JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)
http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm
Vol. 10, No. 1, Februari 2026, Hal. 713-722
e-ISSN 2614-5758 | p-ISSN 2598-8158
Crossref:https://doi.org/10.31764/jmm.v10i1.36073

PEMBINAAN REMAJA PUTERI MELALUI EDUKASI, PEMBERIAN TABLET FE, DAN OLAHAN KACANG HIJAU DALAM PENCEGAHAN ANEMIA

Yollanda Dwi Santi Violentina[1*], Rina Sulisthia Arbie[2], Desak Made Yulianti[3]
[1,2,3]Program Studi D3 Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia
yollanda@poltekkesgorontalo.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Desa Bunggalo merupakan salah satu desa di Kecamatan Telaga Jaya yang memiliki permasalahan anemia cukup tinggi pada remaja puteri. Kondisi ini dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan remaja puteri dan kader mengenai pencegahan anemia, sehingga berdampak pada tingginya angka kejadian anemia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja puteri dan kader tentang pencegahan anemia melalui pembinaan, edukasi kesehatan, pemberian tablet Fe, serta konsumsi olahan kacang hijau. Metode yang digunakan meliputi pembentukan kelas remaja puteri, pelaksanaan pretest pengetahuan anemia sebanyak 20 soal, edukasi kesehatan disertai pembagian leaflet, serta pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pembinaan. Selanjutnya, remaja puteri diberikan tablet Fe dan olahan kacang hijau, kemudian dilakukan evaluasi melalui posttest menggunakan kuesioner 20 soal. Mitra kegiatan ini adalah dua orang kader dengan sasaran 30 remaja puteri. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan kader dari 13,20% menjadi 15,20%. Selain itu, 81% remaja puteri memiliki kadar hemoglobin dalam kategori normal setelah pembinaan dilakukan.

Kata Kunci: Anemia; Kacang Hijau; Pembinaan; Tablet Fe; Remaja.

Abstract: *Bunggalo Village is one of the villages in Telaga Jaya District that has a relatively high prevalence of anemia among adolescent girls. This condition is influenced by limited knowledge of both adolescent girls and community health cadres regarding anemia prevention, which contributes to the high incidence of anemia. This community service program aimed to improve the knowledge of adolescent girls and cadres about anemia prevention through guidance activities, health education, provision of iron (Fe) tablets, and mung bean–based food products. The methods included forming adolescent girl classes, administering a pretest consisting of 20 questions on anemia knowledge, providing educational sessions accompanied by leaflet distribution, and measuring hemoglobin levels before and after the intervention. Furthermore, participants received Fe tablets and mung bean preparations. Evaluation was conducted through a posttest using a 20-item questionnaire. The program involved two cadres as partners and targeted 30 adolescent girls. The results showed that cadres' knowledge increased from 13.20% to 15.20% after the training. In addition, hemoglobin examination revealed that 81% of adolescent girls were in the normal category after the guidance activities were implemented.*

Keywords: *Anemia; Mung beans; Coaching; Fe Tablets; Teenager.*

Article History:
Received: 29-10-2025
Revised : 12-12-2025
Accepted: 13-12-2025
Online : 01-02-2026

This is an open access article under the CC–BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak terdapat di seluruh dunia yang tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju. (Kemenkes, 2019). Anemia merupakan penurunan jumlah sel darah merah sehingga tidak dapat memenuhi fungsi untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer, yang ditandai oleh menurunnya kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah normal (Maulana, 2022). Hemoglobin terdiri dari kombinasi protein dan zat besi untuk membentuk sel darah merah/eritrosit (Chauhan et al., 2022; Damayanti & Futriani, 2024).

Masalah gizi erat kaitannya dengan anemia pada remaja putri. Jika seorang remaja menderita anemia hingga memasuki masa reproduksi sebagai calon ibu, bayi yang dilahirkan berisiko tinggi memiliki pertumbuhan lambat dan berat badan lahir rendah (BBLR) (Wahyuni, S., et al., 2022). Angka kejadian atau prevalensi anemia pada remaja putri sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Anemia ini disebabkan karena keadaan psikologi yang sering mengalami stress, menstruasi, atau pola hidup kurang sehat terutama dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi (Sari et al., 2023; Inayah, et al., 2023).

Survei data menunjukan angka kejadian anemia di Indonesia dari Kementerian kesehatan tahun (2020) didapatkan penderita anemia pada remaja putri berjumlah 33,7% (Amalia et al, 2023). Penelitian lain mendapatkan data bahwa terdapat 76% remaja puteri mengalami anemia (Mulianingsih et al., 2025). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 diperoleh proporsi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun sebesar 32% (Riskesdas, 2018; Kemenkes RI, 2018). Adapun jumlah remaja puteri yang anemia di Desa Bunggalo didapatkan sebanyak 21% dari jumlah total remaja puteri (Bunggalo, 2025).

Pencegahan anemia pada remaja puteri dapat tertangani dengan berbagai cara, salah satunya diberikan peningkatan pengetahuan remaja puteri dengan pembinaan melalui Edukasi kesehatan (Pujiyati et al., 2024). Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa dengan kegiatan edukasi pencegahan anemia memberikan dampak terjadinya peningkatan pengetahuan pada siswi. Setelah diberikan edukasi, pengetahuan siswi dengan kategori baik meningkat menjadi 70,9% (Tampubolon & Siregar, 2022; Utami et al., 2024).

Remaja puteri yang mendapatkan edukasi akan patuh mengkonsumsi tablet Fe sehingga mencegah terjadinya anemia. Hal ini sesuai hasil penelitian Wayan et al. (2023) yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja dengan p value 0,00 (Taruna et al., 2023). Selain itu pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau terbukti mencegah anemia (Yuliasetyaningrum et al., 2023).

Olahan kacang hijau yang diberikan secara teratur juga terbukti meningkatkan kadar hemoglobin remaja puteri (Rosidah et al., 2024; Santoso et al., 2024). Kacang hijau mengandung zat besi sebanyak 2,25 mg dalam setiap setengah cangkir kacang hijau (Nisa et al., 2020). Selain itu, perlu juga mengonsumsi makanan berkualitas tinggi kandungan zat besi seperti daging merah, hati, ikan, daging ayam, sayuran hijau, buah-buahan, serta makanan kaya vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi (Olii et al., 2023).

Solusi permasalahan yang diambil yaitu melibatkan aparat desa, puskesmas untuk membantu pelaksanaan, mengukur pemahaman remaja puteri melalui pre dan posttest, Edukasi dan pembinaan untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan dan remaja puteri tentang Pencegahan Anemia pada Remaja puteri dan Pola Hidup sehat terkait pencegahan anemia pada remaja puteri. Kemudian melakukan pemeriksaan hemoglobin (HB), pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau, kemudian *monitoring* dan mengevaluasi secara langsung setiap kegiatan. Tim pengabmas tertarik melaksanakan kegiatan pengabmas sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja puteri di Desa Bunggalo dengan tujuan meningkatkan pengetahuan kader dan Remaja puteri tentang pencegahan anemia remaja puteri dan meningkatkan kadar hemoglobin remaja puteri.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian Masyarakat oleh dosen dan mahasiswa dilaksanakan dalam bentuk pembinaan remaja puteri melalui edukasi, pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau dalam pencegahan anemia pada remaja puteri. Kegiatan ini dilaksanakan untuk meningkatkan program Puskesmas dalam pencapaian penurunan angka anemia remaja puteri, peningkatan cakupan pemberian tablet Fe pada remaja puteri. Pembinaan remaja puteri dan kader melalui edukasi ini dilakukan agar kader dan remaja puteri mempunyai pengetahuan cara mencegah anemia. Selain itu leaflet anemia pada Remaja puteri dibagikan sebagai panduan untuk pencegahan anemia pada remaja puteri, kemudian mengevaluasi hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Pengabdian masyarakat melibatkan kader dan remaja puteri di Desa Bunggalo, yang berjumlah dua orang kader dan 30 orang remaja puteri.

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu dengan melakukan pembinaan dengan pemberian edukasi kepada remaja puteri dan kader. Dengan terlebih dahulu dilaksanakan pretest untuk mengukur pengetahuan remaja puteri dan kader, setelah pemberian edukasi dilakukan posttest. Selain itu remaja puteri juga dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin. Serta dengan pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau. Adapun langkah-langkah pelaksanaan dibagi menjadi tahapan persiapan, pelaksanaan kegiatan, dan monitoring dan evaluasi yang dapat digambarkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

Tahap Pelaksanaan	Kegiatan yang Direncanakan
Persiapan	1) Pengurusan ijin kegiatan 2) Pertemuan tim dan mitra sasaran 3) Pembuatan Leaflet, Video edukasi, spanduk pembinaan tentang pencegahan anemia pada remaja puteri 4) Jadwal pembinaan kader dan remaja puteri Posyandu Desa Bunggalo 5) Jadwal Pemeriksaan TTV dan kadar hemoglobin remaja puteri
Pelaksanaan	1) Pemberian pre-test menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan remaja puteri tentang anemia. Hal ini digunakan sebagai data awal pemahaman Remaja puteri di Desa Bunggalo Kecamatan Telaga Jaya. 2) Melakukan pengukuran tanda-tanda vital dan kadar hemoglobin pada remaja puteri. 3) Kegiatan pembinaan remaja puteri melalui edukasi, pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau untuk pencegahan anemia dengan tetap dibimbing oleh tim pengabdian masyarakat dan didampingi kader kemudian dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. 4) Melakukan follow up kepada peserta pembinaan remaja puteri dengan melibatkan kader remaja puteri melalui whatsapp group
Monitoring dan Evaluasi	1) Melakukan posttest menggunakan kuesioner, melakukan pengukuran tanda-tanda vital dan pengukuran hemoglobin pada remaja puteri untuk memastikan keadaan umum remaja puteri dan peningkatan kadar hemoglobin 2) Remaja puteri yang hasil posttest menunjukkan kategori tidak paham maka akan dilaksanakan diskusi sesama remaja puteri dengan metode peer group discussion dengan tutornya remaja puteri yang hasil posttest baik 3) Evaluasi dan analisis hasil kegiatan 4) Penyusunan laporan akhir pengabdian kepada masyarakat berdasarkan parameter yang diukur berupa data hasil pre dan post-test yang menunjukkan tingkat pengetahuan remaja puteri dan hasil pengukuran hemoglobin. Data yang diperoleh tersebut dilihat pengaruh/hubungannya menggunakan uji statistik. 5) Monitoring dan evaluasi target luaran 6) Laporan kegiatan

Berdasarkan Tabel 1 tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu:

1. Tahapan Persiapan

Pada tahapan ini dilakukan pengurusan ijin kegiatan pengabdian masyarakat yang disetujui oleh Kepala Desa Bunggalo. Setelah kesepakatan pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian masyarakat mempersiapkan leaflet, serta memberikan undangan agar Kepala Desa, Kepala Puskesmas, remaja puteri, kader dapat menghadiri kegiatan pengabdian masyarakat. Tim juga mempersiapkan perlengkapan yang diperlukan untuk pengecekan TTV dan

kadar hemoglobin pada remaja puteri, serta tablet Fe dan olahan kacang hijau.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahapan ini peserta yang terdiri dari remaja puteri dan kader serta undangan yang hadir akan mengisi daftar hadir. Remaja puteri akan mengisi pretest terkait pengetahuan tentang anemia remaja puteri. Dilanjutkan dengan pembukaan kemudian edukasi pencegahan anemia remaja puteri, tim pengabdian masyarakat akan memberikan penguatan tentang materi serta dilakukan tanya jawab. Pada tahapan terakhir remaja puteri akan dilakukan pengecekan tanda tanda vital dan kadar hemoglobin untuk mengetahui apakah ibu menderita anemia. Remaja puteri akan diberikan tablet Fe dan olahan kacang hijau. Remaja puteri dan kader dimasukkan ke dalam whatsapp group bersama tim pengabdian masyarakat agar memudahkan komunikasi jika mempunyai pertanyaan seputar anemia remaja puteri.

3. Tahapan Evaluasi

Setelah dilakukan edukasi tentang anemia dilakukan posttest untuk mengukur pengetahuan remaja puteri. Apakah mengalami peningkatan setelah adanya pemberian edukasi. Kemudian dilakukan pengecekan TTV dan kadar hemoglobin untuk melihat apakah ada peningkatan kadar hemoglobin remaja puteri. Kegiatan pengabdian masyarakat kemudian ditutup dengan dihadiri oleh Kepala Desa, Kepala Puskesmas, Kader, bidan desa, remaja puteri dan tim pengabdian.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim pengabdi didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Pembukaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Setelah dilakukan koordinasi dengan Desa Bunggalo Kecamatan Telaga Jaya dan Kepala Puskesmas, dilakukan pembukaan kegiatan pengabdian masyarakat secara resmi. Kemudian dilakukan pretest dan posttest sebelum dan sesudah diberikan pembinaan remaja puteri melalui edukasi, pemberian olahan kacang hijau dan tablet Fe tentang pencegahan anemia remaja puteri. Kegiatan pembukaan pengabdian masyarakat yang dihadiri oleh Kepala Desa yang diwakili Kepala Dusun, Kepala Puskesmas Telaga Jaya yang dihadiri oleh clinical instructure, kader, tim pengabmas, remaja puteri dan bidan desa. Sebelum dan sesudah memberikan pembinaan remaja puteri akan melaksanakan pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan.

2. Pelaksaan Kegiatan

Melakukan pembinaan remaja puteri melalui edukasi, pemberian olahan kacang hijau dan tablet Fe, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pembinaan Remaja Puteri dengan Edukasi Pencegahan Anemia

Adapun kegiatan membagikan olahan kacang hijau, tablet Fe dan jus jeruk agar penyerapan tablet Fe maksimal, seperti terlihat pada Gambar 2.

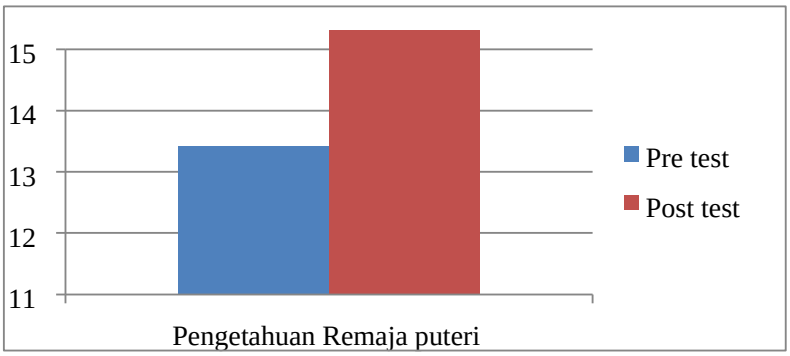


Gambar 2. Memberikan tablet Fe, olahan kacang hijau dan jus jeruk pada remaja

3. Tahapan Evaluasi

Pada tahapan ini dilakukan posttest menggunakan kuesioner untuk melihat pengetahuan remaja puteri dan kader setelah pemberian edukasi anemia, pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau, serta dilakukan pengecekan kembali TTV dan kadar haemoglobin apakah mengalami peningkatan atau tidak. Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

a. Pengetahuan remaja puteri sebelum dan sesudah pembinaan adalah seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Pengetahuan Remaja Puteri

Berdasarkan hasil pengolahan data pengetahuan 30 orang remaja puteri sebelum pembinaan 13,20 dan sesudah pembinaan naik menjadi 15,20, sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan 2,00 sebelum dan sesudah pembinaan. Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan hasil penelitian Alifiyah, et al. (2024) yang mendapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada peserta sosialisasi dan edukasi pencegahan anemia. Nilai rata-rata *pretest* yang awalnya 45,55 dan tergolong rendah memiliki arti bahwa remaja baik putra maupun putri penerima sosialisasi memiliki pengetahuan dan pemahaman yang rendah terhadap anemia. Sedangkan nilai rata-rata *posttest* 74,37 menandakan adanya suatu peningkatan pemahaman dan pengetahuan setelah diberikan edukasi pada sesi materi (Pujiyati et al., 2024). Penelitian lain juga menunjukkan ada peningkatan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah dilakukan edukasi yaitu menjadi 70,9%. Pada kegiatan edukasi pencegahan anemia ini terjadi peningkatan pengetahuan yang dapat terjadi salah satunya karena penggunaan berbagai media. Edukasi lebih efektif dibandingkan dengan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan remaja puteri dengan p = 0,001 (Damayanti & Futriani, 2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan remaja puteri yaitu pendidikan, pekerjaan, umur, lingkungan, sosial budaya, pengalaman, dan informasi (Zhagira, 2023). Peningkatan pengetahuan remaja puteri tentang anemia dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan atau konseling dengan menggunakan berbagai media (Sabriana et al., 2022).

b. Kadar Hemoglobin remaja puteri

Dari 30 orang remaja puteri yang dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja puteri terdapat 19% remaja puteri yang berada dalam kategori normal sebelum diberikan pembinaan dengan edukasi, pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau, dan setelah dilakukan pembinaan remaja puteri yang memiliki kadar hemoglobin dalam kategori normal meningkat menjadi 81%. Hal ini sesuai dengan

hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabmas yang mendapatkan adanya pengaruh tablet Fe terhadap kadar Hb di Ponpes at Tanwir pada kelompok intervensi dengan nilai Asymp. Sig (signifikansi) sebesar 0.000 (Yuliasetyaningrum et al., 2023). Penelitian lain juga mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pemberian tablet Fe dengan peningkatan kadar hb pada remaja putri di MTS Al-Hidayah Wilayah Kerja Puskesmas Kalapanunggal dengan nilai p= 0,045 < 0,05 (Maesaroh et al., 2024).

Pemberian TTD pada remaja putri bertujuan untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi para remaja putri yang akan menjadi ibu di masa yang akan datang. Diketahui jika zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah. Zat besi juga berfungsi dalam sistem pertahanan tubuh. Setiap tablet besi mengandung 200 mg fero sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,400 asam folat. Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk menanggulangi masalah anemia pada remaja adalah melalui pemberian suplemen tablet Fe berupa zat besi (60 mg FeSO4) dan asam folat (0,400 mg) (Taruna et al., 2023).

Pemberian olahan kacang hijau berdasarkan hasil pengabdian masyarakat terbukti meningkatkan kadar hemoglobin. Hal ini sejalan dengan penelitian Nisa et al. (2020) yang menjelaskan bahwa mengonsumsi 2 cangkir kacang hijau setiap harinya berarti mengonsumsi 50% kebutuhan besi setiap hari yaitu 18 mg dan dapat meningkatkan kadar hemoglobin selama 2 minggu. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian sari kacang hijau dan tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri Usia 12-15 Tahun dengan anemia sedang (Rosidah et al., 2024). Kacang hijau mengandung tinggi protein yang merupakan sumber mineral semacam fosfor serta kalsium, kandungan tersebut berperan untuk memperkuat tulang. Kacang hijau memiliki fungsi untuk pembentukan sel darah merah yang bisa membantu mencegah anemia. Kacang hijau mengandung zat besi 7.5 mg dalam 100 g sedangkan dalam rebusan kacang hijau memiliki kandungan 1.5 mg per 100 g (Santoso et al., 2024).

4. Penutupan

Setelah kader dan remaja puteri memiliki peningkatan pengetahuan tentang pencegahan anemia dengan pembinaan melalui edukasi, pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau, dilakukanlah penutupan kegiatan pengabdian masyarakat yang dihadiri oleh Kepala Puskesmas, Kepala Desa Bunggalo, Bidan Desa, Kader, remaja puteri dan tim pengabmas.

5. Kendala yang Dihadapi

Pada saat melakukan pengabdian masyarakat tim pengabdi tidak menemukan kendala yang cukup berarti, namun dikarenakan kegiatan dilakukan pada hari sekolah, sehingga tim pengabdian masyarakat harus membutuhkan usaha dan tenaga ekstra untuk menjemput remaja puteri.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Bunggalo mendapatkan respon yang baik dari masyarakat dan juga pemerintah Desa Bunggalo dan Puskesmas Telaga Jaya. Dari hasil pengabdian masyarakat didapatkan bahwa terdapat tingkat pengetahuan remaja puteri sebelum pembinaan 13,20 dan sesudah pembinaan naik menjadi 15,20, sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan 2,00 sebelum dan sesudah pembinaan. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada remaja puteri terdapat 19% remaja puteri yang berada dalam kategori normal sebelum diberikan pembinaan dengan edukasi, pemberian tablet Fe dan olahan kacang hijau, dan setelah dilakukan pembinaan remaja puteri yang memiliki kadar hemoglobin dalam kategori normal meningkat menjadi 81%. Diperlukannya pengabdian masyarakat dengan lebih menggerakkan kader ataupun remaja puteri secara langsung agar lebih memahami pencegahan anemia ada remaja puteri di Gorontalo yang mempunyai manfaat untuk mencegah kejadian stunting pada bayi dan balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Politeknik Kesehatan Gorontalo yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Tim penulis juga mengucapkan kepada pihak Desa Bunggalo dan Puskesmas Telaga Jaya yang telah mendukung dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

Amalia, L., Sulastri, A., Suparto, T. A., & Sumartini, S. (2025). Prevalensi Anemia Dan Karakteristiknya Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan*, *17*(1), 203-210.

Bunggalo, Desa. (2025). *Profil kesehatan Desa Bunggalo*. Pemerintah Desa Bunggalo.

Chauhan, S., Kumar, P., Marbaniang, S. P., Srivastava, S., & Patel, R. (2022). Prevalence and predictors of anaemia among adolescents in Bihar and Uttar Pradesh, India. *Scientific Reports*, *12*(1), 1–9. https://doi.org/10.1038/s41598-022-12258-6

Gede Mahisa Taruna, W., Ayu Made Mahayani, I., Mahdaniyati S., A., & Ahmad Shammakh, A. (2023). Hubungan Pemberian Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Wanita Risiko Anemia. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, *2*(11), 2574–2581. https://doi.org/10.59141/comserva.v2i11.674

Maesaroh, H., Meliyanti, M., Rosita, & Yuliandari, M. (2024). *Hubungan pemberian tablet Fe pada remaja putri dengan peningkatan kadar Hb di MTs Al-*

Hidayah wilayah kerja Puskesmas Kalapanunggal. STIKes Dharma Husada. https://siakad.stikesdhb.ac.id/repositories/400823/4008230168/ARTIKEL%20PDF.pdf

Mulianingsih, M., Suriah, S., Hidayanty, H., Amiruddin, R., Hadju, V., Salmah, A. U., & Yusron, M. A. (2025). Nutritional Deficiency Anemia Status among Adolescent Girls in North Lombok District, West Nusa Tenggara, Indonesia. *The Open Public Health Journal*, *17*(1). https://doi.org/10.2174/0118749445353728241130164045

Nisa, J., Chikmah, A. M., Lorenza, K. A., Amalia, K. R., & Agustin, T. (2020). Pemanfaatan Kacang Hijau Sebagai Sumber Zat Besi Dalam Upaya Pencegahan Anemia Prakonsepsi. *Jurnal Surya Masyarakat*, *3*(1), 42. https://doi.org/10.26714/jsm.3.1.2020.42-47

Olii, N., Salman, S., Ischak, W. I., Manueke, I., Donsu, A., Nurdin, S. S. I., & Abdul, N. A. (2023). Effect of Soybean Juice on the Increase in Hemoglobin Levels among Adolescent Girls. *Jurnal Info Kesehatan*, *21*(2), 192–198. https://doi.org/10.31965/infokes.vol21.iss2.1028

Pujiyati, A., Prayitno, A., Saptiwi, B., Cilmiaty A.R., R., Susanti, W., Daffa, I. M. A. P. R., Avantara, A. T., Maharani, R. P., Soemijarto, T. A., & Fadhila, T. N. (2024). Edukasi dan Deteksi Dini Anemia pada Remaja Awal Desa Kedungwaduk. *Smart Society Empowerment Journal*, *4*(3), 107. https://doi.org/10.20961/ssej.v4i3.93330

Ratu Damayanti, A. R., & Futriani, E. S. (2024). Efektivitas Edukasi Anemia Melalui Media Video Dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil. *Jurnal Medika Malahayati*, *8*(1), 296–305. https://doi.org/10.33024/jmm.v8i1.10968

Rosidah, D., Sugesti, R., & Khusnul Pangestu, G. (2024). Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Dan Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri Usia 12-15 Tahun Dengan Anemia Sedang Di SMP Plus Assyifa Cibeber Kecamatan Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2024. *Journal Of Social Science Research*, *4*(5), 5529–5537.

Santoso, M. B., Supriadi, D., & Puspitasari, D. (2024). Pemberian Sari Kacang Hijau (Vigna radiata) terhadap Kadar Hemoglobin Dalam Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *17*(10), 931–938.

Sari, A. P., Yuniarti, P., & Krisnasary, A. (2023). The Impact of Tempeh Milk and Soymilk on Adolescent Hemoglobin Level. *Media Gizi Indonesia*, *18*(1SP), 27–32. https://doi.org/10.20473/mgi.v18i1sp.27-32

Tampubolon, N. R., & Siregar, M. A. (2022). Edukasi Asupan Zat Besi Pada Remaja Menuju Zero Stunting Di Sma Swasta Amanah Tahfidz, Kabupaten Deli Serdang. *Kreativitas Pengabdian Kepada Masyaraka*, *5*(3), 759–764.

Utami, K., Haryani, H., Albayani, M. I., & Supinganto, A. (2024). Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, *6*(3), 408–416. https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i3.2003

Yuliasetyaningrum, Suwarto, T., Rahmawati, A. M., & Maryati, A. (2023). Pengaruh Pemberian Tablet Fe terhadap Kadar Hb pada Remaja dengan AnemiaUs, H., & Safitri, M. E. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Anemia pada Remaja Putri. NEM. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, *14*(1), 300–306.

Zhagira, T., Jusuf, E. C., Usman, A. N., Ahmad, M., Nontji, W., Arsyad, A., & Hassan, I. I. (2025). The effect of Edu-IFA on knowledge and compliance with Fe tablet consumption in pregnant women in Makassar City. Window of Health: *Jurnal Kesehatan,* *8*(2), 206–216. https://doi.org/10.33096/woh.v8i2.1533