

## PELATIHAN DAN INTERVENSI EDUKASI UNTUK MENINGKATKAN PERAN REMAJA SEBAGAI FASILITATOR DALAM PENCEGAHAN STUNTING MELALUI KONSUMSI TABLET Fe

Endah wahyutri<sup>1</sup>, Hilda Hilda<sup>2</sup>✉, Rosalin Ariefah Putri<sup>3</sup>, Ratnawati<sup>4</sup>

Coreponding author: [hildahilda71@gmail.com](mailto:hildahilda71@gmail.com)

<sup>1,2</sup> Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Indonesia

<sup>3</sup> Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Indonesia

<sup>4</sup> Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Indonesia

**Genesis Naskah:** 1-11-2024, Revised: 24-02-2025, Accepted: 25-02-2025, Available Online: 28-02-2025

### Abstrak

Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia masih tinggi, berkontribusi pada meningkatnya risiko stunting pada generasi berikutnya. Pengetahuan yang rendah mengenai pentingnya konsumsi zat besi menjadi salah satu faktor utama, sehingga pemberdayaan remaja melalui dukungan sebaya diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran gizi dalam mencegah stunting. Pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan stunting dan peran mereka sebagai fasilitator melalui edukasi tablet Fe. Dilaksanakan di SMA Negeri 17 Samarinda, program ini mengintegrasikan kolaborasi lintas sektor antara Dinas Kesehatan, Puskesmas, Kelurahan, dan akademisi. Metode intervensi mencakup penyuluhan mengenai stunting dan anemia, minum tablet Fe serempak, serta pelatihan dukungan sebaya. Sebanyak 17 remaja putri dari SMAN 17 berpartisipasi dalam kegiatan ini. Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan melalui kuesioner pretest dan posttest. Hasil analisis menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan skor pretest rata-rata 77,94 meningkat menjadi 86,76 pada posttest ( $p < 0,001$ ). Korelasi positif yang kuat ( $r = 0,767$ ) diamati antara hasil pretest dan posttest, menunjukkan keberhasilan intervensi. Disimpulkan bahwa pemberdayaan remaja melalui dukungan sebaya sangat diperlukan untuk mengurangi prevalensi stunting dan anemia. Diharapkan program ini dapat direplikasi di wilayah lain untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kesehatan gizi remaja serta mendukung pencegahan stunting di Indonesia.

**Kata Kunci :** Pelatihan; Intervensi Edukasi; Remaja Putri; Pencegahan Stunting; Tablet Fe

### **TRAINING AND EDUCATIONAL INTERVENTIONS TO INCREASE THE ROLE OF ADOLESCENTS AS FACILITATORS IN STUNTING PREVENTION THROUGH THE CONSUMPTION OF Fe TABLETS**

#### Abstract

The prevalence of anemia in adolescent girls in Indonesia is still high, contributing to the increased risk of stunting in the next generation. Low knowledge about the importance of iron consumption is one of the main factors, so the empowerment of adolescents through peer support is needed to increase knowledge and nutritional awareness in preventing stunting. This community service aims to increase the knowledge of young women about stunting prevention and their role as facilitators through Fe tablet education. Held at SMA Negeri 17 Samarinda, this program integrates cross-sector collaboration between the Health Office, Health Center, Urban Village, and academics. Intervention methods include counseling on stunting and anemia, taking Fe tablets simultaneously, and peer support training. A total of 17 young women from SMAN 17 participated in this activity. Evaluation of participants' knowledge was carried out through pretest and posttest questionnaires. The results of the analysis showed a significant increase in knowledge, with the average pretest score of 77.94 increasing to 86.76 on the posttest ( $p < 0.001$ ). A strong positive correlation ( $r = 0.767$ ) was observed between the pretest and posttest results, indicating the success of the intervention. It was concluded that youth empowerment through peer support is very necessary to reduce the prevalence of stunting and anemia. It is hoped that this program can be replicated in other regions to increase knowledge and awareness of adolescent nutritional health and support stunting prevention in Indonesia.

**Keywords:** Training; Educational Interventions; Young Women; Stunting Prevention; Fe Tablets

## Pendahuluan

Stunting merupakan masalah kesehatan yang masih menjadi perhatian serius di Indonesia, terutama karena dampak jangka panjangnya terhadap perkembangan fisik dan kognitif anak-anak. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,6% pada tahun 2023 (Lalu Kekah Budi Prasetya, 2024).

Di Provinsi Kalimantan Timur, tahun 2021 prevalensi stunting mencapai angka 28%, di atas rata-rata nasional yakni 27% (Mediaindonesia.com, 2021). Khususnya kota Samarinda merupakan salah satu dari 100 Kabupaten dan Kota seluruh Indonesia sebagai fokus percepatan penurunan stunting tahun 2020, meskipun angka masih dibawah rata-rata nasional yaitu 21% (LOCALISE SDGs Indonesia, 2021).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota, Puskesmas Mangkupalas yang berada di Kecamatan Samarinda Seberang memiliki prevalensi stunting tertinggi di Kota Samarinda. Dari total balita yang dilakukan pengukuran antropometri, sebanyak 111 mengalami stunting (20,1), sedangkan yang lainnya mengalami status gizi buruk 3 anak (100% mendapat perawatan), dan status gizi kurang 52 Anak (10,8%).

Stunting umumnya terjadi akibat malnutrisi kronis yang dimulai sejak 1.000 hari pertama kehidupan, yang secara langsung dipengaruhi oleh kesehatan dan status gizi ibu hamil dan menyusui. Angka stunting yang tinggi menjadi ancaman serius yang memerlukan upaya penanganan yang tepat. Salah satu penyebab utama stunting adalah kekurangan gizi, terutama kekurangan zat besi

(Fe) (Batbual, 2024; Fauziah et al., 2023; Fentiana et al., 2022; Pardosi et al., 2024).

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap anemia karena kebutuhan zat besi yang tinggi akibat pertumbuhan yang pesat dan menstruasi pada remaja putri (Mandagi et al., 2020; Siahaya & Tahapary, 2024; Sulistiyanti et al., 2022). Anemia pada remaja dapat mengurangi konsentrasi belajar, menurunkan produktivitas, dan berpotensi menyebabkan komplikasi pada kehamilan di masa depan, yang pada akhirnya meningkatkan risiko stunting pada keturunan mereka (Wisnuwardani et al., 2023; Wulandari, 2020; Yuningsih et al., 2023). Data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja perempuan di Indonesia mencapai lebih dari 23,9% (Yanniarti et al., 2024).

Mengatasi kedua masalah ini secara bersamaan memerlukan pendekatan holistik, terutama pada kelompok remaja. Remaja memiliki potensi besar sebagai agen perubahan yang dapat mempengaruhi lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, upaya pemberdayaan remaja melalui dukungan sebaya dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi prevalensi stunting dan anemia di masyarakat (Erni et al., 2023; Ningtyias et al., 2024; Utomo et al., 2020).

Tujuan program ini adalah meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pentingnya konsumsi tablet Fe sebagai langkah pencegahan anemia dan stunting. Selain itu, program ini bertujuan untuk memberdayakan remaja sebagai agen perubahan yang mampu mentransfer pengetahuan kepada masyarakat,

khususnya ibu hamil dan ibu menyusui, mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang dan konsumsi tablet Fe dalam upaya mencegah stunting. Dengan pendekatan dukungan sebaya, remaja diharapkan dapat berperan aktif dalam menyebarkan informasi dan mendorong perubahan perilaku di lingkungan sekitarnya, sehingga tercipta ekosistem kesehatan yang lebih baik untuk generasi mendatang.

### **Metode Pelaksanaan**

Program ini dilaksanakan dengan pendekatan Inter Professional Collaboration (IPC) dan Inter Professional Education (IPE) yang melibatkan Dinas Kesehatan, Puskesmas, pemerintah kelurahan, serta akademisi untuk mengintegrasikan berbagai disiplin ilmu dalam pencegahan stunting. Metode yang diterapkan dalam program ini meliputi:

- a. **Pendampingan kelompok kecil**, di mana remaja putri diberikan edukasi secara intensif mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe, kesehatan reproduksi, serta kaitannya dengan pencegahan anemia dan stunting.
- b. **Edukasi berbasis dukungan sebaya**, yang memungkinkan remaja putri untuk berbagi informasi dengan teman sebaya dan masyarakat, terutama ibu hamil dan ibu menyusui, dalam upaya meningkatkan kesadaran tentang gizi dan kesehatan..
- c. **Aksi minum tablet Fe secara serempak**, guna memastikan kepatuhan konsumsi tablet Fe dan membentuk kebiasaan positif di kalangan remaja.

### **Sasaran dan Waktu Pelaksanaan**

Sasaran utama program ini adalah remaja putri di SMA Negeri 17 yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Mangkupalas, Kota Samarinda. Program ini dilaksanakan pada tanggal 4 September 2024 dan mencakup serangkaian kegiatan edukasi dan intervensi berbasis komunitas.

### **Tahapan Pelaksanaan**

#### **1. Persiapan**

Tahapan ini mencakup koordinasi dengan pemangku kepentingan terkait, seperti Dinas Kesehatan, Puskesmas, dan pihak sekolah untuk memastikan kelancaran program. Selain itu, dilakukan penyusunan modul edukasi berbasis bukti terkait stunting, anemia, dan konsumsi tablet Fe.

#### **2. Edukasi dan Pelatihan Remaja**

Edukasi diberikan kepada remaja putri dalam bentuk ceramah interaktif dan diskusi kelompok. Materi yang disampaikan meliputi:

- a. Konsep dasar stunting dan dampaknya terhadap kesehatan jangka panjang.
- b. Anemia pada remaja dan hubungannya dengan risiko stunting pada generasi berikutnya.
- c. Manfaat konsumsi tablet Fe sebagai upaya pencegahan anemia dan stunting.
- d. Peran remaja sebagai fasilitator dalam menyebarkan informasi kepada teman sebaya dan masyarakat sekitar.

#### **3. Simulasi dan Pendampingan kelompok**

Setelah menerima edukasi, peserta dilibatkan dalam sesi simulasi peran sebagai fasilitator. Dalam sesi ini, remaja berlatih

menyampaikan informasi terkait pencegahan stunting kepada teman sebaya mereka. Pendampingan dilakukan oleh tenaga kesehatan dan akademisi untuk memastikan efektivitas penyampaian informasi.

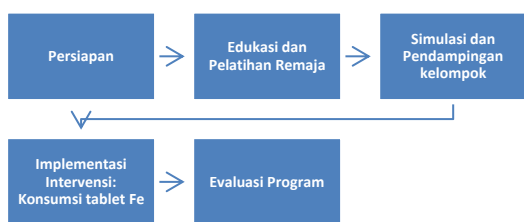
**4. Implementasi Intervensi: Konsumsi tablet Fe**

Sebagai bentuk komitmen dalam pencegahan anemia, dilakukan konsumsi tablet Fe secara serempak oleh peserta. Aktivitas ini juga bertujuan untuk meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengonsumsi tablet Fe secara rutin.

**5. Evaluasi Program**

Untuk menilai efektivitas program, dilakukan pengukuran pengetahuan remaja sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuisioner pretest dan posttest. Hasil evaluasi ini dianalisis untuk mengetahui peningkatan pemahaman remaja terkait pencegahan stunting dan anemia.

Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat pada gambar 1.



**Gambar 1. Metode pelaksanaan Pengabdian Masyarakat**

**Hasil dan Pembahasan**

Sebanyak 17 remaja putri siswi SMA Negeri 17 yang terletak di kelurahan Mesjid berpartisipasi dalam program ini. Rata-rata berusia 15-17 tahun. Sebelum intervensi, sebagian

besar peserta memiliki pengetahuan yang terbatas tentang hubungan antara anemia dan stunting serta pentingnya gizi seimbang. Pendampingan dilakukan dengan memberikan edukasi dengan materi “Bersama remaja Sadar Gizi dan Peduli Stunting (Beras Giling)” dan minum tablet Fe secara serempak.



**Gambar 2. Penyampaian materi “Beras Giling”**



**Gambar 3. Arahan sebelum minum tablet Fe**

Gambaran pengetahuan remaja putri yang terlibat dalam program ini disajikan pada tabel 1.

**Tabel 1. Statistik Deskriptif Paired Samples (Pretest & Posttest)**

| Variabel | Mean  | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|----------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pretest  | 77,94 | 17 | 10,467         | 2,539           |
| Posttest | 86,76 | 17 | 7,488          | 1,816           |

Tabel 1 menunjukkan nilai rata-rata, jumlah sampel (N), standar deviasi, dan standar error

mean untuk hasil pretest dan posttest. Data menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata dari hasil pretest ke posttest, di mana nilai rata-rata meningkat dari 77.94 menjadi 86.76 setelah intervensi dilakukan. Terlihat ada peningkatan rata-rata pengetahuan remaja putri dari hasil posttest dibandingkan dengan pretest.

**Tabel 2. Korelasi Paired Samples**

| Pair               | N  | Correlation | Sig.(2-tailed) |
|--------------------|----|-------------|----------------|
| Pretest & Posttest | 17 | 0,767       | 0,000          |

Tabel 2 menunjukkan hasil korelasi antara hasil pretest dan posttest. Terdapat korelasi yang signifikan ( $p = 0.000$ ), menunjukkan hubungan positif antara hasil pretest dan posttest.

**Tabel 3. Paired Samples Test**

| Paired Differences | Mean   | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | t      | df | Sig. (2-tailed) |
|--------------------|--------|----------------|-----------------|---|--------|----|-----------------|
| Pretest - Posttest | -8.824 | 6.738          | 1.634           | Lower:-12.288 Upper: -5.359               | -5.399 | 16 | 0.000           |

Tabel 3 menampilkan hasil uji paired sample t-test., menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest dengan nilai  $t = -5.399$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), yang berarti intervensi memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan hasil posttest. Nilai rata-rata peningkatan sebesar 8.824 poin. Hasil uji paired sample t-test dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam hasil posttest dibandingkan dengan pretest, mengindikasikan bahwa intervensi berupa penyuluhan, pemberian tablet Fe, dan pemberdayaan remaja sebagai fasilitator serta motivator berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para peserta.

Pendekatan yang digunakan dalam program ini selaras dengan teori pemberdayaan yang dikemukakan oleh (Peterson, 2014), yang menyatakan bahwa pemberdayaan adalah proses dimana individu, organisasi, dan komunitas memperoleh kontrol atas kehidupan mereka. Dalam konteks program ini, remaja diberikan

pengetahuan dan keterampilan yang memungkinkan mereka untuk berperan aktif dalam pencegahan stunting dan anemia, baik untuk diri mereka sendiri maupun teman sebaya.

Penelitian terdahulu juga mendukung temuan ini. Studi oleh Ghasemi et al., (2019), Januarti & Yulianto, (2024) menemukan bahwa program pendidikan kesehatan berbasis sebaya berhasil meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku terkait kesehatan di kalangan remaja. Program-program yang melibatkan dukungan sebaya memiliki efektivitas yang lebih tinggi karena remaja lebih mudah menerima informasi dari rekan sebaya mereka daripada dari orang dewasa atau tenaga kesehatan (Hafsawati et al., 2024; Labatjo, 2024).

Peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan juga dapat dijelaskan melalui Teori Belajar Sosial Bandura (1977) dalam Muhammadiyah, Sudirman (2021), di mana perilaku dipelajari melalui observasi dan modeling. Remaja yang dilibatkan dalam program

ini belajar dari penyuluhan yang diberikan oleh tenaga kesehatan serta praktik fasilitasi yang mereka lakukan untuk teman sebaya. Penelitian telah menunjukkan bahwa remaja cenderung lebih efektif dalam belajar dari model sebaya mereka (Tang et al., 2022), sehingga penggunaan dukungan sebaya dalam program ini sangat tepat.

Pentingnya keterlibatan remaja sebagai agen perubahan dalam upaya pencegahan stunting juga didukung oleh penelitian (Shalahuddin et al., 2023; Sairaoka et al., 2024) yang menyatakan bahwa edukasi dan intervensi gizi yang dimulai sejak remaja memiliki dampak jangka panjang dalam memutus siklus stunting antar generasi. Dukungan sebaya dalam konteks pencegahan stunting melalui edukasi tentang gizi dan anemia, seperti yang diimplementasikan dalam program ini, menjadi strategi yang semakin banyak diakui efektivitasnya. Studi oleh Mustafa et al., (2023) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis sebaya mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya nutrisi pada remaja, yang juga berdampak pada kebiasaan gizi dan kesehatan yang lebih baik.

Dalam program ini, remaja dilatih menjadi fasilitator dan motivator bagi teman sebaya, memungkinkan mereka untuk memperkuat peran aktif dalam komunitas mereka. Pemberdayaan ini juga sejalan dengan penelitian oleh Ross et al., (2022) yang menemukan bahwa dukungan sebaya memberikan rasa kepemilikan dan tanggung jawab, yang pada akhirnya meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan masyarakat.

## **Kesimpulan dan Saran**

Program pemberdayaan remaja sebagai fasilitator dan motivator dalam pencegahan stunting melalui pembagian tablet Fe sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap serta kesadaran remaja putri terkait pencegahan anemia dan stunting. Dukungan sebaya yang terintegrasi dalam program ini memberikan dampak positif dalam penyebaran informasi kesehatan di kalangan remaja. Dengan hasil statistik yang menunjukkan peningkatan signifikan kemampuan fasilitasi remaja, program ini dapat dianggap sebagai intervensi yang tepat untuk diterapkan di komunitas lain di Indonesia. Dengan kerjasama lintas program dan metode inter professional collaboration, tujuan pengabdian masyarakat ini dapat tercapai dan membantu mengurangi angka stunting di Kota Samarinda.

## **Daftar Pustaka**

- Batbual, B. (2024). Prevention Of Stunting with The Edu-1000 Application In Pregnant And Breastfeeding Women In Kupang District. *Revista Electronica de Veterinaria*, 1085–1090. <https://doi.org/10.69980/redvet.v25i1s.934>
- Erni, Y., Maslani, N., & Isnaniah. (2023). Pemberdayaan Remaja Puteri dan Guru UKS Untuk Peningkatan Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah Melalui Giat Remaja Peduli Anemia di SMP IT Ukhuwah Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(6), 1221–1230.
- Fauziah, L., Purnasari, H., Riana, A., & Ardayani, T. (2023). 1000 First Days of Life As An Effort to Prevention and Prevention Stunting in Rw 08 North Margahayu. *Aktual: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.58723/aktual.v1i1.18>
- Fentiana, N., Achadi, E. L., Besral, B., Kamiza, A., & Sudiarti, T. (2022). A Stunting Prevention Risk Factors Pathway Model for Indonesian Districts/Cities with a Stunting Prevalence of  $\geq 30\%$ . *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat*

- Nasional, 17(3), 175.  
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v17i3.5954>
- Ghasemi, V., Simbar, M., Fakari, F. R., Naz, M. S. G., & Kiani, Z. (2019). The effect of peer education on health promotion of Iranian adolescents: A systematic review. *International Journal of Pediatrics*, 7(3), 9139–9157.  
<https://doi.org/10.22038/ijp.2018.36143.3153>
- Hafsawati, H., Suryaningsih, Y., & Dewi, S. R. (2024). Hubungan Peer Group Support dengan Citra Tubuh pada Remaja di SMAN 1 Besuki. *ASSYIFA : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 343–351. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i2.82>
- Januarti, L., & Yulianto, S. (2024). Pemberdayaan Remaja Peer Group terhadap Perilaku Remaja dalam Suplementasi Tablet Fe upaya Pencegahan Stunting. *Bali Health Published Journal*, 6(1), 26–41. <https://doi.org/10.47859/bhpj.v6i1.474>
- Labatjo, R. (2024). Pelatihan Edukator Sebaya Sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/20300>
- Lalu Kekah Budi Prasetya. (2024). Tantangan Menuju Prevalensi Stunting 14%: Mengapa Penurunan Prevalensi Stunting Dalam 2 Tahun Terakhir (Tahun 2021 Dan 2022) Sangat Kecil Di Indonesia? *Jurnal Keluarga Berencana*, 8.5.2017, 2003–2005.  
[ejurnal.bkkbn.go.id/kkb/article/view/259/](http://ejurnal.bkkbn.go.id/kkb/article/view/259/)
- LOCALISE SDGs Indonesia. (2021). Profil Daerah Kota Samarinda. <https://www.localisedgs-indonesia.org/profil-tpb/profil-daerah/36>
- Mandagi, I. V., Salham, M., & Yusuf, H. (2020). Pengetahuan Remaja Putri tentang Manfaat Tablet FE dalam Upaya Pencegahan Anemia di SMAN 6 Model Sigi. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 3(5), 252–255.  
<https://doi.org/10.56338/jks.v3i5.1723>
- MediaIndonesia.com, 2021/4/2. (2021). Di Atas Prevalensi Nasional, Kaltim Berupaya Turunkan Stunting. *Media Indonesia*. <https://mediaindonesia.com/humaniora/395057/di-atas-prevalensi-nasional-kaltim-berupaya-turunkan-stunting>
- Muhammadiyah, Sudirman (2021, M. 25). (2021). Teori Pembelajaran Sosial Albert Bandura. *Bengkel Narasi; Bengkel Narasi*. <https://bengkelnarasi.com/2021/05/25/merawat-ingatan-sosiologi-pendidikan-teori-pembelajaran-sosial-albert-bandura/#:~:text=Menurut Bandura proses mengamati dan meniru perilaku dan,yang berkesinambungan antara kognitif%2C perilaku dan pengaruh lingkungan.>
- Mustafa, A., Widajati, E., Halis, F., & Khairuddin, K. (2023). Peer Tutoring on Fish and Vegetables-Based Diet Education to Prevent Anemia and Hypoalbuminemia in Adolescents. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 10(1), 68–76.  
<https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2023.010.01.8>
- Ningtyias, F. W., Astuti, I. S. W., Nafikadini, I., & ... (2024). Duta anti anemia: pemberdayaan teman sebaya untuk peningkatan literasi kesehatan pada remaja. *PROMOTIF: Jurnal ...* <https://journal-fik.um.ac.id/index.php/promotif/article/view/134>
- Pardosi, M., Hutabarat, J., Surbakti, E., Sianturi, E., & Pasaribu, R. D. (2024). Stunting Coaching Training for Midwives and Cadres about Stunting Prevention and Management in the First 1000 Days of Life. *Journal of Health Science and Medical Therapy*, 2(3), 218–227.  
<https://doi.org/10.59653/jhsmt.v2i03.1089>
- Peterson, N. A. (2014). Empowerment Theory: Clarifying the Nature of Higher-Order Multidimensional Constructs. *American Journal of Community Psychology*, 53(1–2), 96–108.  
<https://doi.org/10.1007/s10464-013-9624-0>
- Ross, E. E., Colbath, R. A., Yu, J., Munabi, N., Gillenwater, T. J., & Yenikomshian, H. A. (2022). Peer Support Groups: Identifying Disparities to Improve Participation. *Journal of Burn Care and Research*, 43(5), 1019–1023.  
<https://doi.org/10.1093/jbcr/irac086>
- Shalahuddin, I., Lukman, M., & Rosidin, U. (2023). Pembentukan dan Pemberdayaan Program Proslah (Peer Group Stunting Sekolah) dalam Upaya Pencegahan Stunting di SDN 1-2 Sukamenteri Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(6), 2195–2204.  
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i6.9347>
- Siahaya, A., & Tahapary, W. (2024). Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) dan Pelatihan Gizi Seimbang Pada Remaja Putri Untuk Pencegahan Stunting Sejak Dini. *Karya Kesehatan Siwalima*, 3(1), 8–15.  
<https://doi.org/10.54639/kks.v3i1.1173>
- Suiraoaka, I. P., Nursanyoto, H., & Fritalia, I. (2024). Development of Stunting Prevention Education Videos through Balanced Nutrition Arrangements for Adolescents. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 18(2), 163–171.  
<https://doi.org/10.33860/jik.v18i2.3923>
- Sulistiyanti, A., Yuliana, A., & Veranita, W. (2022). The Relationship Between Consumption Fe Tablets During Menstruation With The Incidence of Anemia In Adolescent Girls In Wirengan Masaran Village, Sragen. *Indonesian Journal on Medical Science*, 9(1).  
<https://doi.org/10.55181/ijms.v9i1.358>
- Tang, Y., Diao, H., Jin, F., Pu, Y., & Wang, H. (2022). The effect of peer education based on adolescent health education on the resilience of children and adolescents: A cluster randomized controlled trial. *PLoS ONE*, 17(2 February), 1–18.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263012>

- Utomo, E. T. R., Rohmawati, N., & Sulistiyani, S. (2020). Pengetahuan, dukungan keluarga, dan teman sebaya berhubungan dengan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i1.147>
- Wisnuwardani, R. W., Wulandari, S., & Kartika, A. D. (2023). Health education to prevent anemia among adolescents in Samarinda, Indonesia. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Merdeka Malang*, 8(2), 288–296. <https://doi.org/10.26905/abdimas.v8i2.9224>
- Wulandari, A. P. N. (2020). Pengaruh Anemia Terhadap Remaja Indonesia yang Ambyar Hatinya. Center for Open Science. <https://doi.org/10.31219/osf.io/2s7gw>
- Yanniarti, S., Yorita, E., & Efriani, R. (2024). Anemia pada Remaja dan Cara Mengatasinya. [books.google.com. \[https://books.google.com/books?hl=en%5C&lr=%5C&id=WwoREQAAQBAJ%5C&oi=fnd%5C&pg=PR1%5C&dq=pemberdayaan+remaja+putri+pencegahan+stunting+tablet+fe+dukungan+sebaya%5C&ots=KYZk7\\\_\\\_Duw%5C&sig=pvOICeDPXWTfKVPtYRHAYjttpuo\]\(https://books.google.com/books?hl=en%5C&lr=%5C&id=WwoREQAAQBAJ%5C&oi=fnd%5C&pg=PR1%5C&dq=pemberdayaan+remaja+putri+pencegahan+stunting+tablet+fe+dukungan+sebaya%5C&ots=KYZk7\_\_Duw%5C&sig=pvOICeDPXWTfKVPtYRHAYjttpuo\)](https://books.google.com/books?hl=en%5C&lr=%5C&id=WwoREQAAQBAJ%5C&oi=fnd%5C&pg=PR1%5C&dq=pemberdayaan+remaja+putri+pencegahan+stunting+tablet+fe+dukungan+sebaya%5C&ots=KYZk7__Duw%5C&sig=pvOICeDPXWTfKVPtYRHAYjttpuo)
- Yuningsih, N., Rohaeti, A. T., & Sutomo, O. (2023). Pemberdayaan Keluarga Dalam Pemantauan Pemberian Fe Pada Rematri (Remaja Putri) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Sangiangtanjung Kecamatan Kalanganyar Tahun 2023. *Jurnal Menara Pengabmas*, 1(2), 26–30. <https://doi.org/10.36743/jmp.v1i2.655>