



PROGRAM KAWAL TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA PUTRI

Adriyani Adam¹✉, Ade Devriany¹, Siti Adlinah Fatman¹, Agustian Ipa¹, Sitti Sahariah Rowa¹, Sitti Rahmah Mustakin¹

¹ Poltekkes Kemenkes Makassar, Indonesia

✉ adriyani@poltekkes-mks.ac.id

Genesis Naskah:

Diterima; 1 Maret 2026, Disetujui; 28 Mei 2026, Di Publikasi: 30 Mei 2026

Abstrak

Anemia defisiensi besi pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di Kota Makassar. Di sisi lain, fenomena beban ganda malnutrisi (*double burden of malnutrition*), seperti tingginya angka obesitas, turut memperparah tantangan kesehatan remaja. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan literasi gizi remaja putri melalui pendekatan partisipatif. Metode pelaksanaan dilakukan pada Agustus hingga Oktober 2025 di wilayah Puskesmas Kaluku Bodoa dan Sudiang, mencakup edukasi gizi berbasis komunikasi perubahan perilaku, pembentukan *peer educator* (kader remaja), serta pemantauan konsumsi TTD menggunakan jurnal harian yang dipandu oleh guru. Hasil kegiatan menjangkau 52 remaja putri SMA, dengan temuan skrining awal mendeteksi 38,46% responden mengalami anemia dan 100% mengalami kelebihan berat badan (57,69% obesitas dan 42,31% *overweight*). Implementasi program berbasis *peer educator* dan pemantauan terstruktur ini terbukti efektif meningkatkan partisipasi aktif remaja serta memperkuat kemitraan sekolah-puskesmas sebagai model intervensi gizi yang berkelanjutan.

Kata Kunci : Remaja Putri; Anemia; Tablet Tambah Darah; *Peer Educator*

MONITORING PROGRAM OF IRON-FOLIC ACID SUPPLEMENTATION AMONG ADOLESCENT GIRLS

Abstract

Iron deficiency anemia among adolescent girls remains a serious public health issue in Makassar City. Additionally, the phenomenon of the double burden of malnutrition, such as high obesity rates, further exacerbates adolescent health challenges. This community service program aimed to improve compliance with Iron-Folic Acid (IFA) tablet consumption and enhance nutritional literacy among adolescent girls through a participatory approach. The program was conducted from August to October 2025 in the Kaluku Bodoa and Sudiang Public Health Center areas, utilizing behavioral change communication-based nutrition education, the establishment of peer educators, and daily journal monitoring guided by teachers. The intervention successfully engaged 52 high school girls, with initial health screenings revealing that 38.46% of the respondents suffered from anemia and 100% experienced overnutrition (57.69% obese and 42.31% *overweight*). The implementation of a peer educator-based model and structured monitoring proved effective in increasing active adolescent participation and strengthening school-health center partnerships for sustainable nutritional interventions.

Keywords : Adolescent Girls; Anemia; Iron-Folic Acid; *Peer Educator*

Pendahuluan

Anemia defisiensi besi pada remaja putri masih menjadi masalah gizi utama di Indonesia, termasuk di Kota Makassar (Tarigan et al., 2023). Tingginya kasus anemia ini sangat dipengaruhi oleh kurangnya asupan gizi yang adekuat, terutama rendahnya asupan sumber zat besi serta tingginya konsumsi makanan penghambat (inhibitor) penyerapan zat besi di kalangan remaja (Putriwati et al., 2024). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar, prevalensi nasional anemia pada remaja usia 15–24 tahun mencapai 32% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Di tingkat lokal, situasi ini tercermin dari data Dinas Kesehatan Kota Makassar tahun 2023 yang menunjukkan bahwa cakupan konsumsi TTD minimal 52 tablet per tahun oleh remaja putri masih sangat rendah, yaitu sekitar 23,1%. Sebagai landasan intervensi, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan RI telah menetapkan kebijakan strategis berupa program suplementasi gizi, di mana remaja putri (Rematri) dianjurkan mengonsumsi 1 Tablet Tambah Darah (TTD) setiap minggu sepanjang tahun (total 52 tablet per tahun). Kebijakan ini merupakan langkah preventif prioritas untuk memutus mata rantai masalah gizi lintas generasi. Meskipun Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) Kota Makassar (2021–2026) telah menyelaraskan program ini sebagai prioritas melalui strategi preventif-promotif, implementasi di lapangan seringkali masih bersifat top-down, yang hanya berfokus pada distribusi logistik tanpa strategi edukasi perubahan perilaku yang memadai, implementasi di lapangan seringkali masih bersifat top-down, yang hanya berfokus pada distribusi logistik tanpa strategi edukasi perubahan perilaku yang memadai (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Rendahnya kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri semakin diperburuk oleh berbagai fenomena sosial-budaya setempat. Remaja putri di Kota Makassar sering menghadapi tekanan sosial

terkait standar tubuh ideal yang memicu persepsi citra tubuh (body image) negatif dan berujung pada praktik diet ketat yang salah atau gangguan pola makan (Fuadah & Hidayati, 2022). Selain itu, perilaku dan kebiasaan makan remaja pada fase ini juga sangat rentan terhadap pengaruh teman sebaya, yang terbukti berdampak signifikan terhadap penurunan status gizi mereka (Puspitasari et al., 2024). Hal ini diperparah dengan masih adanya tabu sosial untuk mendiskusikan siklus menstruasi atau gejala anemia secara terbuka. Akibatnya, banyak remaja memilih untuk menyembunyikan gejala klinis seperti kelelahan atau pusing, dan bahkan enggan mengonsumsi TTD karena adanya stigma negatif bahwa suplemen tersebut hanya diperuntukkan bagi orang sakit. Kondisi ini menciptakan kesenjangan nyata antara ketersediaan logistik program dan praktik kesehatan aktual di sekolah. Ketersediaan rutin komoditas TTD di puskesmas dan sekolah tidak serta-merta meningkatkan tingkat kepatuhan kecuali jika disertai dengan modifikasi insentif perilaku, media promosi yang interaktif, dan penguatan dukungan sosial dari lingkungan terdekat remaja (Rusdi et al., 2021).

Secara spesifik, analisis situasi di wilayah mitra sasaran, yaitu Puskesmas Kaluku Bodoa dan Sudiang beserta sekolah-sekolah di wilayah kerjanya, memperlihatkan tantangan yang kompleks. Pemantauan konsumsi TTD oleh guru Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) belum berjalan optimal karena ketiadaan instrumen pengawasan yang terstruktur dan masifnya beban administratif guru. Di sisi lain, pihak puskesmas menghadapi keterbatasan sumber daya tenaga promosi kesehatan untuk melakukan pendampingan dan edukasi secara intensif dari sekolah ke sekolah. Akibatnya, pendistribusian logistik TTD dari puskesmas ke sekolah seringkali tidak sejalan dengan tingkat konsumsi riil siswi, karena hilangnya fungsi pengawasan berkelanjutan dan rendahnya literasi gizi sasaran. Untuk

menjembatani kesenjangan ini, diperlukan model intervensi yang melampaui sosialisasi informatif satu arah. Pendekatan berbasis pemberdayaan masyarakat dan optimalisasi kader kesehatan lokal telah terbukti efektif dalam meningkatkan keberhasilan dan keberlanjutan program intervensi kesehatan masyarakat (Diarti et al., 2025). Sekolah dan puskesmas, sebagai mitra strategis, membutuhkan media edukasi interaktif yang aplikatif serta strategi untuk mengubah paradigma remaja dari sekadar objek pasif menjadi subjek aktif atau agen perubahan perilaku. Secara ilmiah, penerapan metode pendampingan teman sebaya terbukti secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan modifikasi perilaku pencegahan anemia pada remaja (Astuti & Kusumawardhani, 2023). Keterlibatan remaja secara aktif sebagai agen perubahan melalui gerakan sebaya juga telah menunjukkan keberhasilan nyata dalam menekan kasus anemia di tingkat komunitas (Azizah et al., 2023). Selain itu, optimalisasi kelompok sebaya di lingkungan sekolah sangat strategis dalam menciptakan sistem pendampingan dan tutor sebaya yang suportif untuk memonitor kesehatan remaja putri (Khoiria et al., 2023). Berdasarkan pemikiran tersebut, Program Pemantauan Suplementasi Tablet Tambah Darah ini dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian masyarakat yang responsif dan berbasis kesetaraan gender. Kegiatan ini mengintegrasikan metode komunikasi perubahan perilaku melalui pendekatan teman sebaya (*peer-to-peer*), pembentukan kader remaja (*peer educator*), penyediaan media visual interaktif, serta sistem pemantauan kepatuhan konsumsi TTD yang terstruktur menggunakan jurnal harian yang dipandu oleh guru. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, menumbuhkan sikap positif, dan secara signifikan meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kaluku Bodoa dan Sudiang, Kota Makassar.

Metode

Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama kurun waktu tiga bulan, mulai bulan Agustus hingga Oktober 2025. Lokasi pelaksanaan difokuskan di lingkungan Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berada di wilayah kerja mitra, yaitu Puskesmas Kaluku Bodoa dan Puskesmas Sudiang, Kota Makassar.

Bentuk Partisipasi Mitra

Mitra strategis dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah Puskesmas Kaluku Bodoa, Puskesmas Sudiang, dan pihak sekolah. Partisipasi mitra meliputi: (1) Menyediakan lokasi kegiatan dan memfasilitasi kehadiran sasaran peserta; (2) Menyebarkan informasi dan mengoordinasikan jadwal dengan pihak sekolah; (3) Mendampingi tim pengabdian selama pelaksanaan edukasi; (4) Bertindak sebagai fasilitator lapangan untuk mendukung keberlanjutan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS); dan (5) Membantu menyediakan fasilitas ruang belajar dan perlengkapan pelatihan bagi peserta di sekolah.

Desain Studi dan Sumber Data

Kegiatan ini didesain menggunakan rancangan intervensi kesehatan berbasis masyarakat dengan pendekatan pemberdayaan partisipatif. Sumber data primer diperoleh dari populasi sasaran utama, yaitu 52 remaja putri (siswi SMA yang didominasi oleh kelas X), yang dipilih berdasarkan koordinasi bersama antara pihak puskesmas, tim pengabdian, dan sekolah terkait.

Pelaksanaan Program

Prosedur pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui tiga tahapan utama:

1. Tahap Persiapan

Meliputi kegiatan identifikasi mitra dan pemetaan wilayah sasaran, pembentukan tim pelaksana dan kolaborator lapangan, penyusunan instrumen edukasi (modul dan materi pendukung), serta

pengadaan logistik kesehatan dan perlengkapan administrasi program.

2. Tahap Pelaksanaan

Terdiri dari kegiatan edukasi gizi tatap muka di lingkungan sekolah serta penguatan melalui kampanye media sosial. Pada tahap ini, diberikan pelatihan untuk meningkatkan kapasitas siswi sebagai pendidik sebaya (*peer educator*), beserta penerapan sistem pemantauan konsumsi TTD menggunakan jurnal harian yang dipandu oleh guru.

3. Tahap Monitoring dan Evaluasi (Pre-test dan Post-test)

Observasi klinis dasar (*baseline*) dilakukan melalui skrining kadar Hemoglobin (Hb) menggunakan alat cek darah, serta pengukuran antropometri untuk menilai status gizi responden. Untuk menjaga ketepatan data skrining di lapangan, klasifikasi status anemia pada remaja putri dipusatkan pada prevalensi umum berdasarkan pedoman WHO, dengan ambang batas (cut-off point) yaitu: Tidak Anemia ($Hb \geq 12 \text{ g/dL}$) dan Anemia ($Hb \leq 12 \text{ g/dL}$). Pengukuran status gizi dilakukan menggunakan indikator Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) berdasarkan standar Kementerian Kesehatan RI, dimana responden diklasifikasikan ke dalam kategori Gizi Lebih/Overweight dan Obesitas. Evaluasi perubahan literasi kesehatan diukur menggunakan kuesioner.

Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data primer dilakukan dengan dua cara, yaitu pengukuran klinis/antropometri secara langsung di lapangan dan pengisian instrumen kuesioner terstruktur. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif. Seluruh data skrining (kadar Hb, status gizi) dan karakteristik demografi diproses menggunakan perangkat lunak statistik serta disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat melalui Program Pemantauan Suplementasi Tablet Tambah Darah telah dilaksanakan pada bulan Agustus hingga Oktober 2025 di wilayah mitra Puskesmas Kaluku Bodoa dan Puskesmas Sudiang, Kota Makassar. Program ini secara khusus menargetkan peningkatan kepatuhan siswi SMA dalam mengonsumsi TTD sebagai langkah krusial dalam pencegahan anemia. Proses penyampaian materi, diskusi interaktif, dan kampanye literasi gizi bersama siswi dan guru berjalan secara partisipatif (seperti yang diilustrasikan pada Gambar 1). Evaluasi program dilakukan dengan mengukur karakteristik awal responden (*baseline*) dan parameter klinis yang disajikan pada Tabel 1 dan Tabel 2.



Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi Gizi dan Pemahaman Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase
Tingkat Kelas		
Kelas X	41	79%
Kelas XII	11	21%
Kelompok Usia		
14-15 Tahun	37	71,15%
16-17 Tahun	13	25%
18-19 Tahun	2	3,85%

Berdasarkan Tabel 1, seluruh peserta dalam program ini adalah siswi perempuan SMA, dengan total 52 responden. Mayoritas responden berada di Kelas X sebanyak 41 siswi (79%), sementara sisanya merupakan siswi Kelas XII sebanyak 11 siswi (21%). Dari segi usia, peserta didominasi oleh kelompok usia 14–15 tahun (71,15%). Pemilihan kelompok sasaran ini sangat strategis karena remaja putri pada awal masa menstruasi (14–15 tahun) merupakan kelompok yang paling rentan terhadap defisiensi besi akibat peningkatan kebutuhan gizi untuk pertumbuhan fisik dan kehilangan darah selama siklus menstruasi (Alfiah et al., 2020). Melalui intervensi dini di SMA, diharapkan edukasi dan pembentukan perilaku sehat ini dapat memberikan dampak pencegahan jangka panjang hingga mereka lulus.

Tabel 2. Hasil Observasi Kadar Hemoglobin (Hb) dan Status Gizi

Parameter Observasi	Jumlah	Persentase
Hemoglobin (Hb)		
Tidak Anemia (Hb $\geq$ 12 g/dL)	32	61.54%
Anemia (Hb $\leq$ 12 g/dL)	20	38.46%
Status Gizi		
Overweight	22	42.31%
Obesitas	30	57.69%

Tabel 2 menyajikan data klinis yang memerlukan perhatian serius terkait kesehatan remaja putri di wilayah mitra. Meskipun mayoritas responden (61,54%) memiliki kadar Hemoglobin (Hb) dalam batas normal, temuan yang mengkhawatirkan adalah tingginya prevalensi anemia yang mencapai 38,46% (20 siswi). Angka ini melebihi ambang batas masalah kesehatan masyarakat menurut pedoman nasional (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Skrining klinis dilakukan secara langsung di sekolah oleh tim pengabdian bersama tenaga medis puskesmas (Gambar 2). Temuan ini menegaskan tingginya urgensi intervensi gizi dan perlunya pengawasan ketat terhadap pelaksanaan program TTD, mengingat kepatuhan konsumsi suplemen sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan (Utomo et al., 2020), serta modifikasi perilaku remaja melalui pendampingan kader pendidik sebaya (*peer educator*) (Rusdi et al., 2021).

Peningkatan kepatuhan konsumsi TTD menjadi salah satu indikator keberhasilan utama dalam kegiatan pengabdian ini. Berbagai studi terdahulu menegaskan bahwa rendahnya kepatuhan remaja putri sering dikaitkan dengan multifaktor, seperti kelupaan, kurangnya motivasi, dan minimnya pemahaman komprehensif mengenai urgensi pencegahan anemia (Metallisa et al., 2024). Oleh karena itu, intervensi di tingkat sekolah tidak cukup hanya dengan mengandalkan distribusi logistik dari puskesmas, melainkan harus dibarengi dengan penerapan strategi komprehensif yang melibatkan ekosistem sekolah secara aktif (Ridho & Hartono, 2025). Melalui pendekatan *peer educator*, program ini mengaplikasikan model komunikasi kesehatan yang terbukti efektif dalam membangun keyakinan (*health belief*) dan intensi positif siswi untuk mengonsumsi suplemen secara mandiri (Seminar et al., 2024). Keberhasilan edukasi ini kemudian dikawal dengan implementasi jurnal harian oleh guru. Penggunaan instrumen pemantauan yang terstruktur,

seperti kartu pantau atau jurnal konsumsi, sangat esensial dalam mendisiplinkan rutinitas suplementasi sasaran sekaligus memfasilitasi proses evaluasi yang terukur bagi pihak puskesmas (Simbolon et al., 2024).



Gambar 2. Skrining Digital Kadar Hemoglobin (Hb) pada Siswi Sekolah Mitra

Di sisi lain, observasi status gizi pada Tabel 2 mengungkap fenomena beban ganda malnutrisi (*double burden of malnutrition*). Secara kumulatif, 100% responden mengalami kelebihan berat badan, yang didominasi oleh kategori obesitas sebesar 57,69% dan *overweight* (gizi lebih) sebesar 42,31%. Prevalensi obesitas ekstrem ini, yang terjadi bersamaan dengan tingginya kasus anemia, sejalan dengan tren peningkatan masalah gizi lebih pada remaja di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Fenomena co-occurrence atau kejadian bersamaan antara masalah gizi lebih dengan defisiensi mikronutrien seperti anemia (Danarsih et al., 2023) ini menegaskan bahwa remaja dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) berlebih tetap sangat rentan mengalami kadar hemoglobin rendah akibat kualitas diet yang buruk dan asupan zat besi yang tidak adekuat (Patimah et al., 2026). Hal ini mengindikasikan perlunya pergeseran paradigma bahwa program pencegahan anemia tidak boleh

sekadar berfokus pada suplementasi zat gizi mikro, tetapi harus diintegrasikan dengan edukasi gizi seimbang dan modifikasi gaya hidup (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2021).

Selama pelaksanaan program, tim pengabdian mencatat beberapa hambatan di lapangan yang berhasil dikelola dengan baik, meliputi: (1) Keterbatasan waktu pelaksanaan kegiatan di sekolah yang mengharuskan beberapa sesi dijadwalkan ulang agar tidak mengganggu proses pembelajaran akademik siswa; (2) Proses koordinasi lintas sektor yang membutuhkan waktu cukup lama untuk menyelaraskan jadwal antara tim pengabdian, puskesmas, dan sekolah; dan (3) Kendala teknis terkait peralatan presentasi yang berhasil diatasi melalui koordinasi responsif dengan teknisi sekolah.

Untuk memastikan dampak program tidak berhenti setelah masa pengabdian masyarakat selesai, rencana keberlanjutan program telah disusun yang mencakup: (1) Pembentukan kader siswa di lingkungan sekolah sebagai perpanjangan tangan edukasi TTD; (2) Pendampingan dan pembinaan berkala bagi *peer educator* oleh pihak puskesmas agar kader dapat terus memotivasi siswa lainnya secara mandiri; (3) Publikasi hasil kegiatan di jurnal dan media massa untuk mendiseminasikan praktik baik program; (4) Pengembangan inovasi media pembelajaran digital berbasis video yang berkaitan dengan anemia; dan (5) Advokasi untuk mereplikasi model program partisipatif ini ke berbagai sekolah lain di wilayah kerja puskesmas melalui koordinasi lintas sektor yang berkesinambungan.

Kesimpulan

Pelaksanaan Program Pemantauan Suplementasi Tablet Tambah Darah telah memberikan dampak positif dalam memetakan dan merespons masalah gizi pada remaja putri di Kota Makassar. Hasil skrining menunjukkan tantangan

kesehatan berupa beban ganda malnutrisi, khususnya prevalensi kumulatif anemia sebesar 38,46% bersamaan dengan 100% kasus kelebihan berat badan (didominasi obesitas sebesar 57,69%) pada kelompok sasaran. Pendekatan edukasi terpadu yang berbasis *peer educator* dan pemantauan jurnal harian terbukti mampu meningkatkan keterlibatan partisipatif siswa sekaligus memperkuat sinergi antara sekolah dan puskesmas. Sebagai rekomendasi, pihak sekolah dan puskesmas harus terus secara rutin membina kader sebaya dan memperluas integrasi edukasi gizi seimbang yang tidak hanya menargetkan peningkatan konsumsi suplementasi besi, tetapi juga pengendalian holistik terhadap masalah obesitas melalui perbaikan gaya hidup remaja.

Daftar Pustaka

- Alfiah, E., Briawan, D., Khomsan, A., Dewi, M., Ekayanti, I., Mardewi, Raut, M. K., Zakaria, A., & Roche, M. L. (2020). Coverage and Adherence of Weekly Iron Folic Acid Supplementation among School Going Adolescent Girls in Indonesia. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*, 66(Supplement), S118–S121. <https://doi.org/10.3177/jnsv.66.S118>
- Astuti, Y., & Kusumawardhani, A. M. (2023). - Efektifitas Antara Metode Peer Group dan Think, Pair, Share terhadap Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Anemia Remaja. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 9(2), 221–230. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol9.Iss2.1417>
- Azizah, A. P. N., Evaliani, E., Surimadilla, S., Tiarisma, A., Ahmad, A., & Annisa, D. (2023). REKSIMIA (Gerakan Remaja Eksis Bebas Anemia) sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja di Banda Aceh. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 5(1), 16–21. <http://dx.doi.org/10.30867/pade.v5i1.1335>
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2021). *Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Angka Stunting Indonesia Tahun 2021-2024*. www.peraturan.go.id
- Danarsih, D. E., Kusumawardani, A. M., & Ariningtyas, R. E. (2023). Hubungan antara indeks massa tubuh dan kadar hemoglobin pada remaja putri. *Jurnal Indonesia Sehat*, 2(2), 53–58. <https://doi.org/10.58353/jurinse.v2i2.125>
- Diarti, M. W., Achmad Fathoni, Jiwintarum, Y., Habib Sasiwimbe, Mardiatuz Zahra, & Erdianti Nursahar. (2025). Transfer inovasi ipteks “Lab Health Pocket” untuk meningkatkan pengelolaan penyakit tidak menular melalui pemberdayaan kader dan ibu PKK. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 7(1), 41–47. <https://doi.org/10.32807/jpms.v7i1.1945>
- Fuadah, L., & Hidayati, R. W. (2022). Hubungan citra tubuh dengan gangguan makan pada remaja awal di Wilayah kerja Puskesmas Gamping 2 Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 13(1), 24–28. <https://doi.org/10.55426/jksi.v13i1.190>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. <https://kemkes.go.id/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19*. <https://kemkes.go.id/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. <https://kemkes.go.id/>
- Khoiria, S., Hadi, S., & Lundy, F. (2023). Pemberdayaan PMR sebagai Tutor Sebaya dalam Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMPN 1 Kraksaan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), 2412–2418. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i12.3957>
- Metallisa, D., Yulianti, M., Faozi, B. F., Triantono, K., & Rahayu, R. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Di SMAN Tanjungsari. *JIKSA-Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 6(2), 78–84. <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/1441>
- Patimah, S., Yasin, Y. K., Sharief, S. A., & Rachmat, M. (2026). Determinants of Co-Occurrence Stunting and Overweight-Obesity in School-Aged Adolescent Females: Faktor Determinan Kejadian Stunting dan Overweight-Obesitas Pada Siswi Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 10(1), 36–43. <https://doi.org/10.20473/amnt.v10i1.2026.36-43>

- Puspitasari, D., Kusumawati, D., & Ma'rifah, B. (2024). Hubungan Kebiasaan Makan dan Pengaruh Teman Sebaya terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5(2), 223–229. <https://dx.doi.org/10.62870/jgkp.v5i2.27637>
- Putriwati, A. K., Purwaningtyas, D. R., & Iswahyudi, I. (2024). Hubungan asupan gizi dan konsumsi pangan inhibitor zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 6 Tambun Selatan. *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2), 137–148. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v7i2.455>
- Ridho, M., & Hartono, R. K. (2025). Strategi Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Sekolah: Strategies to Improve Compliance with Iron Tablet Consumption among Adolescent Girls in Schools. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 11(3), 79–91. <https://doi.org/10.33084/jsm.v11i3.10404>
- Rusdi, F. Y., Helmizar, H., & Rahmy, H. A. (2021). Pengaruh edukasi gizi menggunakan Instagram terhadap perubahan perilaku gizi seimbang untuk pencegahan anemia pada remaja putri di SMAN 2 Padang. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 31–38. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.29271>
- 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. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 13(2), 282–302. <https://doi.org/10.14710/interaksi.13.2.282-302>
- Simbolon, D., Suryani, D., Lorena, L., Marbun, R. H., Ningsih, L., Hasmanita, M. M., & Febrina, A. (2024). Implementasi Kartu Pantau Konsumsi Pemberian Makanan Tambahan Program Dan Tablet Tambah Darah Dalam Pencegahan Ibu Hamil Kurang Energi Kronik Dan Anemia. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(3), 659–677. <https://doi.org/10.20956/pa.v8i3.32526>
- Tarigan, R. A., Roza, N., & Handayani, T. Y. (2023). Determinan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 6(2), 421–427. <http://dx.doi.org/10.30633/jsm.v6i2.2066>
- Utomo, E. T. R., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2020). Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i1.147>