

HUBUNGAN DUKUNGAN ORANG TUA DAN KEPATUHAN KONSUMSI TABLET FE DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN LANGKAT

Nurbaiti^{1*}, Hargianti Dini Iswandari², Sunartono³

¹Magister Program Studi Kebidanan Stikes Guna Bangsa, Yogyakarta

²Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran

³Stikes Guna Bangsa, Yogyakarta

*)Email Korespondensi: nurbaiti3109@gmail.com

Abstract *The Association between Parental Support and Compliance with Iron Tablet Consumption and the Incidence of Anemia among Adolescent Girls in Langkat Regency.* Anemia is a medical condition characterized by a decrease in hemoglobin (Hb) levels in the blood, which reduces the body's oxygen supply. Adolescent girls are highly vulnerable to anemia due to blood loss during menstruation, a condition that can be prevented by regularly consuming one iron tablet per week. This study aimed to identify the association between parental support and compliance with iron tablet consumption and the incidence of anemia among female students at SMP IT Ar-Ridha and Daarul U'luum Manbaul Huda Islamic Boarding School. A descriptive-analytic design with a case-control approach was employed. Anemia was defined as an Hb level less than 12 g/dL, measured from capillary blood samples using an Urit-12 hemoglobinometer via the Point of Care Testing (POCT) method. A total of 66 respondents were selected using purposive sampling, divided into 33 anemic adolescent girls (cases) and 33 non-anemic adolescent girls (controls). Data were collected using structured questionnaires: a Likert scale for parental support and a Guttman scale for consumption compliance. The Chi-square test showed that parental support ($p=0.003$; OR = 5.333) and compliance with iron tablet consumption ($p=0.027$; OR = 3.5) were significantly associated with the incidence of anemia. Furthermore, logistic regression analysis confirmed that parental support was the most dominant factor ($p=0.011$; OR = 4.156). Adolescent girls with inadequate parental support had 4.156 times higher odds of experiencing anemia compared to those with good support. This study concludes that there is a significant association between parental support and iron tablet compliance and the incidence of anemia, highlighting that strengthening the role of families is critical in adolescent health programs.

Keywords: Anemia, Consumption compliance, Fe tablets, Parental support

Abstrak: Hubungan Dukungan Orang Tua dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Langkat.

Anemia adalah kondisi penurunan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang menurunkan suplai oksigen tubuh. Remaja putri rentan mengalami anemia akibat kehilangan darah selama menstruasi, yang dapat dicegah melalui konsumsi tablet Fe satu tablet per minggu. Studi ini bertujuan mengidentifikasi asosiasi dukungan orang tua dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di SMP IT Ar-Ridha dan Pondok Pesantren Daarul U'luum Manbaul Huda. Desain penelitian menggunakan analitik deskriptif dengan pendekatan *case-control*. Anemia didefinisikan sebagai kadar Hb <12 g/dL, diperiksa dari darah kapiler menggunakan alat *Urit-12 GCHB* dengan metode *Point of Care Testing* (POCT). Sebanyak 66 responden dipilih secara *purposive sampling*, terbagi atas 33 remaja putri anemia (kasus) dan 33 tidak anemia (kontrol). Data dikumpulkan menggunakan instrumen kuesioner dukungan orang tua (*skala Likert*) dan kuesioner kepatuhan konsumsi (*skala Guttman*). Uji *Chi-square* menunjukkan dukungan orang tua ($p=0,003$; OR=5,333) dan kepatuhan konsumsi

tablet Fe ($p=0,027$; $OR=3,5$) berhubungan signifikan dengan kejadian anemia. Analisis regresi logistik menegaskan dukungan orang tua sebagai faktor paling dominan ($p=0,011$; $OR=4,156$). Remaja putri dengan dukungan orang tua kurang memiliki peluang 4,156 kali lebih besar mengalami anemia dibandingkan mereka yang mendapat dukungan baik. Penelitian menyimpulkan terdapat asosiasi signifikan antara dukungan orang tua serta kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia, sehingga penguatan peran keluarga sangat penting dalam program kesehatan remaja.

Kata Kunci: Anemia, Dukungan orang tua, Kepatuhan konsumsi, Tablet Fe.

PENDAHULUAN

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang krusial di Indonesia. Kondisi ini umumnya dipicu oleh kehilangan darah secara kronis selama siklus menstruasi serta asupan gizi yang tidak seimbang (Qamara et al., 2023) (Astuti, 2023). Jika tidak ditangani, anemia pada remaja membawa dampak jangka panjang yang serius, termasuk tingginya risiko komplikasi kehamilan di masa depan seperti kelahiran prematur dan *stunting* (Sari et al., 2022). Data Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi anemia pada perempuan di Indonesia mencapai 27,2%. Situasi serupa juga terlihat di Provinsi Sumatera Utara yang mencatat tren peningkatan kasus anemia hingga menyentuh angka 58,2% (Kemenkes RI, 2018).

Sebagai upaya penanggulangan, pemerintah telah menggalakkan program distribusi Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin bagi remaja putri di institusi sekolah. Namun, efektivitas program ini terhambat oleh sangat rendahnya kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe. Data nasional mengungkap sebuah kesenjangan 87,6% siswi SMP telah menerima TTD, hanya 1,4% yang patuh mengonsumsinya sesuai anjuran (Kemenkes RI, 2018). Hal ini disebabkan oleh faktor perilaku dan efek samping seperti mual, yang menjadikan rendahnya kepatuhan sebagai penghalang utama target nasional pencegahan anemia (Simbolon et al., 2023) (Herdiani, 2022).

Untuk mengatasi persoalan kepatuhan ini, peran faktor eksternal berupa dukungan keluarga, khususnya orang tua, sangatlah vital. Secara mekanisme psikologis dan praktis, orang tua berfungsi sebagai pengawas,

pengingat (*evaluatif*), serta penyedia dukungan emosional bagi remaja (Herdiani, 2022). Keterlibatan aktif orang tua di rumah mampu mengubah persepsi remaja putri tentang pentingnya TTD dan mendisiplinkan rutinitas konsumsi mereka di luar pengawasan sekolah (Ihza et al., 2024). Meskipun secara teoritis dukungan keluarga berdampak positif, penelitian empiris mengenai peran dukungan orang tua terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri di wilayah Kabupaten Langkat masih sangat terbatas.

Kesenjangan antara tingginya distribusi TTD dan rendahnya status kesehatan siswi ini terlihat jelas di wilayah kerja Puskesmas Pantai Cermin. Berdasarkan studi pendahuluan di dua sekolah binaan yang terindikasi memiliki kasus tinggi, ditemukan gejala klinis anemia (lemas, pusing, mudah mengantuk) pada 2 dari 10 siswi di SMP IT Ar-Ridha, serta 6 dari 10 siswi di Pondok Pesantren Daarul U'luum Manbaul Huda. Berpijak pada fenomena dan *research gap* tersebut, hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada remaja putri. Oleh karena itu, studi ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis asosiasi antara dukungan orang tua serta tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia di SMP IT Ar-Ridha dan Pondok Pesantren Daarul U'luum Manbaul Huda.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik observasional dengan rancangan *case-control study*. Populasi penelitian adalah seluruh siswi remaja

putri di Pondok Pesantren Daarul U'luum Manbaul Huda dan SMP IT Ar-Ridha yang merupakan wilayah binaan UPTD Puskesmas Pantai Cermin. Kriteria kasus didefinisikan sebagai remaja putri yang mengalami anemia dengan kadar Hemoglobin (Hb) < 12 g/dL merujuk pada standar *cut-off World Health Organization* (WHO). Kelompok kontrol adalah remaja putri yang tidak anemia (Hb ≥12 g/dL). Pemeriksaan kadar Hb dilakukan melalui pengambilan sampel darah kapiler menggunakan instrumen *Point of Care Testing* (POCT) digital merek *Urit-12*.

Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil skrining awal (70 siswi di pondok pesantren dengan 43 anemia; dan 50 siswi di SMP IT dengan 12 anemia), sehingga ditetapkan total sampel sebanyak 66 responden (33 kasus dan 33 kontrol). Meskipun desain ini tidak melakukan *matching* individual, serta terdapat potensi perbedaan karakteristik sosio-ekonomi dan pola makan akibat perbedaan asal sekolah (pesantren dan SMP umum), peneliti melakukan pengendalian terhadap potensi bias seleksi dan faktor perancu (*confounding factors*) melalui penerapan teknik restriksi pada kriteria inklusi. Responden yang dilibatkan dibatasi secara ketat pada: usia 12-16 tahun, memiliki status gizi (Berat Badan) normal, tidak mengalami stunting/gizi buruk, tidak menderita penyakit infeksi kronis (seperti malaria atau kecacingan), tidak mengalami gangguan endokrin/hormonal, dan tidak sedang mengalami perdarahan.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 66 responden remaja putri dari wilayah kerja Puskesmas Pantai Cermin, Kabupaten Langkat, dengan rancangan *case-control study*. Responden dibagi

Data variabel dukungan orang tua dan tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe dikumpulkan menggunakan instrumen kuesioner pelaporan mandiri (*self-report questionnaire*). Untuk meminimalisasi *recall bias* dan *social desirability bias* (kecenderungan responden menjawab hal yang dianggap baik), pengisian kuesioner dilakukan dengan menjamin prinsip anonimitas (tanpa nama) dan memberikan instruksi pengisian yang objektif. Instrumen dukungan orang tua terdiri atas 10 item pernyataan berskala Likert, sedangkan kepatuhan konsumsi terdiri atas 10 item berskala Guttman. Kedua kuesioner tersebut merupakan instrumen terstruktur yang telah lolos uji validitas empiris di SMP Negeri 2 Tanjung Pura (20 responden), dengan hasil seluruh item valid ($r_{hitung} > r_{tabel}$) 0,444). Hasil uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* juga menunjukkan instrumen sangat tangguh, yaitu sebesar 0,875 untuk kuesioner dukungan orang tua dan 0,808 untuk kuesioner kepatuhan.

Analisis data dilakukan secara bertahap meliputi analisis univariat, analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square*, dan analisis multivariat menggunakan Regresi Logistik Berganda untuk melihat faktor dominan. Penelitian ini telah memenuhi kelayakan standar etik dan memperoleh persetujuan (*ethical clearance*) dari Komisi Etik Penelitian Stikes Guna Bangsa Yogyakarta dengan nomor registrasi 001/KEPK/II/2025.

menjadi kelompok kasus yang mengalami anemia (Pondok Pesantren Daarul U'luum Manbaul Huda) dan kelompok kontrol yang tidak mengalami anemia (SMP IT Ar-Ridha Pantai Cermin):

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Demografi Responden Berdasarkan Usia dan Kelas

| Karakteristik Responden | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-------------------------|---------------|----------------|
| Usia | | |
| 11 - 12 Tahun | 18 | 27,3 |
| 13 - 14 Tahun | 44 | 66,7 |

| | | |
|---------------|-----------|--------------|
| 15 - 16 Tahun | 4 | 6,1 |
| Kelas | | |
| Kelas 1 SMP | 19 | 28,8 |
| Kelas 2 SMP | 24 | 36,4 |
| Kelas 3 SMP | 23 | 34,8 |
| Total | 66 | 100,0 |

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik responden mayoritas berada pada rentang usia 13-14 tahun yaitu sebanyak 44 siswi (66,7%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebaran responden cukup merata, dengan jumlah terbanyak berada di Kelas 2 SMP yaitu 24 siswi (36,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri

| Kejadian Anemia | Frekuensi |
|------------------------|-----------|
| Kasus (Anemia) | 33 |
| Kontrol (Tidak Anemia) | 33 |
| Jumlah | 66 |

Tabel 2 menyajikan distribusi frekuensi 66 responden yang menjadi dasar rancangan *case-control* penelitian ini. Terdapat proporsi seimbang 1:1, di mana 33 siswi (50%) yang mengalami anemia dari Pondok Pesantren Daarul

U'luum Manbaul Huda dikategorikan sebagai kelompok kasus. Sementara itu, 33 siswi (50%) yang tidak anemia dari SMP IT Ar-Ridha Pantai Cermin bertindak sebagai kelompok kontrol.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Orang Tua terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri

| Variabel Independen | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------------------------------|---------------|----------------|
| Dukungan Orang Tua | | |
| Tidak Ada Dukungan | 35 | 53 |
| Ada Dukungan | 31 | 47 |
| Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe | | |
| Tidak Patuh | 34 | 51.5 |
| Patuh | 32 | 48.5 |
| Jumlah Total | 66 | 100 |

Berdasarkan Tabel 3, mayoritas responden (53,0% atau 35 orang) dilaporkan kurang/tidak mendapatkan dukungan orang tua. Sejalan dengan hal

tersebut, pada aspek kepatuhan, sebagian besar remaja putri (51,5% atau 34 orang) juga dikategorikan tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe.

Tabel 4. Hubungan Dukungan Orang Tua terhadap Kejadian Anemia Remaja Putri

| Dukungan Orang Tua | Kasus (%) | Kontrol (%) | Total (%) | P-Value | OR (95% CI) |
|--------------------|-----------|-------------|-----------|---------|---------------------------|
| Tidak Ada Dukungan | 24 (72,7) | 11 (33,3) | 35 (53,0) | 0.003 | 5,333 (1,859 – 15,300) |
| Ada Dukungan | 9 (27,3) | 22 (66,7) | 31 (47,0) | | |
| Jumlah | 33 (100) | 33 (100) | 66 (100) | | |

Tabel 4 memperlihatkan bahwa dukungan orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia ($p = 0,003$). Dalam rancangan studi *case-control*, interpretasi *Odds Ratio* (OR) menunjukkan bahwa remaja putri yang berstatus anemia (kelompok kasus) memiliki peluang 5,333 kali lebih besar untuk memiliki riwayat tidak

mendapatkan dukungan orang tua dibandingkan dengan remaja putri yang tidak anemia (OR = 5,333; 95% CI: 1,859 – 15,300). Data kelompok kasus mengonfirmasi temuan ini, di mana 72,7% siswi yang anemia berasal dari latar belakang keluarga yang kurang memberikan dukungan.

Tabel 5. Hubungan Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia

| Tingkat Kepatuhan | Kasus (%) | Kontrol (%) | Totaln (%) | P-Value | OR(95% CI) |
|-------------------|-----------|-------------|------------|---------|----------------------|
| Tidak Patuh | 22 (66,7) | 12 (36,4) | 34 (51,5) | 0.027 | 3,500(1,270 – 9,642) |
| Patuh | 11 (33,3) | 21 (63,6) | 32 (48,5) | | |
| Jumlah | 33 (100) | 33 (100) | 66 (100) | | |

Tabel 5 menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia ($p = 0,027$). Kelompok remaja putri yang anemia (kasus) memiliki peluang 3,5

kali lebih besar untuk memiliki riwayat ketidakpatuhan mengonsumsi tablet Fe dibandingkan dengan kelompok yang tidak anemia (OR = 3,500; 95% CI: 1,270 – 9,642).

Tabel 6. Hasil Analisis Pemodelan Akhir Regresi Logistik Faktor Dominan Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

| Variabel | P-Value | Adjusted OR | 95% CI |
|--------------------------------------|---------|-------------|----------------|
| Dukungan Orang tua | 0.011 | 4.156 | 1,379 – 12,520 |
| Tingkat Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe | 0.133 | 2.323 | 0,773 – 6,980 |

Berdasarkan Tabel 6, hasil pemodelan akhir menunjukkan bahwa dukungan orang tua merupakan variabel yang paling dominan secara bermakna ($p = 0,011$). Setelah dikontrol oleh variabel kepatuhan, remaja putri dengan dukungan orang tua yang kurang terbukti memiliki *adjusted odds* sebesar 4,156 kali lebih besar untuk mengalami anemia dibandingkan mereka yang mendapat dukungan dengan baik (OR = 4,156; 95% CI: 1,379 – 12,520).

Pada model multivariat ini, variabel kepatuhan konsumsi tablet Fe menjadi tidak signifikan ($p = 0,133$) dengan interval kepercayaan yang melewati nilai satu. Hal ini mengindikasikan bahwa peran protektif dari kepatuhan konsumsi tablet Fe sangat dipengaruhi atau dimediasi oleh seberapa besar dukungan orang tua yang diterima oleh remaja putri tersebut.

PEMBAHASAN

Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa dukungan orang tua merupakan faktor dominan yang berasosiasi dengan kejadian anemia pada remaja putri ($p=0,011$; OR=4,156). Temuan ini menegaskan peran keluarga sebagai *support system* utama dalam memonitor perilaku kesehatan preventif remaja. Dukungan orang tua yang baik memfasilitasi ketersediaan nutrisi dan kedisiplinan konsumsi tablet Fe.

Orang tua adalah lingkungan terdekat yang pertama kali membentuk kebiasaan hidup seorang remaja (Alonso-stuyck, 2020). Teori perilaku dari Snehandu B. Kar, dukungan sosial di rumah memang menjadi salah satu penentu utama bagi remaja untuk mau merubah perilakunya (Sawarkar et al., 2024). Remaja putri umumnya belum memiliki kesadaran penuh untuk rutin

meminum "obat" secara mandiri jika mereka tidak sedang merasa sakit (Tinner & Alonso, 2025). Maka dengan kebiasaan tersebut peran orang tua sangat dibutuhkan, seperti mengingatkan jadwal minum tablet Fe setiap minggu atau menyiapkan makanan bergizi hal ini dianggap mampu untuk menumbuhkan kesadaran siswi bahwa mencegah anemia itu penting (Suga & Jaya, 2024).

Faktor *confounding* dalam penelitian ini salah satunya yaitu perbedaan lingkungan tempat tinggal responden (Hasanah, 2023). Kelompok kasus dalam penelitian ini lebih banyak berasal dari Pondok Pesantren yang mengharuskan siswinya menetap di asrama, berbeda dengan kelompok kontrol dari SMP umum yang tinggal bersama orang tua. Siswi pesantren tentu kehilangan pengawasan langsung harian dari ibu mereka. Meski peran pengingat tersebut beralih ke pengurus asrama atau teman sebaya, efektivitasnya sering kali tidak sekuat perhatian dari keluarga biologis (Purwandari, 2018). Keterbatasan jarak fisik inilah yang membuat siswi pesantren jauh lebih rentan mengabaikan rutinitas tablet Fe (Purwandari, 2018), yang pada akhirnya menyumbang tingginya angka kejadian anemia pada kelompok tersebut.

Hasil uji menunjukkan bahwa siswi yang tidak patuh minum tablet Fe berpeluang 3,5 kali lebih besar untuk terkena anemia ($p=0,027$). Namun pada uji multivariat dukungan orang tua menjadi faktor yang dominan dibandingkan dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe karena kelemahan bawaan dari kuesioner pelaporan mandiri (*self-report*) yang digunakan (Notoadmodjo, 2021). Mengandalkan ingatan siswi sering kali memunculkan *recall bias* (lupa jadwal minum) seperti ada kecenderungan remaja menjawab "patuh" sekadar agar lembar jawabannya terlihat bagus atau takut dinilai buruk oleh peneliti (*social desirability bias*) (Destania Kinthan Larasati, 2021). Akibatnya, data kepatuhan di atas kertas bisa saja *overestimasi* (terlihat tinggi), namun

efek nyatanya pada pencegahan anemia menjadi kabur (Usman et al., 2025).

Penting untuk disadari bahwa sel darah merah tidak bisa diproduksi hanya dengan modal suplemen zat besi saja (Roche et al., 2021). Proses fisiologis di dalam tubuh mutlak membutuhkan nutrisi tambahan sebagai kofaktor, seperti protein, asam folat, dan vitamin C segar yang berfungsi menyerap zat besi (Regasa & Haidar, 2019) Artinya, Ketika seorang remaja frekuensi konsumsi tablet Fe meningkat namun tidak diimbangi dengan nutrisi yang tepat maka kadar hemoglobin tidak akan meningkat (Regency et al., 2026). Realitas asupan gizi sangat dipengaruhi oleh perbedaan tempat tinggal responden (Jonsson et al., 2023). Siswi yang menetap di asrama mau tidak mau harus bergantung pada menu katering massal yang standar gizinya mungkin berbeda dengan masakan keluarga di rumah. Selain tantangan makanan, kebiasaan remaja yang gemar minum teh bersamaan dengan waktu makan juga menjadi penghambat besar (Hamade et al., 2023). Kandungan *tanin* dan *fitat* dalam teh sifatnya mengikat zat besi di usus, sehingga suplemen Fe yang diminum malah sulit diserap tubuh dan terbuang begitu saja (Nieto, 2020). Maka tingginya kasus anemia pada penelitian ini tidak bisa murni karena pada kegagalan program pembagian tablet Fe dari fasilitas kesehatan melainkan akumulasi dari kebiasaan minum teh / minuman yang mengandung tannin atau penghambat zat besi dalam tubuh serta kurangnya nutrisi pendamping, khususnya pada siswi asrama.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan metodologis. Pertama, penggunaan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel relatif kecil ($N=66$) membatasi kekuatan statistik dan generalisasi hasil penelitian pada populasi yang lebih luas. Kedua, pengumpulan data kepatuhan dan dukungan orang tua murni menggunakan kuesioner pelaporan mandiri (*self-report*). Metode ini sangat rentan terhadap *recall bias* (keterbatasan ingatan responden) dan kecenderungan siswi memberikan

jawaban normatif yang tidak sesuai dengan rutinitas aslinya. Ketiga, studi ini belum mengontrol faktor perancu (*confounding*) terkait perbedaan lingkungan tempat tinggal responden (pesantren vs. sekolah umum). Selain itu, penelitian ini tidak mengukur asupan nutrisi pendamping (protein, vitamin C, asam folat) maupun frekuensi konsumsi inhibitor zat besi (teh/kopi), yang sebenarnya turut berkontribusi langsung terhadap status hemoglobin responden.

KESIMPULAN

Dukungan orang tua dan tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe berhubungan secara signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Pantai Cermin, Kabupaten Langkat. Berdasarkan model regresi logistik, dukungan orang tua menunjukkan asosiasi yang paling dominan terhadap kejadian anemia tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alonso-stuyck, P. (2020). Parenting and Healthy Teenage Lifestyles. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5428), 1–15.
- Astuti, E. R. (2023). Literature Review : Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal Of Health Science And Research*, 5(2), 550–561.
- Destania Kinthan Larasati, T. M. & D. R. A. (2021). Literature Review : Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi Literature Review : Correlation Of Knowledge and Compliance of Iron Folic Acid Supplement Consumption with Iron Deficiency Anemi. *Media Gizi Kesmas*, 10(2), 298–306.
- Hamade, H., Moriyasu, A., & Kushida, O. (2023). Group Intake among Female University Students: A Cross-Sectional Analysis on Living Arrangements. *Nutrients*, 15(1029).
- Hasanah, W. K. (2023). Hubungan Wilayah Tempat Tinggal Dengan Penegetahuan Anemia Pada Remaa Putri Di Indonesia. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 679–690.
- Herdiani, F. R. S. & N. (2022). Pengetahuan dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(12), 69–73.
- Ihza, Y., Dzati, A., Ningtyias, F. W., & Rohmawati, N. (2024). Determinan perilaku konsumsi tablet tambah darah pada mahasiswi jurusan kesehatan dan nonkesehatan di Universitas Jember. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 20(3), 95–104. <https://doi.org/10.22146/ijcn.85249>
- Jonsson, K., Wendin, K., & Larsson, C. (2023). Adolescents' attitudes, preferences and perceived behaviours regarding healthy eating and whole grains from a gender and health interest perspective. *Food & Nutrition Research*, 1, 1–15. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29219/fnr.v67.8988>
- Kemenkes RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kemenkes.
- Nieto, G. (2020). *Medicinal Plants and Foods*. Medicines.
- Notoadmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan. In *Jakarta: EGC*.
- Purwandari, E. S. (2018). Perbandingan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Dan Di Rumah Di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Darussalam Kepung Kediri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(02), 114–119. <https://doi.org/https://doi.org/10.33023/jikeb.v4i2.191>
- Qamara, S., Fadilah, N., Siregar, Z. H., Aulia, D., Vanesa, K. D., Fitrah, A., & Ritonga, A. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia dan Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah di SMP Muhammadiyah 61 Tanjung Selamat. *Jurnal Surya*, 5(2), 103–108.

- Regasa, R. T., & Haidar, J. A. (2019). Anemia and its determinant of in-school adolescent girls from rural Ethiopia: a school based cross-sectional study. *BMC Women's Health*, 19(1), 98. <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0791-5>
- Regency, W. H., Bessy, A. R., & Purwati, A. (2026). The Effect of Iron (Fe) Tablet Administration on Increasing Hb Levels in Adolescent Girls with Mild Anemia in the Working Area of Ibu Health. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(April).
- Roche, M. L., Samson, K. L. I., Green, T. J., Karakochuk, C. D., & Martinez, H. (2021). *Perspective: Weekly Iron and Folic Acid Supplementation (WIFAS): A Critical Review and Rationale for Inclusion in the Essential Medicines List to Accelerate Anemia and Neural Tube Defects Reduction*. 334–342.
- Sari, V. M., Tonasih, T., & Rahmatika, S. D. (2022). Supplementary Blood Tablets (Ttd) In Adolescent Women (Rematry) To Increase Hemoglobin (Hb) Levels. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 8(2), 413–419. <https://doi.org/10.33024/jkm.v8i2.6512>
- Sawarkar, C., Deurkar, P., & Ansari, S. (2024). Psychological study on Mental Health , Social Support , and their Interaction Effect on Criminal Behavior among Adolescents. *Cuest.Fisioter*, 3(53), 5682–5700.
- Simbolon, D., Anggraini, H., & Pravita, S. & A. (2023). Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di Indonesia: Meta-Analisis. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 7(2), 85–98. <https://doi.org/10.21580/ns.2023.7.2.11325>
- Suga, D., & Jaya, S. (2024). Studi Literatur: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri di Indonesia. *Media Gizi Kemas*, 13(2), 878–897. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/mgk.v13i2.2024.878-897>
- Tinner, L., & Alonso, A. (2025). An exploration of discrimination in healthcare for young women in Scotland: An intersectional study. *SSM - Qualitative Research in Health*, 7(July 2024), 100534. <https://doi.org/10.1016/j.ssmqr.2025.100534>
- Usman, M., Maria, R., & Widiatrilupi, V. (2025). The Relationship Between Knowledge of Anemia and Compliance in Taking Iron Supplements in Adolescent Girls at the Bonepantai Community Health Center. *Nursing Applied Journal Volume*, 3(3).