

**PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) SEBELUM DAN
SESUDAH MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
(TTD) PADA REMAJA PUTRI ANEMIA**

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai
Gelar Ahli Madya Analis Kesehatan



Oleh :
Dhiana Puspitasari
J40223175

**PROGRAM STUDI D3 ANALIS KESEHATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA
2025**

**PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) SEBELUM DAN
SESUDAH MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
(TTD) PADA REMAJA PUTRI ANEMIA**

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai
Gelar Ahli Madya Analis Kesehatan



Oleh :
Dhiana Puspitasari
J40223175

**PROGRAM STUDI D3 ANALIS KESEHATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah :

PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) SEBELUM DAN SESUDAH MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA REMAJA PUTRI ANEMIA

**Oleh :
Dhiana Puspitasari
J40223175**

Surakarta, 25 Juni 2025

Menyetujui Untuk Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah
Pembimbing



Rumeysa Chitra Puspita, S.ST., MPH
NIS. 01201710162232

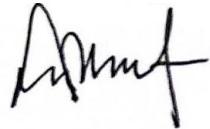


LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah :

PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) SEBELUM DAN SESUDAH MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA REMAJA PUTRI ANEMIA

Oleh :
Dhiana Puspitasari
J40223175


Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 03 Juli 2025

	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Penguji I	: Drs. Edy Prasetya, M.Si		15/07/2025
Penguji II	: dr. Lucia Sincu Gunawan, M.Kes		16/7/2025
Penguji III	: Rumeysa Chitra Puspita, S.ST., MPH		15/07/2025

Mengetahui,


Prof. dr. Marsetyawan HNES, M.Sc., Ph.D
NIDK. 8893090018

Ketua Program Studi
D3 Analis Kesehatan


Dr. Ifandari, S.Si., M.Si.
NIS. 01201211162157

HALAMAN PERSEMBAHAN

Pertama saya ucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala nikmat, kesehatan, keburuntungan, kekuatan dan inspirasi dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillahirobbiil alamiin, sungguh sebuah perjuangan yang cukup panjang telah saya lalui untuk mendapatkan gelar Ahli Madya ini. Rasa syukur dan bahagia yang kurasakan ini akan aku persembahkan kepada orang-orang yang saya sayangi dan berarti dalam hidupku :

1. Kedua Orang tua saya tercinta Bapak Pujiyanto dan Ibu Nanik yang selalu memberikan cinta dan kasih sayangnya dari lahir hingga sekarang, serta mengiringi setiap langkah saya, mendukung dan memberi semangat serta doa.
2. Kakak Saya Dyah Ayu, serta semua saudara yang telah membantu, mendukung, dan memberi semangat serta doa. Semoga selalu diberkahi dan diberikan kesehatan.
3. Dosen Pembimbing saya, Ibu Rumeysa Chitra Puspita, S.ST., MPH., terimakasih telah meluangkan waktunya untuk memberikan banyak ilmu, masukan, pengarahan dan bimbingan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. Semua dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Setia Budi. Terimakasih untuk semua ilmu yang telah diberikan selama 3 tahun ini.
5. Segenap karyawan Laboratorium Kesehatan Daerah, terimakasih telah banyak memberikan bantuan dan kerjasama selama penyusunan penelitian Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Sahabat serta rekan-rekan seperjuangan yang tak henti memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
7. Teman-teman seperjuangan D3 Analis Kesehatan Universitas Setia Budi, terimakasih telah menjadi pelengkap cerita masa kuliah.
8. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, terima kasih atas doa dan kebaikan yang telah diberikan.

Surakarta, 03 Juli 2025

Penulis

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul **“PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) SEBELUM DAN SESUDAH MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA REMAJA PUTRI ANEMIA”** adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila Karya Tulis Ilmiah ini merupakan jiplakan dari penelitian/karya ilmiah/Karya Tulis Ilmiah orang lain, maka saya siap menerima sanksi, baik secara akademis maupun hukum.

Surakarta, 03 Juli 2025



Dhiana Puspitasari
NIM. J40223175

KATA PENGANTAR

Assalammu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur kehadirat Allah SWT, karena atas segala rahmat dan hidayahNya, Penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah guna memenuhi persyaratan untuk mencapai Gelar Ahli Madya Analis Kesehata (A.Md.Kes) di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Setia Budi Surakarta.

Alhamdulillahirobbil'alamin, akhirnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) SEBELUM DAN SESUDAH MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH (TTD) PADA REMAJA PUTRI ANEMIA”** diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan dalam bidang hematologi.

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak bisa lepas dari bantuan banyak pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, oleh karena itu Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan anugerah, nikmat serta petunjuk disetiap langkah hidupku.
2. Yth. Bapak Dr. Ir. Djoni Tarigan, MBA., selaku Rektor Universitas Setia Budi Surakarta.
3. Yth. Bapak Prof. Dr. Marsetyawan HNE Soesatyo, M.Sc., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Setia Budi.
4. Yth. Ibu Dr. Ifandari, S.Si., M.Si., selaku Ketua Program Studi D3 Analis Kesehatan Universitas Setia Budi.
5. Yth. Ibu Rumeysa Chitra Puspita, S.ST., MPH., selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan banyak ilmu, masukan, pengarahan dan bimbingan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
6. Tim penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan untuk Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Segenap karyawan Laboratorium Kesehatan Daerah yang banyak memberikan bantuan dan kerjasama selama penyusunan penelitian Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Kedua Orang tua saya tercinta dan kakak saya, serta semua saudara yang telah

membantu, mendukung, dan memberi semangat serta doa.

9. Sahabat serta rekan-rekan seperjuangan yang tak henti memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
10. Teman-teman seperjuangan D3 Analis Kesehatan Universitas Setia Budi, terima kasih telah menjadi pelengkap cerita masa kuliah.
11. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu, terima kasih atas doa dan kebaikan yang telah diberikan.

Penulis menyadari banyak kekurangan dan masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu Penulis mengharap segala saran dan kritik dari pembaca untuk menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bisa berguna bagi siapa saja yang membacanya.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb

Surakarta, 03 Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
INTISARI.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Penelitian Relevan	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori	9
1. Anemia.....	9
2. Remaja	15
3. Tablet Tambah Darah (TTD).....	16
4. Hemoglobin	19
B. Kerangka Pikir	26
C. Hipotesis	27

BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Rancangan Penelitian.....	28
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	28
1. Waktu penelitian	28
2. Tempat penelitian	28
C. Populasi Sampel.....	28
1. Populasi.....	28
2. Sampel	28
D. Alat dan Bahan.....	29
1. Alat.....	29
2. Bahan	29
E. Prosedur Penelitian	30
1. Prosedur Persiapan.....	30
2. Prosedur Pemeriksaan.....	30
3. Prosedur pengisian kuisioner	33
F. Teknik Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Analisis Data	34
H. Alur Penelitian	35
I. Jadwal Penelitian	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan	38
C. Keterbatasan Penelitian.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Struktur Hemoglobin	20
Gambar 2. 2 Kerangka Pikir.....	26
Gambar 3. 1 Alur Penelitian.....	35

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Penelitian Relevan.....	7
Tabel 2. 1	Klasifikasi Anemia menurut Kelompok Umur	11
Tabel 2. 2	Kadar Hemoglobin	19
Tabel 3. 1	Jadwal Penelitian.....	35
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Karakteristik Responden..	36
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Responden Menurut Kejadian Anemia.....	37
Tabel 4. 3	Perbedaan Rata-Rata dari Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Tablet Tambah Darah	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian	48
Lampiran 2. Ethical Clearance	49
Lampiran 3. Lembar informed consent	50
Lampiran 4. Lembar Kuesioner	51
Lampiran 5. Hasil Data Penelitian	53
Lampiran 6. Surat Selesai Penelitian	54
Lampiran 7. Dokumentasi	56

DAFTAR SINGKATAN

AKG	Angka Kecukupan Gizi
BBLR	Berat Badan Lahir Rendah
BJ	Berat Jenis
EDTA	<i>Ethylenediamine tetra acetic acid</i>
Hb	Hemoglobin
IMT	Indeks Masa Tubuh
IRIDA	<i>Iron Refractory Iron Deficiency Anemia</i>
mcg	<i>microgram</i>
mg	<i>miligram</i>
TTD	Tablet Tambah Darah
WHO	<i>World Health Organization</i>

INTISARI

Puspitasari, D. 2025. Perbedaan Kadar Hemoglobin (Hb) Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Pada Remaja Putri Anemia. Program Studi D3 Analis Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Setia Budi.

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang ditandai dengan kadar hemoglobin di bawah normal dan banyak dialami remaja putri. Penyebab utamanya adalah kurangnya asupan zat besi dan kebiasaan hidup tidak sehat. Salah satu upaya yang telah dilakukan pemerintah untuk menanggulangi masalah anemia pada remaja putri adalah dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri anemia.

Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan rancangan *pretest-posttest one group*. Populasi sekaligus subjek penelitian adalah Mahasiswi Universitas Setia Budi yang berjumlah 28 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Pengumpulan data menggunakan data primer yang diperoleh dari data hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang diperiksa dengan *Hematology Analyzer* serta pengisian kuesioner. Analisis data ditampilkan secara deskriptif.

Hasil analisis pada 28 remaja putri menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb mengalami peningkatan dari $10,73 \pm 1,23$ g/dL menjadi $11,20 \pm 1,46$ g/dL. Terdapat perbedaan antara kadar Hb sebelum dan sesudah mengonsumsi TTD.

Kata Kunci : Kadar hemoglobin, tablet tambah darah, remaja putri, anemia.

ABSTRACT

Puspitasari, D. 2025. Differences in Haemoglobin (Hb) Levels Before and After Consuming Blood Supplement Tablets (TTD) in Anaemic Adolescent Girls. D3 Health Analyst Study Programme, Faculty of Health Sciences, Setia Budi University.

Anaemic is a global health problem characterised by below normal haemoglobin levels and is widely experienced by adolescent girls. The main causes are lack of iron intake and unhealthy living habits. One of the efforts made by the government to overcome the problem of anaemia in adolescent girls is the provision of Blood Addition Tablets (TTD). This study aims to determine the difference in haemoglobin levels before and after taking blood supplement tablets in anaemic adolescent girls.

This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest one group design. The population and subjects of the study were 28 female students of Setia Budi University. The sampling technique used was purposive sampling. Data collection used primary data obtained from the results of the examination of haemoglobin levels examined by Hematology Analyzer and filling out questionnaires. Data analysis is displayed descriptively.

The results of the analysis on 28 female adolescent showed that the average Hb level increased from 10.73 ± 1.23 g/dL to 11.20 ± 1.46 g/dL. There was a difference between haemoglobin levels before and after consuming TTD.

Keywords: Haemoglobin levels, blood supplement tablets, adolescent girls, anaemic

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah kondisi medis dengan kadar hemoglobin di bawah normal dan sering dianggap sebagai kekurangan sel darah merah. Kondisi ini sangat umum dan memengaruhi sekitar sepertiga populasi dunia. Sekitar 40% anak usia 6-59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% perempuan usia 15-49 tahun mengalami anemia (Nugraha, 2023).

Anemia merupakan masalah global yang dapat dialami semua kelompok usia, termasuk anak-anak, remaja, ibu hamil, dan lansia. WHO mencatat pada 2016 bahwa prevalensi anemia pada wanita di dunia mencapai 32,5%. Di Indonesia, sekitar 34,8% dari lebih 44 juta perempuan berusia 0–19 tahun berisiko anemia. Riskesdas mencatat kenaikan angka anemia pada remaja putri, dari 37,1% pada 2013 menjadi 48,9% pada 2018, bahkan melonjak hingga 65,5% selama pandemi covid-19 (2020–2022). Di Universitas Setia Budi, prevalensi anemia pada mahasiswi tercatat sebesar 21,3%, menunjukkan masih tingginya kasus anemia di kalangan remaja putri (Gunawan, 2023 ; Gunawan *et al.*, 2024).

Anemia defisiensi besi yang resisten terhadap zat besi dapat memiliki berbagai karakteristik baik secara klinis maupun laboratorium. Karakteristik klinis yang bervariasi juga dapat menyebabkan anemia mikrositik yang diakibatkan metabolisme zat besi yang tidak sempurna dan tidak responsif terhadap pemberian TTD. Pada anemia mikrositik

hipokromik penyebab dasar pertama yang perlu dipertimbangkan. Individu dengan *Iron Refractory Iron Deficiency Anemia* (IRIDA) yang umumnya didiagnosa pada masa kanak – kanak dengan gambaran anemia ringan hingga sedang (Keskin & Yenicesu, 2015).

Tahap remaja ditandai dengan pertumbuhan serta perubahan fisik dan psikologis yang pesat. Pada fase ini, remaja perempuan cenderung lebih rentan terkena anemia karena adanya peningkatan kebutuhan akan asupan zat besi akibat menstruasi yang terjadi secara rutin setiap bulan. Remaja memerlukan asupan nutrisi dan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia sebelum maupun sesudahnya, karena masa ini merupakan fase transisi menuju dewasa. Kerentanan remaja terhadap masalah gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti proses tumbuh kembang yang berlangsung cepat, diiringi dengan perubahan pola hidup dan konsumsi makanan, kehamilan pada usia remaja dan meningkatnya aktivitas fisik (Fitriany & Saputri, 2018 ; Rasyid *et al.*, 2022).

Kondisi anemia pada remaja putri berpotensi menimbulkan efek negatif, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek dari anemia dapat menghambat pertumbuhan fisik serta mengganggu proses pematangan seksual. Sementara itu, dampak jangka panjang anemia berisiko memengaruhi kesehatan remaja putri ketika memasuki masa kehamilan, karena tubuhnya tidak mampu mencukupi kebutuhan gizi bagi dirinya sendiri maupun bagi janin yang dikandungnya, sehingga menimbulkan komplikasi dan risiko pada kehamilan dan

persalinan. Kehamilan dapat meningkatkan risiko kematian ibu, kematian perinatal, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), serta stunting (Nuraeni *et al.*, 2019).

Nutrisi yang tepat menjadi solusi jangka panjang untuk mengatasi anemia, meski tidak selalu berhasil secara langsung. Oleh karena itu, suplementasi zat besi melalui tablet tambah darah (TTD) dipilih sebagai metode utama. Awalnya, WHO merekomendasikan suplementasi zat besi khusus untuk ibu hamil, namun kemudian program ini diperluas untuk mencakup remaja putri (Kemenkes RI, 2018a).

Rendahnya kebiasaan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk sikap serta dukungan dari lingkungan sekitar, seperti tenaga kesehatan dan faktor internal seperti kurangnya kesadaran pribadi dalam mengonsumsi TTD secara teratur. Hasil pelaksanaan program tablet tambah darah menunjukkan bahwa tingkat konsumsi TTD pada remaja putri masih tergolong rendah. Hal ini disebabkan karena belum optimalnya proses monitoring dan evaluasi program, rendahnya kesadaran remaja putri dalam mengonsumsi TTD, serta minimnya dukungan eksternal untuk mendorong peningkatan konsumsi tablet tersebut (Wahyuningsih & Uswatun, 2019).

Tablet tambah darah dikonsumsi dengan cara minum satu tablet setiap minggu dan satu tablet per hari selama masa menstruasi. Remaja putri disarankan untuk rutin mengonsumsi tablet ini agar tetap sehat, bugar, cerah dan penuh semangat. Penggunaan tablet TTD sebaiknya dikonsumsi dengan

air putih, bukan teh, susu atau kopi, karena minuman tersebut dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga efektivitas tablet menjadi berkurang (Permata *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Masria (2021) mengungkapkan bahwa sebelum mengonsumsi tablet Fe, sebanyak 88,4% siswi di SMAN 2 Lakudo memiliki kadar hemoglobin yang berada dalam kategori normal. Setelah mendapatkan suplementasi tablet Fe, persentase tersebut meningkat menjadi 95,7%, yang menunjukkan bahwa tablet Fe efektif dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tonasih *et al* (2019) ditemukan bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada remaja putri sebelum mengonsumsi tablet Fe sebesar 12,7 g/dl. Setelah mengonsumsi tablet tersebut, kadar hemoglobin meningkat menjadi 12,9 g/dl, yang mengindikasikan adanya pengaruh positif dari pemberian tablet tambah darah terhadap peningkatan kadar hemoglobin.

Penelitian Febriana (2021) terdapat peningkatan kadar hemoglobin sebesar 2,18 pada kelompok intervensi dan 0,71 pada kelompok kontrol, dengan p value 0,000, menunjukkan perbedaan signifikan dan membuktikan efektivitas tablet tambah darah dalam meningkatkan hemoglobin.

Andaruni (2018) setelah 8 minggu intervensi, peningkatan kadar hemoglobin tertinggi terjadi pada kelompok yang mengonsumsi tablet Fe dan jus jambu biji (2,13 gr/dL), disusul kelompok tablet Fe dan vitamin C

(1,23 gr/dL), serta tablet Fe saja (0,83 gr/dL). Hasil ini menunjukkan bahwa tablet tambah darah efektif meningkatkan kadar hemoglobin.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar hemoglobin (Hb) sebelum dan setelah mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri yang mengalami anemia.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan kadar hemoglobin (Hb) sebelum dan setelah konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri anemia?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kadar hemoglobin (Hb) sebelum dan sesudah mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri anemia.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penulis dapat mengetahui perubahan kadar hemoglobin (Hb) pada remaja putri anemia sebelum dan setelah mengonsumsi tablet tambah darah (TTD).

2. Bagi Masyarakat

Menyampaikan informasi kepada masyarakat bahwa pemberian tablet tambah darah dapat meningkatkan kadar Hb pada anemia di kalangan remaja putri.

3. Bagi Institusi

Dapat menjadi bahan masukan untuk pengembangan ilmu,
menambah publikasi penelitian dalam bidang hematologi.

E. Penelitian Relevan

Tabel 1. 1 Penelitian Relevan

No	Penulis	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	Andaruni (2018)	Efektivitas pemberian tablet zat besi (Fe), vitamin C dan jus buah jambu biji terhadap peningkatan kadar hemoglobin (Hb) remaja putri di Universitas Muhammadiyah Mataram.	Quasi Eksperimen, dengan jumlah responden 30 remaja putri di Universitas Muhammadiyah Mataram.	Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pemberian TTD selama 8 minggu meningkatkan kadar Hb, dengan peningkatan terbesar pada kelompok yang mengonsumsi tablet Fe dan jus jambu biji (2,13 g/dL), diikuti kelompok tablet Fe dan vitamin C (1,23 g/dL), serta kelompok tablet Fe saja (0,83 g/dL).	Metode penelitian dengan <i>pretest posttest one group</i>
2.	Tonasih <i>et al</i> (2019)	Efektivitas pemberian tablet tambah darah pada remaja terhadap peningkatan hemoglobin (Hb) di Stikes Muhammadiyah Cirebon	Quasi Eksperimen, pada 22 mahasiswa di Stikes Muhammadiyah Cirebon.	Rata-rata kadar Hb responden sebelum dan setelah mengonsumsi tablet Fe masing-masing adalah 12,7 g/dL dan 12,9 g/dL.	Responden yang digunakan yaitu remaja putri dengan anemia
3.	Febriana (2021)	Pengaruh Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan Air Jeruk Lemon plus Madu	Quasi Eksprimen, jumlah responden 40 remaja putri di Pondok Pesantren	Hasil penelitian memperlihatkan peningkatan kadar Hb sebesar 2,18 pada kelompok intervensi dan 0,71 pada kelompok kontrol, sehingga	Metode penelitian yang digunakan yaitu <i>one group</i>

	terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia di Pondok Pesantren Harsallakum dan Darussalam Kota Bengkulu Tahun 2021	Harsallakum dan Darussalam kota Bengkulu.	konsumsi TTD terbukti efektif dalam meningkatkan kadar Hb.	tanpa kelompok kontrol
4. Masria (2021)	Efektivitas pemberian tablet Fe terhadap kadar hemoglobin siswi SMAN 2 Lakudo Kabupaten Buton Tengah	Pra Eksperimental, dengan jumlah responden 43 siswi SMAN 2 Lakudo Kabupaten Buton Tengah.	Dari 43 sampel siswi SMAN 2 Lakudo, 88,4% memiliki kadar Hb normal sebelum dan 95,7% setelah pemberian tablet Fe.	Usia pada responden yang digunakan adalah 17 – 24 tahun pada mahasiswi Universitas Setia Budi