

EFEKTIFITAS TABLET TAMBAH DARAH DALAM MENGURANGI RISIKO ANEMIA DAN MENINGKATKAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI MAN 1 KARAWANG

Indah Yuliani¹, Erna Kurnia^{2*}

¹⁻²STIKes Abdi Nusantara

Email Korespondensi: indah.yuliani08@gmail.com

Disubmit: 07 Agustus 2025

Diterima: 26 Maret 2026

Diterbitkan: 01 April 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i4.22025>

ABSTRACT

Adolescence for girls is a crucial transitional period full of changes, both physically, emotionally, and socially. Anemia is a medical condition characterized by low levels of hemoglobin in the blood, which functions to transport oxygen throughout the body. Normal hemoglobin levels vary by gender, ranging from 11.5 to 16.5 g/dl for girls and 12.5 to 18.5 g/dl for boys. Objective: To determine the effectiveness of iron supplements in reducing the risk of anemia and improving reproductive health in adolescent girls at MAN 1 Karawang. Method: Paired simple t-tests were conducted using univariate and bivariate methods using the computerized SPSS program. Research results: A sample of 33 respondents (N=33) showed that the T-count (2.142) was greater than the T-table (0.302), and the p-value (0.001) was less than the alpha value (0.05), indicating a difference in hemoglobin levels in adolescent girls after the intervention. Conclusion: Iron supplementation tablets are effective in reducing the risk of anemia and improving reproductive health in adolescent girls at MAN 1 Karawang. Conclusion

Keywords: Iron Supplementation Tablets, Hemoglobin, Anemia In Adolescent Girls.

ABSTRAK

Masa remaja bagi seorang perempuan merupakan periode transisi yang penting dan penuh perubahan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Anemia merupakan salah satu kondisi medis yang ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin dalam darah, yang berfungsi untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Kadar hemoglobin yang dianggap normal bervariasi berdasarkan jenis kelamin, yaitu 11,5-16,5 gr/dl untuk perempuan dan 12,5-18,5 gr/dl untuk laki-laki. Tujuan penelitian: Untuk Mengetahui Efektifitas Tablet Tambah Darah Dalam Mengurangi Risiko Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang. Metode penelitian: menggunakan uji paired simple t test dilakukan secara univariat dan bivariat dengan bantuan sistem komputerisasi program SPSS . hasil penelitian: jumlah sampel 33 responden (N=33) didapatkan data bahwa T-Hitung (2,142) > T-tabel (0,302) dan nilai p.Valuenya (0,001) < nilai alpha (0,05) yang berarti ada perbedaan nilai HB remaja putri setelah diberikan intervensi. Kesimpulan: Tablet Tambah Darah

efektif Dalam Mengurangi Risiko Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang. Kesimpulan

Kata Kunci: Tablet Tambah Darah, Hemoglobin, Anemia Pada Remaja Putri.

PENDAHULUAN

Masa remaja bagi seorang perempuan merupakan periode transisi yang penting dan penuh perubahan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Remaja perempuan sering mengalami penurunan kadar hemoglobin menjelang menstruasi akibat kehilangan darah. Hal ini dapat menyebabkan anemia, yang berdampak pada kesehatan fisik dan mental, serta mempengaruhi aktivitas sehari-hari mereka. Anemia merupakan salah satu kondisi medis yang ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin dalam darah, yang berfungsi untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Kadar hemoglobin yang dianggap normal bervariasi berdasarkan jenis kelamin, yaitu 11,5-16,5 gr/dl untuk perempuan dan 12,5-18,5 gr/dl untuk laki-laki (Aulya, 2022).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2023), sebanyak 30% wanita usia subur (15-49 tahun) menderita anemia. Di Asia Tenggara, prevalensi anemia sebesar 41,9%. Kejadian anemia merupakan masalah kesehatan global yang dapat mempengaruhi baik negara berkembang maupun negara maju. Dampak dari anemia tidak hanya terbatas pada kesehatan individu, tetapi juga dapat berpengaruh pada pembangunan sosial dan ekonomi suatu negara. Anemia dapat menyebabkan penurunan produktivitas, meningkatkan risiko komplikasi kesehatan, dan mengurangi kualitas hidup, sehingga penanganan dan pencegahan anemia menjadi sangat penting dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Data dari Riset Kesehatan Dasar Riskesdas (2023) menunjukkan sesuatu yang mengkhawatirkan terkait prevalensi anemia di kalangan remaja di Indonesia. Dari tahun 2018 hingga 2023, prevalensi anemia pada remaja berusia 15-24 tahun meningkat secara signifikan, dari 6,9% menjadi 18,4%, dan kemudian mencapai 32,0%. Berdasarkan hasil survei, tingkat kejadian anemia di kalangan remaja perempuan di Karawang mencapai 46,62%. Pada tahun 2023, tercatat sebanyak 6.491 remaja perempuan yang menderita anemia, yang setara dengan sekitar 44,16% dari jumlah total remaja perempuan yang telah diperiksa (Riskesdas, 2023). Remaja putri memang merupakan kelompok yang memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra, dengan risiko mencapai sepuluh kali lipat. Salah satu penyebab utama dari kondisi ini adalah menstruasi yang dialami setiap bulan, yang menyebabkan kehilangan darah dan, akibatnya, kebutuhan akan zat besi meningkat (Kusuma, 2022).

Untuk memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh, salah satu langkah yang dapat diambil adalah dengan memberikan tablet tambah darah. Hal ini sejalan dengan upaya pemerintah dalam mengurangi angka kejadian anemia melalui program pemberian tablet tambah darah (TTD). Program ini bertujuan untuk meningkatkan status gizi, mencegah anemia, serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh (Simatupang, 2024). Anemia yang tidak ditangani pada remaja dapat berlanjut hingga masa kehamilan,

yang berpotensi meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah serta meningkatkan kemungkinan kematian pada ibu dan bayi. Dampak negatif dari anemia juga mencakup kinerja akademis yang buruk dan gangguan kognitif pada anak-anak dan remaja. Kekurangan zat besi sering kali dikaitkan dengan penurunan prestasi belajar, masalah perilaku, serta mempengaruhi kebugaran aerobik dan efisiensi dalam bekerja atau belajar. Fungsi kognitif dapat terpengaruh akibat perubahan kadar zat besi di otak dan neurotransmitter. Anemia dapat menyebabkan penurunan aktivitas enzim yang bergantung pada zat besi, seperti noradrenalin, serotonin, dan dopamin, yang semuanya sangat penting untuk menjaga fungsi normal neurotransmitter (Ariana, 2024).

Menurut penelitian Febriana (2021) ada perbedaan rata-rata kadar hemoglobin pada remaja putri setelah diberikan Tablet tambah darah dengan p value 0.000, tetapi konsumsi tablet tambah darah merupakan terapi yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia. Berdasarkan data awal dari skrining kesehatan yang dilaksanakan peneliti di kelas X MAN 1 Karawang pada April 2024, dari total 118 siswi yang diperiksa kadar hemoglobinnya, ditemukan bahwa 44 siswi (37%), 11 siswi diantaranya sedang menstruasi (25% dari siswi yang mengalami anemia).

Berdasarkan data awal dari skrining kesehatan yang dilaksanakan peneliti di kelas X MAN 1 Karawang pada April 2024, dari total 118 siswi yang diperiksa kadar hemoglobinnya, ditemukan bahwa 44 siswi anemi, 11 siswi diantaranya sedang menstruasi (25 % dari yang mengalami anemia berat ringan hingga sedang). Berdasarkan data

dan latar belakang diatas maka penulis merumuskan masalah "Efektifitas Tablet Tambah Darah Dalam Mengurangi Risiko Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang".

KAJIAN PUSTAKA

Anemia yang tidak ditangani pada remaja dapat berlanjut hingga masa kehamilan, yang berpotensi meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan rendah serta meningkatkan kemungkinan kematian pada ibu dan bayi. Dampak negatif dari anemia juga mencakup kinerja akademis yang buruk dan gangguan kognitif pada anak-anak dan remaja. Kekurangan zat besi sering kali dikaitkan dengan penurunan prestasi belajar, masalah perilaku, serta mempengaruhi kebugaran aerobik dan efisiensi dalam bekerja atau belajar. Fungsi kognitif dapat terpengaruh akibat perubahan kadar zat besi di otak dan neurotransmitter. Anemia dapat menyebabkan penurunan aktivitas enzim yang bergantung pada zat besi, seperti noradrenalin, serotonin, dan dopamin, yang semuanya sangat penting untuk menjaga fungsi normal neurotransmitter (Ariana, 2024). Remaja putri memang merupakan kelompok yang memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putra, dengan risiko mencapai sepuluh kali lipat. Salah satu penyebab utama dari kondisi ini adalah menstruasi yang dialami setiap bulan, yang menyebabkan kehilangan darah dan, akibatnya, kebutuhan akan zat besi meningkat (Kusuma, 2022). Untuk memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh, salah satu langkah yang dapat diambil adalah dengan memberikan tablet tambah darah. Hal ini sejalan dengan upaya pemerintah dalam

mengurangi angka kejadian anemia melalui program pemberian tablet tambah darah (TTD). Program ini bertujuan untuk meningkatkan status gizi, mencegah anemia, serta meningkatkan cadangan zat besi dalam tubuh (Simatupang, 2024). Tablet tambah darah umumnya mengandung zat besi, vitamin B12, dan asam folat, yang merupakan nutrisi penting untuk pembentukan sel darah merah. Asupan yang cukup dari nutrisi ini dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mengatasi anemia (Aulya, 2022). Berdasarkan penelitian yang ada, pemberian tablet tambah darah telah terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada individu yang mengalami anemia. Hal ini menunjukkan bahwa tablet tersebut efektif dalam meningkatkan kesehatan darah remaja.

Menurut asumsi peneliti Remaja berada dalam fase pertumbuhan yang pesat, di mana kebutuhan akan zat besi dan nutrisi lainnya meningkat. Tablet tambah darah dapat membantu memenuhi kebutuhan ini, sehingga mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan yang optimal. Maka disarankan Pemberian tablet tambah darah tidak hanya bermanfaat bagi mereka yang sudah mengalami anemia, tetapi juga dapat berfungsi sebagai langkah pencegahan bagi remaja yang berisiko, seperti mereka yang memiliki pola makan tidak seimbang atau mengalami menstruasi berat.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode Quasi eksperimental dengan rancangan pretest-posttest one group design. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di kelas x MAN 1 Karawang. Peneliti tertarik

mengambil penelitian ini karena berdasarkan data awal dari skrining kesehatan yang dilaksanakan peneliti dikelas x MAN 1 Karawang pada April 2024, dari total 118 siswi yang diperiksa kadar hemoglobinya, ditemukan bahwa 44 siswi (37%), yang anemi, 11 siswi diantaranya sedang menstruasi (25 % dari yang mengalami anemia berat ringan hingga sedang). Data yang dikumpulkan merupakan data primer dengan menggunakan kuesioner lembar observasi kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan intervensi, variabel independennya adalah pemberian tablet tambah darah dan variabel dependennya adalah mengurangi risiko anemia dan meningkatkan kesehatan reproduksi. Pengolahan data uji statistic menggunakan uji paired simple t test dilakukan secara univariat dan bivariat dengan bantuan sistem komputerisasi program SPSS 26.0.

Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja putri kelas x MAN 1 Karawang yaitu sebanyak 33 responden remaja putri dengan anemia. Dengan demikian, kita dapat menyimpulkan bahwa sampel memiliki peran penting dalam menggambarkan populasi secara keseluruhan.. sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 33 responden. Untuk sampel yang diambil dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling yaitu pengambilan sampel dengan memanfaatkan keseluruhan dari jumlah populasi yang ada. Analisis univariat dalam penelitian ini akan dilakukan pada tiap variabel penelitian, meliputi variabel independen yaitu pemberian tablet tambah darah dan variabel dependen yaitu kejadian anemia pada remaja putri. Data lengkap yang telah terkumpul ditabulasi kedalam tabel Spss sesuai dengan variabel yang hendak diukur. Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui

perbedaan nilai HB remaja putri setelah diberikan Tablet Tambah Darah Dalam Mengurangi Risiko

Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi.

HASIL PENELITIAN

Table 1 Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Sebelum Diberikan Tablet Tambah Darah

Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	18	54.5
Sedang	14	42.5
Berat	1	3,0
Total	33	100

Berdasarkan hasil penelitian tabel 1 dari 33 responden yang dilakukan penelitian sebelum diberikan tablet tambah darah

didapatkan data remaja putri mengalami anemia Ringan sebanyak 18 (54,5%), anemia Sedang 14 (42,5%) dan Anemia Berat 1 (3,0 %).

Tabel 2. Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Sesudah Diberikan Tablet Tambah Darah

Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	1	3,0
Sedang	0	0,0
Berat	0	0.0
Total	1	3,0

Berdasarkan hasil penelitian tabel 2 dari 33 responden yang dilakukan penelitian sesudah diberikan tablet tambah darah didapatkan data 1 siswi yang masih

mengalami anemia Ringan (3,0%) hampir semua remaja tidak anemia dan mengalami peningkatan kadar HB yaitu sebanyak 32 responden (97%).

Tabel 3. Uji Normalitas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Tablet Tambah darah

Kadar HB	Mean	Standart Deviation
-Smirnov	Signifikan Symp	
Pretest	2,12	0,347
Posttest	8,20	0,229

Berdasarkan hasil uji normalitas kadar HB remaja putri MAN 1 Karawang sebelum dan sesudah diberikan tablet tambah darah pada penelitian ini

didapatkan hasil Signifikan Symp yaitu $>0,05$ maka dinyatakan nilai residual dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Tabel 4. Uji Paired T-test

Variabel	Mean	N	T-Tabel	T-Hitung
Pretest	1,92			
		33	0,302	2,142
Posttest	0,12			

Berdasarkan hasil Analisis Bivariat dengan paired T-test dengan jumlah sampel 33 responden (N=33) didapatkan data bahwa T-Hitung (2,142) > T-tabel (0,302) dan nilai p.Valuenya (0,001) < nilai alpha (0,05) yang berarti ada perbedaan

nilai HB remaja putri setelah diberikan Tablet Tambah Darah efektif Dalam Mengurangi Risiko Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang.

PEMBAHASAN

Efektifitas Tablet Tambah Darah Dalam Mengurangi Risiko Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang

Berdasarkan hasil uji normalitas kadar HB remaja putri MAN 1 Karawang sebelum dan sesudah diberikan tablet tambah darah pada penelitian ini didapatkan hasil Signifikan Symp yaitu >0,05 maka dinyatakan nilai residual dalam penelitian ini berdistribusi normal. Berdasarkan hasil Analisis Bivariat dengan paired T-test dengan jumlah sampel 33 responden (N=33) didapatkan data bahwa T-Hitung (2,142) > T-tabel (0,302) dan nilai p.Valuenya (0,001) < nilai alpha (0,05) yang berarti ada perbedaan nilai HB remaja putri setelah diberikan Tablet Tambah Darah dengan rata-rata kadar HB sebelum di berikan tablet tambah darah (TTD) yaitu 10,6 gr/dL, sedangkan rata-rata kadar HB setelah di berikan tablet tambah darah (TTD) yaitu 12,6 gr/dL. Jadi pemberian tablet tambah darah efektif Dalam Mengurangi Risiko Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Febriana (2021) ada

perbedaan rata-rata kadar hemoglobin pada remaja putri setelah diberikan Tablet tambah darah dengan p value 0.000, terapi konsumsi tablet tambah darah merupakan terapi yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Hardianti (2024) yang mengatakan Nilai p-value yang diperoleh sebesar 0,008, yang berarti lebih kecil dari 0,05, menunjukkan adanya pengaruh antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian tablet tambah darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian tablet tambah darah efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada subjek yang diteliti. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian tablet tambah darah dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada siswi SMA 5 Ternate. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang lama oleh Krisdianti (2020) Penelitian yang dilakukan di SMK Bina Karya Mandiri Bekasi menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa

pemberian tablet Fe dapat menjadi salah satu solusi yang efektif untuk mengatasi anemia pada remaja putri. Oleh karena itu, penting untuk melanjutkan penelitian lebih lanjut guna meningkatkan pemahaman dan pengobatan terhadap kondisi anemia di kalangan remaja putri. Temuan ini membuktikan bahwa pemberian tablet Fe dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri yang mengalami anemia, dan memiliki potensi untuk menjadi salah satu opsi terapi yang efektif dalam menangani masalah anemia pada kelompok tersebut.

KESIMPULAN

Sebelum diberikan tablet tambah darah didapatkan data dari semua responden 33 (100%) remaja putri mengalami anemia Ringan sebanyak 18 (54,5%), anemia Sedang 14 (42,5%) dan Anemia Berat 1 (3,0 %). Setelah diberikan tablet tambah darah didapatkan data 1 siswi yang masih mengalami anemia Ringan (3,0%) hampir semua remaja tidak anemia dan mengalami peningkatan kadar HB yaitu sebanyak 32 responden (97%), rata-rata kadar HB sebelum di berikan tablet tambah darah (TTD) yaitu 10,6 gr/dL, sedangkan rata-rata kadar HB setelah di berikan tablet tambah darah (TTD) yaitu 12,6 gr/dL. Tablet Tambah Darah efektif Dalam Mengurangi Risiko Anemia Dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang, dengan pvalue 0,001.

DAFTAR PUSTAKA

Andi Basniati (2023) Edukasi Manfaat Konsumsi Tamblet Tambah Darah (Fe) Pada Remaja Putri

Di Smpn 5 Mandai:Journal.Ahmareduc.Vo l.3, No.1, Agustus 2023, Halaman 1-7

A M Anjaya (2024) Efektivitas Metode Pendidikan Kesehatan Terhadap Kesadaran Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri.Miracle Journal Of Public Health (Mjph), Vol. 7 No. 2

Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia Pada Remaja Putri. Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 4, 1377-1386.

B R Amelia Negara (2023) Systematic Review: The Effect Of Fe Supplementation On Increasing Haemoglobin Levels In Female Adolescent:Jurnal Biologi Tropis:V4

Erna Febriana (2021) Pengaruh Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd) Dengan Air Jeruk Lemon Plus Madu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia Di Pondok Pesantren Harsallakum Dan Darussalam Kota Bengkulu.Journal Keperawatan Vol 12

Hariyati, A. V., Zulkarnain (2020). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Hemoglobin Pada Taruni Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Journal Og Holistic And Health Scineces, 2(2), 52-67.

Irwan (2020), Buku Etika Kesehatan .<https://Repository.Ung.Ac.Id//Irwan-Buku-Etika-Dan-Perilaku-Kesehatan.Pdf>

Kementrian Kesehatan, (2023). Keputusan Menteri Kesehatan Republi Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/4613/2021 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Anemia. <https://Yankes.Kemkes.Go.Id/>

- Nida, Y., & Ba'diah, A. (2025). Efektivitas Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Remaja Putri Di Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal Of Midwifery Sciences)*, 14(1), 143-155.
- Ni Kadek Nilasari (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Menggunakan Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Di Desa Bonyoh Wilayah Kerja Puskesmas Kintamani Vi, Fakultas Kesehatan Program Studi Sarjana Kebidanan Program B Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali
- Notoatmodjo S(2019). Metodologi Penelitian, Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan (Cetakan Vi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Rika Ariana (2024) Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Remaja Putri: Literatur Review. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. Vol 10 Hal 133-140
- Rizky Gustinanda (2023) Upaya Edukasi Anemia Dan Tablet Tambah Darah Pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (Jp2m)* Volume 6, Nomor 1, Hlm. 106-116
- Rusmiati, D., Ama, P. G. B., & Wahyuni, D. (2025). Efektivitas Suplementasi Tablet Tambah Darah Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(2), 85-95.
- Savely Simatupang (2024) Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Anemia Remaja Di Smpn 1 Parongpong. [Mahesa: Malahayati Health Student Journal, P-Issn: 2746-198x E-Issn: 2746-3486 Volume 4 Nomor 4 Hal 1567-1576
- Syamsuar Manyullei1 (2024) Evaluasi Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kelurahan Ma'rang Kabupaten Pangkep: *Jurnal Kolaboratif Sains*, Volume 7 No. 12
- Tonasih, T., Rahmatika, S. D., & Irawan, A. (2019). Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) Di Stikes Muhammadiyah Cirebon. *Jurnal Smart Kebidanan*, 6(2), 106.
- Ummi Kaltsum S. Saleh (2021) Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Terhadap Anemia Remaja Putri : *Jurnal Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo P-Issn (2407-8506), E-Issn (2808-523x)*
- Wulandari, A. P. N. (2020). Pengaruh Anemia Terhadap Remaja Indonesia Yang Ambyar Hatinya. <https://doi.org/10.31219/osf.io/2s7gw>
- World Health Organization (Who, 2023). Kejadian Anemia Secara Global