

HUBUNGAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMKN 1 PANGKEP

Relationship between Adherence to Iron Supplementation Consumption and Menstrual Cycle with the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMKN 1 Pangkep

Miftahul Jannah, Abdullah Tamrin, Hijrah Asikin
Poltekkes Kemenkes Makassar

E-mail: miftahuljannah@poltekkes-mks.ac.id
No.Hp: 082346279356

ABSTRACT

Anemia is one of the major health problems commonly experienced by adolescent girls, primarily due to iron deficiency and blood loss during menstruation. The Iron Supplementation Program (Tablet Tambah Darah/TTD) has been implemented since 2016 to prevent and reduce the prevalence of anemia. The success of this program depends on adolescents' adherence to iron tablet consumption and menstrual patterns, which affect iron requirements. This study aims to determine the relationship between adherence to iron tablet consumption and menstrual cycles with the incidence of anemia among female students at SMKN 1 Pangkep.

This research employed a cross-sectional study design. The sample consisted of 57 eleventh-grade students. Data collection involved questionnaires measuring adherence using the Morisky Medication Adherence Scale (MMAS-8) and structured questionnaires to assess menstrual cycles. Anemia was measured using a digital hemoglobinometer. The data were analyzed using Fisher's exact test and Chi-square test, and presented in frequency distribution tables and narrative form.

The results showed that 84.2% of the respondents were non-adherent to iron tablet consumption, 54.4% had abnormal menstrual cycles, and 57.9% were anemic. Among those who were non-adherent, 56.1% were anemic. Among those with abnormal menstrual cycles, 31.6% were anemic. Statistical analysis indicated a significant relationship between adherence to iron tablet consumption and the incidence of anemia, while no significant relationship was found between menstrual cycles and anemia among female students at SMKN 1 Pangkep.

It is recommended to strengthen collaboration with community health centers (puskesmas) in conducting regular educational programs on the importance of iron tablet consumption for adolescent girls, and to encourage improved adherence to iron supplementation as advised by healthcare providers.

Keywords: *Iron Supplementation, Menstrual Cycle, Anemia*

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang sering dialami oleh remaja putri, terutama akibat kekurangan zat besi dan kehilangan darah saat menstruasi. Program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) telah diimplementasikan sejak tahun 2016 untuk mencegah dan mengurangi prevalensi anemia. Keberhasilan program ini bergantung pada kepatuhan remaja dalam mengonsumsi TTD serta faktor pola menstruasi yang memengaruhi kebutuhan zat besi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepatuhan konsumsi TTD dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMKN 1 Pangkep.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan cross sectional study. Sampel adalah siswa kelas 11 yang berjumlah 57 orang. Pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner pengukuran tingkat kepatuhan konsumsi TTD menggunakan Morisky Medication Adherence Scale (MMAS-8), siklus menstruasi menggunakan kuesioner yang disusun secara terstruktur. Pengukuran anemia menggunakan alat hemoglobinometer digital. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji fisher's exact test dan uji chi square. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan narasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak patuh mengonsumsi TTD sebesar 84.2%, siklus menstruasi tidak normal sebesar 54.4%, dan anemia sebesar 57.9%. Remaja putri yang tidak patuh mengonsumsi TTD mengalami anemia sebesar 56.1%. Remaja putri yang mengalami siklus menstruasi tidak normal mengalami anemia sebesar 31.6%. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia remaja putri di SMKN 1 Pangkep dan tidak ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMKN 1 Pangkep.

Disarankan agar dilakukan kerja sama dengan pihak puskesmas dalam mengadakan program edukasi rutin mengenai pentingnya konsumsi TTD bagi remaja putri dan remaja putri meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi TTD sesuai anjuran petugas kesehatan.

Kata Kunci : Tablet Tambah Darah, Siklus Menstruasi, Anemia

PENDAHULUAN

Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan suplemen yang digunakan untuk mencegah atau mengatasi kekurangan zat besi dalam tubuh. Zat besi merupakan mineral penting yang dibutuhkan untuk produksi hemoglobin. Kesehatan Masyarakat dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) dan Rencana Strategis (RENSTRA), jumlah kabupaten/kota yang diharapkan menyelenggarakan pelayanan Kesehatan anak usia sekolah dan remaja salah satunya pemberian TTD yaitu 350 kabupaten/kota di tahun 2024 (Kemenkes, 2020). Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat tahun 2016 menyatakan, ada dua faktor yang menjadi tolak ukur keberhasilan dalam program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri yaitu cakupan program anemia pada remaja putri dan kepatuhan remaja putri mengkonsumsi tablet tambah darah sehingga diharapkan terjadi penurunan prevalensi anemia pada remaja putri (Kemenkes RI, 2016).

Anemia menjadi salah satu masalah gizi utama yang banyak dialami oleh kalangan wanita, karena pada saat menstruasi mengalami kehilangan besi sebesar 1.3 mg/hari. Anemia dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan, penurunan fungsi kognitif, psikomotor dan daya tahan tubuh (Nurrahman et al., 2021). Hasil Riset Kesehatan Dasar diketahui bahwa terjadi peningkatan anemia di Indonesia pada tahun 2018 yaitu sebesar 32% (Riskesdas, 2018). Data berdasarkan prevalensi data Kemenkes RI tahun 2021, prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri di Indonesia sebesar 22,7%. (Kemenkes RI, 2021). Prevalensi anemia di Sulawesi Selatan menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019 yaitu jumlah remaja putri yang mengalami anemia sebesar 33,7% (Profil Kesehatan Sulawesi Selatan, 2019).

Faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja putri adalah pola menstruasi. Pola menstruasi adalah serangkaian proses menstruasi yang terdiri dari siklus menstruasi, lama perdarahan saat menstruasi dan dismenorea. Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normal berkisar antara 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari. Setiap ganti pembalut 2-5 kali. Panjangnya siklus menstruasi ini dipengaruhi oleh usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stress, genetik dan gizi (Wiknjosastro, 2016).

Penjaringan Kesehatan Anak Sekolah (skrining) yang dilakukan oleh UPT Puskesmas Bungoro di SMKN 1 Pangkep didapatkan prevalensi anemia remaja putri yaitu sebesar 49,3% pada tahun 2023 dengan cakupan pemberian TTD 100%. Berdasarkan data latar belakang di atas, maka perlu dilakukan penelitian tentang “Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMKN 1 Pangkep”.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Penelitian ini adalah observasi dengan pendekatan *cross-sectional study*. Lokasi penelitian berada di SMKN 1 Pangkep, wilayah kerja UPT Puskesmas Bungoro, Kecamatan Bungoro, Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan. Dilaksanakan pada tanggal 20 Maret sampai dengan Desember 2024.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Penelitian ini melibatkan seluruh siswi kelas 11 dari SMKN 1 Pangkep yang berjumlah 135 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 11 SMKN 1 Pangkep yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi mencakup Remaja putri adalah siswi kelas 11 SMKN 1 Pangkep, telah mendapat tablet tambah darah dari puskesmas, bersedia menjadi sampel penelitian. Kriteria eksklusi mencakup tidak hadir saat pengambilan sampel. Jumlah sampel diambil dengan menggunakan rumus Slovin, sehingga diperoleh 57 orang sebagai sampel penelitian.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Data primer dan data sekunder sama-sama digunakan dalam penelitian ini. Data primer yang dikumpulkan adalah identitas sampel, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan cara melakukan wawancara dengan sampel. Kuesioner penelitian berisi instrumen pengukuran tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah yang telah terstandarisasi, Sampel mengisi informed consent penelitian sebelum dilakukan wawancara. Sampel diminta memilih jawaban kuesioner MMAS-8 untuk mengukur kepatuhan minum obat dengan memberi tanda checklist (✓) pada kolom yang sesuai pada keadaan sampel. Morisky Medication Adherence Scale (MMAS-8) yang telah

diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, kuesioner ini berisi 8 pertanyaan. Nilai gabungan dari semua pertanyaan yang diberikan dikategorikan ke dalam dua katagori tingkat kepatuhan sebagai berikut: tingkat kepatuhan tidak patuh jika jumlah nilai total dibawah 6 dan apabila nilai total 6-8, maka tingkat kepatuhan masuk kategori patuh. (Morisky dkk, 2008 dalam Anwar & Hasan, 2019). Kuesioner siklus menstruasi berisi 2 (dua) pertanyaan, setiap sampel akan memberikan pilihan jawaban dari setiap pertanyaan, kemudian hasilnya akan diakumulasikan dan disesuaikan dengan kriteria objektif. Pemeriksaan Anemia (hemoglobin) didapatkan dengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin sampel dengan menggunakan alat hemoglobinometer digital (easy touch) yang dilakukan oleh Ahli Teknologi Laboratorium Medik (ATLM) menggunakan metode Point of Care Testing (POCT).

Data sekunder yaitu gambaran umum lokasi penelitian di SMKN 1 Pangkep, wilayah kerja UPT Puskesmas Bungoro, Kecamatan Bungoro, Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan yang diperoleh dari tata usaha sekolah.

Pengolahan dan analisis data

Setelah data dikumpulkan, dilakukan pengolahan data melalui beberapa tahap. yaitu editing untuk memeriksa kelengkapan dan konsistensi data, processing dengan memasukkan data ke dalam komputer, cleaning untuk mengecek dan memperbaiki kesalahan, coding dengan memberikan simbol tertentu pada data, serta tabulasi data untuk mengolahnya dalam bentuk tabel sesuai tujuan penelitian.

Tahap analisis data menggunakan analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik sampel, tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dan siklus menstruasi. Analisis bivariat untuk melihat hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah terhadap kejadian anemia menggunakan uji *Fisher's Exact Test* dan hubungan siklus menstruasi terhadap kejadian anemia menggunakan uji *Chi-Square*.

Setelah dianalisis, data yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan setelah itu dianalisis. Selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel beserta penjelasannya dalam bentuk narasi.

HASIL

Distribusi responden berdasarkan kelas siswi kelas XI MPLB 2 didominasi sebanyak 36 orang.

Distribusi responden berdasarkan umur yang didominasi berumur 16 tahun sebanyak 34 orang.

Distribusi responden berdasarkan Kepatuhan Konsumsi TTD siswi kelas 11 SMKN 1 Pangkep didominasi tidak patuh mengonsumsi TTD.

Distribusi responden berdasarkan Siklus Menstruasi siswi kelas 11 SMKN 1 Pangkep didominasi tidak normal.

Distribusi responden berdasarkan Status Anemia siswi kelas 11 SMKN 1 Pangkep didominasi mengalami anemia.

Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMKN 1 Pangkep didominasi tidak patuh mengonsumsi TTD mengalami anemia yakni sejumlah 32 orang (56.1%).

Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMKN 1 Pangkep didominasi tidak normal siklus menstruasi mengalami anemia yakni sejumlah 18 orang (31.6%).

PEMBAHASAN

Hubungan Kepatuhan Konsumsi TTD dengan Kejadian Anemia Remaja Putri.

Hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Pangkep menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang tidak patuh mengonsumsi TTD mengalami anemia. Penelitian ini juga menemukan adanya hubungan signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 1 Pangkep. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Sulistyowati (2019), yang menunjukkan bahwa kepatuhan konsumsi TTD memiliki korelasi yang signifikan terhadap penurunan kejadian anemia pada remaja putri. Penelitian tersebut menyatakan bahwa remaja putri yang patuh mengonsumsi TTD secara teratur memiliki risiko anemia yang jauh lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak patuh.

Penelitian oleh Rahman et al. (2021) menyebutkan bahwa program edukasi kesehatan yang melibatkan keluarga dan komunitas mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD, sehingga berkontribusi pada penurunan prevalensi anemia. Program penyuluhan dan

pendampingan yang efektif dapat membantu meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi TTD. Hal ini penting karena kepatuhan yang rendah sering kali berdampak pada efektivitas intervensi kesehatan yang dilakukan (Kemenkes, 2021).

Faktor-faktor seperti rendahnya motivasi, kurangnya dukungan keluarga, dan rasa tidak nyaman terhadap TTD, termasuk rasa yang kurang diterima, turut memengaruhi tingkat kepatuhan remaja putri di SMKN 1 Pangkep. Faktor-faktor ini berkontribusi pada peningkatan risiko anemia di kalangan remaja putri.

Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri.

Hasil penelitian di SMKN 1 Pangkep menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri mengalami siklus menstruasi yang tidak normal. Namun, analisis menunjukkan bahwa hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia memiliki p-value 1.000, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMKN 1 Pangkep. Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Putri et al. (2019), yang menemukan bahwa meskipun siklus menstruasi tidak normal sering dikaitkan dengan anemia, hubungan tersebut tidak selalu signifikan secara statistik. Variasi individu dalam pola menstruasi serta faktor-faktor lain, seperti asupan gizi dan konsumsi tablet tambah darah (TTD), kemungkinan lebih dominan memengaruhi risiko anemia.

Konsumsi TTD menjadi salah satu aspek penting dalam pencegahan anemia, terutama pada remaja putri. Tablet tambah darah mengandung zat besi dan asam folat yang membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, sehingga dapat menggantikan kehilangan darah selama menstruasi. Kepatuhan dalam mengonsumsi TTD secara rutin sesuai anjuran sangat memengaruhi efektivitasnya. Penelitian oleh Kemenkes RI (2021) menunjukkan bahwa remaja putri yang tidak rutin mengonsumsi TTD lebih rentan mengalami anemia, bahkan jika siklus menstruasi mereka normal.

Remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang pentingnya TTD lebih cenderung patuh mengonsumsinya, sehingga berdampak positif pada pencegahan anemia. Hal serupa diungkapkan oleh Suryani et al. (2022), yang menemukan bahwa program edukasi kesehatan di sekolah secara signifikan meningkatkan tingkat kepatuhan konsumsi TTD.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dianalisa tentang hubungan kepatuhan konsumsi TTD dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMKN 1 Pangkep, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran tingkat kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri sebagian besar kategori tidak patuh sebanyak 48 orang (84,2%).
2. Gambaran siklus menstruasi pada remaja putri sebagian besar kategori tidak normal sebanyak 31 orang (54,4%).
3. Gambaran status anemia remaja putri sebagian besar mengalami anemia sebanyak 33 orang (57,9%).
4. Ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi TTD dengan kejadian anemia remaja putri di SMKN 1 Pangkep.
5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMKN 1 Pangkep.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan dapat mengeksplorasi faktor lain, seperti pola makan, tingkat aktivitas fisik, dan gangguan hormonal, yang mungkin berperan dalam kejadian anemia pada remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian manuskrip ini.

Penulis mengucapkan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada Bapak Abdullah Tamrin dan Ibu Hijrah Asikin atas bimbingan, masukan, serta dukungan yang diberikan selama proses penelitian dan penulisan.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kampus Poltekkes Kemenkes Makassar Jurusan Gizi yang telah memberikan fasilitas dan dukungan yang diperlukan dalam penelitian ini.

Tak lupa, penulis berterima kasih kepada rekan-rekan sejawat serta keluarga yang senantiasa memberikan dorongan, semangat, dan doa, yang menjadi sumber motivasi dalam menyelesaikan karya ini.

Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan menjadi kontribusi yang berarti bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, V. A., & Hasan, D. (2019). Profil kepatuhan penggunaan obat antihiperlipidemia di salah satu Rumah Sakit Swasta Jakarta.
- Daryanti, E. and Marlina, L. (2021) *Kesehatan Perempuan dan Perencanaan Keluarga*. Tasikmalaya: Langgam Pustaka.
- Dieny, F. F., Rahadiyanti, A. and Marfu'ah, D. (2019) *Gizi Prakonsepsi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan (DINKES) Provinsi Sulawesi Selatan. (2019). *Profil Kesehatan 2019 Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019*. 211
- Ernita *et al.* (2018) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Singapore: Elsevier Ltd.
- Hackney, A. C. (2016) *Sex Hormones, Exercise and Women*. United States: Springer.
- Herlinadiyaningsih, R. P. S. (2019) *Hubungan Pola Menstruasi dan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri*, Jurnal Kebidanan Indonesia, 10(1), pp. 1–11.
- Imas Masturoh, SKM., M.Kes. (Epid), Imas Masturoh, SKM., M.Kes. (Epid) and Nauri Anggita T, SKM, M.KM, Nauri Anggita T, SKM,
- Kemenkes RI (2018) *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, Kementerian Kesehatan RI, 53(9), PP. 1689-1699*
- Kementerian Kesehatan (2018) *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*: Kementerian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan** (2019). *Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. GA AN 614.58 Ind p
- Kemenkes RI (2020) *Kesehatan Masyarakat dalam RPJSMN dan RENSTRA*: Kementerian Kesehatan RI
- Kemenkes RI (2022) *Aksi Bergizi Program Pemberian TTD*: Kementerian Kesehatan RI
- Kemenkes (2024) *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 Dalam Angka*: Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniawan, S. S.** (2022). *Lawan Stunting, Pemerintah Luncurkan Gerakan Nasional Aksi Bergizi Bidik Remaja Putri*. MomsMoney.Kontan.

- Marmi (2013) *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: PustakaBelajar.
- Nurbaya, S., Yusra and Handayani, S. I. (2019) *Cerita Anemia*. Jakarta: UIPublishing.
- Nurrahman, N. H. *et al.* (2021) *Faktor dan Dampak Anemia pada Anak- Anak , Remaja , dan Ibu Hamil*, Journal of Science, Technology and Entrepreneur, 2(2), pp. 46–50.
- Pili, U. (2019) *Gambaran Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Mahasiswa Tingkat 1 Program Studi Farmasi Poltekkes Kupang Tahun 2018/2019*, Skripsi Poltekkes Kemenkes Kupang
- Purba, T. J., Siregar, G. F. G., Ariani, P., Yessy, P. A., Ariescha, & Napitupul, K. N. (2021). *Konsumsi Telur Ayam Rebus Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Simarmata*: Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro, 3(1), 57– 62.
- Putri, A.M. (2016). *Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Kolesterol Darah Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Di RSUP Dr.M.Djamil Padang Tahun 2016*. Skripsi. Prodi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
- Sari, M. H. N. *et al.* (2022) *Obstetri dan Ginekologi untuk Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Sinaga, E. *et al.* (2017) *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Global One.
- Sitepu, B. L. B. (2018) *Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Tigapanah Kab. Karo Tahun 2018*, Politeknik Kesehatan Medan.
- Wati, N. K. (2019) *Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Smpn 2 Ponorogo*, Universitas Muhammadiyah Ponorogo, 3(2), pp. 1–46.
- Wirenviona, R. *et al.* (2021) *Kesehatan dan Reproduksi dan Tumbuh Kembang Janin sampai Lansia pada Perempuan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- knjosastro, H.** (2016). *Ilmu Kebidanan, edisi keempat*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- World Health Organization (WHO). (2021). "Anaemia." Retrieved from [WHO](https://www.who.int/health-topics/anaemia).
- Dewi, F. S., & Sulistyowati, I. (2019). *Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri*. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 7(2), 123-130.
- Kurniasari, A., Wahyuni, S., & Putri, R. D. (2020). *Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 9(1), 45-53.
- Setiawan, H., & Sari, M. (2020). *Hubungan Durasi Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri*. Jurnal Ilmu Kesehatan Reproduksi, 8(2), 89-95.

- Ningsih, R., Wahyuni, E., & Lestari, A. (2021). *Anemia sebagai Faktor Risiko Ketidakteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 12(3), 112-118.
- Putri, A., Sari, N., & Wahyuni, R. (2019). *Hubungan Siklus Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri*. Jurnal Kesehatan Reproduksi Remaja, 7(3), 210-217.
- Wijayanti, R., & Kurniasih, D. (2020). *Faktor-Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri: Sebuah Kajian Komprehensif*. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 8(2), 120-127.
- Rahman, A., Fitriani, R., & Sari, D. (2021). *Edukasi Kesehatan sebagai Pendekatan dalam Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri*. Jurnal Pendidikan Kesehatan, 10(3), 78-85.
- Suryani, A., Pertiwi, L., & Nugraha, S. (2022). *Efektivitas Program Edukasi Kesehatan dalam Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8(1), 32-40.
- Wardani, Y., Fatimah, S., & Herlina, R. (2022). *Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri dengan Anemia*. Jurnal Endokrinologi Remaja, 5(1), 25-30