

## CEGAH RISIKO ANEMIA UNTUK REMAJA PUTRI SERTA PEMBERIAN TABLET FE DI MA DARUS SHAFAA KELURAHAN BALAKIA SINJAI BARAT

Ilham Syam<sup>1</sup>, Hardianti<sup>2</sup>, Esse Puji Pawenrusi<sup>1</sup>, Ayu Fatmawati Nurjannah<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

\*Alamat Korespondensi: ayufatmawatinj30@gmail.com

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Anemia merupakan masalah gizi yang sering dialami remaja putri dan berdampak pada kesehatan, konsentrasi belajar, serta produktivitas. Salah satu langkah pencegahan yang dilakukan adalah pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) yang mengandung zat besi untuk menjaga kadar hemoglobin.

**Tujuan:** Untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri terkait anemia, gejala, penyebab, serta cara pencegahannya.

**Metode:** Kegiatan mencakup sosialisasi materi, pembagian tablet Fe, diskusi interaktif, serta evaluasi berupa post test dan lomba ranking 1. Kegiatan dilaksanakan di MA Darus Shafaa, Kelurahan Balakia, Kecamatan Sinjai Barat pada 14 Mei 2025 dengan melibatkan 14 siswi.

**Hasil:** Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman, dimana pengetahuan baik pada peserta meningkat dari 28,6% saat pre test menjadi 71,4% setelah post test. Antusiasme siswi juga terlihat dari keterlibatan aktif selama diskusi dan evaluasi.

**Kesimpulan:** Sosialisasi dan pembagian TTD terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan anemia. Kegiatan ini diharapkan mendorong terbentuknya perilaku sehat pada remaja putri sekaligus menjadi langkah preventif dalam menurunkan risiko anemia dan dampak jangka panjangnya.

**Kata kunci:** Remaja Putri, Anemia, Tablet Tambah Darah, Edukasi Kesehatan

### PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase transisi dari masa kecil menuju usia dewasa. Pada periode ini, seseorang memasuki fase pubertas yang pada perempuan ditandai dengan munculnya menstruasi pertama dikenal sebagai menarche (Danoer et al., 2022). Selama fase menarche, antara 25 sampai 50 persen anak perempuan remaja mengalami anemia. Anemia dapat menghambat pertumbuhan dan menjadikan timbulnya menarche menjadi lebih lambat, yang dapat mengarah pada disproporsi sefalopelvik. Kekurangan zat besi adalah bentuk malnutrisi yang paling sering ditemukan pada wanita dan anak-anak (Marselina et al., 2023). Remaja putri adalah salah satu kelompok yang paling berisiko mengalami anemia karena mereka kehilangan zat besi selama menstruasi. Risiko ini paling tinggi pada remaja putri berusia 5 hingga 14 tahun mencapai 57,1%, serta pada remaja putri berusia 10 hingga 18 tahun dan 19 hingga 45 tahun yang masing-masing memiliki risiko 39,5% (Husna & Saputri, 2022).

Anemia terjadi ketika jumlah sel darah merah dalam tubuh seseorang kurang dari tingkat normal. Jika jumlahnya berada di bawah 12 gram per liter, maka kondisi itu dikenal dengan istilah anemia (Nugraha & Yasa, 2022). Kekurangan hemoglobin dapat membuat pasokan oksigen ke organ

dan jaringan tubuh menjadi berkurang. Anemia tidak hanya mempengaruhi usia tertentu penyakit ini juga berdampak pada remaja, yang sedang melalui tahap perkembangan dan pertumbuhan yang krusial (Ruhayati et al., 2024). Alasan di balik ini adalah bahwa wanita muda mengalami pertumbuhan dan mengalami menstruasi setiap bulan, sehingga mereka memerlukan lebih banyak zat besi (Putri et al., 2024).

Di berbagai belahan dunia, anemia merupakan isu gizi yang penting terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Remaja perempuan memiliki risiko sepuluh kali lipat lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki (Wulandari et al., 2023). Gadis-gadis muda sering tidak memedulikan masalah kesehatan mereka, sehingga anemia bisa menjadi sulit untuk dikenali dan semakin parah setiap tahun. Selain itu, hampir tidak ada atau sangat sedikit gadis remaja yang merawat penampilan mereka secara ideal, yang membuat mereka percaya bahwa mereka perlu menjalani diet atau mengurangi jumlah makanan yang mereka konsumsi (Arifah et al., 2022). Gadis remaja, khususnya di lingkungan sekolah sering memilih jajanan yang ada di sekitar area sekolah. Akan tetapi, sejumlah jajanan tersebut memiliki kandungan zat besi yang minim. Informasi yang dimiliki seseorang sangat berpengaruh terhadap pola makan mereka sehari-hari, dan sejauh mana pengetahuan ini adalah salah satu hal yang memengaruhi pola makan di kalangan remaja (Naili Ilmiyani et al., 2024).

Berdasarkan informasi dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018, sekitar 1,2 miliar individu, atau 1 dari setiap 6 orang di seluruh dunia berada dalam rentang usia remaja antara 10 hingga 19 tahun. Pada tahun 2016, lebih dari 1,1 juta remaja dalam kelompok usia ini kehilangan nyawa mereka. Anemia akibat kekurangan zat besi menjadi salah satu penyebab utama kematian kelompok remaja tersebut di tahun 2016. Mengonsumsi suplemen zat besi serta asam folat adalah salah satu langkah untuk meningkatkan kesehatan remaja sebelum mereka beralih menjadi orang tua (WHO, 2024).

Indonesia masih menghadapi banyak tantangan terkait gizi yang belum terpecahkan. Di negara ini, terdapat banyak isu gizi mikro salah satunya adalah anemia. Anemia merupakan masalah kesehatan yang bersifat global, tidak hanya terbatas di Indonesia. Sekitar 2,3 miliar individu di seluruh dunia menderita anemia. Di Indonesia, anemia merupakan penyakit yang paling sering terjadi dengan satu dari lima orang berisiko mengidapnya dan banyak remaja juga terkena dampaknya. Angka kejadian anemia di kalangan remaja mencapai 32%, yang berarti 3-4 dari 10 remaja mengalami anemia (RISKESDAS NASIONAL, 2018).

Anemia di kalangan remaja bisa terjadi karena berbagai alasan, seperti kurangnya asupan energi, kekurangan vitamin C, dan kebiasaan mengonsumsi teh serta kopi. Di samping itu, terdapat faktor lain yang berkontribusi terhadap anemia seperti tingkat pengetahuan, pendidikan orang tua, jenis pekerjaan mereka, penghasilan keluarga, dan juga siklus menstruasi remaja. Akibat anemia, darah tidak mampu membawa cukup oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Hal ini dapat mengakibatkan kurangnya oksigen yang berdampak pada kesulitan dalam berkonsentrasi, rendahnya

kekuatan fisik, serta bisa mengurangi aktivitas tubuh secara keseluruhan (Budiarti et al., 2020). Mengembangkan pemahaman di kalangan remaja mengenai pencegahan anemia sangat penting. Ini bisa dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang kaya zat besi, asam folat, vitamin A, C, dan zinc. Mereka juga dianjurkan untuk mengonsumsi tablet darah serta menerapkan gaya hidup sehat. Apabila mereka mengalami gejala anemia, sebaiknya langsung pergi ke fasilitas kesehatan terdekat untuk mendapatkan perawatan yang cepat (Safitri & Andika, 2023).

Gadis remaja lebih mungkin mengalami anemia dibandingkan dengan laki-laki remaja karena dua alasan. Yang pertama, gadis remaja mengalami menstruasi setiap bulan, dan yang kedua, mereka sering memiliki pola makan yang tidak baik karena ingin tampil cantik (Siregar et al., 2022). Siklus menstruasi yang tidak teratur bisa menjadi salah satu faktor penyebab anemia. Saat mengalami kehilangan darah yang banyak selama menstruasi, hal ini dapat memicu terjadinya anemia (E. Rosdiana et al., 2024). Kurangnya pemahaman mengenai sumber makanan yang kaya akan zat besi serta pentingnya zat besi untuk remaja perempuan dapat mengakibatkan rendahnya konsumsi gizi zat besi. Pengetahuan ini mempengaruhi sikap dan pilihan mereka dalam memilih makanan, yang berpengaruh pada seberapa baik remaja perempuan menyadari keuntungan dari nilai gizi dalam makanan yang mereka makan (Widaningsih, 2023).

Tablet Tambah Darah (TTD) merupakan suplemen makanan yang kaya akan folat dan zat besi. Zat besi, yang merupakan mineral dapat ditemukan secara alami dalam berbagai makanan atau ditambahkan ke makanan tertentu. Mineral ini berperan penting dalam produksi sel darah merah, yang berfungsi mengedarkan oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan. Selain itu, zat besi sangat diperlukan untuk pertumbuhan, perkembangan, serta fungsi normal sel (Mayasari & Fajriani, 2022).

Tablet yang dikenal sebagai Tablet Tambah Darah (TTD) memiliki kandungan zat besi yang berfungsi untuk mencegah anemia, yang merupakan kondisi kekurangan darah (Rullyni et al., 2022). Dampak anemia pada remaja wanita dapat mengurangi perhatian saat belajar, kehadiran di sekolah, serta kemampuan untuk bekerja. Penting untuk mencegahnya, sebagai persiapan remaja putri untuk menjadi ibu, sehingga mereka bisa melahirkan anak yang sehat. Secara nasional, program tablet tambah darah untuk remaja putri dilakukan dengan mendistribusikan tablet melalui sekolah-sekolah atau puskesmas (Hastuti, 2022). Anemia dapat mempengaruhi hasil belajar remaja putri karena kondisi ini bisa mengurangi kemampuan mereka untuk berkonsentrasi. Remaja putri yang menderita anemia memiliki kemungkinan 1,875 kali lebih tinggi untuk mendapatkan nilai yang lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak mengalami anemia (R. Rosdiana et al., 2023).

Pemerintah memberikan perhatian besar terhadap masalah anemia di kalangan remaja. Banyak remaja perempuan mengalami anemia saat remaja karena kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi TTD. Kepatuhan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengetahuan remaja putri mengenai anemia dan keuntungan dari TTD. Sebagai hasilnya, banyak remaja perempuan yang tidak meneruskan konsumsi satu tablet TTD setiap minggu selama setahun (Fitria et al., 2021).

Salah satu tindakan yang bisa diambil adalah menyampaikan informasi secara menyeluruh mengenai anemia dan bagaimana cara untuk mencegahnya. Mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) merupakan salah satu metode pencegahan yang dapat dilakukan (Fathony et al., 2022). Salah satu metode untuk menambah wawasan remaja perempuan tentang konsumsi tablet tambah darah adalah dengan mengadakan penyuluhan yang menjelaskan pentingnya mengonsumsi TTD serta risiko anemia bagi mereka. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan pembagian TTD. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja putri mengenai apa itu anemia, penyebab, gejala yang harus diwaspadai serta dampak jangka panjangnya.

## **METODE**

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di MA Darus Shafaa, Kel. Balakia. Waktu pelaksanaan selama 1 hari pada tanggal 14 Mei 2025 dan yang menjadi sampel yaitu seluruh siswi MA Darus Shafaa, Kel. Balakia dengan jumlah 14 orang serta melibatkan pihak sekolah dan puskesmas dalam pembagian TTD.

Tahap pelaksanaan kegiatan yaitu:

### **1. Sosialisasi**

Sosialisasi dilaksanakan di kelas 11 dengan mengumpulkan semua siswi kelas 10 dan 11. Setelah itu laksanakan penyampaian materi terkait TTD (pengertian, manfaat, aturan minum, bahan makanan yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi dan kaya akan zat besi, dan minuman yang tidak boleh dikonsumsi bersamaan dengan TTD)

### **2. Pembagian Tablet Fe**

Pembagian tablet Fe dilakukan setelah penyampaian materi, dipimpin oleh pihak puskesmas sekaligus memberikan penyampaian terkait anjuran mengonsumsi TTD

### **3. Sesi Diskusi**

Sesi diskusi dibuka setelah pemberian TTD, sesi ini dibuka untuk memberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaan ataupun keluhannya ketika mengonsumsi ataupun alasannya mengapa tidak mengonsumsi tablet Fe.

### **4. Tahap Evaluasi**

Pada akhir kegiatan dilaksanakan lomba Ranking 1 untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta terkait sosialisasi yang diberikan, dan siswi yang mendapatkan juara 1, 2 dan 3 mendapatkan apresiasi berupa hadiah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil yang diperoleh saat pengabdian masyarakat pada remaja putri di MA Darusshafaa, kelurahan Balakia yaitu adanya peningkatan skor rata-rata remaja putri yang meningkat di nilai post test dibandingkan dengan nilai pre test.

**Tabel 1.** Distribusi Pengetahuan Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe dan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di MA Darusshafaa, Kabupaten Sinjai Barat 2025

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
<b>Kurang</b>	10	71,4 %	4	28,6 %
<b>Baik</b>	4	28,6 %	10	71,4 %
<b>Jumlah</b>	<b>14</b>	<b>100 %</b>	<b>14</b>	<b>100 %</b>

*Sumber: Data Primer*

Tabel 1 diatas menunjukkan distribusi frekuensi Tingkat pengetahuan pada remaja putri tentang Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe dan Pencegahan Anemia, menunjukkan bahwa pada saat dilakukan pembagain kuesioner pre test, hanya terdapat 4 remaja putri ( 28,6%) yang memiliki pengetahuan Baik dan terdapat 10 remaja putri (71,4%) yang memiliki pengetahuan kurang tentang Pentingnya Mengonsumsi Tablet Fe dan Pencegahan Anemia. Setelah Penyampaian materi, remaja putri diberikan kembali kuesioner post test, dan remaja putri dapat menjawab soal dengan tingkat pengetahuan Baik sebanyak 10 remaja putri (71,4%) dan dengan tingkat pengetahuan yang kurang sebanyak 4 remaja putri (28,6%). Artinya terjadi peningkatan pengetahuan pada remaja putri setelah diberikan edukasi oleh mahasiswa KKN Tematik STIK Makassar.

Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan selama 1 hari secara tertutup di dalam kelas. Pada tanggal 14 Mei 2025, pada pukul 09.00 Wita sampai dengan selesai di MA Darus Shafaa, Kel. Balakia, Kec. Sinjai Barat, Kab.Sinjai. Kegiatan ini dilaksanakan oleh 3 orang Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar. Kegiatan ini dimulai dengan pemberian materi oleh Mahasiswa dilanjutkan pembagian TTD oleh pihak puskesmas, guru dan mahasiswa, setelah itu mengevaluasi dengan cara mengadakan lomba rangking 1.

Anemia defisiensi besi adalah jenis anemia yang paling sering terjadi pada remaja karena mereka membutuhkan banyak zat besi untuk tumbuh. Gejala anemia biasanya termasuk pusing, cepat merasa lelah, tidak bertenaga, atau tidak bergairah untuk beraktivitas. Remaja perempuan memiliki siklus menstruasi. Remaja putri yang mengalami anemia juga dapat disebabkan oleh ketidakseimbangan zat gizi. Remaja perempuan biasanya sangat memperhatikan bentuk tubuh mereka, yang menyebabkan banyak pantangan makanan dan pembatasan konsumsi makanan (Husna & Saputri, 2022).

Pada saat kegiatan berlangsung siswi yang hadir di dalam kelas antusias dengan materi edukasi yang disampaikan. Hal ini dibuktikan pada saat sesi tanya jawab banyak siswi yang bertanya tentang materi yang disampaikan.



**Gambar 1.** Pemberian materi oleh Mahasiswa & Tim Puskesmas Manipi



**Gambar 2.** Pembagian Tablet Tambah Darah (Tablet Fe)

Setelah memberikan materi dilanjutkan dengan pembagian tablet Fe kepada peserta yang dilakukan oleh pihak puskesmas, pihak sekolah, dan mahasiswa. Pembagiannya merata 1 orang 1 tablet, setelah itu pihak puskesmas memberikan anjuran terkait pentingnya mengonsumsi TTD. Kegiatan evaluasi dilaksanakan setelah pembagian tablet, kegiatan ini berupa lomba ranking 1 yang diikuti oleh seluruh peserta dan akan diambil juara 1, 2 dan 3. Berdasarkan lomba yang dilaksanakan terdapat 3 orang pemenang, juara pertama dari kelas 11, juara kedua dari kelas 10, dan juara ketiga dari kelas 10. Kegiatan ini dilaksanakan guna untuk menambah pemahaman remaja putri terkait pengertian, penyebab, dan cara mengatasi anemia serta bagaimana cara mengonsumsi tablet tambah darah yang baik dan benar.

## **KESIMPULAN**

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa sosialisasi dan pembagian tablet tambah darah pada remaja putri di MA Darus Shafaa, Kel. Balakia telah berhasil dilaksanakan, peserta sangat antusias menyimak materi yang diberikan, dan juga sangat merespon baik pembagian tablet tambah darah yang diberikan. Tingkat pengetahuan remaja putri meningkat setelah diberikan edukasi. Hal tersebut diketahui nilai pre dan post tes, terdapat peningkatan dari 28,6% meningkat menjadi 71,4%.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim pengabdian masyarakat program studi kesehatan masyarakat STIK Makassar mengucapkan terima kasih kepada Mitra, Puskesmas Manipi, Pihak Sekolah MA Darus Shafaa, Kel. Balakia, Pemerintahan Kelurahan Balakia, Siswi MA Darus Shafaa, Kel. Balakia. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja putri dalam upaya mencegah terjadinya stunting di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifah, N., Anjalina, I., Febriana, A. I., Khairunnisa, E., Amir, N. P., Aprilisa, W., Muzhaffar, Z., & Manyullei, S. (2022). Penyuluhan Kesehatan tentang Anemia Pada Siswa di SMPN2 Galesong Selatan Kabupaten Takalar. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 176–182.
- Budiarti, A., Anik, S., Putu, N., Wirani, G., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Surabaya, H. T. (2020). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia Pada Remaja Di Surabaya 1.
- Danoer, I. M. S., Arpen, R. S., Tyas, D. A., & Silvia, D. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Remaja Kelas VI Di SD Negeri 004/XI Pelayang Raya Kota Sungai Penuh. *Nan Tongga Health And Nursing*, 17(2), 55–68.
- Fathony, Z., Amalia, R., & Lestari, P. P. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Disertai Cara Benar Konsumsi Tablet Tambah Darah (Ttd). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 4(2), 49–53.
- Fitria, A., Aisyah, S., Sari, J., & Sibero, T. (2021). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Melalui Konsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2).
- Hastuti, D. (2022). Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Dusun Wonorejo 01 Gadingsari Sanden Bantul. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6 (3), 1515.
- Husna, H., & Saputri, N. (2022). Penyuluhan Mengenai Tentang Tanda Bahaya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 7–12.
- Marselina, M., Rau, M. J., Buchair, H., Rahmania, R., Umar, M., Simbaju, D., & Hartini, D. A. (2023). Penyuluhan Anemia dan Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri: Anemia Education and Provision of Iron Supplement Tablets for Adolescent Girls. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 897–903.
- Mayasari, I., & Fajriani, A. T. (2022). Penyuluhan Pemanfaatan Tablet Tambah Darah Sebagai Deteksi Dini Pencegahan Stunting Pada Remaja Putri Di Smpn 17 Bulukumba. *Jurnal ABDIMAS Panrita*, 3(2), 33–38.
- Naili Ilmiyani, S., Fitria Aprianti, N., endang, R. S., Bidan, P., & Hamzar Lombok Timur, Stik. (2024). Penyuluhan Edukasi Remaja Tentang Anemia Dan Pentingnya Tablet Tambah Darah Melalui Video Animasi Dan Cek Hb Gratis Youth Education Counseling About Anemia And The Importance Of Blood Added Tablets Through Animated Videos And Free Hb Checks. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 6(1), 64–68.
- Nugraha, P. A., & Yasa, A. A. G. W. P. (2022). Anemia Defisiensi Besi: Diagnosis Dan Tatalaksana. *Ganesha Medicina*, 2(1), 49–56.
- Putri, R. N., Emalilian, E., Irdan, I., Purwanto, M., & Asbon, N. (2024). Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Tindakan terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah Melalui Penyuluhan pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Atas Kota Kayuagung Tahun 2023. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 1305–1311.
- RISKESDAS NASIONAL. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.
- Rosdiana, E., Dhirah, U. H., Ismail, I., & Asyura, F. (2024). Promosi kesehatan tentang anemia pada remaja di sman 1 baitussalam. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat bidang kesehatan*, 6(1), 26–30.
- Rosdiana, R., Setiawati, S., Miskiyah, M., Anggraeni, S., & Wahyuni, S. (2023). Penyuluhan Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Kabupaten Muara Enim Tahun 2019. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(2), 1017–1021.
- Ruhayati, R., Insani, W. N., Liska, C., Rahayu, I., Handriana, I., & Rais, Y. (2024). Pemeriksaan Hemoglobin Dan Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia Pada Remaja Putri, Sebagai Upaya Deteksi Dini Anemia Dan Peningkatan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia, Di Desa Dukuh Kabupaten Bandung. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 1801–1805.

- Rullyni, N. T., Jayanti, V., & San Agustina, N. (2022). Sosialisasi Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri di SMP 19 Bintan. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 1345–1351.
- Safitri, F., & Andika, F. (2023). Cegah anemia pada remaja putri sebagai dasar penurunan stunting di sma negeri 1 baitussalam aceh besar. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat bidang kesehatan*, 5(1), 60–63.
- Siregar, N., Rambe, N. Y., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Padangsidempuan, D. (2022). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Kota Padangsidempuan Tahun 2022 (Vol. 1, Issue Desember). <http://labdata.litbang.kemkes.go.id/i>
- WHO. (2024). Anaemia. [https://www.who.int/health-topics/anaemia#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/anaemia#tab=tab_1)
- Widaningsih, I. (2023). Peningkatan kemampuan remaja dalam pencegahan anemia pada remaja putri di kabupaten bekasi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 723–726.
- Wulandari, W., Linar, C., Rahmadhani, N., Silvany, W., Bara, R. A. B., Jannah, M., Asyura, S., & Zati, R. (2023). Penyuluhan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Smks Kesehatan Darussalam Lhokseumawe. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 13220–13224.