

Peningkatan Pengetahuan Bahaya Anemia pada Remaja Putri dengan Edukasi Penggunaan Tablet Tambah Darah

Della Jauharotus Sa'adah¹, Hasna Mawar Halimah², Maria Yusati Lele³, Melati Aprilliana Ramadhani⁴

^{1,2,3,4}Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran, Semarang, Indonesia
Email Korespondensi: hsnmawar284@gmail.com

ABSTRAK

Remaja putri adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa dengan rentang usia sekitar 10 hingga 19 tahun yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial dengan masalah anemia yang menjadi fokus utama pada remaja. Anemia adalah kondisi dimana hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal yang disebabkan karena kekurangan zat besi (Fe) yang berdampak negatif pada pertumbuhan, perkembangan, kemampuan kognitif dan konsentrasi belajar, serta meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi dan risiko komplikasi reproduksi di masa depan. Dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya anemia dilakukan salah satu upaya melalui penyuluhan dengan pemaparan materi, pembagian leaflet edukasi anemia, diskusi/tanya jawab dan pemberian edukasi penggunaan Tablet Tambah Darah (TTD). Tablet tambah darah adalah suplemen gizi yang mengandung zat besi dan asam folat yang dibutuhkan tubuh untuk memproduksi sel darah merah yang sehat dan mencegah anemia. Sasaran penyuluhan ini adalah para remaja putri SMK Kanisius Ungaran. Pentingnya bagi para remaja putri SMK Kanisius Ungaran untuk mendapatkan informasi yang menarik dan edukatif untuk mencegah dan mengatasi bahaya anemia pada remaja. Adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikannya penyuluhanyang dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest* setelah pemaparan materi. Hasil *pretest* diperoleh skor rata-rata 68,23. Namun, setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan dengan hasil *posttest* dengan skor rata-rata 87,86.

Kata kunci: Anemia, Edukasi Penggunaan Tablet Tambah Darah, Remaja Putri

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood, typically encompassing ages 10 to 19 years, marked by significant physical, psychological, and social changes. Anemia constitutes a major health concern among adolescents, particularly female adolescents. Anemia is defined as a condition where hemoglobin (Hb) levels in the blood are below the normal range, primarily due to iron (Fe) deficiency. This deficiency negatively affects growth, development, cognitive abilities, and learning concentration, while simultaneously increasing susceptibility to infectious diseases and the risk of future reproductive complications. To enhance adolescents' comprehension of the dangers of anemia, an intervention was implemented through health education (counseling). This activity encompassed material presentation, distribution of educational leaflets on anemia, interactive discussion/question-and-answer sessions, and instruction on the proper use of Iron Supplement Tablets (TTD - Tablet Tambah Darah). Iron Supplement Tablets are a nutritional supplement containing iron and folic acid, essential for the body to produce healthy red blood cells and prevent anemia. The target participants for this counseling session were female adolescents at SMK Kanisius Ungaran (Kanisius Ungaran Vocational High School). It is vital for these adolescents to receive engaging and educational information to prevent and manage the risks associated with anemia. A post-intervention evaluation, measured through pretest and posttest scores, demonstrated an increase in knowledge following the education session. The pretest yielded an average score of 68.23. However, following the provision of counseling, the posttest results showed a significant increase, with an average score of 87.86.

Keyword : Anemia, Education on Iron Supplement Tablet Use, Adolescent Girls

1. PENDAHULUAN

Jutaan wanita usia subur dan anak-anak di bawah usia lima tahun saat ini mungkin mengalami kelelahan, kelesuan, atau sesak napas akibat anemia. Gejala yang melemahkan tersebut merampas kesejahteraan dan produktivitas modal manusia, dan khususnya pada wanita, yang pada

akhirnya memengaruhi seluruh keluarga, masyarakat, dan negara. Anemia menyebabkan konsekuensi antargenerasi yang buruk termasuk hasil kehamilan dan kelahiran yang buruk, risiko kematian dan morbiditas yang lebih tinggi, dan perkembangan kognitif dan motorik yang buruk pada anak-anak (WHO, 2025). Menurut statistik *World Health Organization* tahun 2023, prevalensi anemia pada wanita usia 15-49 tahun berkisar sebesar 30,7%, dan prevalensi anemia pada wanita hamil berkisar sebesar 35,5%, sementara prevalensi anemia pada anak usia 6-59 bulan berkisar sebesar 39,8% (WHO, 2023). Anemia menjadi salah satu masalah yang sering terjadi dan serius dikalangan wanita khususnya remaja putri karena dampaknya begitu besar pada kesehatan wanita, seringkali remaja putri kurang menyadari gejala dari anemia dan kurangnya pengetahuan tentang bahaya dari anemia (Kemenkes RI, 2018).

Masa remaja adalah periode terjadinya perubahan perubahan psikis, fisik, ekspektasi dan persepsi sosial serta pertumbuhan dan perkembangan fisik disertai dengan pematangan seksual pada seseorang. Pertumbuhan tinggi badan dan berat badan juga terjadi sangat pesat pada masa ini, sehingga biasa disebut dengan masa pubertas. Kondisi ini mempengaruhi kebutuhan gizi yang berasal dari makanan sehari-hari yang dikonsumsi. Salah satu masalah gizi yang sering dialami oleh kalangan remaja yaitu anemia defisiensi besi. Hal yang menyebabkan remaja putri lebih berisiko mengalami anemia defisiensi besi adalah karena remaja putri mengalami menstruasi. Oleh karena itu, remaja putri cenderung kehilangan zat besi dua kali lipat dibandingkan dengan remaja putra (Putri et al., 2021).

Anemia didefinisikan sebagai berkurangnya konsentrasi hemoglobin dalam eritrosit sehingga tidak mencukupi untuk kebutuhan fisiologis dalam tubuh. Menurut WHO, kadar hemoglobin normal untuk wanita dengan usia diatas 15 tahun yakni $>12,0$ g/dl ($>7,5$ mmol). Gejala umum anemia merupakan gejala yang timbul akibat anoksia organ target dan mekanisme kompensasi tubuh terhadap penurunan hemoglobin pada semua jenis anemia. Gejala-gejala tersebut meliputi lemah, letih, lesu, sakit kepala, pusing, dan mata berkunang-kunang (Novita Sari, 2020).

Anemia diukur dengan melihat nilai hemoglobin seseorang. Nilai hemoglobin jika dibawah nilai normal, maka seseorang dapat dikatakan menderita anemia. Berikut nilai normal hemoglobin, pada laki-laki berkisar 13.5 – 18.0 g/dL, pada perempuan atau remaja berkisar 12.0 – 15.0 g/l, pada anak-anak berkisar 11.0 – 16.0 g/dL, pada ibu hamil berkisar >10.0 g/dL (WHO, 2011).

Dampak yang ditimbulkan dari anemia pada remaja putri antara lain pertumbuhan menjadi terhambat, fungsi reproduktif yang buruk, Pada anak sekolah akan mengganggu kemampuan belajar di sekolah. Bukti menunjukkan gangguan pada perkembangan psikomotor dan kemampuan intelektual, serta perubahan perilaku setelah terjadi anemia defisiensi zat besi. Selain itu juga resiko terkena infeksi karena kekurangan zat besi di dalam tubuh (Putri et al., 2024).

Terdapat juga dampak panjang yang ditimbulkan oleh anemia, karena seorang perempuan akan mengalami hamil di usia yang semestinya dan memiliki anak, apabila seorang perempuan menderita anemia sejak remaja, maka saat hamil kondisi anemia tersebut akan lebih parah, karena zat gizi yang dibutuhkan saat hamil akan lebih banyak, dan jika tidak diatas dengan baik maka akan berakibat buruk pada ibu dan bayinya seperti BBLR (Berat Badan Lahir Rendah), Stunting, resiko keguguran, terhambatnya pertumbuhan janin, persalinan premature (Lailiyana, Findy, 2024).

Dalam upaya mencegah dan mengatasi anemia pada remaja putri, Pemerintah Indonesia telah meluncurkan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) atau *iron folic acid (IFA)* sejak tahun 2014. Program ini disebut juga dengan *Weekly Iron and Folic Acid Supplementation (WIFAS/WIFS)*. TTD merupakan suplemen gizi dengan kandungan zat besi setara 60 mg besi elemental dan 400 μ g asam folat yang diberikan secara gratis melalui Puskesmas/Pustu dan sekolah serta dapat diperoleh secara mandiri dari apotek terdekat. Pemberian TTD bisa dikatakan berhasil jika dosis yang dikonsumsi adalah 1 tablet setiap minggu selama durasi 52 minggu. Berdasarkan Riskesdas 2018, penerimaan suplementasi TTD oleh remaja putri mencapai 76,2%, yang mana sebanyak 80,9% diperoleh melalui sekolah dan sebanyak 19,1% diperoleh dari sumber lainnya. Berdasarkan data Riskesdas 2018, diketahui bahwa dari 34 provinsi di Indonesia, Bali menduduki persentase suplementasi TTD tertinggi sebesar 92,6% sedangkan yang terendah adalah Kalimantan Barat dengan persentase 9,6% (Helmyati, 2023).

Selain peran dari pemerintah dalam mencegah anemia, masyarakat juga dapat turut serta dalam melakukan upaya mencegah anemia salah satunya adalah memberikan edukasi mengenai anemia pada remaja putri. Edukasi adalah hal yang perlu untuk dilakukan dalam mencegah anemia pada remaja putri, karena kurangnya pengetahuan dapat menjadi salah satu hal yang menjadi penyebab terjadinya anemia pada remaja putri. Pengetahuan yang dimiliki dapat berpengaruh

terhadap pola pikir remaja putri dalam menentukan sikap dan perilaku untuk pemilihan makanan yang dikonsumsi. Remaja putri yang memiliki kurang pengetahuan mengenai anemia seperti gejala, dampak, dan pencegahannya, maka makanan yang dikonsumsi cenderung lebih rendah kandungan zat besinya sehingga kebutuhan zat besi remaja putri tidak terpenuhi (Putri et al., 2021).

2. PERMASALAHAN

1. Bagaimana tingkat pengetahuan awal remaja putri SMK Kanisius Ungaran mengenai bahaya anemia sebelum diberikan penyuluhan?
2. Apakah penyuluhan dengan metode pemaparan materi, pembagian leaflet, diskusi, dan edukasi penggunaan Tablet Tambah Darah (TTD) efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang bahaya anemia?
3. Seberapa besar peningkatan skor pengetahuan remaja putri setelah mendapat penyuluhan tentang anemia dan penggunaan Tablet Tambah Darah?
4. Faktor-faktor apa yang mempengaruhi keberhasilan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan anemia pada remaja putri di SMK Kanisius Ungaran?

3. METODE

Metode pengabdian masyarakat ini menggunakan metode edukasi, pembagian leaflet, pretest dan posttest untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang pengetahuan bahaya anemia dan pentingnya penggunaan tablet tambah darah. Tempat pengabdian dilakukan di SMK Kanisius Ungaran, dilaksanakan pada tanggal 12 Juni 2025 dengan jumlah remaja putri sebanyak 26 siswi. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secara offline, tahap pertama yaitu pretest dimana peserta diberikan pertanyaan melalui *google form* bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal pada remaja putrid sebelum diberikan edukasi. Tahap kedua memberikan edukasi melalui presentasi dan pembagian leaflet kepada 26 siswi tentang bahaya anemia dan pentingnya penggunaan tablet tambah darah dapat dilihat pada gambar 1. Tahap ketiga posttest dimana peserta juga diberikan pertanyaan melalui *google form* setelah diberikan edukasi, yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan remaja putri setelah dilakukan edukasi ada peningkatan atau tidak.

APA PENYEBAB ANEMIA?

Makanan yang dikonsumsi sehari-hari tidak mengandung zat besi dalam jumlah yang mencukupi kebutuhan. Meningkatnya kebutuhan tubuh akan zat besi misalnya karena masa remaja ibu hamil, menderita penyakit (misalnya TBC)

Meningkatnya pengeluaran zat besi dari tubuh misalnya karena perdarahan (akibat kecelakaan, melahirkan dsb), kehilangan darah (akibat haid dan menderita penyakit Malaria, cacangan, dsb).

GEJALA ANEMIA

- SL (Lemah, Letih, Lesu, Lelah, Lulai)
- Sering pusing
- Mata berkeruh-kunang
- Pucat pada bagian tubuh (Kelopak mata, bibir, idah, kuku, telapak tangan)

BAHAYA ANEMIA PADA REMAJA

- Dapat menurunkan semangat konsentrasi dan prestasi belajar.
- Mengganggu pertumbuhan sehingga tidak bisa mencapai tinggi badan optimal
- Menurunkan fungsi dan daya tahan tubuh.
- Rentan terkena infeksi karena kekebalan tubuh yang kurang
- Menurunkan prestasi olahraga

APA ITU ANEMIA

Anemia adalah suatu penyakit dimana kadar Haemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari ukuran normal yang disebabkan karena kekurangan zat besi (Fe) atau lebih dikenal sebagai penyakit kurang darah.

KLASIFIKASI HB NORMAL

Kelompok	Umur	HB
Anak	8 bulan – 6 tahun	11
	6-14 tahun	12
Dewasa	Laki-laki	13
	Wanita	12
	Wanita hamil	11

PENINGKATAN PENGETAHUAN BAHAYA ANEMIA PADA REMAJA PUTERI DENGAN EDUKASI PENGGUNAAN TABLET TAMBAH DARAH

Disusun Oleh :

- Haena Mawar Halimah (221242021)
- Della Jauharotus Sa'adah (221242024)
- Maria Yustati Lele (221242026)

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
PENGABDIAN MASYARAKAT
SMK KANISIUS UNGARAN



Gambar 1. Leaflet

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 12 juni 2025 di SMK Kanisius Ungaran. Sebelum dilakukan pemaparan materi, tim memberikan *pretest* dalam bentuk link yang berisi soal-soal yang menjadi langkah awal untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan sasaran remaja putri SMK Kanisius tersebut terkait anemia. Kegiatan penyuluhan anemia dan edukasi penggunaan tablet tambah darah ini diikuti oleh sebanyak 27 siswa putri. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan mengalami anemia. Hal ini dikarenakan remaja putri akan memasuki masa pubertas yang mengalami pertumbuhan pesat sehingga kebutuhan zat besi juga meningkat untuk meningkatkan pertumbuhannya (Kemkes RI, 2018b). Selain itu remaja putri juga mengalami haid yang menyebabkan kehilangan darah setiap bulannya sehingga membutuhkan zat besi yang lebih banyak, serta seringkali remaja putri melakukan diet yang keliru yang bertujuan untuk menurunkan berat badan yang diantaranya mengurangi asupan protein hewani yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin (Kemkes RI, 2018b). Sehingga kegiatan yang dilakukan kali ini sudah sesuai dengan target sasaran.

Penyampaian materi edukasi anemia meliputi pengertian anemia, penyebab, gejala dan tanda anemia, dampak anemia pada remaja hingga terkait cara mencegah dan mengatasi anemia, cara menggunakan tablet tambah darah serta cara meningkatkan kepatutuhan minum obat TTD. Pemaparan materi membutuhkan waktu sekitar 20 menit, kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Beberapa pertanyaan yang disampaikan oleh peserta terkait dengan masalah anemia yang dialami yaitu cara mengatasi efek samping setelah mengonsumsi obat tablet tambah darah yaitu sering pusing, mual dan bagaimana cara menggunakan obat tablet tambah darah jika sedang mengonsumsi obat lain.

Hasil *pretest* dari 27 orang remaja putri di SMK Kanisius, hanya sekitar 2 orang yang mampu menjawab pertanyaan *pretest* dengan jawaban yang sempurna. Sementara peserta yang lain hanya mengetahui anemia sebatas kekurangan darah dan tidak mengetahui apa itu penyebab anemia, gejala dan tanda anemia, dampak anemia, hingga cara mencegah dan mengatasi anemia. Skor rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pemaparan materi yaitu 68,23 dengan skor terendah 40 dan skor tertinggi 100. Setelah dilakukan pemaparan materi atau pemberian informasi terkait anemia dan edukasi penggunaan tablet tambah darah, hasil *posttest* menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman tentang anemia dengan sasaran yang bisa menjawab pertanyaan dengan sempurna sebanyak 10 orang dan skor rata-rata setelah diberikan edukasi mengalami kenaikan menjadi 87,86 dengan skor terendah 50 dan skor tertinggi 100. Peningkatan pengetahuan juga dipengaruhi oleh factor media yang digunakan dalam melakukan edukasi dimana dalam kegiatan ini menggunakan *power point* untuk pemaparan materi dan leaflet dengan materi yang lebih mudah dipahami oleh sasaran.

Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Pengmas) ini secara meyakinkan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang signifikan pada remaja putri SMK

Kanisius, terutama terkait pencegahan anemia dan cara penggunaan tablet tambah darah (TTD). Peningkatan ini dibuktikan melalui perbedaan skor *posttest* yang jauh lebih tinggi dibandingkan *pretest*. Peningkatan pengetahuan yang terukur pada remaja putri SMK Kanisius menegaskan bahwa penyuluhan adalah strategi yang sangat efektif dalam mentransfer informasi kesehatan, khususnya mengenai isu anemia pada remaja. Temuan ini sangat konsisten dengan berbagai penelitian yang dilakukan oleh Izah et al. (2023) dan Rahmah et al. (2024) yang juga melaporkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi edukasi. Konsistensi hasil ini mengukuhkan bahwa remaja putri memiliki kapasitas untuk menyerap informasi pencegahan anemia melalui metode penyuluhan yang informatif dan interaktif. Efektivitas ini menunjukkan bahwa materi yang disajikan telah sesuai dengan tingkat pemahaman dan kebutuhan sasaran, sehingga perubahan kognitif yang menjadi target utama intervensi dapat tercapai dengan baik.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan dengan menggunakan instrument *pretest* dan *posttest* ini sejalan dengan temuan Susantini et al. (2023), yang menegaskan bahwa perbedaan skor yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* membuktikan intervensi penyuluhan secara ilmiah berhasil meningkatkan pengetahuan. Dengan adanya kenaikan rata-rata skor pada remaja putri SMK Kanisius, dapat disimpulkan bahwa intervensi edukasi yang diberikan bukan sekadar pemberian informasi, melainkan telah menghasilkan perubahan ranah kognitif yang terukur. Dengan demikian, metode evaluasi yang digunakan telah menjamin akuntabilitas keberhasilan kegiatan ini.

Materi yang disampaikan dalam penyuluhan ini tidak hanya terbatas pada definisi dan bahaya anemia, tetapi secara spesifik mencakup cara penggunaan TTD yang benar didukung oleh penelitian Kaaffah (2023), yang menemukan bahwa edukasi TTD berkontribusi besar pada peningkatan pengetahuan secara keseluruhan. Pengetahuan yang mendalam mengenai cara konsumsi TTD adalah kunci untuk mendukung kepatuhan program TTD yang diinisiasi oleh pemerintah, yang merupakan penentu utama penurunan prevalensi anemia. Selain itu, sejalan dengan penelitian Prastiwi et al. (2024), peningkatan pengetahuan remaja putri memiliki implikasi kesehatan jangka panjang, di mana mereka akan menjadi calon ibu yang sadar gizi dan bebas anemia, sehingga turut berperan aktif dalam upaya pencegahan stunting di masa depan.

Kegiatan Pengmas ini memiliki implikasi positif yang kuat, yaitu terbentuknya bekal pengetahuan yang memadai bagi remaja putri SMK Kanisius untuk menjaga kesehatan diri. Namun, kegiatan ini memiliki keterbatasan utama, yaitu hanya mengukur peningkatan ranah kognitif (pengetahuan) dan belum menjangkau pengukuran ranah afektif (sikap) maupun psikomotor (perilaku aktual konsumsi TTD). Oleh karena itu, sebagai tindak lanjut, direkomendasikan untuk:

1. Pihak sekolah dapat mengintegrasikan materi anemia dan TTD secara berkala ke dalam kurikulum atau program kesehatan sekolah
2. Perlunya monitoring dan evaluasi lanjutan untuk memastikan adanya perubahan perilaku yang konsisten dalam konsumsi TTD
3. Melakukan intervensi berikutnya dengan fokus pada pembuatan peer educator di antara remaja putri agar keberlanjutan edukasi dapat terjamin



Gambar 2 : Pengabdian Kepada Masyarakat

5. KESIMPULAN

Terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri terkait bahaya anemia dan cara penggunaan tablet tambah darah. Sebelum diberikan penyuluhan, dilakukan *pretest* untuk

mengetahui pemahaman awal remaja putri tentang anemia. Dari 27 orang remaja putri di SMK Kanisius hanya 2 orang remaja yang mampu menjawab pertanyaan *pretest* yang diberikan dengan tepat dengan skor rata-rata 68,23. Namun, setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pemahaman dilihat dari hasil *posttest* dimana banyak sasaran yang menjawab benar sebanyak 10 orang dengan rata-rata skor 87,86.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisa Yulianti, Siti Aisyah, & Sri Handayani. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10–17. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.276>
- Helmyati, S., Syarif, C. A., Rizana, N. A., Sitorus, N. L., & Pratiwi, D. (2023). Acceptance of Iron Supplementation Program among Adolescent Girls in Indonesia: A Literature Review. *Amerita Nutrition*, 7(3SP), 50–61. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.50-61>
- Ikha Prastiwi1*, Melti Suriya2, Noor Lusty Putri S3, Zuriati4, A. Baharudin Yusup5, Muhammad Furqon6, Kinanti Amelia Putri7, S. H. K. (2024). PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT EDUKASI ANEMIA PADA REMAJA DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 7(8), 3595–3606.
- Izah, N., Muliani, R. H., Rakhimah, F., Handayani, S., Desi, N. M., & Zumaro, E. M. (2023). Pengabdian Kepada Masyarakat Peningkatan Pengetahuan Gizi Remaja Dalam Upaya Cegah Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA)*, 3(1), 39–45. <https://doi.org/10.52943/ji-somba.v3i1.1527>
- Novita Sari, E. (2020). Novita Sari, Eka. 2020. “Open Acces Acces.” *Jurnal Bagus* 02(01): 402–6. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Pratiwi, A., Laili, F., & Hipni, R. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN I Kelumpang Tengah Kabupaten Kotabaru. *JURNAL PENELITIAN MULTIDISIPLIN BANGSA*, 1(8), 1144–1148.
- Putri, A. A. A., Salwa, A., & Wahyuningsih, U. (2021). Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi Bagi Remaja Putri Dengan Media Leaflet. *Prosiding SENAPENMAS*, 279. <https://doi.org/10.24912/psenapenmas.v0i0.15000>
- Putri, A. A. A., Salwa, A., & Wahyuningsih, U. (2021). Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi Bagi Remaja Putri Dengan Media Leaflet. *Prosiding SENAPENMAS*, 279. <https://doi.org/10.24912/psenapenmas.v0i0.15000>
- Putri, R. N., Emalilian, Irdan, Purwanto, M., & Asbon, N. (2024). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Tindakan Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Melalui Penyuluhan Pada Remaja Putri. *Communnity Development Journal*, 5(1), 1305–1311.
- Samodra, G., Nurrahmawati, & Kaaffah, S. (2023). Peningkatan Pengetahuan Anemia Melalui Penyuluhan dan Pemberian Tablet Tambah Darah di SMP Muhammadiyah 29 Sawangan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat - PIMAS*, 2(4), 244–252. <https://doi.org/10.35960/pimas.v2i4.1289>
- Susantini, P., Bening, S., & Ekawati, R. (2023). Evaluasi Metode Penyuluhan Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Puskesmas Bandarharjo Kota Semarang. *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(2), 136–142. <https://doi.org/10.36312/linov.v8i2.1102>
- Who, & Chan, M. (2011). Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. *Geneva, Switzerland: World Health Organization*, 1–6. <https://doi.org/2011>
- WHO. (2023). Prevalence of anaemia in women of reproductive age (aged 15-49) (%) Location type Prevalence of anaemia in women of repro ... *The Global Health Observatory*, 2023. [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-women-of-reproductive-age\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-women-of-reproductive-age(-))
- WHO. (2025). Global Anaemia Estimates 2023. *World Health Organization*. <https://www.who.int/data/gho>