

**EDUKASI PERAN SOSIAL DALAM UPAYA MENDORONG KEPATUHAN
KONSUMSI TABLET FE**Christin Jayanti^{1*}, Citra Insani Aulia Fitri², Apriliani Kusuma³, Dewi³¹⁻³STIKes RSPAD Gatot Soebroto

Email Korespondensi: christin_jayanti@stikesrspadgs.ac.id

Disubmit: 01 Desember 2025

Diterima: 14 April 2026

Diterbitkan: 01 Mei 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i5.23727>**ABSTRAK**

Anemia masih menjadi masalah kesehatan utama pada remaja putri, dengan prevalensi global mencapai 30% pada perempuan usia 15-49 tahun dan 37% pada ibu hamil. Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 melaporkan bahwa prevalensi anemia pada usia 15-24 tahun mencapai 15,5%, di mana angka pada remaja putri lebih tinggi yaitu 18% dibandingkan remaja laki-laki sebesar 14,4%. Kondisi ini berdampak pada konsentrasi belajar serta berisiko menimbulkan komplikasi kehamilan di masa mendatang. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan edukasi mengenai peran sosial terhadap kepatuhan konsumsi Tablet Fe pada siswi anemia di SMAN 1 Tambun Utara. Evaluasi menggunakan pre-post test yang melibatkan 30 siswi kelas 10, dengan intervensi berupa penyuluhan menggunakan media presentasi, diskusi interaktif, dan praktik konsumsi Tablet Fe. Hasil pretest dan posttest menunjukkan peningkatan pengetahuan serta kepatuhan siswi, terutama pada mereka yang memperoleh dukungan dari teman sebaya, keluarga, guru, dan lingkungan sekolah. Hasil ini memperlihatkan bahwa penguatan peran sosial merupakan strategi efektif dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi Tablet Fe pada remaja putri dan edukasi berbasis dukungan sosial perlu diintegrasikan dalam program pencegahan anemia remaja.

Kata Kunci: Anemia, Peran Sosial, Tablet Fe.**ABSTRACT**

Anemia remains a major health issue among adolescent girls, with a global prevalence of 30% among women aged 15-49 years and 37% among pregnant women. In Indonesia, the 2023 Indonesian Health Survey (SKI) reported that the prevalence of anemia among those aged 15-24 years reached 15.5%, with a higher rate among adolescent girls at 18% compared to adolescent boys at 14.4%. This condition affects learning concentration and poses a risk of pregnancy complications in the future. This study aims to analyze the effect of education regarding social roles on compliance with iron tablet (Fe Tablet) consumption among anemic female students at SMAN 1 Tambun Utara. The study used a pre-post test design involving 30 female students in grade 10, with interventions consisting of counseling using presentation media, interactive discussions, and Fe Tablet consumption practice. The results of the pretest and posttest showed an increase in knowledge and compliance among the students, especially those who received support from peers, family, teachers, and the school environment.

These results indicate that strengthening social roles is an effective strategy for improving adherence to Fe Tablet consumption among adolescent girls. This study concludes that education based on social support needs to be integrated into adolescent anemia prevention programs.

Keywords: Anemia, Social Role, Iron Tablet.

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu persoalan kesehatan masyarakat yang masih banyak ditemukan di Indonesia dan dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak hingga lanjut usia, termasuk remaja serta ibu hamil (Kemenkes RI, 2020). Kondisi ini muncul ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin berada di bawah batas normal, sehingga kemampuan darah dalam mendistribusikan oksigen ke seluruh jaringan tubuh menjadi berkurang (Chasanah et al., 2019). Data *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*, prevalensi anemia pada kelompok usia 15-24 tahun mencapai 15,5%, dengan proporsi yang lebih tinggi pada remaja putri sebesar 18%, sedangkan pada remaja laki-laki tercatat sebesar 14,4% (Kemenkes RI, 2023). Data menunjukkan bahwa prevalensi anemia remaja putri meningkat dari 37,1% menjadi 48,9% dalam periode tertentu, yang menandakan masih rendahnya keberhasilan intervensi pencegahan yang dilakukan (Mohammad & Arda, 2023)

Prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri cenderung tinggi karena kebutuhan nutrisi tidak tercukupi, terutama akibat pola makan yang kurang tepat, tidak teratur, dan tidak seimbang (Sherly Dea Amanda & Kamidah Kamidah, 2024) Apabila kondisi ini tidak ditangani secara optimal, maka risiko anemia dapat berlanjut hingga masa dewasa dan memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan reproduksi, termasuk meningkatkan kemungkinan kematian ibu, kelahiran prematur, serta bayi dengan berat badan lahir rendah. Dalam jangka dekat, anemia pada remaja usia sekolah dapat mengganggu konsentrasi belajar dan berpotensi menurunkan prestasi akademik (Wulandari Alami et al., 2023)

Salah satu strategi dalam menanggulangi anemia pada remaja putri adalah melalui program suplementasi Tablet Fe yang disediakan pemerintah, di mana setiap remaja putri dianjurkan mengonsumsi satu tablet per minggu (Kemenkes RI, 2023). Tablet Tambah Darah (TTD) mengandung 60 mg zat besi elemental dan 400 mcg asam folat, yang berfungsi memenuhi kebutuhan zat gizi mikro yang meningkat pada masa remaja (Kemenkes RI, 2023). Namun, dalam praktiknya, masih banyak remaja putri yang mengalami kendala, seperti keluhan mual akibat efek samping konsumsi Tablet Fe dan rendahnya kepatuhan karena sering lupa untuk mengonsumsinya secara teratur (Sherly Dea Amanda & Kamidah Kamidah, 2024). Hasil meta-analisis menunjukkan bahwa sekitar 43,5% remaja putri tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia (Simbolon et al., 2023).

Peran petugas kesehatan juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kepatuhan. Edukasi, konseling, serta monitoring yang dilakukan oleh tenaga kesehatan dapat meningkatkan pemahaman dan motivasi remaja dalam mengonsumsi tablet Fe secara teratur (Elizar et al., 2022). Kepatuhan konsumsi tablet Fe dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan, sikap, persepsi, efek samping, serta dukungan

lingkungan sosial (Mohammad & Arda, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja (Bahren Nortajulu, Susianti, 2020). Pendekatan edukasi berbasis peran sosial dapat meningkatkan motivasi, dukungan, serta norma sosial positif terhadap perilaku konsumsi tablet Fe (Iriani, 2020). Selain itu, norma sosial dan pengaruh teman sebaya juga dapat memperkuat atau justru menghambat perilaku kepatuhan (Aprilia et al., 2025)

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masalah gizi pada remaja memberikan konsekuensi yang luas terhadap kesehatan individu, kualitas generasi mendatang, serta perkembangan sektor kesehatan dan perekonomian suatu negara. Pada remaja putri, status gizi memiliki hubungan erat dengan kesehatan reproduksi, termasuk keberhasilan kehamilan serta kelangsungan hidup ibu dan bayi. Permasalahan gizi ini juga memiliki dimensi gender yang jelas, di mana remaja putri lebih rentan mengalami anemia, sedangkan remaja putra lebih sering menghadapi masalah gizi seperti kurus dan stunting. Upaya menurunkan angka stunting perlu dimulai sejak masa remaja melalui penurunan prevalensi anemia, sehingga ketika memasuki masa pernikahan dan kehamilan, remaja putri tidak berada dalam kondisi anemia. Anemia pada ibu hamil diketahui sebagai salah satu faktor risiko terjadinya stunting, sehingga intervensi harus dilakukan sedini mungkin, termasuk pada masa kehamilan, untuk mencegah bayi lahir dengan berat badan rendah, panjang badan rendah, maupun kelahiran prematur. Bayi yang mengalami kondisi tersebut memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting pada periode pertumbuhan berikutnya. Oleh karena itu, dalam rangka pencegahan stunting, salah satu bentuk penguatan layanan intervensi gizi spesifik yang penting adalah memastikan ibu hamil dan remaja putri memperoleh dan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) secara teratur. Meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD pada kedua kelompok tersebut merupakan langkah strategis yang dapat mendukung percepatan penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) (Kemenkes RI, 2023).

Peningkatan kepatuhan konsumsi TTD pada ibu hamil dan remaja putri memerlukan pengetahuan serta pemahaman yang memadai mengenai anemia, termasuk risiko, dampak, dan upaya penanggulangannya, khususnya melalui suplementasi Tablet Tambah Darah. Upaya peningkatan pemahaman tersebut perlu dilakukan secara luas melalui berbagai media penyebaran informasi dan kegiatan edukasi yang melibatkan tenaga kesehatan, guru, kader, termasuk kader kesehatan sekolah, serta pemangku kepentingan terkait lainnya. Informasi yang disampaikan kepada para pelaksana ini selanjutnya diharapkan dapat diteruskan dalam bentuk edukasi yang tepat sasaran kepada remaja putri dan ibu hamil (Kemenkes RI, 2023). Bagaimana peran sosial dalam mendorong konsumsi tablet Fe pada remaja. Kegiatan dilakukan yaitu edukasi metode ceramah SMAN 1 Tambun Utara.



Gambar 1. Lokasi PKM

3. KAJIAN PUSTAKA

Anemia merupakan kondisi yang paling banyak dialami oleh kelompok rentan, terutama anak-anak di bawah lima tahun, khususnya bayi dan balita di bawah usia dua tahun remaja putri, perempuan yang sedang mengalami menstruasi, serta ibu hamil dan ibu pada masa nifas. Secara global, sekitar setengah miliar perempuan berusia 15 hingga 49 tahun dan 269 juta anak berusia 6 hingga 59 bulan diperkirakan mengalami anemia. Pada tahun 2019, prevalensi anemia tercatat mencapai 30% atau setara dengan 539 juta perempuan tidak hamil, serta 37% atau sekitar 32 juta perempuan hamil dalam kelompok usia 15 hingga 49 tahun (WHO, 2025).

Anemia masih merupakan salah satu isu kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa satu dari dua ibu hamil mengalami anemia, dan sekitar tiga hingga empat dari sepuluh remaja juga berada dalam kondisi yang sama. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap anemia pada ibu hamil dan remaja putri meliputi ketidakcukupan asupan makanan, adanya penyakit penyerta, serta belum optimalnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Di negara berkembang, sekitar 40% kasus anemia disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi. Pada kelompok remaja usia 13-18 tahun, tingkat kecukupan energi dan protein masing-masing hanya mencapai 72,3% dan 82,5%. Selain itu, berdasarkan Riskesdas 2018, kepatuhan konsumsi TTD sesuai standar masih rendah, yaitu hanya 1,4% pada remaja putri dan 38,1% pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2023)

Zat besi merupakan salah satu mikronutrien esensial yang memegang peran penting dalam berbagai proses biologis di dalam tubuh manusia. Salah satu fungsi utamanya adalah sebagai komponen utama hemoglobin, yaitu protein dalam eritrosit yang berperan dalam transportasi oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh. Selain berfungsi dalam pembentukan hemoglobin, zat besi juga berperan dalam sejumlah proses metabolik penting, termasuk produksi energi pada tingkat sel, sintesis dan perbaikan DNA, serta mendukung kinerja sistem imunitas dalam menghadapi infeksi dan menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan (Wahyuni, 2021).

Dukungan sosial memegang peranan penting dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Fe. Teman sebaya menjadi faktor yang berpengaruh karena remaja cenderung menyesuaikan diri dengan perilaku yang lazim dilakukan dalam kelompok pertemanannya. Ketika dinamika hubungan antar teman berjalan positif, remaja lebih terdorong dan merasa nyaman untuk menerapkan perilaku hidup sehat, termasuk menjaga keteraturan konsumsi Tablet Fe (A. Fasya Tenri Awaru

Ilham et al., 2023).

Peran orang tua sangat menentukan dalam membentuk perilaku hidup sehat pada remaja, termasuk dalam menjaga keteraturan konsumsi Tablet Fe. Dukungan yang diberikan melalui perhatian sehari-hari, bimbingan, serta pengetahuan orang tua mengenai anemia dapat meningkatkan kesadaran remaja tentang pentingnya memenuhi kebutuhan zat besi. Kondisi keluarga, seperti jenis pekerjaan, tingkat pendapatan, pendidikan, dan pengetahuan orang tua, turut memengaruhi kemampuan mereka dalam memberikan dukungan optimal sehingga remaja dapat menjalankan program konsumsi Tablet Fe secara konsisten (Dwiyana et al., 2024). Selain itu, nilai-nilai sosial budaya dalam keluarga turut memengaruhi pola konsumsi makanan pada remaja. Praktik tertentu, seperti pantangan terhadap makanan yang merupakan sumber zat besi, dapat membatasi asupan nutrisi penting dan pada akhirnya meningkatkan kerentanan remaja terhadap anemia (Hairuddin et al., 2025). Sekolah memegang peranan strategis dalam pelaksanaan program suplementasi Tablet Fe, karena aktivitas ini dilaksanakan secara rutin dalam lingkungan pendidikan. Keterlibatan guru melalui pemantauan, pengingat, dan penyampaian informasi terkait manfaat konsumsi Tablet Fe berperan besar dalam membentuk kedisiplinan remaja untuk mengonsumsi suplemen tersebut sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan (Dwiyana et al., 2024). Secara keseluruhan, dukungan dari teman sebaya, keluarga, budaya, dan sekolah saling melengkapi dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku sehat pada remaja putri.

4. METODE

a. Tahap Persiapan

Tahap awal kegiatan ini meliputi proses pengajuan surat tugas kepada STIKes RSPAD Gatot Soebroto sebagai dasar pelaksanaan pengabdian. Selanjutnya dilakukan survei lapangan dan pengurusan izin dengan menemui kepala sekolah serta guru di SMAN 1 Tambun Utara untuk memperoleh persetujuan pelaksanaan program. Setelah perizinan diperoleh, dilakukan penyusunan materi, penyiapan media edukasi, serta penyusunan jadwal kegiatan. Metode edukasi yang digunakan mencakup penyampaian materi melalui media presentasi (power point) dan demonstrasi cara konsumsi tablet.

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan edukasi dilaksanakan di SMAN 1 Tambun Utara dengan fokus penyuluhan mengenai peran sosial, yang mencakup pengaruh teman sebaya, dukungan keluarga, aspek budaya, serta peran sekolah dalam mendorong kepatuhan konsumsi Tablet Fe. Materi juga menekankan pentingnya suplementasi zat besi sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 30 siswi kelas 10. Sebelum penyuluhan dimulai, peserta terlebih dahulu mengikuti pretest untuk menilai pengetahuan awal. Penyampaian materi dilakukan melalui media presentasi, kemudian dilanjutkan dengan praktik konsumsi Tablet Fe dan sesi diskusi interaktif. Pada akhir kegiatan, dilakukan evaluasi guna menilai efektivitas serta pencapaian tujuan program.

c. Tahap Evaluasi

Hasil evaluasi setelah pelaksanaan penyuluhan menunjukkan bahwa sebagian besar siswi masih memiliki pengetahuan yang terbatas

mengenai upaya pencegahan anemia pada remaja. Melalui kegiatan edukasi ini, diharapkan terjadi peningkatan pemahaman peserta mengenai cara mencegah anemia, khususnya melalui penguatan peran sosial di lingkungan remaja dan pentingnya konsumsi Tablet Fe secara teratur.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 24 Oktober 2025 di SMAN 1 Tambun Utara dan melibatkan dosen serta mahasiswa STIKes RSPAD Gatot Soebroto sebagai pelaksana. Proses penyuluhan diawali dengan pemberian pretest kepada seluruh peserta untuk menilai tingkat pemahaman awal terkait materi yang akan disampaikan. Pretest diberikan dalam bentuk pertanyaan tertulis yang berkaitan dengan pencegahan anemia dan konsumsi Tablet Fe. Setelah itu, materi penyuluhan disampaikan menggunakan media power point, kemudian peserta diberikan Tablet Fe untuk dikonsumsi sebagai bagian dari praktik langsung. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif, di mana siswi diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan mengenai aspek-aspek materi yang belum dipahami.

Selanjutnya, dilakukan evaluasi melalui pemberian posttest guna mengukur perubahan pengetahuan dan efektivitas kegiatan. Berdasarkan hasil evaluasi pretest dan posttest, penyuluhan yang diberikan kepada 30 siswi dengan anemia menunjukkan adanya peningkatan yang bermakna dalam pemahaman dan kepatuhan terhadap konsumsi Tablet Fe. Sebelum intervensi dilakukan, sebagian besar siswi belum mengonsumsi Tablet Fe secara teratur. Namun, setelah edukasi diberikan, tingkat kepatuhan meningkat, khususnya pada siswi yang memperoleh dukungan dari berbagai pihak seperti teman sebaya, keluarga, guru, dan lingkungan sekolah. Pengaruh teman sebaya menjadi salah satu faktor penting, mengingat remaja sering menyesuaikan diri dengan perilaku dan norma yang berlaku dalam kelompok pergaulannya (Ulfa et al., 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, bahwa kepatuhan remaja putri dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan individu, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor sosial di lingkungan sekitarnya. Edukasi yang menekankan peran sosial diyakini mampu meningkatkan pemahaman sekaligus membentuk sikap positif remaja terhadap pentingnya pencegahan anemia



Gambar 2. Pelaksanaan edukasi peran sosial dan Tablet Fe



Gambar 3. Pelaksanaan edukasi peran sosial dan Tablet Fe

b. Pembahasan

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah nilai normal. Pada remaja, gejala anemia biasanya timbul akibat berkurangnya kemampuan darah dalam mengangkut oksigen, sehingga jaringan tubuh tidak menerima oksigen yang cukup dan tidak dapat menjalankan fungsinya secara optimal. Proses terjadinya anemia umumnya berlangsung perlahan, sehingga keluhan awal sering kali tidak disadari. Gejala baru muncul ketika penurunan hemoglobin sudah cukup signifikan dan kondisi anemia menjadi lebih berat (Kemenkes RI, 2023).

Permasalahan anemia pada remaja putri merupakan isu kesehatan yang membutuhkan perhatian serius. Upaya penanggulangannya perlu dilakukan secara komprehensif melalui kolaborasi berbagai pihak. Partisipasi berbagai pemangku kepentingan meliputi instansi pemerintah, institusi pendidikan tinggi, sektor swasta, media, serta komunitas masyarakat, termasuk peran guru di sekolah dan orang tua di rumah

menjadi sangat penting dalam mendukung program pencegahan anemia. Guru dan orang tua diharapkan mampu memberikan dorongan berkelanjutan agar remaja putri rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai langkah preventif untuk menurunkan risiko anemia secara berkesinambungan (Ike Liani Stefani Zacharias et al., 2025). Pemberian edukasi terkait peran sosial mampu memperkuat berbagai faktor interpersonal yang berkontribusi terhadap kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Tablet Fe. Teman sebaya menjadi salah satu unsur sosial terdekat yang memiliki pengaruh kuat terhadap pembentukan perilaku remaja. Dukungan yang muncul dalam bentuk ajakan, pengingat, maupun dorongan dari lingkungan pertemanan mendorong remaja untuk lebih konsisten mengikuti jadwal konsumsi TTD. Hal ini sejalan dengan literatur yang menyebutkan bahwa interaksi dan dinamika kelompok sebaya dapat meningkatkan kepatuhan konsumsi Tablet Fe melalui mekanisme kebersamaan serta kecenderungan remaja untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial dalam kelompoknya (Ulfa et al., 2025)

Dukungan keluarga berperan signifikan dalam meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Tablet Fe. Keterlibatan orang tua melalui pengawasan, pemberian motivasi, serta penyampaian informasi mengenai bahaya anemia dapat membantu membentuk dorongan internal pada remaja untuk mempertahankan perilaku konsumsi yang teratur. Berbagai kajian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan, pengetahuan orang tua, serta kondisi sosial ekonomi keluarga menjadi faktor yang menentukan sejauh mana keluarga mampu menyediakan dukungan yang efektif terhadap perilaku kesehatan remaja (Dwiyana et al., 2024). Selain itu, pola kebiasaan dan nilai budaya yang berlaku di dalam keluarga dapat membentuk preferensi makan remaja putri. Adanya pantangan atau pembatasan terhadap makanan tertentu, terutama yang merupakan sumber zat besi berpotensi menurunkan asupan nutrisi yang dibutuhkan sehingga meningkatkan kerentanan terhadap anemia. Hal ini sejalan dengan kajian yang menyoroti bahwa faktor sosial budaya memiliki pengaruh nyata terhadap kecukupan zat besi pada remaja (Hairuddin et al., 2025)

Kondisi ini sejalan dengan penelitian Dwi Susanti (2024), yang menjelaskan bahwa tingkat kepatuhan remaja terhadap konsumsi Tablet Fe sangat dipengaruhi oleh sikap dan pemahaman mereka mengenai pentingnya suplementasi zat besi. Kajian tersebut menunjukkan bahwa remaja dengan sikap kurang positif dan pengetahuan terbatas cenderung memiliki kepatuhan yang rendah. Data penelitian mencatat bahwa 65,7% responden tidak mengonsumsi Tablet Fe secara teratur, dan mayoritas hanya berada pada kategori pengetahuan cukup hingga kurang. Pola tersebut juga terlihat pada responden penelitian ini sebelum diberikan edukasi, ketika sebagian besar belum memahami manfaat suplementasi dan risiko kesehatan akibat anemia (Susanti et al., 2024). Selain itu, peran dukungan sosial yang melibatkan berbagai pihak juga terbukti menentukan tingkat kepatuhan remaja dalam mengonsumsi Tablet Fe. Menurut (Jayanti & Anggraeni, 2025), menunjukkan bahwa kontribusi keluarga, guru, dan kelompok sebaya memiliki hubungan yang kuat serta signifikan terhadap keteraturan remaja dalam menjalankan suplementasi zat besi. Temuan ini menunjukkan bahwa strategi edukasi yang mengikutsertakan seluruh elemen sosial di sekitar remaja mampu

memberikan pengaruh yang lebih besar dalam membentuk perilaku kesehatan yang konsisten.

6. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat di SMAN 1 Tambun Utara menunjukkan bahwa edukasi mengenai peran sosial dan pentingnya konsumsi Tablet Fe efektif meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan remaja putri dalam pencegahan anemia. Sebelum penyuluhan, sebagian besar siswi memiliki pemahaman yang rendah dan tidak rutin mengonsumsi Tablet Fe, namun setelah intervensi terjadi peningkatan dan didukung oleh pengaruh positif dari teman sebaya, keluarga, guru, serta lingkungan sekolah. Hal ini menegaskan bahwa pencegahan anemia pada remaja tidak hanya memerlukan suplementasi, tetapi juga keterlibatan aktif berbagai pihak di sekitar remaja untuk membentuk perilaku sehat yang berkelanjutan. Diharapkan pada pelaksanaan pengabdian berikutnya keadaan psikososial yang lebih mendalam perlu diteliti faktor seperti motivasi intrinsik, persepsi risiko anemia, self-efficacy, serta pengaruh norma sosial teman sebaya secara lebih spesifik.

7. DAFTAR PUSTAKA

- A. Fasya Tenri Awaru Ilham, Yusriani, & Nurdardiansyah Bur. (2023). *Dukungan Teman Sebaya Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri* (P. Vol. 4 No. 2).
- Aprilia, A., Septiyana, N. B., Nabilah, P. N., Ramadina, N. R., Abidin, M. A. M., Hidayanti, S., Indriani, Y., & Irawan, T. (2025). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Tablet Fe Di Kalangan Remaja Di Lihat Dari Perspektif Sosial Dan Kesehatan. *Pubhealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 185-193. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v4i2.1060>
- Bahren Nortajulu, Susianti, D. H. (2020). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333-1336.
- Chasanah, S. U., Basuki, P. P., & Dewi, I. M. (2019). *Anemia Penyebab, Strategi Pencegahan Dan Penanggulangannya Bagi Remaja*.
- Dwiyana, P., Angesti, A. N., & Prikhatina, R. A. (2024). *Analisis Dukungan Orang Tua Terhadap Program Pemberian Tablet Tambah Darah Remaja Putri*. 8, 56-65. <https://doi.org/10.20884/1.jgipas.2024.8.1.11874>
- Elizar, Sumaini, P. N., Nurmila, & Jasmiati. (2022). Hubungan Peran Petugas Kesehatan Dan Sikap Remaja Dengan Konsumsi Tablet Fe Di Dayah Terpadu. *Indonesia Trust Health Journal*, 5(2), 72-77.
- Hairuddin, K., Sudirman, J., & Suriani, B. (2025). *Dukungan Keluarga Dan Sosial Budaya Dengan Risiko Anemia Pada Ibu Hamil*. *Xix*(1), 14-20.
- Ike Liani Stefani Zacharias, Kehi, M. A. V., Wilhelmina Angellica Oka, Matje Meriaty Huru, N. B., Mariana Ngundju Awang, Agustina Abuk Seran, Melinda Rosita Wariyaka, N. L. M. D., & Anggaraeningsih, P. (2025). Edukasi Pencegahan Anemia Dan Peningkatan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Desa Pariti Kecamatan Sulamu Kabupaten Kupang. *Healthcare Informatics Research*, 3(2), 170-176.

- Iriani, O. S. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan Dan Kepatuhan Meminum Tablet Fe Dengan Efektifitas Program Pemberian Suplementasi Zat Besi Untuk Remaja Putri Di Smp Bina Harapan Kota Bandung. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 13(2), 70-77. <https://doi.org/10.36051/jiki.v13i2.90>
- Jayanti, C., & Anggraeni, O. A. (2025). *The Role Of Social Support In Iron Folic Acid Supplement Adherence Among Adolescent Girls In A Public Junior High School In Jakarta*. 7(1), 186-193.
- Kemkes RI. (2020). Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (Ttd) Bagi Remaja Putri Pada Masa Pandemi Covid-19. *Kemntrian Kesehatan Ri*, 22.
- Kemkes RI. (2023). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri. In *IEEE Sensors Journal* (Vol. 5, Issue 4).
- Mohammad, S. ., & Arda, Z. . (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Anemia Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri The Relationship Of The Level Of Anemia Knowledge On Compliance With Fe Tablet Consumption In Adolescent Women. *Jurnal Of Health Quality Decelopment*, 3(2), 74-81. <https://journal.intelekmadani.org/index.php/jhqd/article/view/490>
- Sherly Dea Amanda, & Kamidah Kamidah. (2024). Pengaruh Pemberian Telur Rebus Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Di Sma Negeri 07 Oku. *Calory Journal : Medical Laboratory Journal*, 2(3), 1-12. <https://doi.org/10.57213/caloryjournal.v2i3.346>
- Simbolon, D., Anggraini, H., & Sari, A. P. (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>
- Susanti, D., Lutfiyati, A., & Nursanti, I. (2024). Factors Associated With Adherence To The Consumption Of Blood Supplement Tablets In Female Students At Senior High School 1 Godean Sleman Yogyakarta. *Riset Informasi Kesehatan*, 13(2).
- Ulfa, M., Pratama, K., & Khair, F. (2025). Dukungan Teman Sebaya Dengan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Riset Keperawatan Dan Kesehatan*, 2(4).
- Wahyuni, S. (2021). Pengaruh Suplementasi Fe Dan Vitamin C Terhadap Hemoglobin Dan Indeks Eritrosit Remaja Putri The Effect Of Iron And Vitamin C Supplementation On Hemoglobin And Erythrocyte Index In Teenager. In *Jurnal Kesehatan*, 12(2).
- Who. (2025). *Climate Change Is An Urgent Threat To Pregnant Women And Children*.
- Wulandari Alami, Indri Sarwili, & Irma Herliana. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Penderita Anemia Remaja Putri Di Smk Bunga Persada Cianjur Tahun 2022. *Jurnal Anestesi*, 1(4), 216-228. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i4.546>