



FAKTOR KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 CILEUNGSI

Dhian Wahyudi Lubis¹, Mega Puspa Sari², Nur Asiah³

(1, 2, 3) Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka

✉ Corresponding author:
dhianw120@gmail.com

Abstrak

Remaja putri rentan mengalami anemia akibat defisiensi zat besi. Untuk mengatasinya, pemerintah menjalankan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sesuai PERMENKES RI No. 88 Tahun 2014. Tujuan penelitian ini mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi konsumsi TTD pada remaja putri di SMA Negeri 2 Cileungsi tahun 2024. Variabel yang diteliti yaitu pengetahuan, perilaku, lama menstruasi, media, dukungan teman sebaya, dukungan orang tua, dukungan tenaga kesehatan, dukungan guru dengan variabel konsumsi tablet tambah darah, penelitian ini berjenis kuantitatif dengan desain *cross-sectional* menggunakan teknik sampling *Non-Probability Sampling* jenis *quota sampling* dengan analisis *chi-square*. Hasil menunjukkan adanya hubungan konsumsi TTD dengan pengetahuan ($p=0,039$), sikap ($p=0,000$), dukungan orang tua ($p=0,022$), tenaga kesehatan ($p=0,021$) dan dukungan guru ($p=0,044$). Banyak remaja belum mengonsumsi TTD, sehingga diperlukan dukungan dari diri sendiri, keluarga, tenaga kesehatan dan guru. Pengetahuan, sikap, dan dukungan lingkungan sangat penting untuk meningkatkan kesadaran, mencegah anemia, dan memperbaiki kualitas hidup remaja putri.

Kata Kunci: Tablet tambah darah, Remaja Putri, Dukungan.

Abstract

Adolescent girls are vulnerable to anemia due to iron deficiency. To address this, the government implements a program for providing Iron Supplement Tablets (IST) in accordance with the Indonesian Minister of Health Regulation No. 88 of 2014. The purpose of this research is to examine the factors influencing the consumption of iron tablets among female adolescents at SMA Negeri 2 Cileungsi in 2024. The variables studied include knowledge, behavior, duration of menstruation, media, peer support, parental support, healthcare worker support, and teacher support, with the variable being the consumption of iron tablets. This research is quantitative in nature with a cross-sectional design using the Non-Probability Sampling technique of quota sampling and chi-square analysis. The results show a relationship between TTD consumption and knowledge, attitudes, parental support, healthcare workers, and teachers. Many adolescents have not consumed TTD, so support from themselves, their families, healthcare workers, and teachers is needed. Knowledge, attitudes, and environmental support are very important to raise awareness, prevent anemia, and improve the quality of life for adolescent girls.

Keywords: Iron supplements, Adolescent Girls, Support

PENDAHULUAN

Remaja sangat rentan terhadap masalah kesehatan, salah satunya adalah anemia, sebuah kondisi dimana jumlah hemoglobin dalam darah kurang dari normal. Beberapa faktor dapat menyebabkan anemia, seperti kekurangan nutrisi dan perdarahan akibat menstruasi (Rahayu et al., 2019).

Remaja putri yang sudah mengalami menstruasi akan memicu terkenanya penyakit anemia, saat menstruasi remaja putri akan kehilangan zat besinya dan di masa ini juga remaja putri sedang mengejar masa pertumbuhan. Karena mengejar masa pertumbuhan remaja putri juga akan memperhatikan bentuk tubuhnya, remaja putri biasanya memiliki kebiasaan makan dan pola makan yang tidak sesuai dengan angka kecukupan gizi (AKG) yang disarankan (Anindita, 2021).

Pada tahun 2018 angka konsumsi tablet tambah darah (TTD) di Jawa Barat untuk remaja putri (berusia 10-19 tahun) yang mengonsumsi lebih dari 52 kali dalam 12 bulan terakhir tercatat mencapai 3,8%, sedangkan yang mengonsumsi kurang dari 52 kali dalam 12 bulan terakhir sebesar 96,2%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri masih belum memenuhi asupan TTD yang direkomendasikan oleh pemerintah, yang dapat berpengaruh pada kesehatan mereka ke depannya nanti (Miko Hananto et al., 2019).

Pemerintah melakukan upaya untuk menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri dengan memberikan tablet tambah darah kepada mereka. Kemenkes RI, mengeluarkan surat edaran nomor HK 03.03/V/0595/2016 dan Keputusan Menkes HK.01.07/MENKES/2015/2023 tentang Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur dan juga tercantum pada PERMENKES RI No. 88 Tahun 2014. Tujuan pemberian suplementasi zat besi atau TTD secara teratur dalam jangka waktu tertentu adalah untuk secara cepat meningkatkan kadar hemoglobin, hal ini perlu terus dilakukan agar terjadi peningkatan pengumpulan zat besi di dalam tubuh. Dosis yang tepat dari TTD dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi tubuh (Meikawati et al., 2022).

Tingkat konsumsi tablet tambah darah pada remaja di Indonesia masih cukup rendah, serta remaja yang tidak konsumsi tablet tambah darah maka besar kemungkinan terkena anemia, bila terkena anemia dan tidak secara rutin mengonsumsi tablet tambah darah dapat berdampak pada usia-usia selanjutnya, seperti anemia pada masa kehamilan, pendarahan, dan besar kemungkinan ketika melahirkan anak yang stunting, jika seorang anak mengalami stunting dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan reproduksi anak tersebut. Oleh karena itu, perlu adanya pencegahan sejak masih remaja untuk mencegah terjadinya penyakit-penyakit yang bisa terjadi kedepannya nanti.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Populasi penelitian mencakup seluruh siswi yang bersekolah di SMA Negeri 2 Cileungsi. Sampel penelitian terdiri atas 258 siswi remaja yang dipilih menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik *quota sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada responden di masing-masing kelas untuk diisi sesuai arahan dari peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil analisis univariat dan bivariat yang dilakukan terhadap variabel dependen yaitu konsumsi tablet tambah darah, dan variabel independen yaitu pengetahuan, sikap, lama menstruasi, media, dukungan teman sebaya, dukungan orang tua dukungan tenaga kesehatan dan dukungan guru yang diproses menggunakan aplikasi SPSS.

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Cileungsi

Konsumsi Tablet Tambah Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Konsumsi	194	75.2
Konsumsi	64	24.8
Total	258	100.0

Berdasarkan tabel 1, terlihat jumlah remaja yang tidak mengonsumsi TTD lebih besar dibandingkan dengan remaja yang mengonsumsi TTD. Sebanyak 194 remaja (75.2%) tidak mengonsumsi tablet tambah darah, sedangkan 64 remaja (24.8%) yang mengonsumsi tablet tambah darah.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Independent Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Cileungsi

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Pengetahuan		
Kurang	203	78.7
Baik	55	21.3
Sikap		
Kurang	143	55.4
Baik	115	44.6
Lama Menstruasi		
Tidak Normal	10	3.9
Normal	248	96.1
Media		
Tidak	170	65.9
Iya	88	34.1
Dukungan Teman Sebaya		
Kurang	168	65.1
Baik	90	34.9
Dukungan Orang Tua		
Kurang	162	62.8
Baik	96	37.2
Dukungan Tenaga Kesehatan		
Kurang	131	50.8
Baik	127	49.2
Dukungan Guru		
Kurang	139	53.9
Baik	119	46.1

Berdasarkan tabel 2, terlihat jumlah remaja dengan pengetahuan kurang lebih besar dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan baik sebanyak 203 remaja (78.7%), remaja dengan sikap kurang sebanyak 143 siswi (55.4%), remaja dengan menstruasi normal 248 siswi (96.1%), remaja tidak mendapatkan paparan media 170 siswi (65.9%), remaja kurang mendapatkan dukungan teman sebaya 168 siswi (65.1%), remaja kurang mendapatkan dukungan orang tua 162 siswi (62.8%), remaja kurang mendapatkan dukungan tenaga kesehatan 131 siswi (50.8%), remaja kurang mendapatkan dukungan guru 139 siswi (53.9%).

Tabel 3 Hasil Bivariat Hubungan Variabel Independent dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah

Variabel	Konsumsi TTD				PR(95% CI)	Pvalue
	Tidak Konsumsi		Konsumsi			
	n	%	n	%		
Pengetahuan						
Kurang	159	78.3	44	21.7	1.231 (0.995 – 1.522)	0.039
Baik	35	63.6	20	36.4		
Sikap						
Kurang	124	86.7	19	13.3	1.425 (1.214 – 1.672)	0,000
Baik	70	60.9	45	39.1		
Lama Menstruasi						
Tidak normal	8	80	2	20	1.067 (0.776-1.466)	1,000
Normal	186	75	62	25		

Variabel	Konsumsi TTD				PR(95% CI)	Pvalue
	Tidak Konsumsi		Konsumsi			
	n	%	n	%		
Media						
Tidak	128	75.3	42	24.7	1.004 (0.866 – 1.164)	1.000
Iya	66	75	22	25		
Dukungan Teman Sebaya						
Kurang	128	76.2	40	23.8	1.039 (0.894 – 1.208)	0.722
Baik	66	73.3	24	26.7		
Dukungan Orang Tua						
Kurang	130	80.2	32	19.8	1.204 (1.025 – 1.414)	0.022
Baik	64	66.7	32	33.3		
Dukungan Tenaga Kesehatan						
Kurang	107	81.7	24	18.3	1.192 (1.033 – 1.376)	0.021
Baik	87	68.5	40	31.5		
Dukungan Guru						
Kurang	112	80.6	27	19.4	1.169 (1.011 – 1.353)	0.044
Baik	82	68.9	37	31.1		

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan, sikap, dukungan orang tua, dukungan tenaga kesehatan, dan dukungan guru dengan konsumsi tablet tambah darah (*p-value* 0,039, *p-value* 0,000, *p-value* 0.022, *p-value* 0.021, *p-value* 0.044).

Pengetahuan yang rendah terkait tablet tambah darah (TTD) menyebabkan banyak remaja putri tidak mengonsumsi TTD sesuai anjuran. Hal ini bisa terjadi karena banyak remaja yang belum memahami informasi lebih lanjut tentang TTD seperti efek samping, bagaimana cara mengonsumsi yang baik dan benar. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang tepat mengenai penggunaan TTD, karena ketidaksesuaian dalam konsumsi TTD dengan pedoman yang dianjurkan dapat menimbulkan efek samping yang berpotensi mengganggu aktivitas belajar, sehingga dapat berdampak negatif pada prestasi akademik. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Pamangin (Pamangin, 2023), pengetahuan berperan penting dalam mempengaruhi konsumsi TTD, remaja yang berpengetahuan yang baik tentang anemia dan TTD dapat membuat seseorang memiliki keinginan mengonsumsi TTD sebagai upaya dalam pencegahan anemia. Hal yang sama juga terjadi pada penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah (Nurjanah & Azinar, 2023) remaja putri yang memiliki pemahaman memadai akan mengonsumsi TTD dan membentuk kesadaran, keyakinan dan kecenderungan dalam berperilaku untuk mengonsumsi TTD.

Sikap seorang remaja akan mengaruhi tindakan untuk mengonsumsi atau tidak TTD, di SMA Negeri 2 Cileungsi menunjukkan adanya perbedaan sikap remaja putri terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Sebagian remaja mengonsumsi TTD secara teratur dan mendukung penyerapan zat besi dengan mengonsumsi buah kaya vitamin C. Namun sebagian masih enggan mengonsumsi TTD setiap hari selama menstruasi dan tidak menghindari minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi, seperti teh dan kopi. Hal ini mencerminkan pemahaman yang masih terbatas, sehingga diperlukan edukasi tambahan untuk meningkatkan kesadaran dan mendukung pola konsumsi TTD yang sesuai pedoman kesehatan. Hal ini sejalan dengan Anisa

(Anisa et al., 2022) sikap positif yang tertanam dalam diri remaja akan mewujudkan tindakan positif pula yaitu konsumsi TTD sesuai dengan anjuran yang ada. Hal yang sama juga terjadi pada penelitian Al-Fatah (Suharmanto et al., 2023) sikap memiliki hubungan dengan konsumsi TTD, di mana kekhawatiran akan kesehatan tubuh mendorong remaja putri untuk bersikap positif dalam mengonsumsi tablet tambah darah guna memastikan kecukupan zat besi dan mencegah anemia.

Banyaknya remaja putri yang mengalami siklus menstruasi normal cenderung tidak mengonsumsi TTD, padahal meskipun remaja putri dengan menstruasi normal cenderung memiliki kebutuhan zat besi yang lebih stabil, mereka tetap perlu mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai langkah pencegahan untuk memastikan kadar zat besi tetap optimal dan mencegah risiko anemia akibat kehilangan darah selama menstruasi. Lama menstruasi remaja putri berbeda-beda, remaja dengan siklus menstruasi normal atau tidak normal yang cukup mengonsumsi makanan kaya zat besi cenderung tidak mengonsumsi tablet tambah darah, karena kebutuhan zat besinya sudah terpenuhi melalui pola makan dan gaya hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian Jesika (Jesika Agustia et al., 2024) siklus menstruasi normal cenderung tidak mengonsumsi TTD dan merasa tidak perlu karena merasa tidak kekurangan zat besi atau hemoglobin di dalam tubuh.

Media berperan sebagai perantara informasi, remaja putri di SMA Negeri 2 Cileungsi yang menerima media informasi cenderung tetap tidak mengonsumsi TTD, sementara banyak lainnya tidak terpapar informasi sama sekali. Hal ini diduga karena kurangnya ketertarikan mereka terhadap informasi terkait TTD. Kesan pertama dari media informasi, terutama dalam 3 detik pertama, memainkan peran penting dalam menarik perhatian pembaca. Judul yang menarik atau tampilan visual yang menarik dapat memengaruhi apakah informasi tersebut akan dibaca atau diabaikan. Oleh karena itu, paparan media informasi harus dirancang secara efektif untuk menjadi sumber edukasi yang mampu meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif remaja putri terhadap konsumsi TTD. Penting bagi media informasi untuk memberikan kesan pertama yang kuat agar dapat menarik perhatian dan memberikan dampak edukatif yang optimal. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Karim (Karim et al., 2024), paparan media leaflet meningkatkan kesadaran konsumsi TTD mereka karena stimulus dari leaflet terhadap cara berpikir mereka untuk berperilaku positif dari informasi yang diterimanya.

Dukungan teman sebaya tidak ada hubungannya dengan konsumsi TTD, hal ini dikarenakan kurangnya kesadaran pada diri mereka sendiri, rendahnya tingkat pengetahuan dan sikap terhadap pentingnya TTD juga menjadi faktor utama yang membuat remaja enggan saling mengingatkan kurangnya dukungan teman sebaya ini menunjukkan perlunya edukasi yang lebih luas untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan sikap remaja agar tercipta lingkungan yang saling mendukung dalam konsumsi TTD. Hal ini sejalan dengan Anisa (Anisa et al., 2022), remaja putri pada penelitian tersebut masih kurang akan konsumsi TTD dan dukungan kuat terhadap teman sebayanya masih kurang, hanya mereka yang memiliki kesadaran akan pentingnya terhadap TTD saja yang memberikan dukungan baik kepada teman sebayanya.

Dukungan orang tua memiliki peran penting sebagai pemberi informasi, pengawas, dan motivator dalam mendukung anak-anak mereka untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Dukungan orang tua menjadi kunci utama dalam meningkatkan angka konsumsi TTD karena mereka dapat memberikan edukasi, memastikan kepatuhan, dan mendorong anak untuk memahami pentingnya TTD dalam mencegah anemia. Remaja putri yang menerima dukungan orang tua cenderung lebih teratur mengonsumsi TTD. Peran aktif orang tua ini menciptakan kebiasaan sehat pada anak dan membantu meningkatkan kesadaran akan manfaat TTD bagi kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian Utomo (Utomo et al., 2020), dukungan orang tua di rumah sangat berhubungan dengan keteraturan konsumsi TTD remaja putri, dukungan dari orang tua memberikan persepsi positif tentang pentingnya TTD untuk mencegah terjadinya anemia. Hal yang sama juga terjadi pada penelitian Us (Us et al., 2023) dengan adanya dukungan yang memadai dapat membangun keyakinan dan persepsi positif remaja putri mengenai pentingnya konsumsi TTD, salah satunya remaja akan berpikir untuk mencegah terjadinya risiko

anemia. Dukungan tenaga kesehatan yang baik berperan penting dalam mendorong remaja putri untuk mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Salah satu bentuk dukungan ini adalah pemberian informasi yang jelas mengenai manfaat TTD, yang membantu remaja memahami pentingnya konsumsi TTD untuk meningkatkan kesehatan secara keseluruhan dan mendukung konsentrasi dalam belajar. Edukasi yang tepat, seperti penjelasan tentang waktu konsumsi dan cara menjaga efektivitas TTD, juga memberikan kepercayaan diri kepada remaja untuk mengonsumsinya secara rutin. Sebaliknya pada remaja dengan dukungan kurang dari tenaga kesehatan membuat banyak remaja tidak konsisten dalam mengonsumsi TTD, meskipun informasi telah diberikan, oleh karena itu diperlukan juga pengawasan dan pengingat rutin dari tenaga kesehatan, serta kolaborasi dengan orang tua dan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung konsumsi TTD secara teratur. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa (Nisa et al., 2023) promosi kesehatan dari tenaga kesehatan cenderung lebih diterima oleh remaja putri. Hal yang sama juga terjadi pada penelitian Lindawati (Lindawati, 2023) pemahaman remaja akan TTD meningkatkan karena pemberian informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan.

Dukungan guru yang baik cenderung lebih sering membuat remaja mengonsumsi TTD dibandingkan mereka yang menerima dukungan kurang. Guru berperan penting sebagai pemberi informasi tentang TTD, yang dapat meningkatkan dorongan remaja untuk mengonsumsinya. Melalui pengajaran di kelas, workshop, dan seminar, guru memberikan pemahaman tentang manfaat TTD, khususnya untuk mencegah anemia. Dukungan guru yang konsisten, seperti memberikan informasi yang jelas dan mengingatkan secara langsung, membantu membentuk kesadaran dan motivasi remaja untuk mengonsumsi TTD secara teratur. Sebagai sumber informasi yang dapat dipercaya, guru berperan dalam menciptakan budaya sehat di sekolah dan mendorong remaja untuk lebih peduli terhadap kesehatan, yang pada gilirannya mendukung konsentrasi mereka dalam belajar. Hal ini sejalan dengan penelitian Pou (Pou et al., 2024) adanya hubungan antara dukungan guru dengan konsumsi TTD, guru menjadi panutan di sekolah dan mempengaruhi perilaku siswa/inya, ketika guru mendukung remaja untuk konsumsi TTD, mereka cenderung akan mengikuti saran guru, karena remaja putri cenderung menghabiskan waktu lebih banyak di sekolah di bandingkan dirumah.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui pengetahuan dan sikap yang positif dari remaja putri akan membuat mereka mengonsumsi tablet tambah darah, dengan adanya dukungan dari sekitar seperti guru, orang tua, dan tenaga kesehatan yang memadai akan berpengaruh kepada konsumsi tablet tambah darah.

Saran kepada berbagai pihak yang ingin memberikan informasi menggunakan media apapun agar membuat thumbnail yang menarik perhatian remaja, mengikuti perkembangan selera zaman dari para remaja agar mereka tertarik mencari tahu informasi yang disampaikan, karena beberapa detik pertama melihat informasi disampaikan menentukan apakah mereka akan lanjut mencari tahu informasi atau justru mengabaikan pesan informasi dari media tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah mendukung proses penelitian ini, termasuk para siswi yang berperan sebagai responden, pihak sekolah yang memberikan izin dan membantu dalam proses pengambilan sampel, dan semua pihak lainnya yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, S. M. (2021). Model Remaja Putri: Body Image dan Bulimia Nervosa. *Muqoddima Jurnal Pemikiran Dan Riset Sosiologi*, 2(1), 19–36. <https://doi.org/10.47776/mjprs.002.01.02>
- Anisa, I. N., Widyaningsih, E. B., & Wahyuni, I. S. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi

- Tablet Fe saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Indonesian Journal of Midwifery Scientific*, 1(1), 7–12.
- Jesika Agustia, Waisaktini Margareth, & Rosmida Magdalena Marbun. (2024). Hubungan Siklus Menstruasi, Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dan Asupan Vitamin C Dengan Konsumsi TTD Pada Siswi SMAN 27 Jakarta. *Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 2(1), 44–63. <https://doi.org/10.57213/antigen.v2i1.163>
- Karim, N., Adam, A., & Idris, P. (2024). Pengaruh Edukasi Media Leaflet Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Tana Lili Luwu Utara. *Journal of Aqfiyah Health Research (JAHR)* 2024, 5(2), 106–112. <https://doi.org/10.52103/jahr.v5i2.1630><http://pascaumi.ac.id/index.php/jahr/index>
- Lindawati, R. (2023). Analysis of Factors Associated with Fe Tablet Consumption Compliance in Young Girls at State Senior High School 3, Serang City, Banten Province in 2022. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), 239–255.
- Meikawati, W., Aminah, S., Salawati, T., & Nurullita, U. (2022). Edukasi Manfaat Konsumsi Tablet Tambah Darah untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren KH Sahlan Rosjidi UNIMUS. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(3), 22–24. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v1i3.31>
- Miko Hananto, Hermawan, A., Marleta, R., Khariri, Hidayangsih, P. S., & Nurjana, M. A. (2019). Laporan Nasional RiskesDAS 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, 1(1), 1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
- Nisa, F., Sulung, N., & Adriani. (2023). Faktor yang Berpengaruh terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Kota Bukit Tinggi. *Human Care Journal*, 8(1), 1–6. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/view/3865/0><https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/view/3865/0>
- Nurjanah, A., & Azinar, M. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Sekolah Percontohan Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 7(1), 244–254. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia><https://doi.org/10.15294/higeia/v7i2/64227>
- Pamangin, L. O. M. (2023). Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) pada Remaja Putri. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(2), 311–317. <https://doi.org/https://doi.org/10.47650/jpp.v6i2.746>
- Pou, R., Azhari, E. S., & Virzanisda, R. (2024). Dukungan Guru Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Rutin Remaja Putri Sekolah. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Universitas Trisakti*, 9, 97–105. <https://doi.org/10.25105/pdk.v9i1.16927>
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019). Metode Orkes-Ku (raport kesehatanku) dalam mengidentifikasi potensi kejadian anemia gizi pada remaja putri. In CV Mine. <http://kesmas.ulm.ac.id/id/wp-content/uploads/2019/04/Buku-Metode-Orkes-Ku-Raport-Kesehatanku.pdf>
- Suharmanto, S., Mutmainnah, S., & Zuraida, R. (2023). Pengetahuan dan Sikap Berhubungan dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1321–1328. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1832>
- US, H., Fitriani, A., & Fatiyani, F. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fe Pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(2), 167–174. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i2.531>
- 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>