

## PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA KIPAS TENTANG PENTINGNYA TABLET FE PADA REMAJA PUTRI DI SMP 32 MAKASSAR UNTUK MENCEGAHANEMIA SEJAK DINI

*Health Education Through Fan Media About the Importance of Iron Tablets for Adolescent Girls at SMP 32 Makassar to Prevent Anemia Early On*

Nurul Maulidya Isnaeni<sup>1</sup>

([nurulmaulidya0505@gmail.com](mailto:nurulmaulidya0505@gmail.com) dan 088804180921)

### ABSTRACT

Adolescents still lack knowledge about the importance of taking iron tablets, especially among young women. This lack of understanding of the benefits of iron tablets often leads to low adherence to their use. The WHO reports that 26.4% of adolescents suffer from anemia. Health education needs to be improved to prevent the risk of anemia, particularly through understanding the importance of iron tablet consumption. This lack of knowledge among young women in the region makes educating them about iron tablets a challenge. This study aimed to increase knowledge about the importance of iron tablets in preventing anemia in young women. This study used a qualitative descriptive design, providing health education through a fan-based medium, a combination of images and text, involving three adolescent girls. Data were collected through observation, interviews, and documentation. The health education sessions began on May 21, 2025, lasting 15-20 minutes, and were evaluated the following day. The results, obtained through pre-test and post-test observations, showed an increase in the knowledge of adolescent girls after receiving health education using the fan-based medium. This improvement was evident in their ability to explain the importance of consuming iron tablets to prevent anemia, to mention the impact of anemia on adolescent girls, to identify the signs and symptoms of anemia, and to explain the advantages of the fan-based medium as a means of health education. This study concluded that the fan-based medium is an effective learning tool in increasing understanding of the importance of consuming iron tablets to prevent anemia. This project is expected to serve as a reference for health workers in providing health education related to the importance of iron tablets in preventing anemia in adolescent girls in the future.

**Keywords:** *Fe tablets, teenage girls, health education, fan.*

### ABSTRAK

Masih kurangnya pengetahuan remaja mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe terutama pada remaja putri. Kurangnya pemahaman tentang manfaat tablet Fe sering kali menyebabkan rendahnya kepatuhan mengonsumsinya. WHO melaporkan 26,4% remaja alami anemia. Pendidikan kesehatan perlu ditingkatkan guna mencegah risiko anemia, khususnya melalui pemahaman akan pentingnya konsumsi tablet Fe. Kurangnya pengetahuan remaja putri di wilayah tersebut menjadikan edukasi tentang tablet Fe sebagai tantangan dalam ranah pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia pada remaja putri. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kualitatif dengan pemberian pendidikan kesehatan melalui media kipas yang merupakan gabungan antara gambar serta tulisan melibatkan 3 remaja putri. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pemberian Pendidikan Kesehatan dilakukan dimulai dari 21 Mei 2025 dengan durasi 15-20 menit dan dilakukan evaluasi di hari berikutnya. Hasil penelitian yang diperoleh melalui observasi pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media kipas. Peningkatan ini terlihat dari kemampuan mereka dalam menjelaskan alasan pentingnya mengonsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia, menyebutkan dampak anemia pada remaja putri, mengidentifikasi tanda serta gejala anemia, dan menjelaskan keunggulan media kipas sebagai sarana dalam pendidikan kesehatan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa media kipas merupakan sarana pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia. Proyek ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan dalam pemberian pendidikan kesehatan terkait pentingnya tablet Fe dalam pencegahan anemia pada remaja putri di masa depan.

**Kata kunci:** *Table Fe, remaja putri, pendidikan kesehatan, kipas.*

### PENDAHULUAN

Anemia adalah saat kadar hemoglobin (HB), hematokrit, dan eritrosit lebih rendah dari normal, disebut anemia. Anemia pada remaja putri bisa mengakibatkan kelelahan fisik, menurunkan fokus belajar, dan menurunkan efisiensi kerja. Selain itu, anemia melemahkan sistem imun dan meningkatkan

risiko infeksi (Tando et al., 2024). Penyebab utama anemia remaja putri adalah kekurangan zat besi dalam tubuh dapat menyebabkan anemia. Hal ini disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan bergizi, terutama yang kaya zat besi, serta pola makan yang rendah nutrisi penting seperti asam folat dan

vitamin B-12 (Amelia et al., 2024). Remaja putri rentan mengalami anemia karena pertumbuhan cepat, kehilangan darah saat menstruasi, malnutrisi, dan kurangnya asupan zat besi. Kondisi ini dapat diperburuk oleh pola makan yang tidak seimbang (Rahman & Fajar, 2024). Menurut WHO, prevalensi anemia pada wanita adalah 23,9% dengan rincian 26,4% pada usia 5-14 tahun dan 18,45% pada usia 15-25 tahun (Hadi & Stefanus Lukas, 2024). Berdasarkan data Riskesdas 2021 prevalensi di Indonesia menunjukkan bahwa 22,7% remaja usia 13-18 tahun mengalami anemia, atau sekitar 3-4 dari 10 remaja (Sihombing Yulandari et al., 2023). Prevalensi anemia di Sulawesi Selatan, menunjukkan bahwa 35% remaja menderita anemia (kadar HB  $\leq$  12 g/dl), sementara 65,5% lainnya memiliki kadar HB normal. Ini menunjukkan bahwa anemia adalah masalah serius di kalangan remaja (Nurkalisa & Syam, 2024). Sebanyak 34,5% remaja di Makassar mengalami anemia (Hb  $\leq$  12 g/dl), sedangkan 65,5% lainnya memiliki kadar Hb normal. Ini menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah serius di kalangan remaja dan perlu mendapat perhatian khusus untuk mencegah dampak jangka panjang terhadap kesehatan dan prestasi belajar mereka (Nurkalisa & Syam, 2024).

Kurangnya pengetahuan remaja putri tentang anemia disebabkan oleh kurangnya informasi yang akurat, serta kurangnya kesadaran remaja putri akan pentingnya kesehatan reproduksi, sehingga mereka tidak memahami risiko dan konsekuensi dari anemia yang tidak diobati, yang pada akhirnya dapat berdampak pada kualitas hidup mereka (Pradian Yanuaringsih et al., 2025). Untuk mengatasi masalah anemia, pemerintah telah mengembangkan berbagai program kesehatan, salah satunya adalah pemberian tablet Fe pada remaja putri, salah satu tujuannya ialah meningkatkan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe untuk menurunkan prevalensi anemia pada remaja putri (Simatupang & Widiyarti, 2024). Berdasarkan latar belakang diatas

Informasi tentang tablet Fe untuk mencegah anemia dengan menggunakan media kipas dapat mudah dipahami dan tidak membosankan dengan desain yang menarik dan penyajian yang sederhana, media kipas untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dengan kreatif dan menarik bagi remaja dan dapat membantu dan meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya mencegah anemia dan mendorong mereka untuk lebih patuh dalam mengonsumsi Fe. Edukasi atau pendidikan kesehatan adalah kegiatan untuk menyebar informasi dan menanamkan keyakinan agar masyarakat mau dan mampu mengikuti anjuran yang berkaitan dengan peningkatan kesehatan. Dalam kegiatan ini, pendidikan kesehatan berfokus pada pencegahan anemia pada remaja. Pengetahuan dipengaruhi oleh

berbagai faktor, seperti Pendidikan, media, sosial, budaya, ekonomi, lingkungan pengalaman, dan usia. Manajemen informasi adalah proses mengumpulkan mengorganisir, menyimpan, mengubah, membagikan, dan menilai data untuk tujuan tertentu. Informasi berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan wawasan seseorang. Sebaliknya, kurangnya informasi dapat menghambat perkembangan pengetahuan (Risti Kusumaningrum & Nur Mutia Dwi Oktaviasari, 2024). Salah satu cara mengatasi anemia pada remaja putri adalah dengan edukasi, yang terbukti dapat meningkatkan pengetahuan (Ramayanti et al., 2024). Dengan informasi yang menarik, remaja lebih sadar akan resiko anemia serta manfaat tablet Fe, sehingga mereka lebih termotivasi untuk mengonsumsi secara rutin.

Pendidikan Kesehatan melalui media kipas merupakan salah satu teknik pembelajaran yang menarik dan interaktif, meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat, khususnya remaja putri tentang pentingnya pencegahan anemia serta manfaat konsumsi Fe secara rutin, dengan media ini, diharapkan mampu mengubah kebiasaan, sehingga mereka lebih disiplin dan mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran, memakan makanan bergizi, dan melakukan pola hidup sehat untuk mencegah anemia

## METODE

### Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan desain proyek berbasis media edukasi untuk mengevaluasi efektivitas pendidikan kesehatan melalui media kipas tentang pentingnya tablet Fe pada remaja putri dalam pencegahan anemia sejak dini. Kegiatan dilaksanakan di SMP Negeri 32 Makassar pada tanggal 21–27 Mei 2025, yang dipilih karena tingginya angka anemia pada remaja putri dan adanya dukungan dari pihak sekolah terhadap pelaksanaan intervensi. Sebanyak 3 remaja putri kelas VIII yang memenuhi kriteria inklusi menjadi informan penelitian. Intervensi dilakukan melalui pengisian lembar observasi pengetahuan (pre-test), kemudian diberikan edukasi kesehatan menggunakan media kipas bergambar dan teks menarik selama 15–20 menit, serta dilanjutkan dengan evaluasi (post-test) pada hari berikutnya untuk menilai peningkatan pemahaman tentang konsumsi tablet Fe dan pencegahan anemia setelah intervensi.

### Jumlah dan cara pengambilan subjek

Penelitian ini melibatkan 3 remaja putri kelas VIII di SMP Negeri 32 Makassar sebagai responden, yang dipilih dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel secara sengaja berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi mencakup remaja putri berusia 13–15 tahun, terdaftar sebagai siswi di SMP Negeri 32 Makassar,

dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penelitian dengan menandatangani informed consent. Adapun kriteria eksklusi meliputi remaja putri yang tidak hadir secara konsisten selama intervensi atau menolak untuk berpartisipasi dalam penelitian. Pemilihan teknik ini bertujuan memastikan kesesuaian karakteristik responden dengan fokus penelitian, yaitu mengevaluasi efektivitas pendidikan kesehatan melalui media kipas tentang pentingnya tablet Fe dalam pencegahan anemia sejak dini. Pendekatan ini diharapkan mampu menghasilkan data yang lebih terarah dan valid mengenai pengaruh penggunaan media kipas edukasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri.

**HASIL**

Hasil penelitian ini dilakukan di sekolah SMP 32 Makassar dimulai pada tanggal 21 Mei sampai dengan 27 Mei 2025 dengan tujuan untuk mengetahui Pendidikan Kesehatan melalui media kipas edukasi tentang pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini. penelitian ini menggunakan informan yang berjumlah 3 orang remaja putri kelas VIII. Sebelum melakukan pengumpulan data responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, dan lama waktu pemberian serta diberikan informed consent, dimana responden berhak melakukan keputusan untuk bersedia atau menolak dijadikan sebagai responden penelitian. Informan 1 (Nn. L),

informan 2 (Nn. I) informan 3 (Nn. A) menyatakan dirinya bersedia berpartisipasi dalam penelitian, selanjutnya responden diminta untuk menandatangani informed consent tersebut. Dengan sumber informasi yang didapatkan melalui remaja putri dengan wawancara, observasi langsung, dan dokumentasi.

**Tabel 4.1 Data Informan**

No	Inisial Informan	Usia	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir
1.	Nn. L	14 Tahun	Perempuan	SD
2.	Nn. I	13 Tahun	Perempuan	SD
3.	Nn. A	14 Tahun	Perempuan	SD

Sumber : Data Primer 2025

Penelitian ini dilakukan di Sekolah SMP 32 Makassar dimulai pada tanggal 21 Mei sampai dengan 27 Mei 2025 dengan jumlah 3 informan remaja putri kelas VIII dengan kriteria yang sudah ditentukan. Setiap pemberian Pendidikan Kesehatan dilakukan selama 15-20 menit kemudian dilakukan evaluasi pada keesokan harinya. Pendidikan Kesehatan ini dilakukan dengan pemberian media kipas edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri yang kurang tahu tentang pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini.

Dari hasil penelitian dilakukan evaluasi pada

informan yakni adanya peningkatan pengetahuan tentang pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini. Adapun hasil lembar observasi dengan indikator yang berbeda dan digunakan peneliti untuk menilai tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan, dan dapat diuraikan sebagai berikut :

**1. Menjelaskan apa itu tablet tambah darah (tablet Fe)**

Setelah dilakukan penelitian sebelum pemberian Pendidikan Kesehatan (pre-test), 1 dari 3 remaja putri yaitu informan 1 (Nn. L) menunjukkan menjawab Ya dengan keterangan mampu menjelaskan apa itu tablet tambah darah (Fe) 2 diantara 3 remaja putri lainnya yaitu informan 2 (Nn. I) dan informan 3 (Nn. A) menunjukkan menjawab Tidak dengan keterangan tidak mampu menjelaskan apa itu tablet tambah darah (Fe), dengan alasan belum pernah mendapatkan informasi sebelumnya. Berikut kutipannya :

“Kutipan Sebelum Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 1”

Nn. L : “saya kak, tablet fe adalah tablet penambah darah yang berfungsi untuk mencegah anemia serta menguatkan tubuh” (“Saya, kak. Tablet Fe adalah tablet penambah darah yang berfungsi untuk mencegah anemia dan menguatkan tubuh.”)

Nn I : “tidak ku tahu kak” (“Saya tidak tahu, kak.”)

Nn A : “saya nda kutau kak” jelaskanka nah” (“Saya juga tidak tahu, kak. Tolong jelaskan, ya.”)

Saat dilakukan penelitian setelah pemberian pendidikan kesehatan (post-test), terjadi peningkatan pengetahuan terhadap 3 remaja putri yaitu mampu menjelaskan apa itu tablet tambah darah (tablet Fe)

“Kutipan Setelah Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 1”

Nn. A : “Tablet tambah darah itu tablet yang isinya zat besi kak” “Tablet tambah darah adalah tablet yang mengandung zat besi, kak.” (“Tablet tambah darah adalah tablet yang mengandung zat besi, kak.”)

Nn. L : “Iya, itu berguna buat nambah darah, apalagi pas lagi haid.” “Iya, tablet itu bermanfaat untuk menambah darah, terutama saat sedang menstruasi. (“Iya, tablet itu bermanfaat untuk menambah darah, terutama saat sedang menstruasi.”)

Nn. I : “karena saat haid, kita kehilangan darah, jadi harus diganti lagi makanya kita mengonsumsi tablet tambah darah agar

zat besi tetap baik kak" ("Karena saat menstruasi kita kehilangan darah, jadi perlu menggantinya. Itu sebabnya kita mengonsumsi tablet tambah darah agar kadar zat besi dalam tubuh tetap terjaga, kak.")

## 2. Menyebutkan tanda dan gejala anemia pada remaja putri

Setelah dilakukan penelitian sebelum pemberian Pendidikan Kesehatan (pre-test), 1 dari 3 remaja putri yaitu informan 1 (Nn. L) menunjukkan menjawab Ya dengan keterangan mampu menjelaskan tanda dan gejala anemia pada remaja putri diantara 3 remaja putri lainnya yaitu informan 2 (Nn. I) dan informan 3 (Nn. A) menunjukkan menjawab tidak dengan keterangan tidak mampu menjelaskan apa itu tanda dan gejala anemia pada remaja putri, dengan alasan belum pernah mendapatkan informasi sebelumnya. Berikut kutipannya :

"Kutipan Sebelum Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 2"

Nn. I : "Hmm, kurang tau juga kak" ("Hmm... saya kurang tahu juga, Kak.")

Nn. L : "saya tau kak, tanda dan gejalanya itu seperti pusing cepat capek dan lemas" ("Saya tahu, Kak. Tanda dan gejalanya seperti pusing, cepat lelah, dan merasa lemas.")

Nn. A : "loh itu tanda anemia ya kak?" "Oh, itu termasuk tanda-tanda anemia ya, Kak?"

Saat dilakukan penelitian setelah pemberian pendidikan kesehatan (post-test), terjadi peningkatan pengetahuan terhadap 3 remaja putri yaitu mampu menjelaskan tanda dan gejala anemia pada remaja putri.

"Kutipan Setelah Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 2"

Nn. L : "Saya kak, tanda dan gejala anemia itu jadi gampang capek, badannya jadi lemas terus, kadang pusing, dan tidak bertenaga, kak. ("Saya, Kak. Tanda dan gejala anemia itu antara lain mudah lelah, tubuh terasa lemas, kadang-kadang pusing, dan tidak bertenaga, kak.")

Nn. I : "ya, kak. Saya juga tau, katanya kalau anemia bikin jantung berdetak lebih cepat, terus kadang suka sakit kepala." ("Ya, kak. Saya juga tahu, katanya anemia bisa menyebabkan detak jantung menjadi lebih cepat, dan kadang juga disertai sakit kepala.")

Nn. A : "gejala anemia kak, selain pusing, lemas, muka pucat, jantung berdebar, dan sulit konsentrasi, gejala lain yang sering terjadi yaitu sakit kepala, dan kadang terjadi sesak saat beraktivitas. ("Gejala anemia,

kak, selain pusing, lemas, wajah pucat, jantung berdebar, dan sulit berkonsentrasi, gejala lain yang sering muncul adalah sakit kepala dan kadang disertai sesak napas saat beraktivitas.")

## 3. Sebutkan dampak tidak mengonsumsi tablet Fe terhadap kesehatan?

Setelah dilakukan penelitian sebelum pemberian Pendidikan Kesehatan (pre-test), 1 dari 3 remaja putri yaitu informan 2 (Nn. I) menunjukkan menjawab Ya dengan keterangan mampu menjelaskan tanda dan gejala anemia pada remaja putri 2 remaja putri lainnya yaitu informan 1 (Nn. L) dan informan 3 (Nn. A) menunjukkan menjawab Tidak dengan keterangan tidak menyebutkan dampak anemia terhadap 32 kesehatan dan produktivitas remaja putri dengan alasan belum pernah mendapatkan informasi sebelumnya. Berikut kutipannya :

"Kutipan Sebelum Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 3"

Nn. I : "eee.. tauka kak pernah dijelaskan dengan guruku pas pembagian tablet tambah darah kalau nda minum, nanti badan jadi lemas terus gampang pusing. Kita juga nda semangat belajar, apalagi kita menstruasi setiap bulan." ("Eee... saya tahu, kak. Pernah dijelaskan oleh guru saya saat pembagian tablet tambah darah. Katanya kalau tidak diminum, tubuh bisa menjadi lemas, mudah pusing, dan kita jadi tidak semangat belajar. Apalagi karena kita mengalami menstruasi setiap bulan.")

Nn. A : "hmm tidak tauka kak memangnya berapa banyak dampak anemia." ("Hmm... saya tidak tahu, Kak. Memangnya ada berapa banyak dampak dari anemia?")

Nn. L : "tidakk tauka kak dampaknya anemia" "Saya juga tidak tahu, Kak, apa saja dampak dari anemia." ("Saya juga tidak tahu, Kak, apa saja dampak dari anemia.")

Nn. I : "hmmm mungkin mudah sakit dan kalau anemia dibiarkan, nantinya badan jadi lemas, dan gak pintar belajar begitu ya kak" ("Hmm... mungkin tubuh jadi mudah sakit. Kalau anemia dibiarkan, nanti tubuh jadi lemas dan kita jadi kesulitan belajar, begitu ya, kak?")

Saat dilakukan penelitian setelah pemberian pendidikan kesehatan (post-test), terjadi peningkatan pengetahuan terhadap 3 remaja putri yaitu mampu menyebutkan dampak anemia terhadap kesehatan dan produktivitas remaja putri.

"Kutipan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 3"

Nn. L : "Saya dulu ya, kak. Kalau tidak minum tablet tambah darah, nantinya tubuh jadi kekurangan darah, terus jadi lemas, gampang pusing, dan gampang capek." ("Saya terlebih dahulu ya, Kak. Jika tidak mengonsumsi tablet tambah darah, tubuh bisa mengalami kekurangan darah, kemudian menjadi lemas, mudah pusing, dan cepat merasa lelah.")

Nn. A : "nantinya muka jadi pucat, terus sulit konsentrasi belajar, dan prestasi belajar juga dapat menurun." ("Wajah bisa menjadi pucat, lalu sulit berkonsentrasi saat belajar, dan prestasi belajar juga bisa menurun.")

Nn. I : "kalau anemia terjadi terus-menerus, nantinya dapat bikin jantung kerja lebih keras denyutnya kak." ("Kalau anemia terjadi terus-menerus, itu bisa menyebabkan jantung bekerja lebih keras dan detaknya menjadi lebih cepat, kak.")

#### 4. Mengapa zat besi penting bagi kesehatan, terutama bagi remaja putri?

Setelah dilakukan penelitian sebelum pemberian Pendidikan Kesehatan (pre-test), 1 dari 3 remaja putri yaitu informan 3 (Nn. A) menunjukkan menjawab Ya dengan keterangan mampu menjelaskan hubungan antara konsumsi zat besi dan pencegahan anemia, diantara 3 remaja putri lainnya yaitu informan 1 (Nn. L) dan informan 2 (Nn. I) menunjukkan menjawab tidak dengan keterangan tidak mampu menjelaskan menyebutkan hubungan antara konsumsi zat besi dan pencegahan anemia. dengan alasan belum pernah mendapatkan informasi sebelumnya. Berikut kutipannya :

"Kutipan Sebelum Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 4"

Nn. A : "karena zat besi itu bahan buat bikin sel darah merah kak?"

Nn. I : " tidak ku tahu saya kak"

Nn L : "hmm... tidak tahu juga kak hubungan zat besi dan pencegahan anemia"

Saat dilakukan penelitian setelah pemberian pendidikan kesehatan (post-test), terjadi peningkatan pengetahuan terhadap 3 remaja putri yaitu mampu menyebutkan hubungan antara konsumsi zat besi dan pencegahan anemia.

"Kutipan Setelah Pemberian Pendidikan Kesehatan Pada Indikator 4"

Nn. L : " zat besi penting karena berguna untuk bikin sel darah merah kak. Kalau tidak cukup, nantinya bikin tubuh jadi lemas dan gampang pusing." ("Zat besi penting karena berfungsi untuk membentuk sel darah merah. Jika tidak tercukupi, tubuh

bisa menjadi lemas dan mudah merasa pusing.")

Nn. A : "eee.. apalagi buat remaja putri yang sedang haid kak, zat besinya harus cukup supaya gak terjadi anemia." ("Terutama bagi remaja putri yang sedang menstruasi, kebutuhan zat besi harus terpenuhi agar tidak mengalami anemia.")

Nn. I : "supaya badan tidak gampang lemas, terus belajar jadi lebih fokus,"

#### 5. Menjelaskan kelebihan penggunaan media kipas edukasi sebagai media Pendidikan kesehatan

Saat dilakukan penelitian setelah pemberian Pendidikan Kesehatan (post-test) tentang pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini melalui media kipas edukasi. Berikut kutipannya :

"Kutipan kelebihan penggunaan media kipas sebagai Pendidikan Kesehatan"

Nn. L : "sangat suka dengan media kipas edukasi ini kak karena bentuknya unik dan mudah dibawa ke mana-mana kipas edukasi ini sangat menarik karena tampilannya penuh warna dan tidak membosankan" ("Saya sangat menyukai media kipas edukasi ini, Kak. Bentuknya unik dan mudah dibawa ke mana-mana. Kipas edukasi ini sangat menarik karena tampilannya penuh warna dan tidak membosankan.")

Nn I : "Kipas edukasinya kreatif sekali dan gambar yang menarik, membuat saya lebih mudah memahami isi materi. Media ini membantu saya menyadari pentingnya menjaga asupan zat besi sejak remaja. Terima kasih sudah membuat media sebagus ini" ("Kipas edukasinya sangat kreatif dan gambarnya menarik, sehingga memudahkan saya memahami isi materi. Media ini membantu saya menyadari pentingnya menjaga asupan zat besi sejak remaja. Terima kasih sudah membuat media sebagus ini.")

Nn, A : "sangat terbantu dengan adanya kipas edukasi ini. Biasanya saya malas baca materi kesehatan karena panjang dan membosankan, tapi kipas ini membuat belajar jadi lebih seru. Informasinya jelas, ringkas, dan disajikan dalam bentuk yang lucu dan menarik". ("Saya merasa sangat terbantu dengan adanya kipas edukasi ini. Biasanya saya malas membaca materi kesehatan karena panjang dan membosankan, tetapi kipas ini membuat belajar jadi lebih menyenangkan. Informasinya jelas, ringkas, dan disajikan

dengan cara yang lucu dan menarik.”)

Nn. (L.I.A) :”Iye kak sama-sama” (“Sama-sama, Kak.”)

#### **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai Pendidikan Kesehatan melalui media kipas edukasi tentang pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini pada remaja putri di SMP 32 Makassar bersama tiga remaja putri sebagai informan. Adapun pembahasan dari penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

Menjelaskan apa itu tablet tambah darah (tablet Fe)

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan pendidikan kesehatan (pre-test) mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini pada remaja putri, Nn L, remaja putri yang mampu menjelaskan pentingnya tablet Fe dalam mencegah anemia sejak dini, sedangkan pada Nn. I, Nn. A, tidak mampu menjelaskan alasan penting mengonsumsi tablet Fe. Pengetahuan tentang tablet Fe sangat penting agar remaja memiliki pemahaman yang baik, merasa tenang, serta siap dalam menghadapi dan mengatasi masalah anemia sejak dini.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh, Kusumawardani (2020) menyatakan bahwa faktor yang berpengaruh terhadap kepatuhan adalah pengetahuan responden. Pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposing (predisposisi) yang dapat memengaruhi perilaku individu untuk mengonsumsi tablet tambah darah, karena pengetahuan merupakan faktor dominan dalam terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan segala informasi yang diterima seseorang dari luar dirinya dan disertai dengan pemahaman terhadap informasi yang didapatkan, penelitian ini juga didukung dengan teori (Rahayu, S., Margareta, C., & Nurhalisa, 2020)

Berdasarkan hasil peneliti setelah dilakukan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini didapatkan bahwa remaja putri mengalami peningkatan yaitu mampu menjelaskan remaja diharapkan mampu memahami pengertian anemia, penyebabnya, siapa saja yang berisiko mengalami anemia, dampak yang ditimbulkan, cara pencegahan, serta aturan konsumsi tablet Fe. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Notoatmodjo 2018 pengetahuan ini sangat penting karena menjadi pedoman dalam membentuk tindakan dan perilaku seseorang. Dengan memiliki pengetahuan yang baik, seseorang akan lebih sadar dan terdorong untuk bertindak sesuai dengan informasi yang dimilikinya. Melalui edukasi yang diberikan, peserta belajar bahwa tablet Fe sebaiknya dikonsumsi satu kali setiap minggu. Namun, saat sedang menstruasi, tablet Fe perlu diminum setiap hari pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Arifah et al., 2022)

yang menyatakan pengetahuan ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran pada remaja untuk rutin mengonsumsi tablet Fe dan makanan kaya zat besi lainnya, sehingga mereka dapat terhindar dari risiko anemia.

Mengidentifikasi tanda dan gejala anemia pada remaja putri

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan (pre-test) mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini Nn L remaja putri diketahui mampu menyebutkan tanda dan gejala anemia pada remaja putri sedangkan pada Nn. I, Nn. A, tidak mampu menyebutkan tanda dan gejala anemia dan mengatakan belum pernah menerima informasi mengenai hal tersebut sebelumnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sormin (2021) dan Syakir (2018), yang menyatakan bahwa kurangnya informasi menjadi salah satu faktor penyebab anemia pada remaja putri. Berdasarkan studi yang dilakukan, diketahui bahwa pengetahuan mengenai tanda dan gejala serta pencegahan anemia masih kurang dipahami dengan baik oleh remaja. Selain itu, perilaku sebagian besar anak dan remaja yang tidak membiasakan diri untuk sarapan pagi secara rutin, serta kebiasaan sebagian remaja putri keluar rumah tanpa menggunakan alas kaki, dapat meningkatkan risiko infeksi cacingan yang pada akhirnya dapat menyebabkan anemia. penelitian ini juga didukung dengan teori Widiastuti (2018) mengenai gambaran pengetahuan dan kejadian anemia pada remaja, yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai anemia. Rendahnya pengetahuan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah kurangnya akses informasi yang akurat dan menarik, minimnya perhatian terhadap kesehatan diri sendiri, serta kurangnya pemahaman tentang perubahan fisiologis yang terjadi selama masa remaja, termasuk kebutuhan nutrisi khusus seperti zat besi. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa remaja sering kali tidak menyadari pentingnya pencegahan anemia serta tidak mengetahui secara jelas penyebab, tanda, dan gejala dari anemia itu sendiri. Akibatnya, banyak remaja yang tidak memiliki motivasi atau keinginan untuk mencari informasi lebih lanjut mengenai kondisi tersebut.

Kondisi ini tentu sangat memprihatinkan, mengingat anemia dapat berdampak serius terhadap kesehatan dan perkembangan remaja, seperti menurunnya konsentrasi belajar, daya tahan tubuh yang lemah, hingga gangguan perkembangan kognitif dan fisik. Menurut peneliti, tingginya angka kejadian anemia di kalangan remaja putri sangat berkaitan erat dengan rendahnya kesadaran dan pengetahuan mereka mengenai pentingnya asupan zat besi serta perilaku hidup sehat. Oleh karena itu, diperlukan

adanya upaya yang berkesinambungan untuk meningkatkan pengetahuan remaja, terutama remaja putri, tentang anemia dan faktor-faktor penyebabnya. Salah satu cara yang efektif untuk mengatasi hal ini adalah dengan melakukan penyuluhan kesehatan secara rutin, inovatif, dan interaktif, baik melalui media cetak, digital, maupun kegiatan edukatif langsung seperti seminar, diskusi kelompok, dan penggunaan media edukatif visual seperti poster, mading, atau kipas edukasi. Dengan demikian, diharapkan remaja dapat lebih memahami pentingnya mencegah anemia sejak dini dan memiliki kesadaran untuk menjaga kesehatannya secara mandiri dan berkelanjutan. (Putri, 2018)

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan Pengetahuan tentang Anemia memberikan gambaran menyeluruh mengenai tingkat pemahaman remaja tentang berbagai aspek penting anemia, termasuk tanda dan gejala anemia yang harus dikenali secara dini. Dengan memahami tanda-tanda seperti mudah lelah, pusing, pucat, dan sesak napas, remaja dapat lebih waspada terhadap kondisi tubuhnya. Selain itu, pengetahuan ini juga mencakup cara penanggulangan dan pengobatan anemia yang tepat. Hasil penelitian ini didukung dengan teori Budianto (2016) Pemahaman yang baik akan memotivasi remaja untuk merefleksikan pengetahuannya dalam bentuk tindakan pencegahan yang nyata, seperti menjaga pola makan dengan makan sesuai jadwal dan kebutuhan tubuh, menghindari diet berlebihan dan sembarangan yang dapat memperburuk kondisi, serta menerapkan pola makan yang sehat dan seimbang. Dengan cara ini, remaja dapat meminimalkan risiko terkena anemia dan menjaga kesehatan tubuh secara optimal. Menyebutkan dampak anemia terhadap kesehatan dan produktivitas remaja putri

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini pada Nn, I remaja putri mampu menyebutkan dampak anemia terhadap kesehatan dan produktivitas remaja putri sedangkan pada Nn. L, Nn. A, tidak mampu menyebutkan dampak anemia dan mengatakan belum pernah menerima informasi mengenai hal tersebut sebelumnya.

Kurangnya informasi menyebabkan remaja putri kurang memahami tanda, gejala, dan cara pencegahan anemia. Selain itu, perilaku sebagian besar anak dan remaja yang tidak membiasakan diri untuk sarapan pagi secara rutin, serta kebiasaan beberapa remaja putri keluar rumah tanpa alas kaki, dapat meningkatkan risiko kecacingan yang berujung pada anemia. Ditambah lagi, kebiasaan remaja putri yang tidak menyukai sayuran hijau juga turut memperburuk kondisi ini hal ini sejalan dengan penelitian (Sormin, 2021) dan Syakir (2018).

Berdasarkan hasil penelitian setelah dilakukan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini didapatkan hasil peningkatan pengetahuan remaja tentang anemia karena pengetahuan mengenai anemia ini sangat penting di informasikan sejak memasuki usia remaja karena itu berpengaruh terhadap keadaan fisik dan aktivitas, salah satu dampak dari anemia adalah seseorang gampang lelah dan mengantuk, jadi itu berdampak terhadap konsentrasi belajar (Husna & Saputri, 2022) penelitian ini juga sejalan dengan teori (Meylani & Alexander, 2019) yang menyatakan bahwa dampak anemia pada remaja putri yaitu pertumbuhan terhambat, tubuh pada masa pertumbuhan mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran atau kesegaran tubuh berkurang, dan juga berdampak pada prestasi belajar siswi karena anemia pada remaja putri dapat menurunkan konsentrasi siswi dalam belajar; remaja putri yang mengalami anemia berisiko 1,875 kali lipat memperoleh prestasi belajar lebih rendah dibandingkan remaja putri yang tidak mengalami anemia.

Mengapa zat besi penting bagi kesehatan, terutama bagi remaja putri?

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini pada Nn. A, remaja putri diketahui mampu menyebutkan hubungan antara konsumsi zat besi dan pencegahan anemia sedangkan pada Nn. L, Nn. I, tidak mampu menyebutkan hubungan antara konsumsi zat besi dan pencegahan anemia dan mengatakan belum pernah menerima informasi mengenai hal tersebut sebelumnya.

kurangnya informasi menyebabkan beberapa faktor tidak langsung seperti pengetahuan dan kesadaran yang rendah. Kebiasaan makan yang kurang baik biasanya berkaitan dengan kesadaran dan pengetahuan rendah, yang menunjukkan tingginya angka anemia pada remaja karena kebiasaan makan yang buruk dan kurangnya kesadaran. Di Indonesia, data survey demografis dan kesehatan reproduksi remaja tahun 2017 menunjukkan masih rendahnya tingkat pengetahuan remaja, yang berdampak pada perilaku kesehatan yang kurang optimal dan meningkatnya risiko masalah gizi seperti anemia hasil penelitian ini juga sejalan dengan dengan pendapat (Indriasari, SKM,MPHCN, PhD et al., 2022)

Berdasarkan hasil observasi setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini, didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan terhadap remaja putri tentang pemenuhan gizi yang cukup untuk pencegahan anemia. Dengan penelitian metode post-test ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan kemampuan kognitif.

Pendidikan Kesehatan merupakan salah satu upaya mengubah perilaku seseorang, dalam hal ini Pendidikan Kesehatan dikhususkan pada pemenuhan gizi dalam pencegahan anemia.(Megasari et al., 2024).

Menjelaskan kelebihan penggunaan media kipas edukasi sebagai media Pendidikan kesehatan

Berdasarkan hasil observasi setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan (post-test), diperoleh data bahwa penggunaan media kipas edukasi sebagai sarana dalam pendidikan kesehatan telah menunjukkan keberhasilan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh ; Fitrianti et al, (2022). Keberhasilan tersebut tercermin dari peningkatan pengetahuan responden setelah kegiatan berlangsung. Hal ini mengindikasikan bahwa media kipas edukasi memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman responden, serta menunjukkan bahwa pesan dalam pendidikan kesehatan tersampaikan dengan baik dan berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu peningkatan pemahaman responden terhadap materi yang disampaikan. (Asikin et al., 2024)

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang sejalan dengan hasil penelitian, adapun asumsi peneliti adalah didapatkan bahwa ketiga remaja putri mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media kipas. Media kipas terbukti menjadi alat bantu yang efektif dalam menyampaikan informasi, khususnya dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai pentingnya mengonsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia. Hal ini terlihat dari kemampuan mereka dalam menjelaskan alasan konsumsi tablet Fe secara tepat, menyebutkan tanda dan gejala anemia, serta mengidentifikasi berbagai dampak yang dapat timbul akibat anemia.

Selain itu, penggunaan media kipas yang menggabungkan unsur visual dan tulisan juga mampu menarik minat remaja, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih interaktif dan mudah dipahami. Pemberian pendidikan kesehatan melalui media ini turut berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran remaja putri untuk menjaga kesehatan dan mencegah terjadinya peningkatan kasus anemia di masa yang akan datang. Edukasi yang diberikan tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan jangka pendek, tetapi juga diharapkan mampu membentuk kebiasaan hidup sehat dalam jangka panjang. Pemberian pendidikan kesehatan melalui media kipas secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya mengonsumsi tablet Fe sebagai langkah pencegahan terhadap anemia

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan

pada tiga remaja putri, pemberian Pendidikan Kesehatan melalui media kipas terbukti secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri di SMP 32 Makassar. Peningkatan pengetahuan ini meliputi pemahaman mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe untuk mencegah anemia, kemampuan mengidentifikasi tanda dan gejala anemia, serta mengenali berbagai dampak yang ditimbulkan oleh anemia. Selain itu, penelitian ini juga menjelaskan kelebihan penggunaan media kipas sebagai sarana efektif dalam penyampaian Pendidikan Kesehatan kepada remaja, yang mampu menarik perhatian dan memudahkan pemahaman materi

## SARAN

Disarankan untuk melakukan uji coba produk dalam skala yang lebih besar dan melibatkan jumlah sampel yang lebih banyak guna memperoleh validasi yang lebih kuat. Hal ini penting untuk memastikan efektivitas dan keberlanjutan produk dalam jangka panjang. Selain itu, pengembangan fitur interaktif seperti elemen audio-visual, misalnya video tutorial, juga dianjurkan agar dapat meningkatkan daya tarik dan pemahaman remaja putri tentang anemia secara lebih mendalam.

Diharapkan perawat atau tenaga kesehatan dapat memanfaatkan media kipas edukasi ini sebagai bagian dari intervensi pendidikan kesehatan, khususnya di sekolah atau posyandu remaja. Penggunaan media ini dapat meningkatkan daya tarik dan efektivitas penyampaian informasi mengenai pentingnya tablet Fe untuk mencegah anemia sejak dini. Dengan pendekatan yang menarik dan mudah dipahami, media ini juga berpotensi meningkatkan partisipasi aktif remaja dalam kegiatan edukatif serta mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat.

Disarankan melakukan pengembangan lebih lanjut terhadap media kipas edukasi dengan melibatkan kelompok remaja dari latar belakang sosial dan budaya yang berbeda, serta menguji efektivitas media dalam jangka waktu yang lebih panjang. Hal ini penting untuk memastikan bahwa media dapat diterapkan secara luas dan berkelanjutan di berbagai konteks. Penelitian selanjutnya juga dapat membandingkan media kipas edukasi dengan media lainnya untuk melihat perbedaan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap remaja terhadap anemia. Hasil perbandingan ini dapat menjadi dasar dalam memilih media edukasi yang paling sesuai dan berdampak besar bagi remaja

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, dan karunia-Nya, sehingga karya tulis ilmiah berbasis proyek dengan judul "*Pendidikan Kesehatan Melalui Media Kipas tentang Pentingnya Tablet Fe pada Remaja Putri di*

SMP Negeri 32 Makassar untuk Mencegah Anemia Sejak Dini” dapat diselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada pembimbing utama, Hj. Sitti Rahmatia, A.Kep., S.Kep., M.Kes., dan pembimbing pendamping, Dr. Hj. Suhartatik, S.Kep., Ns., M.Kes., atas segala bimbingan, waktu, dan arahan yang telah diberikan selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini. Terima kasih juga penulis haturkan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar, Ketua Jurusan Keperawatan, Ketua Prodi D-III Keperawatan, serta pihak sekolah

SMP Negeri 32 Makassar beserta guru dan siswi yang telah berpartisipasi serta memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Ayahanda Samsuddin dan Ibunda Nurhikmah Alam tercinta, beserta keluarga dan sahabat-sahabat yang senantiasa memberikan doa, semangat, serta kasih sayang yang tiada henti. Semoga segala bantuan, dukungan, dan kebaikan yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, F. C., Stepiolita, J., Ananta, W., Wiraputri, R., Rohma, N. A., Nuria, E., Kuati, T., Maulidiya, S., & Armando, M. (N.D.). *Literature Review : Analisis Faktor Penyebab Anemia Pada Ibu Dalam*. 1(5), 1097–1101.
- Arifah, N., Anjalina, I., Febriana, A. I., Khairunnisa, E., Amir, N. P., Aprilisa, W., Muzhaffar, Z., & Manyullei, S. (2022). Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Pada Siswa Di Smpn2 Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 176–182. <https://doi.org/10.25008/Altifani.V2i2.222>
- Asikin, A. M., Dzulkifli, A. M., Alam, N., & Rahman, S. N. (2024). *Ijcd : Indonesian Journal Of Community Dedication Edukasi Gizi Mengenai Stunting Dengan Media Kipas Custom Di Desa Mardekaya Kecamatan Bajeng Kabupaten Gowa Pendahuluan Balita Atau Bayi Lima Tahun Merupakan Usia Yang Daur Kehidupannya Memiliki Pertumbuhan*. 02(03), 307–312.
- Budianto, A. (2016). Anemia Pada Remaja Putri Dipengaruhi Oleh Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(10). <https://doi.org/10.35952/Jik.V5i10.31>
- Fathony, Z., Amalia, R., & Lestari, P. P. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Disertai Ca. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 4(1), 49– 53.
- Gizi, J., & Makassar, U. N. (2024). *Ijoh: Indonesian Journal Of Public Health*. 2(4).
- Hadi, W. A., & Stefanus Lukas. (2024). Seroja Husada. *Seroja Husada Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(5), 372–383. <https://doi.org/10.572349/Verba.V2i1.363>
- Hasibuan, A. R., Pasaribu, A. F., Alfiyah, S., Utami, N., Rahma, N., & Harahap, Y. (2024). *Peran Pendidikan Kesehatan Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Pola Hidup Sehat Di Era Digital*. 13(001), 305–318.
- Husna, H., & Saputri, N. (2022). Penyuluhan Mengenai Tentang Tanda Bahaya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 7–12. <https://doi.org/10.25008/Altifani.V2i1.197>
- Indriasari, Skm,Mphcn, Phd, R., Mansur, M. A., Srifitayani, N. R., & Tasya, A. (2022). Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Terkait Pencegahan Anemia Pada Remaja Berlatarbelakang Sosial-Ekonomi Menengah Ke Bawah Di Makassar. *Amerta Nutrition*, 6(3), 256–261. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V6i3.2022.256-261>
- Islam, U., & Agung, S. (2025). *Hal*. 942. 2(3), 942–951.
- Mahmudah, A. (2025). *Efektivitas Kombinasi Tablet Tambah Darah Dengan Suplementasi Vitamin C Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Mahasiswi*. 18(11), 1355–1361.
- Megasari, A. L., Putri, N. R., Asri, N., Ashani, Y., & Maulana, E. (2024). *Edukasi Pentingnya Pemenuhan Gizi Bagi Remaja Untuk Pencegahan Anemia Di Smp Negeri 13 Surakarta*. 4(1), 14–19.

- Mutiara, E. S., Manalu, L., Klise, R. E., Aginta, S., Aini, F., & Rusmalawaty, R. (2023). Analisis Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Ibu Hamil Di Puskesmas: Studi Literature Review. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(2), 125–135. <https://doi.org/10.14710/mkmi.22.2.125-135>
- Norlita, W., Isnaniar, & Hardiyanti, R. (2023). Tingkat Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di Smk Abdurrab Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan As-Shiha*, 45–61. <https://ejournal.umri.ac.id/index.php/jku/index>
- Nurkalisa, N., & Syam, A. (2024). Hubungan Sikap, Tindakan Dan Status Gizi Dengan Resiko Anemia Pada Remaja Putri Di Sekolah Sma Negeri 21 Makassar. 4, 37–42.
- Nuryati, S., & Nurfurqoni, F. A. (2021). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Kipas Edukasi Abstract Effectiveness Of Health Education By Educational Fan Media Toward The. *Jkm (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(3), 383–390.
- Prabowo, Y. H., Sukidi, M., Kunci, K., Media, P., Kipas, G., & Berseri, K. B. (N.D.). Pengembangan Media Pembelajaran Kipas Gambar Berseri Untuk Mengembangkan Keterampilan Bercerita Siswa Kelas Iii Sekolah Dasar.
- Pradian Yanuaringsih, G., Aminah, S., Jayani, I., Tri Wahyuni, I., & Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri, F. (N.D.). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/jvk>
- Rahayu, S., Margareta, C., & Nurhalisa, S. (2020). Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Alaqoh*, 10(2), 10(2), 36–40.
- Rahman, R. A., & Fajar, N. A. (2024). Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal Of Community Health)*, 10(1), 133–140. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol10.iss1.1403>
- Rakhmawati, C., Susanti, E., Mubarak, F. W. Z., Krissanti, H., & Wulandari, W. (2021). Pendidikan Kesehatan Kebersihan Tangan Berbasis Audio Visual Di Rsud R Syamsudin Sh Kota Sukabumi. *Jurnal Kreativitas Dan Inovasi (Jurnal Kreanova)*, 1(3), 129–133. <https://doi.org/10.24034/kreanova.v1i3.5218>
- Ramayanti, T. J., Sanjaya, R., Veronica, S. Y., & Fara, Y. D. (N.D.). Pengaruh Edukasi Menggunakan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang. 43, 19–23.
- Sihombing Yulandari, Banjarnahor Jefri, Anggriawan, Batubara Nazira, Astuti Neneng, & Manalu Niko. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Pemenuhan Gizi Terhadap Pencegahan Anemia Pada Siswi Sma Negeri 1 Sijamapolang Kabupaten Humbang Hasundutan. *Jons: Journal Of Nursing*, 1(1), 1–6.
- Simatupang, S., & Widiyarti, S. H. (2024). Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Anemia Remaja Di Smpn 1 Parongpong. *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, 4(4), 1567–1576. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i4.14273>
- Stunting, D. A. N., Kesehatan, U., & Putri, R. (2025). 1\*, 2, 3. 8, 1005–1014. Tando, Y. D., Titaley, C. R., Tahitu, R., Asmin, E., & Sara, L. S. (2024). Edukasi
- Pencegahan Anemia Dan Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 1318. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.20774>
- Triana, D. (2021). Jurnal Keperawatan & Kebidanan Jurnal Keperawatan & Kebidanan. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 213–226.
- Wari Nurjanah, F. (2023). Edukasi Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dengan Terapi Farmakologi Dan Non Farmakologi. *Jurnal Budimas*, 05(02), 1–6.
- Yana, I. G. A. A. K., Wibowo, Y. I., & Sari, G. A. P. L. P. (2023). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terkait Anemia Dan Tablet

Tambah Darah Di Wilayah Denpasar. *Indonesian Journal Of Pharmacy And Natural Product*, 06(02),209–217.  
<https://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijpnp/article/view/2633>

Yudianto, C. O., Dwihestie, L. K., Sajidalloh, F. N., & Info, A. (2025). *Minum Tablet Fe Dengan Risiko Anemia Pada*. 02(01), 18–27.