 peserta mengalami peningkatan skor pengetahuan dengan rata-rata peringkat 33,28, sedangkan hanya 10 responden yang mengalami penurunan skor dengan rata-rata peringkat 13,95, dan 10 responden menunjukkan skor yang sama sebelum dan sesudah intervensi. Nilai statistik $Z = -5,854$ dan $p < 0,001$ menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik. Hasil ini mengindikasikan bahwa program edukasi kesehatan berbasis media PowerPoint dan leaflet memiliki dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia. Temuan ini memperkuat bukti empiris bahwa intervensi edukatif berbasis sekolah merupakan strategi efektif untuk meningkatkan literasi gizi dan kesadaran kesehatan remaja.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media PowerPoint dan leaflet memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang konsumsi tablet tambah darah (TTD). Temuan ini menegaskan efektivitas intervensi edukatif dalam memperbaiki literasi gizi remaja, sejalan dengan berbagai studi yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah merupakan strategi kunci dalam pencegahan anemia di kalangan remaja putri¹². Peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi mencerminkan keberhasilan pendekatan multimodal dalam proses pembelajaran. Media PowerPoint memberikan visualisasi informasi yang menarik, sedangkan leaflet memungkinkan siswa untuk mengakses kembali materi secara mandiri. Menurut Mullaney et al. (2025), pembelajaran gizi yang melibatkan media visual dan cetak dapat meningkatkan retensi informasi dan pemahaman konseptual, terutama pada kelompok usia remaja yang cenderung memiliki gaya belajar visual dan interaktif¹³.

Efektivitas edukasi kesehatan ini juga berkaitan dengan teori perilaku kesehatan yang menekankan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan langkah awal yang penting dalam mengubah sikap dan perilaku. Sejalan dengan temuan Nurjanah & Dewi (2024), remaja yang memahami manfaat dan dosis TTD lebih mungkin untuk patuh dalam mengonsumsi suplemen tersebut secara rutin. Hasil serupa dilaporkan oleh Imelda et al. (2025), bahwa peningkatan pengetahuan setelah edukasi gizi berkorelasi positif dengan praktik gizi yang lebih sehat pada remaja awal. Pentingnya hasil ini terletak pada bukti empiris bahwa gap pengetahuan awal di kalangan remaja putri yang rentan terhadap defisiensi zat besi dan anemia mikro dapat diperbaiki dengan intervensi sederhana namun sistematis. Dengan pengetahuan yang lebih baik, remaja berpotensi lebih patuh dalam mengikuti program konsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia.^{14,15} Dalam konteks kebijakan kesehatan sekolah dan program gizi nasional, hasil ini mendukung strategi edukasi sebagai komponen penting dalam penguatan literasi gizi remaja.^{14,16}

Secara interpretatif, keberhasilan intervensi ini kemungkinan besar disebabkan oleh kombinasi elemen: penggunaan media visual (PowerPoint) yang menarik, leaflet sebagai materi bacaan ulang, serta presentasi yang interaktif dan disesuaikan konteks remaja. Selain itu, keberhasilan intervensi dalam penelitian ini didukung oleh konteks lingkungan belajar yang kondusif¹⁷. Program edukasi dilakukan di sekolah, tempat remaja menerima pengaruh sosial dan akademik yang kuat, sehingga memungkinkan penyebaran informasi kesehatan secara lebih efektif. Penelitian oleh Saraswati et al. (2025) menunjukkan bahwa keterlibatan peer educator atau guru dalam kegiatan edukasi mampu meningkatkan penerimaan pesan kesehatan dan menumbuhkan budaya sadar gizi di sekolah. Namun,

meskipun hasilnya positif, beberapa faktor dapat memengaruhi variasi tingkat peningkatan pengetahuan. Faktor seperti motivasi individu, dukungan dari guru atau orang tua, serta paparan informasi kesehatan dari media sosial dapat berkontribusi terhadap hasil yang berbeda antarindividu. Annisa et al. (2025) mengemukakan bahwa pendekatan edukatif berbasis teknologi digital dan aplikasi juga efektif dalam memperkuat pengetahuan dan sikap remaja terhadap gizi seimbang, yang membuka peluang untuk mengintegrasikan metode serupa pada program edukasi TTD.

Hubungan temuan ini dengan penelitian sebelumnya cukup kuat. Misalnya, penelitian tentang penyuluhan kesehatan gizi di SMAN 2 Majene juga menunjukkan bahwa skor pengetahuan remaja meningkat signifikan setelah intervensi ($p = 0,001$).¹⁸ Penelitian lain menyebutkan bahwa penyuluhan gizi secara umum terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja awal tentang pemenuhan kebutuhan gizi.¹⁹ Studi lain di Makassar menunjukkan bahwa edukasi implementasi makanan baik pada remaja putri meningkatkan skor pengetahuan gizi ($p = 0,002$) serta mengurangi prevalensi asupan energi kurang.²⁰ Dengan demikian, hasil penelitian ini berkontribusi dalam memperluas bukti bahwa strategi edukasi berbasis media mampu memperbaiki literasi gizi remaja.

Namun, ada penelitian terdahulu yang melaporkan peningkatan minimal atau variabilitas hasil yang lebih kecil. Perbedaan tersebut bisa disebabkan oleh faktor durasi intervensi, kualitas media pendidikan, latar sosial budaya peserta, atau baseline pengetahuan yang sudah relatif tinggi.^{21,22} Misalnya dalam penelitian edukasi gizi di SMP Pekanbaru, peningkatan kategori baik dari 3,33% menjadi 21,11% meskipun signifikan, tetap menunjukkan margin perubahan yang lebih terbatas dibanding penelitian ini.²³ Hal tersebut mungkin karena metode penyampaian (buku edukasi) kurang interaktif dibanding kombinasi media yang digunakan, atau karena karakteristik populasi dan motivasi peserta berbeda.

Kekuatan dari penelitian ini termasuk desain pretest–posttest yang memungkinkan pengukuran perubahan individu secara langsung, serta pemakaian instrumen yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Selain itu, penggunaan media ganda (visual + cetak) memperkuat transfer informasi dan memungkinkan pengulangan materi. Namun, kelemahan utama adalah tidak adanya kelompok kontrol, sehingga efek eksternal (misalnya paparan materi gizi dari luar penelitian) tidak dapat dieliminasi sepenuhnya. Keterbatasan sampel juga cukup besar: hanya satu sekolah dan 68 responden, yang membatasi generalisasi ke populasi yang lebih luas. Terakhir, pengukuran hanya langsung setelah intervensi tanpa follow-up jangka menengah atau panjang, sehingga belum diketahui sejauh mana peningkatan pengetahuan bertahan dan diterjemahkan ke perilaku konsumsi.

Implikasi dari temuan ini sangat praktis: sekolah dan dinas kesehatan dapat mengadopsi metode edukasi kombinasi media (PowerPoint dan leaflet) dalam program suplementasi besi remaja sebagai standar intervensi pendidikan kesehatan. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar desain diperkuat dengan kelompok kontrol, ukuran sampel lebih besar dan lintas sekolah (multi-site), serta pengukuran follow-up (misalnya setelah 3 atau 6 bulan) untuk menilai daya tahan efek. Selain itu, penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi variabel moderator seperti motivasi, dukungan sosial, atau akses media informasi sebagai faktor yang memperkuat atau menghambat efek edukasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis media PowerPoint dan leaflet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai konsumsi tablet tambah darah di SMA Negeri 4 Palu. Sebelum intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan *kurang* (57,4 %), sedangkan setelah intervensi, proporsi pengetahuan *baik* meningkat menjadi 69,1 %. Hasil uji Wilcoxon Signed-Rank Test ($Z = -5,854$; $p < 0,001$) menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Dengan demikian, edukasi kesehatan menggunakan kombinasi media visual dan cetak terbukti efektif sebagai strategi peningkatan literasi gizi dan kesadaran kesehatan pada remaja putri.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar pihak sekolah bersama tenaga kesehatan menjadikan edukasi kesehatan menggunakan media PowerPoint dan leaflet sebagai bagian dari kegiatan rutin Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Dinas Kesehatan juga diharapkan memperluas penerapan program edukasi serupa di berbagai sekolah menengah dengan melibatkan guru dan petugas puskesmas

sebagai fasilitator aktif. Selain itu, penelitian selanjutnya perlu dilakukan dengan desain eksperimental yang melibatkan kelompok kontrol, jumlah sampel lebih besar, serta pengukuran tindak lanjut jangka menengah guna menilai keberlanjutan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Sekolah, para guru, serta seluruh siswi SMA Negeri 4 Palu yang telah berpartisipasi aktif dan memberikan dukungan selama pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Dinas Kesehatan Kota Palu atas izin dan fasilitasi dalam kegiatan edukasi kesehatan mengenai tablet tambah darah

DAFTAR PUSTAKA

1. Zaman S, Singh A, Sunny K, Dugad AS, Kumar RM, Aringazina RA, et al. Maternal and Childhood Iron Deficiency: Clinical Implications and Global Trends in Anemia Prevalence. *J Infertil Reprod Biol*. 2025 Sep;13(3):120–8. https://www.researchgate.net/profile/Raisa-Aringazina/publication/395696609_Maternal_and_Childhood_Iron_Deficiency_Clinical_Implications_and_Global_Trends_in_Anemia_Prevalence/links/68cf761ff3032e2b4be2633e/Maternal-and-Childhood-Iron-Deficiency-Clinical-Implications-and-Global-Trends-in-Anemia-Prevalence.pdf
2. Fitariyani S, Masruroh, Mawarti H, Nasrudin. Anemia Among Adolescent Girls: A Global Review Of Prevalence, Risk Factors, And Interventions. *Nurse Holist Care*. 2025 Aug;5(2):121–34. <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/nhc/article/view/7629>
3. Nurjanah S, Dewi BK. Gambaran Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Indramayu. *J Keperawatan Prof*. 2024 Sep;12(2):29–35. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=79744486>
4. Mbou ASM, Djoko GRP, Ketchaji A, Dama SA, Irita F, Ngodem VCK, et al. Determinants of anemia in school-going adolescents: a case study in Douala, Cameroon. *BMC Public Health*. 2025 Jan;25(1):32. <https://link.springer.com/content/pdf/10.1186/s12889-024-21224-y.pdf>
5. Chandrakumari A, Sinha P, Singaravelu S, Jaikumar S. Prevalence of anemia among adolescent girls in a rural area of Tamil Nadu, India. *J Fam Med Prim Care*. 2019;8(4):1414. https://journals.lww.com/jfmpc/fulltext/2019/08040/Prevalence_of_Anemia_Among_Adolescent_Girls_in_a.23.aspx/1000
6. RI KK. Aksi Bergizi : Gerakan Sehat untuk Remaja Masa Kini. Kementerian Kesehatan Indonesia. 2022. <https://ayosehat.kemkes.go.id/aksi-bergizi--gerakan-sehat-untuk-remaja-masa-kini>
7. Saraswati PAD, Widiastini LP, Karuniadi IGAM. The Effect Of Peer Education On The Knowledge, Attitudes And Behaviors Of Adolescent Girls About Anemia And Blood Supplement Tablets In Reducing The Incidence Of Anemia In Sibang Village, Badung Regency. *J Appl Heal Res Dev*. 2025 Aug;7(2):101–8. DOI:10.58228/jahrd.v7i2.132
8. Anggita Putri K, Tri Ningsih W, Triana Nugraheni W. Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Prambontergayang. *J KEPERAWATAN*. 2023 Dec;17(2):126–33. <https://nersbaya.poltekkes-surabaya.ac.id/index.php/nersbaya/article/view/89>
9. Nanang. Sulteng Mendapatkan Tablet Tambah Darah Capai 47,98 Persen. *media.alkhairaat.id*. 2023. <https://media.alkhairaat.id/sulteng-mendapatkan-tablet-tambah-darah-capai-4798-persen/>
10. Putra, K. A., Munir, Z. dan Siam WN. Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *J Keperawatan Prof*. 2020;8(1). <https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/jkp/article/view/1021>
11. Ningtyias FW, Quraini DF, Rohmawati N. Perilaku Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri di Jember, Indonesia. *J PROMKES*. 2020 Sep;8(2):154. <https://pdfs.semanticscholar.org/7415/08bc593816215cbfb748928f4d31379cbb8a.pdf>
12. Saraswati P, Widiastini L, Karuniadi I. The Effect Of Peer Education On The Knowledge, Attitudes And Behaviors Of Adolescent Girls About Anemia And Blood Supplement Tablets In

- Reducing The Incidence Of Anemia In Sibang Village, Badung Regency. *J Appl Heal Res Dev*. 2025 Aug;25;7:101–8. <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/5723>
13. Mullaney K, Mylotte L, McCloat A. Examining the Efficacy of Post-Primary Nutritional Education Interventions as a Preventative Measure for Diet-Related Diseases: A Scoping Review. *Appl Sci* [Internet]. 2025 Jun 19;15(12):6901. Available from: <https://www.mdpi.com/2076-3417/15/12/6901>
 14. Ike Liani Stefani Zacharias, Maria Anjela Vedruna Kehi, Wilhelmina Angellica Oka, Matje Meriaty Huru, Namsyah Baso, Mariana Ngundju Awang, et al. Edukasi Pencegahan Anemia dan Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di Desa Pariti Kecamatan Sulamu Kabupaten Kupang. *Heal Care J Community Serv*. 2025 Jun;3(2):170–6. <https://shorturl.at/G0h0v>
 15. Nurjanah A, Azinar M. Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas. *HIGEIA (Journal Public Heal Res Dev*. 2023 Apr;7(2):244–54. <http://journal.unnes.ac.id/sju/higeia/article/view/64227/24784>
 16. Mullaney K, Mylotte L, McCloat A. Examining the Efficacy of Post-Primary Nutritional Education Interventions as a Preventative Measure for Diet-Related Diseases: A Scoping Review. *Appl Sci*. 2025 Jun;15(12):6901. <https://www.mdpi.com/2076-3417/15/12/6901>
 17. Qodri H Al, Hartiti T, Aisah S. The Effect of Website-Based Education on Knowledge, Attitude and Compliance with Consumption of Blood Supplement Tablets in Adolescent Girls: Systematic Review. *Indones J Glob Heal Res* [Internet]. 2025 Apr 1;7(2):625–36. Available from: <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJGHR/article/view/5723>
 18. Diesna Sari, Wahdaniyah Wahdaniyah JS. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Pola Makan Sehat. *J Pendidik dan Teknol Kesehat*. 2025;Vol. 8 No. 1 <https://ejournal.stikesbbmajene.ac.id/index.php/jptk/article/view/331>
 19. Imelda Yusri, Hayatur Ridha Sari, Malisa Juni, Ade Putri Aprilia. Efektivitas Penkes Gizi Terhadap Pengetahuan Remaja Awal Tentang Pemenuhan Kebutuhan Gizi. *J Penelit Keperawatan Kontemporer*. 2025 Jul;5(4). <https://jurnal.ikbis.ac.id/index.php/JPKK/article/view/1035>
 20. Hendrayati, Adam A, ` Z. Peran Edukasi Implementasi Makan Yang Optimal Pada Remaja Putri Terhadap Asupan Energi Dan Pengetahuan Gizi. *Media Gizi Pangan*. 2025 Jun;32(1):44–51. <https://ojs3.poltekkes-mks.ac.id/index.php/megiz/article/view/1103>
 21. Andriyani S, Kurniasari R. Pengaruh Edukasi Melalui Media Audiovisual (Animasi) Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *Prepotif J Kesehat Masy*. 2022 Aug;6(2):1686–90. <https://shorturl.at/Ot2w2>
 22. Annisa S, Handayani S, Nur'Ayunin E. Efek Media Edukasi Gizi Berbasis Aplikasi Android dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Gizi Seimbang pada Remaja Pertengahan. *Heal Promot Community Engagem J*. 2025 Jul;3(2):91–100. Annisa S, Handayani S, Nur'Ayunin E. Efek Media Edukasi Gizi Berbasis Aplikasi Android dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Gizi Seimbang pada Remaja Pertengahan. *Heal Promot Community Engagem J*. 2025 Jul;3(2):91–100. https://r.search.yahoo.com/_ylt=Awrx_27_ylRpKAIAOCPLQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1768374272/RO=10/RU=https%3a%2f%2fjurnal.pppkmi.org%2findex.php%2fhpcj%2farticle%2fdownload%2f206%2f78%2f533/RK=2/RS=oEEc_WxEgl8AgtzdlNVSXidXjOA-
 23. Fitri F, Restusari L, Arsil Y. Edukasi Gizi Pada Remaja di SMP Negeri 11 Pekanbaru Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru. *J Pengabd Kesehatan Komunitas*. 2023 Jan;2(3):238–46. <https://jurnal.hp.ac.id/index.php/jpkk/article/view/1384>