

EFEKTIVITAS Fe MOTIVATION CLASS TERHADAP KEPATUHAN KONSUMSI TABLET Fe DAN KADAR Hb PADA REMAJA PUTRI

The Effectiveness of Fe Motivation Class on The Compliance of Fe Tablet Consumption and Hb Levels In Teenagers

Sri Mulyati,¹ Risna Dewi Yanti¹,

¹Program Studi Kebidanan Bogor Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung
srim@staff.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

The prevalence of anemia in teenage girls is still quite high. Adolescent girls have a ten times greater risk of suffering from anemia compared to young men. This is because young women experience menstruation every month and are in a period of growth so they need more iron intake. In addition, an imbalance in nutrient intake is also a cause of anemia in teenage. To overcome anemia in teenage girls, the government has a program of giving Fe tablets to adolescents for 52 weeks. The purpose of the study was to determine the effectiveness of Fe Motivation Class on Hb Levels in Teenage Girls. The study used a quasi-experimental design (two group post design) to determine the effect of Fe Motivation Class on Hb Levels in Adolescent Girls. The location of this research is in the city of Bogor, carried out from February to December 2020 with a sample of 30 young women for each group with a total sample of 60 people. This Data was collected using online questionnaires. The results of the analysis using the Mann-Whitney showed that there was a significant difference in the mean adherence to consuming Fe tablets in the control group and the intervention group with a p-value = 0, 000 and there was no significant difference in the mean Hb levels in the control group and the intervention group. control group and intervention group with p-value = 0.393. Recommendation, so that Fe Motivation Class can be considered as a method to motivate young women to consume Fe so that it can prevent and reduce the incidence of anemia in young women.

Keywords: Fe tablets, adolescent girls, Hb. levels

ABSTRAK

Prevalensi anemia pada remaja putri masih cukup tetap tinggi. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar menderita anemia dibandingkan remaja putra. Hal ini karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Untuk mengatasi anemia tsb pemerintah memiliki program pemberian tablet Fe pada remaja selama 52 minggu. Tujuan penelitian untuk mengetahui Efektivitas Fe Motivation Class Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri

Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen (*two group post design*) untuk mengetahui pengaruh Fe Motivation Class Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri. Tempat penelitian ini di wilayah kota bogor, dilakukan mulai Bulan Februari-Desember 2020 dengan sampel remaja putri sejumlah 30 orang untuk tiap kelompok dengan total sampel 60 orang.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner dilakukan secara daring, Hasil analisis menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan terdapat perbedaan rerata yang signifikan dalam kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai $p = 0,000$ serta tidak terdapat perbedaan rerata kadar Hb yang signifikan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai $p = 0,393$.

Rekomendasi, agar Fe Motivation Class dapat dapat dijadikan pertimbangan sebagai salah satu metode untuk memberikan motivasi kepada remaja putri dalam mengkonsumsi Fe sehingga bisa mencegah dan menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri.

Kata kunci : tablet Fe, remaja putri, Kadar Hb

PENDAHULUAN

Anemia akibat kekurangan zat gizi besi (Fe) merupakan salah satu masalah gizi utama di Asia termasuk Indonesia dan pada anak sekolah, prevalensi anemia tertinggi ditemukan di Asia Tenggara dengan sekitar 60% anak mengalami anemia

Prevalensi anemia di Indonesia secara nasional mencapai 21,7%, dengan penderita anemia pada usia 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita pada usia 15-24 tahun. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa proporsi anemia pada perempuan lebih tinggi (22,7%) dibandingkan pada laki-laki (12,4%). Anemia menjadi masalah kesehatan karena prevalensinya >20%.¹

Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar menderita anemia dibandingkan remaja putra karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja. Anemia gizi besi pada remaja menjadi berbahaya jika tidak ditangani dengan baik, terutama untuk persiapan hamil dan melahirkan pada saat mereka dewasa.²

Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) mendukung upaya

perbaikan gizi untuk meningkatkan mutu SDM generasi masa datang. Kegiatan 1000 HPK dibentuk dengan tujuan untuk perluasan dan percepatan perbaikan gizi di dunia dengan fokus pada 1000 hari sejak hari pertama kehamilan. Remaja putri secara langsung tidak disebutkan dalam 1000 HPK, namun status gizi remaja putri atau pranikah memiliki kontribusi besar pada kesehatan dan keselamatan kehamilan dan kelahiran, apabila remaja putri menjadi ibu.³

Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk mendukung gerakan 1000 HPK, khususnya dalam menanggulangi masalah anemia pada remaja adalah melalui pemberian suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) berupa zat besi (60 mg FeSO₄) dan asam folat (0.25 mg).²

Strategi untuk mencegah dan menanggulangi kejadian anemia melalui beberapa pendekatan seperti fortifikasi zat besi pada bahan pangan dan edukasi gizi untuk meningkatkan jumlah asupan serta bioavailabilitas zat besi juga telah dilakukan. Masalah kepatuhan merupakan kendala utama suplementasi besi harian, oleh karena itu alternative suplementasi mingguan diharapkan dapat mengurangi masalah kepatuhan.⁴

Kebijakan Kementerian Kesehatan dalam pelayanan gizi remaja dimasa pandemik telah diterbitkan, menindaklanjuti pedoman pemberian

tablet tambah darah untuk remaja putri dan WUS yang terbit sebelumnya, bahwa pada pandemik COVID-19, rematri harus tetap mengkonsumsi TTD untuk meningkatkan daya tahan tubuhnya dan menghindari infeksi termasuk infeksi COVID 19. Daerah dengan penerapan PSBB dan *Study From Home* (SFH), bila memungkinkan sekolah/puskesmas/melalui tenaga gizi/bidan/kader mendistribusikan TTD kepada rematri atau rematri mendapatkan TTD secara mandiri.^{5,6}

Menurut Tambayong dalam Briawan kepatuhan akan terjadi bila aturan dalam mengkonsumsi obta diikuti dengan benar. Selain itu kepatuhan sangat membutuhkan dukungan supaya menjadi terbiasa.^{7,8}

Meskipun strategi tersebut telah dilakukan, namun tidak semua remaja patuh untuk mengkonsumsi tablet fe secara rutin sehingga perlu metode khusus agar remaja mau mengkonsumsi fe secara rutin salah satunya dengan membentuk *Fe Motivation Class*.

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan penelitian tentang Efektivitas *Fe Motivation Class* Terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dan kadar Hb Pada Remaja Putri dalam masa pandemik saat ini

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan *non randomized pre and post test with control group design*, yaitu dengan memberikan suatu bentuk intervensi yaitu *Fe Motivation Class* kemudian dilihat pengaruhnya terhadap kepatuhan konsumsi Fe, hasilnya dibandingkan dengan kelompok kontrol, yaitu kelompok yang tidak tergabung dalam kelas *Fe Motivation*. Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan April s.d Desember 2020 di Kota Bogor dengan subjek penelitian remaja putri yang berusia 12-17 tahun sejumlah 60 orang yang dibagi pada 2 kelompok sehingga berjumlah 30 pada masing-masing kelompok. Pengambilan sampel dengan Teknik cluster sampling dengan kriteria inklusi bersedia menjadi responden, berusia 12-18 tahun, tidak sedang sakit. Intervensi dilakukan selama 6 minggu dengan penyelenggaran kelas secara daring melalui *zoom meeting* dan *whats App Grup*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner kepatuhan yang diberikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Analisis bivariat dilakukan uji *Mann Whitney*. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komite etik penelitian Poltekkes Bandung dengan nomor 18/KEPK/EC/X/2020.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden untuk kedua kelompok subjek penelitian diperoleh hasil seperti tersaji berikut:

Tabel. 1 Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Kelompok Intervensi n= 30	Kelompok Kontrol n= 30	Total N = 60	Percentase (%)	P*
Usia					
12	5	5	10	16,7	0,522
13	3	3	6	10	
14	8	5	13	21,8	
15	3	3	6	10	
16	7	8	15	25	
17	4	6	10	10	
Pendidikan					
SMP	16	14	30	50	0,609
SMA	14	16	30	50	
Pernah Mendapatkan Fe Sebelumnya					
Ya	20	23	43	71,7	0,394
Tidak	10	7	17	28,3	
Dukungan orang tua					
Ya	27	30	57	95	0,078
Tidak	3	0	3	5	

Berdasarkan tabel 1 diketahui hasil uji statistik karakteristik responden kedua kelompok tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Responden pada kelompok kontrol maupun intervensi memiliki karakteristik yang homogen.

2. Gambaran Kepatuhan Remaja Putri dalam Konsumsi Tablet Fe dan Kadar Hb

Tabel 2 Gambaran Kepatuhan Remaja Putri dalam Konsumsi Tablet Fe

Kelompok	Intervensi N= 30	Kontrol N= 30
Median		
Minimum-	2	1
maksimum	1-2	1-2
Tingkat Kepatuhan	25 (83,3 %)	8 (26,7)
Patuh	5 (16,7 %)	22 (73,3)
Tidak Patuh		

Ket : *distribusi data tidak normal

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe

Tabel. 3 Gambaran kadar Hb Remaja Putri

Kelompok	Intervensi N= 30		Kontrol N= 30	
	Pre test	Post test	Pre tes	Post tes
Median	0	0	0	0
Minimum-maksimum	0-1	0-1	0-1	0-1
Status Anemia	3	2	3	3
Tidak anemia	27	28	27	27

3. Hasil Analisis

Tabel 4 Hasil Analisis Perbedaan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Kelompok	N	Median (nilai minimum - maksimum)	p*
Kelompok intervensi	30	2 (1-2)	0,000
Kelompok control	30	1 (1-2)	

*uji Mann Whitney

Dari hasil analisis dengan menggunakan uji Mann Whitney didapatkan hasil terdapat perbedaan rerata kepatuhan yang signifikan dalam mengkonsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai $p = 0,000$

Tabel 5 Hasil Analisis Perbedaan Kadar Hb Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Kelompok	N	Median (nilai minimum - maksimum)	p*
Kelompok intervensi	30	0 (0-1)	0,393
Kelompok control	30	0 (0-1)	

*uji Mann Whitney

Dari hasil analisis dengan menggunakan uji Mann Whitney didapatkan hasil tidak terdapat perbedaan rerata kadar Hb yang signifikan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai $p = 0,393$.

PEMBAHASAN

1. Kepatuhan Konsumsi Fe pada Remaja Putri

Masalah kesehatan dan gizi di Indonesia pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi fokus perhatian karena tidak hanya berdampak pada angka kesakitan dan kematian pada ibu dan anak, melainkan juga memberikan konsekuensi kualitas hidup individu yang bersifat permanen sampai usia dewasa. Timbulnya masalah gizi pada anak usia di bawah dua tahun erat kaitannya dengan

persiapan kesehatan dan gizi seorang perempuan untuk menjadi calon ibu, termasuk rematri.

Kebijakan Kementerian Kesehatan dalam pelayanan gizi remaja dimasa pandemik telah diterbitkan, menindaklanjuti pedoman pemberian tablet tambah darah untuk Rematri dan WUS yang terbit tahun 2016, pada masa pandemik COVID-19, rematri diharapkan tetap mengkonsumsi TTD untuk meningkatkan daya tahan tubuhnya, memelihara status kesehatannya dan menghindari infeksi termasuk infeksi COVID 19.⁶

Daerah dengan penerapan PSBB dan *Study From Home* (SFH), bila memungkinkan sekolah/ puskesmas/ melalui tenaga gizi/ bidan/ kader mendistribusikan TTD kepada rematri atau rematri mendapatkan TTD secara mandiri.⁶

Di Wilayah Kota Bogor telah pula diterbitkan Edaran Dinkes Kota Bogor no : 4415/3568/Kesmas perihal Data Penjaringan Anak Sekolah di masa Pandemi Covid 19, dijelaskan bahwa pada daerah dimana anak masih melakukan pembelajaran dari rumah atau Institusi pengasuhan lainnya, penjaringan kesehatan / skrining dilakukan dengan menggunakan teknologi informasi dan komunikasi atau penggunaan formulir google. Pada daerah dengan akses internet sulit dilakukan pengisian status kesehatan melalui formulir cetak, bila diperlukan ditindaklanjuti melalui pemeriksaan oleh tenaga kesehatan.⁵

Informasi yang peneliti peroleh dari Kasie Gizi Dinkes Kota Bogor, untuk wilayah Kota Bogor mengenai strategi Program Penanggulangan Anemia serta menjaga keberlangsungan konsumsi TTD pada rematri, distribusi TTD yang biasanya dilakukan di sekolah, pada masa pandemik distribusi TTD dilakukan melalui kader posyandu di wilayah masing – masing.

2. Kepatuhan Konsumsi Fe pada Remaja Putri yang tergabung dalam *Fe Motivation Class*

Pada tabel 2 mengenai karakteristik responden baik kelompok kontrol maupun kelompok intervensi menunjukkan karakteristik yang homogen. Dari 30 responden kelompok intervensi sebagian besar yaitu 25 orang (83,3 %) responden patuh mengkonsumsi TTD. Seluruh responden baik kelompok intervensi maupun kelompok control mengikuti sekolah secara daring. Responden telah mendapatkan tablet Fe sejak pertengahan Bulan Oktober melalui kader posyandu di tiap-tiap wilayah.

Kepatuhan berasal dari kata patuh, menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia, patuh artinya suka dan taat kepada perintah atau aturan, dan berdisiplin. Kepatuhan berarti sifat patuh, taat, tunduk pada ajaran atau peraturan.⁷

Penelitian yang dilakukan oleh Briawan pada remaja putri di Kota Bogor, menjelaskan Kepatuhan mengonsumsi TTD diukur dari ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi dan frekuensi mengonsumsi tablet Fe tersebut.⁸⁻⁹ dan Pemberian tablet Fe secara rutin selama menstruasi dapat meningkatkan kadar Hb.¹⁰

Penelitian widiastuti dan rusmini menyatakan bahwa kurang dari 50 % remaja putri di perkotaan yang patuh mengkonsumsi tablet Fe dan penelitian Yuniarti menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe dengan angka kejadian anemia dimana 70% remaja yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe mengalami anemia.¹¹⁻¹²

Banyak faktor yang mempengaruhi kepatuhan. Menurut Milgram ada 6 faktor yaitu status lokasi, tanggungjawab personal, legitimasi figure otoritas, status figure otoritas, dukungan sesama rekan dan

kedekatan figure otoritas.¹³

3. Efektivitas *Fe Motivation Class* terhadap Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe pada Remaja Putri

Pada tabel 4 Dari hasil analisis dengan menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan hasil terdapat perbedaan rerata kepatuhan yang signifikan dalam mengkonsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai $p = 0,000$. *Fe Motivation Class* terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe.

Program pemberian TTD pada remaja putri tingkat SMP dan SMA di Kota Bogor sudah dilaksanakan sejak tahun 2015 dengan pemberian kartu monitoring kepatuhan, konsumsi TTD bersama di sekolah namun data mengenai kepatuhan konsumsi TTD pada remaja putri perlu pemantauan lebih lanjut, terlebih dimasa pandemik, remaja puteri diharapkan mengkonsumsi TTD di rumah mengingat proses pembelajaran dilakukan secara online (SFH)

Motivasi adalah keinginan yang terdapat pada diri seseorang individu untuk melakukan perbuatan, tindakan atau perilaku¹⁴

Fe Motivation Class merupakan salah satu metode metode pendampingan untuk remaja dalam mengkonsumsi TTD. Pada Kelompok ini, remaja diberikan motivasi, didampingi dan dilakukan pemantauan selama mengkonsumsi Fe, harapannya dengan metode ini maka kepatuhan remaja akan meningkat dan berdampak pada penurunan angka anemia dan mencegah terjadinya anemia pada remaja putri.

Berbagai penelitian telah diperoleh informasi mengenai peran dukungan dari tenaga kesehatan,

guru dan orang tua bagi remaja dalam mengkonsumsi TTD.¹⁵

Menurut ulum diantaranya dukungan sesama rekan. Seseorang cenderung berperilaku sama dengan rekan atau sesama dalam lingkungan sosialnya. Orang cenderung bersama sesuai dengan kelompok sosialnya misalnya umur, jenis kelamin, ras, agama, hobi, pekerjaan cenderung bertindak dan berperilaku seperti anggota dari kelompok tersebut.¹³

Pada penelitian ini ternyata dukungan yang diberikan melalui pembentukan kelompok (*Fe motivation Class*) efektif $p = 0,000 < 0,5$ dalam meningkatkan kepatuhan remaja putri dalam mengkonsumsi TTD. Peneliti memberikan motivasi, pendampingan dan pemantauan 1 minggu sekali melalui WAG.

6. Efektivitas *Fe Motivation Class* terhadap kadar Hb pada Remaja Putri

Pada tabel 5 Dari hasil analisis dengan menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan hasil tidak terdapat perbedaan rerata yang signifikan kadar Hb pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai $p = 0,393$

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah/eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Oksigen diperlukan oleh jaringan tubuh untuk melakukan fungsinya. Kekurangan oksigen dalam jaringan otak dan otot akan menyebabkan gejala antara lain kurangnya konsentrasi dan kurang bugar dalam melakukan aktivitas. Hemoglobin dibentuk dari gabungan protein dan zat besi dan membentuk

sel darah merah/eritrosit. Anemia merupakan suatu gejala yang harus dicari penyebabnya dan penanggulangannya dilakukan sesuai dengan penyebabnya.

Gejala yang sering ditemui pada penderita anemia adalah 5 L (Lesu, Letih, Lemah, Lelah, Lalai), disertai sakit kepala dan pusing ("kepala muter"), mata berkunang-kunang, mudah mengantuk, cepat capai serta sulit konsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan "pucat" pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan. Penegakkan diagnosis anemia dilakukan dengan pemeriksaan laboratorium kadar hemoglobin/Hb dalam darah dengan menggunakan metode *Cyanmethemoglobin*

Pada penelitian ini intervensi dilakukan selama 6 minggu, namun baik sebelum maupun sesudah intervensi tidak dilakukan pengukuran kadar Hb sehubungan dengan situasi pandemik. Peneliti melakukan pemeriksaan fisik untuk melihat adakah pucat pada kelopak mata (konjungtiva), bibir dan ujung – ujung ekstremitas atas. meskipun TTD tidak diminum didepan peneliti, responden melakukan upload setelah minum TTD.

SIMPULAN

Simpulan hasil penelitian ini adalah terdapat perbedaan rerata kepatuhan yang signifikan dalam mengkonsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sehingga *Fe Motivation Class* efektif terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada remaja putri dan Tidak terdapat perbedaan yang signifikan status haemoglobin antara sebelum intervensi dan setelah intervensi pada kelompok intervensi.

Pembentukan *Fe Motivation Class* dapat membantu remaja putri untuk lebih patuh mengkonsumsi Tablet Tambah darah (TTD) dan Pengaktifan kartu monitoring kepatuhan dan

pemantauan konsumsi TTD dengan kerjasama yang baik antara orang tua, kader dan pihak puskesmas khususnya di masa pandemic saat ini mengingat kebijakan PBM secara online / SFH.

DAFTAR RUJUKAN

1. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2013.
 2. _____ . Direktorat Gizi Kesmas, Dirjen Kesmas, Kemenkes. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS), 2016
 3. Bapenas RI. Kerangka Kebijakan: Gerakan Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Jakarta : Badan Perencanaan dan Pembangunan Nasional; 2012
 8. Nuradhiani Annisa, Dkk, Dukungan Guru Meningkatkan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Kota Bogor, . Gizi Pangan, Volume 12, Nomor 3, November 2017
 9. Briawan D, Adriyani A, Pusporni. 2009. Determinan Keberhasilan Program Suplementasi Zat Besi pada Siswi Sekolah. Jurnal Gizi Klinik Indonesia. 2009;6(2):78-83.
 10. Susanti Y, Briawan D, Martianto D, Suplementasi Besi mingguan Meningkatkan haemoglobin sama efektif dengan kombinasi mingguan dan harian pada remaja Putri, Jurnal Gizi Pangan, Vol 11 no 1, 2016
 11. Widiastuti, Anita dan Rusmini, Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri, Jurnal Sains Kependidikan, Vol 1 no 1 tahun 2019
 12. Yuniarti, Y., Rusmilawaty, R dan Tunggal T. Hubungan antara Kepatuhan Minum Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri
 4. Fikawati,S., Syafiq,A., dan Nurjaida, Sri., Pengaruh Suplementasi zat besi satu dan dua kali per minggu terhadap kadar Hemoglobin pada siswi anemia. Depok : FKM-UI dan Dinkes Kota Tangerang.Universa Medicina, 2011;vol 24 no. 4
 5. Dinkes Kota Bogor. Edaran Dinkes Kabupaten Bogor no : 4415/3568/Kesmas perihal Data Penjaringan Anak Sekolah di masa Pandemi Cocid 19, 2020
 6. Direktorat Gizi Masyarakat, Dirjen Kesmas, Kemenkes, Pedoman Pelayanan Gizi Pada Masa Tanggap Darurat Covid-19 Untuk Tenaga Kesehatan, 2020
 7. Kamus Besar Bahasa Indonesia, Kementerian Pendidikan dan Budaya, 2016
- di MA Darul Imad Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar. Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia 2 (1). 2015
13. Ulum Miftahul , Ratna Dwi Wulandari. Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Berdasarkan Teori Kepatuhan Milgram Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, 2013
 14. Notoatmodjo, Soekidjo, Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta, 2012
 15. Nurul Flashy, Tridjoko Hadianto, Mumtihana Muchlis , Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Remaja Putri Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di MAN 1 Yogyakarta Universitas Gadjah Mada, 2018 | Diunduh Dari [Http://Etd.Repository.Ugm.Ac.Id/](http://Etd.Repository.Ugm.Ac.Id/)