

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KONSUMSI TABLET FE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS XII DI SMK NEGERI 23 JAKARTA

Ayu Kurnia Anggraeni^{1*}, Antika Maulida Rahayu²
^{1, 2} Universitas Faletehan

*Email Korespondensi: anggraeniayu1112@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan masalah kesehatan utama remaja putri dan wanita yang sedang menstruasi. Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32%. Pemerintah Indonesia melakukan program pemberian *TTD* pada Remaja Putri dan *WUS* untuk mengatasi anemia. Cakupan pemberian *TTD* pada remaja putri di Indonesia (2021) adalah 31,3%. **Tujuan:** Mengetahui Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta. **Metode:** Desain penelitian berbentuk survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian adalah semua remaja putri kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta dengan teknik *cluster sampling* sebanyak 73 orang. Variabel penelitian yaitu pengetahuan dan konsumsi tablet Fe saat menstruasi dengan teknik pengisian kuesioner. Analisa data Uji *Chi Square* dengan nilai *p-value* < 0,05. **Hasil Penelitian :** Dari hasil penelitian 73 responden terdapat sebagian besar responden siswi kelas XII memiliki pengetahuan cukup dan tidak konsumsi tablet Fe saat menstruasi yaitu 35 responden (47,9%). Didapat nilai uji statistik = 0.000. **Kesimpulan :** Ada Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi

Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23. Diharapkan sekolah dan puskesmas setempat dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri agar menjadi baik tentang pentingnya konsumsi tablet Fe pada remaja putri.

Kata Kunci: Pengetahuan, Konsumsi, Tablet Fe, Menstruasi

ABSTRACT

Background: Anemia is problem health main teenager moderate princesses and women menstruation. Riskesdas 2018, prevalence anemia in adolescents by 32%. The Indonesian government carries out a giving program TTD for Young Women and WUS for overcome anemia. Scope giving TTD in adolescents women in Indonesia (2021) is 31.3%. **Objective:** Know Connection Knowledge with Consumption of Fe Tablets During Menstruation in Class XII Adolescent Girls at SMK Negeri 23 Jakarta. **Methods:** Design study shaped survey analytic with approach cross-sectional study. Population in study is all teenager daughter class XII at SMK Negeri 23 Jakarta with technique cluster sampling of 73 people. Variable study that is knowledge and current consumption of Fe tablets menstruation with technique charging questionnaire. Chi Square Test data analysis with mark $p\text{-value} < 0.05$. **Results:** From the results research of 73 respondents there is part big respondents schoolgirl class XII has knowledge enough or not consume Fe tablets when menstruation namely 35 respondents (47.9%). Got it statistical test value = 0.000. **Conclusion:** There is a Relationship Knowledge with Consumption of Fe Tablets During Menstruation in Class XII Adolescent Girls at SMK Negeri 23. Expected schools and health centers local can increase knowledge teenager princess to be Good about importance consumption of Fe tablets in adolescents daughter.

Keywords : Knowledge, Consumption, Fe Tablets, Menstruation

PENDAHULUAN

WHO (2022) menyatakan bahwa remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Sedangkan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (*BKKBN*) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah. *UNICEF* (2021) menyatakan Data penduduk Indonesia pada tahun 2021 ada sejumlah 270.203.917 jiwa, dimana 2/3 diantaranya merupakan usia produktif. Remaja termasuk dalam kategori usia produktif, 48% dari 46 juta remaja di Indonesia berjenis kelamin perempuan. DKI Jakarta merupakan provinsi dengan jumlah remaja tertinggi ke-enam di Indonesia (4,1%). Angka kematian remaja sejatinya mengalami penurunan, dari 94,5% di tahun 2006 menjadi 74,1% di tahun 2016. Kematian remaja yang dipicu oleh penyakit tidak menular masih lumayan tinggi. Salah satu penyakit tidak menular yang angkanya masih tinggi pada remaja ialah anemia (Badan Pusat Statistik, 2023).

Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin di bawah dua standar deviasi rata-rata untuk usia dan jenis kelamin pasien. Lebih jauh, anemia berisiko meningkatkan kerentanan penyakit pada saat dewasa serta melahirkan generasi yang bermasalah gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Menurut *World Health Organization* (2023), Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama, terutama menyerang anak-anak, wanita hamil dan nifas, serta remaja putri dan wanita yang sedang menstruasi. Secara global, diperkirakan 40% dari seluruh anak usia 6–59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% wanita usia 15–49 tahun terkena anemia. Prevalensi anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data *Riskesdas* (2018) prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi anemia pada remaja di DKI Jakarta sebanyak 23% (Romandani, Q. F., & Rahmawati, T, 2020).

Hasil pemeriksaan Hb di Puskesmas Kecamatan Pademangan Jakarta Utara dari pada 245 remaja terdapat 97 remaja yang mengalami anemia. Prevalensi anemia yang masih tinggi ini tentu berdampak buruk pada kesehatan remaja putri, dimana remaja mayoritas mengalami anemia karena kekurangan zat besi. Faktor yang mempengaruhi masalah gizi pada remaja diantaranya pengetahuan dan kesadaran dalam mencukupi kebutuhan zat gizi individu (Nuryusri'a, 2020). Pemerintah di Indonesia pun melakukan Upaya penanggulangan masalah anemia dengan melakukan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD)/Tablet Fe pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. Cakupan pemberian TTD pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2021 adalah 31,3%. Provinsi dengan persentase tertinggi cakupan pemberian TTD pada remaja putri adalah Bali (85,9%), sedangkan persentase terendah adalah Maluku Utara (2,1%) dan presentasi cakupan pemberian TTD/tablet Fe pada remaja putri di Provinsi DKI Jakarta adalah 7,6% (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan cakupan remaja putri yang mendapatkan Tablet Tambah Darah (TTD) pada Capaian Triwulan II pada Kelurahan Pademangan Timur didapatkan 88,86% dan masih banyaknya remaja putri yang mempunyai tingkat pengetahuan cukup dan tidak mengonsumsi tablet Fe saat menstruasi, padahal mengonsumsi tablet Fe saat menstruasi pada remaja putri sangat penting untuk kesehatan. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan konsumsi Tablet Fe saat menstruasi pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 23 Jakarta pada tanggal 09 Juni – 04 Juli 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta sebanyak 182 siswi. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 73 responden dengan teknik sampling yaitu *Cluster Sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data skunder dan primer. Untuk mengetahui hubungan antara variabel dilakukan uji *Chi-square*. Untuk mengetahui keeratan hubungannya digunakan uji *Contingency (C)*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Analisa ini untuk menjelaskan distribusi frekuensi Pengetahuan dan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII dalam bentuk presentase. Berikut ini gambaran responden yang di sebar mengenai distribusi frekuensi :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Umur Pada Remaja Kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta

No	Pengetahuan	F	Jumlah %
1	16 Tahun	14	19,2
2	17 Tahun	47	64,4
3	18 Tahun	12	16,4
Total		73	100

Berdasarkan Tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki umur 17 tahun sebanyak 47 responden (64.4%), yang memiliki umur 16 tahun sebanyak 14

responden (19,2%) dan sebagian kecil memiliki umur 18 tahun sebanyak 12 responden (16,4%) pada remaja putri kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang Tablet Fe Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta

No	Pengetahuan	Jumlah	
		F	%
1	Baik	23	31,5
2	Cukup	38	52,1
3	Kurang	12	15,4
Total		73	100

Berdasarkan Tabel 4.2 diatas, dari 73 responden siswi kelas XII menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki Pengetahuan Cukup, yaitu sebanyak 38 responden (52,1%), siswi kelas XII yang memiliki Pengetahuan Baik yaitu 23 responden (31,5%) dan sebagian kecil siswi kelas XII yang memiliki Pengetahuan Kurang sebanyak 12 responden (15,4%) di SMK Negeri 23 Jakarta.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Fe Saat Mestruasi Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta

No	Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi	Jumlah	
		F	%
1	Ya	17	23,3
2	Tidak	56	76,7
Total		73	100

Berdasarkan Tabel 4.3 diatas, dari 73 responden siswi kelas XII menunjukkan bahwa sebagian besar siswi tidak mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi, yaitu sebanyak 56 responden (76,7%), dan sebagian kecil siswi kelas XII yang mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi sebanyak 17 responden (23,3%), di SMK Negeri 23 Jakarta.

Analisis Bivariat

Analisa bivariat yang dilakukan untuk menjelaskan hipotesis Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta :

Tabel 4.4 Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23 Jakarta

No	Pengetahuan	Konsumsi Tablet Fe saat Menstruasi				Jumlah		<i>P-value</i>
		Ya		Tidak				
		F	%	F	%	F	%	
1	Baik	13	17,8	10	13,7	23	31,5	0,000
2	Cukup	3	4,1	35	47,9	38	52,1	
3	Kurang	1	1,4	11	15,1	12	16,4	
Total		17	23,3	56	76,7	73	100	

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 73 responden sebagian besar responden siswi kelas XII memiliki pengetahuan cukup dan tidak mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi yaitu 35 responden (47,9%), sedangkan 10 responden lainnya memiliki pengetahuan baik dan tidak mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi (13,7%) dan sebagian kecil siswi kelas XII yang memiliki pengetahuan kurang dan mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi sebanyak 1 responden (1,4%) di SMK Negeri 23 Jakarta.

Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0.000$ yang artinya $p\text{-value} < 0.05$, Sehingga keputusan yang diambil adalah H_a diterima dan H_o ditolak yang berarti ada Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 4.1, dari 73 responden siswi kelas XII menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki pengetahuan cukup, yaitu sebanyak 38 responden (52,1%), yang memiliki pengetahuan baik yaitu 23 responden (31,5%) dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 12 responden (15,4%) di SMK Negeri 23 Jakarta. Hal ini dipengaruhi oleh faktor internal atau dari dalam diri responden yaitu sebagian besar responden tidak menyukai rasa tablet Fe saat dikonsumsi, hanya mengkonsumsi saat menstruasi saja, dan merasakan mual jika mengkonsumsi tablet Fe. Untuk mengatasinya, mulailah dengan setengah dosis, kemudian tingkatkan secara perlahan-lahan sampai mencapai dosis yang dianjurkan. Sebaiknya suplemen zat besi dikonsumsi saat setelah makan. Tidak disarankan meminum antasida untuk mengurangi keluhan mual dan nyeri lambung yang timbul, karena antasida akan menghambat penyerapan zat besi.

Hal ini juga sesuai dengan penelitian Yuke, dkk (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap konsumsi Tablet Tambah Darah (*TTD*) di SMP Negeri 1 Kepahiang tahun 2020. Dimana menurut Notoatmodjo (2014) faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu: pendidikan, pekerjaan, umur, lingkungan, dan budaya. Sedangkan faktor yang mempengaruhi hubungan antara sikap terhadap konsumsi *TTD* di SMP Negeri 1 Kepahiang tahun 2020 dan sikap adalah pengetahuan, pengalaman pribadi, pengaruh orang lain, budaya, media massa, dan lembaga pendidikan (Azwar dalam Hafizah, 2014). Remaja yang kurang pengetahuannya tentang *TTD* akan memiliki IQ yang rendah, ketepatan dan konsentrasi yang buruk, atau cenderung bersikap negatif (Nevins dalam Noviazahra, 2017).

Dari uraian diatas terdapat keselarasan antara teori dan penelitian. Masih banyak remaja putri yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang pengetahuan konsumsi tablet Fe pada remaja putri. Hal ini dipengaruhi oleh pengetahuan remaja putri yang berada pada tingkat pengetahuan yang dasar yaitu tahu (*know*) diartikan mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya sehingga dalam melakukan aplikasi (*aplication*) pengetahuanyapun kurang yang diartikan kemampuan remaja putri dalam menggunakan pengetahuannya untuk konsumsi tablet Fe pun tidak dilakukan dengan baik. Hal yang paling penting pada masa remaja yaitu pengetahuan dan sumber informasi yang baik, sehingga hasil yang di harapkan remaja putri mengetahui pentingnya mengkonsumsi tablet Fe untuk kesehatan karena pengetahuan yang baik dapat menimbulkan sikap yang baik pula dalam konsumsi tablet Fe.

Berdasarkan Tabel 4.2, dari 73 responden siswi kelas XII menunjukkan bahwa sebagian besar siswi tidak mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi, yaitu sebanyak 56 responden (76,7%), dan sebagian kecil siswi kelas XII yang mengkonsumsi tablet Fe saat menstruasi sebanyak 17 responden (23,3%) di SMK Negeri 23 Jakarta.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Astri dan Anna (2018) didapatkan sebagian besar responden pada penelitian ini tidak patuh mengkonsumsi tablet tambah darah yaitu sebanyak 27 orang (65,9%) dan didapatkan hasil ada hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet tambah darah remaja putri di SMA Negeri 1 Karanganom ($0,000 < 0,05$). Hal ini disebabkan oleh faktor ketidak patuhan yaitu ketidak pahaman intruksi siswi terhadap informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan tentang aturan minum tablet tambah darah. Faktor lainnya yang mempengaruhi adalah kualitas interaksi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di SMA Negeri 1 Karanganom tidak terfokus pada sasaran sehingga kurang adanya interaksi yang baik antara tenaga kesehatan dengan siswi di sekolah tersebut. Isolasi sosial dan keluarga adalah faktor yang sangat berpengaruh karena dukungan dari lingkungan sekitar dan keluarga dapat mempengaruhi keyakinan mereka untuk mengkonsumsi *TTD* secara teratur. Keyakinan sikap kepribadian juga berpengaruh karena jika dia yakin *TTD* berguna untuk kesehatannya maka dia akan patuh dalam mengkonsumsinya.

Hasil uji dengan Kendall Tau ditemukan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan minum tablet tambah darah ($0.03 < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan responden dalam minum tablet tambah darah masih rendah. Kepatuhan (*adherence*) merupakan suatu bentuk perilaku yang timbul akibat adanya interaksi antara petugas kesehatan dan pasien sehingga pasien mengerti rencana dengan segala konsekwensinya dan menyetujui rencana tersebut serta melaksanakannya.

Dari uraian diatas terdapat keselarasan antara teori dan penelitian. Masih banyak remaja putri yang tidak mengkonsumsi tablet Fe secara teratur khususnya saat menstruasi. Hal ini dipengaruhi oleh pengetahuan remaja putri yang kurang terhadap ketepatan cara konsumsi tablet Fe, dosis pemberian tablet Fe dan efek samping tablet Fe, sehingga saat ini masih banyak remaja putri yang memiliki sikap tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe yang dapat menimbulkan masalah kesehatan pada remaja salah satunya tidak tercukupinya kadar zat besi dalam tubuh pada saat menstruasi. Hal ini dapat diubah dengan adanya dukungan dari petugas kesehatan, guru dan orangtua dengan memanfaatkan program Kemenkes di Aplikasi *CERIA* (Cegah Anemia Remaja Putri Indonesia) dimana dalam Aplikasi *CERIA* Kemenkes terdapat informasi tentang *TTD*, anemia, dan pengingat minum *TTD* untuk remaja putri sehingga hasil yang diharapkan remaja putri dapat patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe terutama pada saat menstruasi dan dapat meningkatkan status kesehatan remaja putri terutama dalam meningkatkan status gizi remaja putri.

Hasil uji *statistik* dengan menggunakan *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0.000$ yang artinya $p\text{-value} < 0.05$, Sehingga keputusan yang diambil adalah H_a diterima dan H_o ditolak yang berarti ada Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XII di SMK Negeri 23.

Hasil penelitian ini didukung penelitian Sab'ngatun, dkk (2021) didapatkan hasil ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet tambah darah ($0,01 < 0.05$). Menurut Budiman (2013) Pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan, informasi, sosial budaya ekonomi dan pengalaman. Remaja dikatakan patuh apabila dapat mengkonsumsi *TTD* satu tablet setiap minggu, dan satu tablet setiap hari pada saat menstruasi (Kemenkes, 2016). Dalam penelitian ini responden berada di pondok hanya beberapa bulan karena dengan adanya pandemi responden dipulangkan, pengetahuan yang baik dari responden dapat dipengaruhi oleh informasi yang pernah didapatkan baik melalui sekolah, maupun media masa, akan tetapi pengetahuan yang baik tidak selalu memiliki perilaku konsumsi tablet tambah darah dengan baik / teratur disebabkan karena lingkungan, selama di pondok responden tidak menerima tablet tambah darah dari sekolah sehingga responden tidak konsumsi *TTD*, selain itu konsumsi tablet tambah darah yang kurang juga disebabkan karena kurangnya kesadaran individu akan pentingnya tablet tambah darah untuk perempuan dan juga kurangnya kontrol dari sekolah dikarenakan

masih pandemi covid-1.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada keselarasan antara teori dan hasil penelitian, karena pengetahuan pada remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe pada dasarnya dapat menimbulkan kesadaran pada remaja putri untuk berperilaku dalam konsumsi tablet Fe saat menstruasi. Masih banyak remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup, maka dari itu pengetahuan pada remaja putri harus di tingkatkan dengan melakukan pemberian informasi lewat sosia media/grup *WhatsApp* kelas dan media lainnya serta memberikan dukungan pada remaja putri agar lebih patuh mengkonsumsi tablet Fe. Dukungan dari tenaga kesehatan yang memberikan edukasi tentang pentingnya konsumsi tablet Fe pada remaja putri, dan dampak yang terjadi apabila tidak mengonsumsi secara teratur serta mensosialisasikan Aplikasi *CERIA* (Cegah Anemia Remaja Putri Indonesia) Kemenkes dan dukungan guru serta orangtua juga yang berperan sebagai pengawas yang *memonitoring* proses pemberian sampai dengan *TTD* tersebut dikonsumsi oleh remaja putri, terutama untuk tenaga Kesehatan dan pihak sekolah dapat *memonitoring* melalui Aplikasi *CERIA* Kemenkes karena data yang terdapat di aplikasi *Ceria* Kemenkes dapat di rekap oleh sekolah dan puskesmas yang berada di wilayah sekolah sehingga hasil yang diharapkan remaja putri mempunyai tingkat pengetahuan yang baik dan dapat patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe terutama pada saat menstruasi serta dapat meningkatkan status gizi dan kesehatan remaja putri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 23 Jakarta, maka kesimpulan yang didapat pada penelitian ini adalah sebagian besar remaja putri kelas XII memiliki umur 17 tahun sebanyak 47 responden (64,4%), sebagian besar remaja putri kelas XII tidak konsumsi tablet Fe saat menstruasi sebanyak 56 responden (76,7%), sebagian besar remaja putri kelas XII memiliki pengetahuan cukup tentang tablet Fe sebanyak 38 responden (52,1%) di SMK Negeri 23 Jakarta dan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi tablet Fe saat Menstruasi pada remaja putri Kelas XII di SMK Negeri 23 dengan nilai $p\text{-value} = 0.000$ ($p\text{-value} < 0.05$). Saran berdasarkan penelitian ini adalah remaja putri dapat secara rutin untuk mengkonsumsi *TTD* dan penerapan pengetahuan tentang konsumsi tablet Fe dapat diterapkan sehingga dapat menurunkan angka prevalensi anemia pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyanti, M. G., & Sofia, A. 2013. *Hubungan Pola Asuh Otoritatif Orang Tua Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecerdasan Moral*.
- Adi, Kristiyan putra, dkk. 2019. *Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia (Hb) pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. Jurnal Keperawatan Profesional (JKP) Vol.8, Nomor 1 Februari 2020 p-ISSN: 2355-679X; e-ISSN: 2685-1830. Jawa Timur*.
- Almatsier, dkk. 2014. *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Amira, Dzatini. 2019. *Apresiasi Prosa Fiksi: Teori, Metode, dan Penerapannya*. Sleman : CV Budi Utama.
- Andani, Yuke dkk. 2020. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD)di SMP Negeri I Kepahiang. Vol. 5, No. 2, Desember 2020: 55 – 62. Bengkulu*.
- Ani, S.L. 2013. *Anemia Defisiensi Besi Masa Prahamil dan Hamil*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Aris, Tiara. 2016. *Hubungan Lingkar Leher Dan Tebal Lemak Bawah Kulit (Skinf Old) Terhadap Profil Lipid Pada Remaja*. Diponegoro.
- Astika, Freshty dkk. 2020. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Di SMP 18 Surakarta. PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Vol.8(1) 2020. Surakarta*.
- Badan Pusat Statistik. 2023. *Jumlah Penduduk Indonesia 2022*.
- Cahyaning, F. 2018. *Gambaran Lama Haid. Jurnal Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Tersedia dalam <http://Eprints.Ums.Ac.Id/59731/17/Naskah%20publikasi%20ii.Pdf>. Diakses 05 Agustus 2023.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat FKMUI. 2011. *Gizi dan kesehatan masyarakat*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Endra, dr. Febri. 2017. *Pedoman Metodologi Penelitian (Statistika Praktis)*. Sidoarjo : Zifatama Jawa.
- Ramlah, dkk. 2020. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri di Wilayah Kerja Puskesmas Minasa UPA Makassar Tahun 2020 Vol.3 No.7 Desember 2022*. Makassar.
- Rizka, dkk. 2019. *Hubungan Antara Pengetahuan Remaja putri tentang konsumsi tablet Fe Pada Saat Menstruasi dengan Anemia di SMP Negeri 20 Pekanbaru*. Pekanbaru.

- Romandani, Q. F., & Rahmawati, T. 2020. *Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMPN 237 Jakarta*. Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI), Vol. 4(3), 193. <https://doi.org/10.32419/jppni.v4i3.192>, Diakses 30 Juli 2023, 01:30:20.
- Runiari, Nengah dan Nyoman. 2020. *Pengetahuan Dan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA 6 Denpasar*. Vol.13 (2). 103-110. Denpasar
- Sab'ngatun, dkk. 2021. *Hubungan Pengetahuan dengan Konsumsi Tablet Fe Pada Remaja Putri Siswi Kelas X IPS 2 di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ibnu Abbas*. Klaten.
- Suryani, lili, dkk. 2020. *Hubungan Pengetahuan Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMK Negeri 6 Palu*. Jurnal Media Analis Kesehatan. Vol. 11 No. 1, Juni 2020. Sulawesi Tengah.
- UNICEF. 2021. *Profil Remaja 2021*.
- Utomo, dkk. 2020. *Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri*. Ilmu Gizi Indonesia, Vol. 04, No. 01, Agustus 2020 : 1-10.
- Wahyuningsih, Astri dan Anna Uswatun. 2018. *Hubungan Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Karanganyar*. Klaten.
- WHO. 2022. *Adolescent Health*_World Health Organization. WHO. 2023. *Anaemia*_World Health Organization