



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 14578-14588

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Pemberian Tablet Fe dan Jus Jambu Biji Merah terhadap Kadar HB pada Remaja Putri yang Sedang Menstruasi di PMB S Tahun 2024

Siti Sopiah^{1✉}, Madinah Munawaroh², Gaidha Khusnul Pangestu³

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: siti1981.ss@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Anemia adalah keadaan dimana terjadi penurunan jumlah masa eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin. Anemia pada remaja di Indonesia masih tergolong tinggi 2019 berkisar sebanyak 29.9 % remaja. salah satu faktor penyebab terjadinya anemia pada remaja yaitu pada saat menstruasi. Dan anemia pada saat menstruasi dapat dicegah dengan mengkonsumsi jus jambu biji merah mengandung kalium dan flavonoid yang tinggi Vitamin C yang dapat membantu penyerapan kadar zat besi dalam darah dan mengkonsumsi TTD sehari sekali. Tujuan penelitian ini untuk memberikan asuhan kebidanan dan untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Jus Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri Yang Sedang Menstruasi Di Pmb S Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian ini Ada peningkatan kadar Hb pada remaja sebelum dan sesudah pemberian jus jambu biji merah dan tablet Fe dengan peningkatan dari 10,6 gr%, 12,7 gr% dan 14,7 gr% jadi ada peningkatan sebanyak 4,1 gr%. Ada peningkatan kadar Hb pada remaja tablet Fe dengan peningkatan dari 10,9, 11,8 gr%, gr% ke 12,1 gr% jadi ada peningkatan sebanyak 1,2 gr%. Kesimpulannya bahwa ada pengaruh pemberian Pemberian Tablet Fe Dan Jus Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri Yang Sedang Menstruasi Di Pmb S Tahun 2024. Saran untuk remaja putri yang sedang masa menstruasi sebaiknya mengkonsumsi tablet tambah darah sehari sekali selama 7 hari untuk mencegah terjadinya komplikasi anemia.

Kata Kunci: *Jambu Biji Merah, Tablet Fe*

Abstract

Anemia is a condition where there is a decrease in the number of erythrocytes as indicated by a decrease in hemoglobin levels. Anemia in teenagers in Indonesia is still relatively high in 2019, around 29.9% of teenagers. One of the factors causing anemia in teenagers is during menstruation. And anemia during menstruation can be prevented by consuming red guava juice which contains high levels of potassium and flavonoids, Vitamin C which can help absorb iron levels in the blood and consuming TTD once a day. The aim of this research is to provide midwifery care and to find out the effect of giving it. Fe Tablets and Red Guava Juice on Hb Levels in Adolescent Girls Who Are Menstruating in PMB S in 2024. This research uses qualitative methods with a case study approach. The results of this research are an increase in Hb levels in teenagers before and after giving red guava juice and Fe tablets with an increase of 10.6 gr%, 12.7 gr% and 14.7 gr% so there is an increase of 4.1 gr%. There was an increase in Hb levels in Fe tablet teenagers with an increase from 10.9, 11.8 gr%, gr% to 12.1 gr% so there was an increase of 1.2 gr%. The conclusion was that there was an effect of giving Fe tablets and guava juice. Red Seeds on Hb Levels in Adolescent Girls Who Are Menstruation in Pmb S in 2024. Suggestions for adolescent girls who are menstruating, mothers should consume blood supplement tablets once a day for 7 days to prevent anemia complications.

Keywords: *Red Guava, Fe Tablets*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang rentan terhadap masalah gizi. Kebutuhan zat besi pada remaja meningkat sejalan dengan cepatnya pertumbuhan dan bertambahnya massa otot dan volume darah. Pada remaja perempuan kebutuhan lebih banyak dengan adanya menstruasi. Anemia adalah keadaan dimana terjadi penurunan jumlah masa eritrosit yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan hitung eritrosit. Sintesis hemoglobin memerlukan ketersediaan besi dan protein yang cukup dalam tubuh. Protein berperan dalam pengangkutan besi ke sumsum tulang untuk membentuk molekul hemoglobin yang baru.(Adilla 2021)

World Health Organization (WHO) 2021 dalam world health statistic menunjukan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 % dan prevalensi anemia pada Wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 29.6% yang mana kategori usia remaja termasuk didalamnya.(Aulya, Siauta, and Nizmadilla 2022)

Hasil Survei Kesehatan Nasional Indonesia menunjukkan prevalensi anemia pada anak usia 1-4 tahun, 5-14 tahun, dan 15-24 tahun masing-masing adalah 28,1%, 26,4%, dan 18,4%. Terjadi peningkatan prevalensi dibandingkan dengan survei sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2007, yaitu masing-masing 27,7%, 9,4% dan 6,9% pada anak usia 1- 4 tahun, 5-

14 tahun dan 15-24 tahun. Secara khusus, prevalensi anemia pada anak usia sekolah dan remaja hampir tiga kali lipat. Menurut data hasil Riskedas tahun 2013 remaja putri mengalami anemia yaitu 37,1%, mengalami peningkatan menjadi 48,9% pada Riskedas 2018, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15- 24 tahun dan 25- 34 tahun. (Nasruddin, Faisal Syamsu, and Permatasari 2021)

Jawa barat memiliki sebesar 51,7%. Menurut Survei Kesehatan Rumah Tangga menyatakan bahwa prevalensi anemia pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Remaja putri mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada masa remaja. (Rista Andaruni & Nurbaety, 2018)

Faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya misalnya vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin dan B12, kesalahan dalam konsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut.(Nasruddin, Faisal Syamsu, and Permatasari 2021)

Dampak Kejadian jangka pendek anemia pada remaja putri ini dapat menyebabkan lekas lelah, konsentrasi belajar menjadi menurun sehingga akan mempengaruhi prestasi belajar dan dapat menurunkan produktivitas kerja, selain itu juga anemia dapat menyebabkan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah terkena penyakit atau infeksi. Prevalensi anemia yang tinggi di kalangan remaja apabila tidak tertangani dengan baik, dalam jangka Panjang maka berlanjut hingga dewasa dan akan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir premature dan bayi dengan berat lahir rendah , Salah satu intervensi yang dilakukan oleh pemerintah untuk menurunkan angka prevalensi anemia pada remaja putri ialah suplementasi zat besi dan asam folat melalui pemberian tablet tambah darah. (Amalia Yunia Rahmawati 2020)

Dalam menangani masalah anemia pada remaja, Kementerian Kesehatan telah melakukan intervensi spesifik dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dan ibu hamil. Selain itu, Kemenkes juga melakukan penanggulangan anemia melalui edukasi dan promosi gizi seimbang, fortifikasi zat besi pada bahan makanan serta penerapan hidup bersih dan sehat (Kemenkes, RI, 2021). Meski demikian saat ini cakupan pemberian TTD di Indonesia masih rendah yakni 31.3% dan hanya sekitar 6,3 %.(Penelitian and Ushuluddin 2022)

Penyebab Anemia gizi besi adalah anemia yang timbul karena kosongnya cadangan zat besi di dalam tubuh sehingga pembentukan hemoglobin terganggu. Hemoglobin adalah bagian dari sel darah merah yang digunakan untuk menentukan status anemia. Nilai

normal kadar hemoglobin pada wanita adalah 12-16 g/dl. Zat besi merupakan unsur utama yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin. (Nasruddin, Faisal Syamsu, and Permatasari 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh (Sari, dkk,2020) merupakan penelitian Quasy eksperimental Design dengan menggunakan rancangan one group pre test-post test dengan tujuan mengetahui Pengaruh Konsumsi SF dan Jus Jambu Biji Merah terhadap perubahan kadar hemoglobin pada Remaja Puteri yang mendapat Suplementasi Tablet SF di SMP Negeri 19 Kota Jambi tahun 2019. Pengambilan sampel dalam penelitian adalah Simple Random Sampling sebanyak 74 siswi. Data diperoleh dari hasil pemeriksaan kadar Hb Remaja puteri. Analisis yang digunakan adalah univariat dan bivariat. Uji statistik yang digunakan adalah uji T berpasangan (t-paired test). Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada Remaja Puteri sebelum mengkonsumsi SF dan jus jambu biji merah di SMP 19 Kota Jambi Tahun 2019 adalah 11.94 g/dl dan Nilai rata- rata kadar hemogl obin pada Remaja Puteri sesudah mengkonsumsi SF dan jambu biji merah di SMP 19 Kota Jambi Tahun 2019 adalah 13.15 g/dl. Hasil uji statistic Ada pengaruh mengkonsumsi SF dan jus jambu biji terhadap kadar hemoglobin remaja puteri di SMP 19 Kota Jambi Tahun 2019 dengan nilai sig (2-tailed) hitung $0.000 < 0.05$. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa mengkonsumsi SF bersamaan dengan jus jambu biji dapat meningkatkan kadar HB.(Sari, Nurmish, and Sartika 2020)

Data di PMB S. dari bulan januari sampai Oktober tahun 2023 ada 7 remaja yang mengalami Anemia ringan dan 2 remaja yang sedang mengalami menstruasi. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Pengaruh pemberian tablet fe dan jus jambu biji merah terhadap kadar Haemaglobin pada remaja yang sedang menstruasi di PMB S. tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Metode dalam studi kasus ini adalah menggunakan studi kuantitatif, Metode kuantitatif adalah sebuah metode penelitian yang di dalamnya menggunakan banyak angka. Mulai dari proses pengumpulan data hingga penafsirannya. Metode kuantitatif ini juga disebut metode ilmiah. Sebab telah memenuhi kaidah ilmiah, yakni konkret, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. (Untung Nugrogo,2019).

Sampel pada penelitian terdiri dari 2 remaja putri yang sedang menstruasi , 1 remaja diberikan terapi fe dan 1 Remaja diberikan terapi fe dan jus jambu biji merah. Adapun kriteria -kriteria di antaranya :

1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi :

- a. Berusia 12-21 th
- b. Sehat berdasarkan anamnesis dan pemeriksaan fisik
- c. Remaja Putri yang sedang mengalami menstruasi
- d. Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani informed.

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian, seperti halnya adanya hambatan etis, menolak menjadi responden atau suatu keadaan yang tidak memungkinkan untuk dilakukan penelitian. (Hardani & Andriani, 2020)

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Dalam keadaan sakit berat dan tidak mampu mengikuti pemeriksaan HB.
- b. Remaja putri yang belum mengalami haid
- c. Sedang mengkonsumsi obat-obatan berkelanjutan seperti obat TB.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi untuk mengetahui kenaikan kadar hemoglobin yang dilakukan sesuai dengan standar operasional prosedur. Pengukuran anemia menggunakan alat cek Hb stik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada studi kasus ini mengangkat pembahasan mengenai Intervensi pemberian tablet Fe dan jus jambu biji merah dan Intervensi pemberian tablet Fe saja dan perbandingan kenaikan Hb keduanya akan dinilai menggunakan Hemoglobin EasyTouch untuk mengukur Hb. Dilakukan pengamatan perkembangan selama 7 hari.

Mengetahui Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja yang Diberikan Tablet Fe dan Jus Jambu Biji Merah.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada Nn. E atau responden yang diberikan intervensi berupa mengkonsumsi tablet Fe dan jus jambu biji merah menunjukkan bahwa proses kenaikan Hb membutuhkan waktu selama 7 hari terhitung sejak 14 Januari 2024 sampai 21 Januari 2024.

Pada hari pertama penilaian, responden 1 bahwa keluhan yang dirasakan Nn. E yaitu mengeluh pusing dan mudah lelah dan Wajah : sedikit pucat, conjungtiva : anemis dan

hasil Hb : 10,6 gr%. Hal ini sesuai dengan teori Ketaren yang mengatakan bahwa gejalanya amenia pada remaja meliputi kelelahan, pusing. Pada pemeriksaan fisik, pucat dapat terlihat pada konjungtiva, mukosa mulut, telapak tangan, dan jaringan di bawah kuku. kepala terasa ringan, nafsu makan hilang, penurunan bahkan hilang konsentrasi, dan sesak napas. (Diananda, 2018)

Hasil uji statistik dengan uji Anova diketahui perbedaan rata-rata kadar Hb antara kelompok intervensi menunjukkan hasil yang signifikan sehingga selama menstruasi harus mengonsumsi minimal 1 tablet suplemen darah dan jus jambu biji merah yang membantu proses penyerapan zat besi dalam tubuh. (Rahadian A, 2020) Senada dengan Krisnanda, vitamin C membantu penyerapan zat besi dengan mengubah zat besi dari besi menjadi besi agar lebih mudah diserap tubuh. (Krisnanda R, 2020)

Pada hari ke tiga menstruasi keluhan yang dirasakan Nn. E sudah sedikit berkurang dan wajah sudah tidak pucat, konjungtiva tidak anemis dan hasil Hb : 12,6gr%. Hal ini disebabkan responden selalu di ingatkan dan dipantau untuk tidak lupa meminum tablet Fe dan jus jambu biji merah. Hal ini pun sejalan dengan penelitian Saudia and Putri (2021) yang mengatakan bahwa jus jambu biji merah berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang sedang menstruasi dengan adanya peningkatan kadar Hemoglobin yang signifikan. Hasil uji statistik menggunakan independent t test diperoleh p value yaitu 0,000. Dapat disimpulkan bahwa pemberian Fe kombinasi jambu biji lebih efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin daripada pemberian Fe saja. (Saudia and Putri 2021)

Pada pemantauan hari ke-7 keluhan yang dirasakan Nn E. sudah tidak ada keluhan dan yang dirasakan selama masa haid periode ini terasa nyaman. setelah mengonsumsi tablet Fe dan jus jambu biji merah berturut-turut selama 7 hari didapatkan hasil wajah tidak pucat lagi, konjungtiva berwarna merah muda dan hasil Hb : 14,7 gr%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pagdya dkk (2018) yang meneliti tentang Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava.L*) Terhadap Kadar Hemoglobin dan Ferritin Serum Penderita Anemia Remaja Putri dengan melibatkan 34 orang remaja putri yang dipilih secara simple random sampling. Subjek dibagi menjadi 2 kelompok, kelompok kontrol dan perlakuan. Kelompok perlakuan diberikan 100 gr jambu biji merah yang diolah menjadi jus selama 7 hari Hasil uji statistik didapatkan ada pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin penderita anemia remaja putri dengan nilai $p = <0,001$. (Saudia and Putri 2021).

Menurut asumsi peneliti, pemberian jus jambu biji merah dan tablet Fe sangat lebih signifikan meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin, hal ini disebabkan karena kandungan

zat besi dan vit C pada jus jambu biji merah dapat meningkatkan kadar hemoglobin.

Mengetahui Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja yang Diberikan Tablet Fe.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada Nn. M atau responden yang diberikan intervensi berupa mengkonsumsi tablet Fe. menunjukkan bahwa proses kenaikan Hb membutuhkan waktu selama 7 hari terhitung sejak 14 Januari 2024 sampai 21 Januari 2024.

Pada hari pertama penilaian, responden 2 bahwa keluhan yang di rasakan Nn. M yaitu mengeluh pusing dan lelah dan Wajah : sedikit pucat, conjungtiva : anemis dan hasil Hb : 10,9 gr%. Hal ini sesuai dengan teori Ketaren yang mengatakan bahwa gejalanya anemia pada remaja meliputi kelelahan, pusing. Pada pemeriksaan fisik, pucat dapat terlihat pada conjungtiva, mukosa mulut, telapak tangan, dan jaringan di bawah kuku. kepala terasa ringan, nafsu makan hilang, penurunan bahkan hilang konsentrasi, dan sesak napas. (Diananda, 2019)

Hasil uji statistik dengan uji Anova diketahui perbedaan rata-rata kadar Hb antara kelompok intervensi menunjukkan hasil yang signifikan sehingga selama menstruasi harus mengonsumsi minimal 1 tablet suplemen darah yang membantu proses penyerapan zat besi dalam tubuh. (Rahadian A, 2020)

Pada hari ke tiga menstruasi keluhan yang rasakan Nn. M sudah sedikit berkurang dan wajah sudah tidak pucat, conjungtiva tidak anemis dan hasil Hb : 11,8 gr%. Hal ini responden selalu di ingatkan dan dipantau untuk tidak lupa meminum tablet Fe. Hal ini pun sejalan dengan penelitian Saudia and Putri (2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari uji analisis dengan t-independen di dapatkan nilai rata-rata perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yang diberi tablet Fe. Sebelum diberikan tablet Fe nilai hb 11.840 dan nilai hb setelah diberikan tablet Fe yaitu 12.047 sehingga rerata selisih kenaikan kadar haemoglobin sebesar 0,20 (Saudia and Putri 2021)

Pada pemantauan hari ke-7 keluhan yang dirasakan Nn M. sudah tidak ada keluhan dan yang dirasakan selama masa haid periode ini terasa nyaman. setelah mengkonsumsi tablet Fe berturut-turut selama 7 hari didapatkan hasil wajah tidak pucat lagi, conjungtiva berwarna merah muda dan hasil Hb : 12,1 gr%.

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin setelah mengkonsumsi tablet Fe. Intervensi yang diberikan pada responden dengan mengkonsumsi tablet Fe 1 kali sehari selama menstruasi sangat membantu untuk menanggulangi anemia zat besi, (IDAI). Pentingnya pemberian zat besi ini kepada seseorang yang sedang mengalami anemia defisiensi besi dan tidak ada gangguan

absorpsi maka dalam 7-10 hari kadar kenaikan hemoglobin bisa terjadi sebesar 1,4 mg/KgBB/hari.(Saudia and Putri 2021).

Menurut asumsi peneliti, pemberian tablet Fe sangat efektif untuk meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin, hal ini disebabkan karena kandungan Zat besi pada FE mencukupi untuk kebutuhan remaja yang sedang menstruasi jika dikonsumsi 1x1 perhari selama menstruasi.

Mengetahui Perbandingan Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja yang Diberikan Intervensi Tablet Fe saja dengan Intervensi Jus Jambu Biji Merah dengan Tablet FE.

Tabel 1. Perbandingan Hasil Penelitian

	Hasil Asuhan kebidanan		
	Nilai Hb Hari Pertama Menstruasi	Nilai Hb Hari ke 3 Menstruasi	Nilai Hb Hari ke 7 Menstruasi
Nn.E dengan intervensi tab Fe dan jus jambu biji merah	10,6 gr/dl	12.6 gr/dl	14,7 gr/dl
Nn.M dengan intervensi Tablet Fe	10,9 gr/dl	11,8 gr/dl	12,1 gr/dl

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada dua responden remaja putri yang sedang menstruasi yaitu Nn.E dengan intervensi Tablet Fe + jus jambu biji merah dan Nn.M dengan intervensi tablet fe saja. Didapatkan sama sama mengalami kenaikan nilai hb di pemberian hari ke 3 ya itu pada Nn.E didapat nilai hb 12,6 gr/dl dan pada Nn.M 11,8 gr/dl , di hari ke 7 haid didapatkan nilai pada Nn.E Nilai Hb : 14,7 gr/dl dan pada Nn.M dengan nilai Hb : 12,1 gr/dl. Dari perbandingan hasil penelitian ini peneliti menyimpulkan kenaikan pada Nn.E dengan intervensi tablet Fe dan jus jambu biji merah lebih tinggi dibandingkan Nn.M dengan intervensi Fe saja , adapun selisinya sebesar 2,6 gr/dl.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengamatan selama 7 hari, pada kedua Responden remaja yang sedang menstruasi dan mengalami anemia ringan dengan pemberian intervensi yang berbeda, diketahui bahwa:

- Ada peningkatan kadar Hb pada Remaja yang sedang menstruasi sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe dan jus jambu biji merah dengan peningkatan dari 10,6 gr%, 12,6 gr% dan 14,7 gr% jadi ada peningkatan sebanyak 4,7 gr%.
- Ada peningkatan kadar Hb pada remaja yang sedang menstruasi sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe dengan peningkatan dari 10,9gr%, 11,8 gr% dan 12,1

gr% jadi ada peningkatan sebanyak 1,2 gr%.

- c. Ada pengaruh perbedaan pemberian tablet Fe dan jus jambu biji merah, dan pemberian tablet Fe. dengan peningkatan kadar HB pada remaja yang sedang menstruasi di PMB S.

DAFTAR PUSTAKA

- Adellia, Atika Mayrizka, 2020 Hubungan Asupan Kafein pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 di Kota Malang. <https://repository.ub.ac.id/id/eprint/167337/>
- Adilla, Annisa Fitri. 2021. "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Anemia Dengan Media Booklet Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 20 Kota Bengkulu Tahun 2021." Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Bengkulu, 1–89. [http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/842/1/SKIRPSI_ANNISA_FITRI_ADILLA_\(RIVISIAN\)\(1\).pdf](http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/842/1/SKIRPSI_ANNISA_FITRI_ADILLA_(RIVISIAN)(1).pdf).
- Amalia Yunia Rahmawati. 2020. "Latar Belakang Anemia 2020," no. July: 1–23.
- Amita Diananda 2019, PSIKOLOGI REMAJA DAN PERMASALAHANNYA, -journal.stit-islamic-village.ac.id/istighna/article/view/20/0
- Anggraeni, Kurnia Ayu. 2023. "Perbedaan Jus Jambu Biji Dan Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Di Wilayah Kerja Puskesmas Cinere Tahun 2023." Bunda Edu-Midwifery Journal (Bemj) 6 (2): 24–30. <https://bemj.ejournal.id/BEMJ/article/view/111>.
- Aulya, Yenny, Jenny Anna Siauta, and Yasmin Nizmadilla. 2022. "Analisis Anemia Pada Remaja Putri." Jurnal Penelitian Perawat Profesional 4 (Anemia Pada Remaja Putri): 1377–86. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>.
- Bandung, Tim Promkes RSST - Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat, 2022. n.d. "Yuk Ketahui Manfaat Buah Jambu Biji Untuk Kesehatan Tubuh." https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/162/yuk-ketahui-manfaat-buah-jambu-biji-untuk-kesehatan-tubuh.
- Files99 778 Revisi Buku Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Rematri Dan WUS, n.d.
- Handayani, Trisna Yuni, K Renny Adelia Tarigan, and Desi Pramita Sari. 2021. "253-Article Text-588-1-10-20220707 (1)" 04 (02): 177–85.
- Helwig, Nathaniel E, Sungjin Hong, and Elizabeth T Hsiao-wecksler. n.d. "DOKUMENTASI KEBIDANAN." <https://poltekkesbanten.ac.id/wp-content/uploads/2017/12/DAFIS-DAN-DOKUMENTASI-KEBIDANAN.pdf>.

- Kemenkes. 2014. "Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur Dan Ibu Hamil." Menteri Kesehatan Republik Indonesia Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, no. 1840: 1–8.
- Krisnandar, 2020 VITAMIN C MEMBANTU DALAM ABSORPSI ZAT BESI PADA ANEMIA DEFISIENSI BESI.
- Kemenkes. 2017. "Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur Dan Ibu Hamil." Menteri Kesehatan Republik Indonesia Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, no. 1840: 1–8.
- Nasruddin, Hermiaty, Rachmat Faisal Syamsu, and Dinda Permatasari. 2021. "Angka Kejadian Anemia Pada Remaja Di Indonesia." *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia* 1 (4): 357–64. <https://doi.org/10.59141/cerdika.v1i4.66>.
- Penelitian, Jurnal, and Ilmu Ushuluddin. 2022. "3 1,2,3" 2 (1): 180–97.
- PMB S.2023, data Januari s/d Oktober Register Remaja Putri
- Septina, Yona. 2020. "Hubungan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kadar Hb Saat Menstruasi Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Lebakwangi Kecamatan Lebakwangi Kabupaten Kuningan." *Journal of Midwifery Care* 1 (1): 51–58. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i1.181>.
- Sari, Lia Artika, Nurmish Nurmish, and Dewi Sartika. 2020. "Pengaruh Konsumsi SF Dan Jus Jambu Biji Merah Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Puteri Yang Mendapat Suplementasi Tablet SF Di SMP Negeri 19 Kota Jambi Tahun 2019." *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20 (3): 952. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i3.1082>.
- Saudia, Baiq Eka Putri, and Winda Astria Putri. 2021. "Pengaruh Kombinasi Pemberian Tablet Fe Dan Jus Jambu Biji Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Mahasiswi Jurusan Kebidanan." *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)* 3 (1): 59. <https://doi.org/10.32807/jkt.v3i1.100>.
- Tonasih, Siti Difta Rahmatika dan Ade Irawan. 2019. "EFEKTIFITAS PEMBERIAN TABLET TAMBAH DARAH PADA REMAJA TERHADAP PENINGKATAN HEMOGLOBIN (Hb) DI STIKES MUHAMMADIYAH CIREBON" file:///C:/Users/User/Downloads/Efektifitas_Pemberian_Tablet_Tambah_Darah_Pada_Rem.pdf
- Untung Nugroho, 2019 <https://umsu.ac.id/metode-kuantitatif-adalah/>
- Untung Nugroho 2018, Metodologi penelitian kuantitatif sebagai pedoman penelitian pendidikan jasmani [sumber elektronis].

Yeni Indrawatiningsih, ST Aisjah Hamid, Erma Puspita Sari and Heru Listiono.2021." Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia pada Remaja Putri"
<https://media.neliti.com/media/publications/441211-none-13d5d7ca.pdf>
<https://diskes.badungkab.go.id/artikel/52764-seberapa-pentingkah-tablet-tambah-darah-bagi-remaja-putri->
<https://e-journal.uajy.ac.id/11821/4/TI069043.pdf>
<https://ayosehat.kemkes.go.id/mengenal-gejala-anemia-pada-remaja> Mengenal Gejala Anemia pada Remaja
<https://repository.unpas.ac.id/29087/5/11.%20BAB%20III.pdf>,Metode penelitian
<https://genbest.id/articles/perlukah-konsumsi-tablet-tambah-darah-saat-menstruasi>
Perlukah Konsumsi Tablet Tambah Darah Saat Menstruasi?