

Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Seimbang dan Pentingnya Tablet FE

Chairunnisa Minarni Alamsyah¹, Reni Nofita², Hanny Desmiati³,
Nuntarsih⁴, ⁵Dorsinta Siallagan

^{1,2,3,4,5}Program Studi D3 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten

Email: rinischairunnisa@gmail.com

Email: nofita.reni@gmail.com

Email: hannydesmiati@gmail.com

Email: nuntarsih@gmail.com

Email: dorsinta.siallagan@gmail.com

Submitted: 24-01-2023

Revised: 08-12-2023

Accepted: 11-05-2024

Abstract

Because the condition of the fetus in the womb largely determines the growth and development of a child, the gestation period determines the quality of human resources and the future. During pregnancy, nutrition and diet are two factors that affect the mother's health. Anemia is a high-risk factor that can cause complications for the mother and fetus. Fe tablets containing iron and folic acid can prevent anemia. Furthermore, another aspect that must be considered by pregnant women is adequate nutritional intake during pregnancy. The aim of this PKM is to prevent anemia with a preventive approach so that it can change adherence to drinking FE tablets and maintain food intake through counseling to increase pregnant women's knowledge about balanced nutrition and the importance of FE tablets. As a result of this community service, the number of pregnant women who scored >80 increased. During the pretest, 44% of pregnant women scored >80, and this number increased to 67% during the posttest. We conducted the pretest-posttest difference test in one group and obtained a significance value of 0.001, indicating a difference in the knowledge of pregnant women before and after counseling.

Keywords Knowledge of Pregnant Women; Anemia; Fe Tablets

Abstrak

Karena kondisi janin dalam kandungan sangat menentukan tumbuh kembang seorang anak, maka masa kehamilan menentukan kualitas sumber daya manusia dan masa depannya. Selama kehamilan, nutrisi dan pola makan merupakan dua faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu. Anemia merupakan faktor risiko tinggi yang dapat menimbulkan komplikasi pada ibu dan janin. Tablet Fe yang mengandung zat besi dan asam folat dapat mencegah anemia. Selanjutnya aspek lain yang harus diperhatikan oleh ibu hamil adalah kecukupan asupan nutrisi selama hamil. Tujuan dari PKM ini adalah mencegah anemia dengan pendekatan preventif sehingga dapat mengubah kepatuhan minum tablet FE dan menjaga asupan makanan melalui penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang dan pentingnya tablet FE. Hasil dari pengabdian masyarakat ini, jumlah ibu hamil yang mendapat nilai >80 meningkat. Pada saat pretest, 44% ibu hamil memperoleh nilai >80, dan jumlah ini meningkat menjadi 67% pada saat posttest. Kami melakukan uji perbedaan pretest-posttest pada satu kelompok dan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 yang menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah konseling.

Kata Kunci: Pengetahuan Ibu Hamil; Anemia; Tablet Fe

1. PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan masa yang sangat menentukan

kualitas sumber daya manusia dan masa depan, karena tumbuh kembang anak sangat ditentukan

kondisinya dimasa janin dalam kandungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu adalah keadaan nutrisi dan pola makan ibu selama kehamilan. (Notoadmojo, 2014). Selama kehamilan juga dapat terjadi hal-hal yang menyebabkan kehamilan beresiko tinggi. Kehamilan beresiko tinggi adalah kehamilan yang dialami oleh seorang ibu dengan berbagai factor (Alam, 2012). Resiko yang dapat mengganggu proses kehamilan sampai persalinan atau membahayakan ibu dan janin. Salah satu hal yang menjadi penyebab terjadinya resiko tinggi dalam kehamilan adalah anemia. Anemia merupakan salah satu dari empat masalah gizi utama di Indonesia (Wasnidar, 2007). Hoo Swie Tjong menemukan angka anemia dalam kehamilan di Indonesia mencapai 3,8 % pada trimester I, 13,6 % trimester II, 24,8 % pada trimester III. Di Indonesia prevalensi anemia pada kehamilan masih tinggi yaitu sekitar 40,1 % pada pengamatan lebih lanjut menunjukkan bahwa kebanyakan anemia yang di derita masyarakat adalah kekurangan zat besi yang dapat di atasi melalui pemberian zat besi secara teratur, peningkatan gizi dan pengaturan pola makan (DEPKES, 2001).

Pada wanita hamil, anemia dapat meningkatkan prevalensi kematian dan kesakitan ibu dan bayinya. Nutrisi adalah hal

dibutuhkan selama hamil untuk mencegah kesakitan, tidak terpenuhi nutrisi selama hamil maka hal itu akan berdampak tidak hanya buat ibu tetapi juga buat janinnya, anemia adalah salah satu dampak dari rendahnya pengetahuan ibu terkait asupan nutrisi. Hal senada juga diungkapkan dalam penelitian Purwaningrum, 2017 bahwa terdapat korelasi antara pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan kejadian anemia selama kehamilan. Untuk mencegah supaya anemia tidak terjadi pada ibu hamil maka perlu diberikan edukasi tentang nutrisi serta keteraturan minum tamblet FE pada ibu hamil. Hal ini diharapkan dapat meminimalkan kejadian Anemia diposyandu Nanas.

Anemia di pengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya jumlah zat besi dalam makanan tidak cukup, penyerapan zat besi rendah, kekurangan darah, pola makan tidak baik, status sosial ekonomi, penyakit infeksi, pengetahuan yang rendah tentang zat besi dan terdapat zat penghambat penyerapan zat besi dalam makanan (Wasnidar, 2007). Anemia pada kehamilan berpotensi membahayakan ibu dan anak. Berdasarkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1%, ini menunjukkan angka kejadian anemia kehamilan di Indonesia masih cukup tinggi. Presentase ibu hamil dengan resiko

tinggi di Provinsi Banten tahun 2014 yang di tangani ada 73,6%. Sedangkan untuk kota Tangerang Selatan ibu hamil dengan resiko tinggi/komplikasi yang di tangani ada sebanyak 84%. Dengan jumlah pemberian tablet Fe I (30 tablet) di Provinsi Banten ada 69,5% dan Fe 3 (90 tablet) ada 93,5%, sedangkan di kota Tangerang Selatan Fe I sebanyak 111,7% dan Fe 3 sebanyak 105,0%. (DEPKES, 2001).

Anemia dapat di cegah dengan cara mengkonsumsi tablet Fe yang mengandung besi, asam folat, untuk mendukung keberhasilan program tersebut pemerintah juga mengeluarkan peraturan tentang pelayanan atau standar antenatal care dengan 10T, yaitu salah satunya dengan pemberian tablet Fe pada ibu hamil minimal 90 tablet selama kehamilan. Pada penelitian Yanti dikatakan bahwa variable kepatuhan konsumsi Tablet FE paling berpengaruh dalam kejadian anemia (Yanti, 2016). Berdasarkan Permenkes RI No. 88 Tahun 2014, tentang standar tablet tambah darah sebagai upaya mencegah dan menanggulangi anemia akibat kekurangan zat besi dan atau asam folat maka setiap wanita usia subur dan wanita hamil diberikan tablet tambah darah yang mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental (dalam bentuk sediaan Ferro Sulfat, Ferro Fumarat, atau Ferro Glukonat) dan Asam Folat 400

mcg. Sedangkan, yang ada dipasaran setiap tablet tambah darah mengandung ferro sulfat 320 mg (setara Fe 60 mg) dan asam folat 500 mcg (Sanjaya, 2009). Di samping itu aspek lain yang harus diperhatikan juga oleh ibu hamil yaitu tentang asupan gizi yang cukup selama hamil.

Pola makan seimbang merupakan hal yang harus diperhatikan setiap kali ibu makan, pola makan seimbang terdiri dari berbagai macam makanan, porsi yang sesuai serta cara pengolahan makanan yang benar. Menurut Gozali dalam penelitiannya disebutkan bahwa pola makan ibu hamil berhubungan kuat dengan kejadian anemia, dengan makna jika semakin buruk pola makan ibu hamil maka resiko kejadian anemia akan semakin meninggi (Gozali, 2018). Dalam penelitian Harahap dkk juga disebutkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara asupan makanan dan kejadian KEK (Harahap et al., 2019). Sehingga simpulan yang diambil adalah terdapat hubungan antara asupan makanan dengan gizi seimbang dan pola makan yang baik terhadap kondisi kesehatan ibu hamil khususnya resiko terjadinya anemia dan KEK.

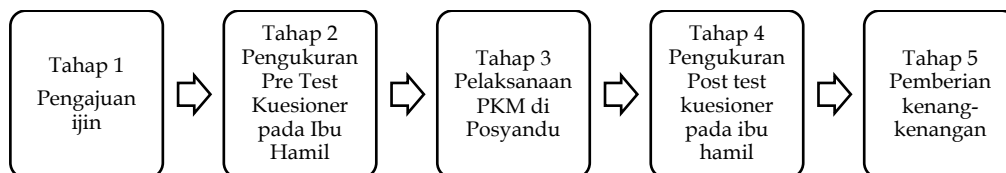
Menurut Carolin dkk bahwa terdapat hubungan bermakna antara kejadian KEK dengan pengetahuan yang kurang (Carolin et al., 2022).

Serta Siantarini menyatakan bahwa perilaku pemenuhan zat besi dengan konsumsi makanan ataupun tablet FE sangat berhubungan dengan pengetahuan ibu hamil tentang anemia (Siantarini et al., 2018). Sehingga berdasarkan latar belakang tersebut penulis ingin melakukan pencegahan terjadinya anemia dengan pendekatan preventif agar bisa mengubah perilaku kepatuhan minum tablet FE dan menjaga asupan makanan dengan melakukan pengabdian masyarakat yaitu berupa penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang dan pentingnya tablet FE.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan selama

1 hari yaitu pada tanggal 3 Juni 2022 di posyandu Nanas wilayah kerja Puskesmas Suradita desa Suradita. Metode pendekatan yang dilakukan untuk membantu Mitra Puskesmas Suradita dalam menyelesaikan permasalahan Anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Suradita Adapun penyelesaian permasalahannya adalah (1) persiapan kegiatan pengabdian; (2) melakukan pretes pengetahuan ibu hamil tentang gizi ibu hamil; (3) Penyuluhan dengan tema Gizi Seimbang dan Pentingnya Tablet FE untuk Ibu Hamil di Puskesmas Suradita; (4) demonstrasi contoh penyajian makanan untuk sekali makan; (5) evaluasi pengetahuan ibu hamil dengan posttest terkait pengetahuan gizi ibu hamil.



Gambar 1. Alur Kegiatan PKM

Persiapan kegiatan pengabdian meliputi koordinasi dengan mitra termasuk permohonan iziz dengan wilayah setempat untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian, melakukan musyawarah dengan pihak pihak Puskesmas dan Posyandu untuk mengumpulkan ibu hamil wilayah kerja Posyandu Nanas, persiapan materi dan

penyiapan tempat penyuluhan. Untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi kelompok mitra dalam kegiatan pengabdian ini dirancang kegiatan yang terstruktur meliputi pretest pengetahuan ibu hamil tentang gizi, transfer pengetahuan teoritis tentang kebutuhan gizi ibu hamil untuk setiap trimesternya,

mendemonstrasikan contoh penyajian makanan untuk sekali makan, kemudian dikakhir dilakukan posttest tentang pengukuran pengetahuan ibu hamil terkait

materi gizi yang telah disampaikan, untuk peserta yang mendapatkan perolehan nilai tertinggi mendapatkan cendara mata sebagai kenang-kenangan.



Gambar 2. Proses Kegiatan Pretest, Penyuluhan dan Posttest

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat mengenai peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang Gizi Seimbang dan Pentingnya Tablet FE diikuti oleh ibu hamil, bidan Desa ibu Lamiati yang juga sebagai perwakilan dari Puskesmas Suradita, ibu kader Posyandu Nanas serta kelas ibu hamil yang tercatat menjadi anggota Posyandu Nanas.

Permasalahan yang dihadapi oleh kelompok mitra ibu hamil Puskesmas Suradita adalah masih adanya ibu hamil yang mengalami anemia sehingga ini sangat beresiko terhadap ibu dan janinnya. Hasil pemeriksaan dan interview yang dilakukan kepada ibu hamil, bahwa faktor penyebab terjadinya anemia

disebabkan karena masih banyak ibu hamil yang usianya dibawah 20 tahun serta masih rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang gizi serta pengetahuan tentang tablet FE. Pihak Puskesmas kesulitan untuk menanggulangi masalah anemia pada ibu hamil karena multifactor yang menjadi penyebab.

Bentuk kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah tentang Gizi seimbang untuk ibu hamil serta pentingnya Tablet FE, kegiatan ini dilakukan secara tatap muka di Posyandu nanas, kegiatan diawali dengan pemeriksaan kehamilan oleh bidan desa, kemudian dilanjutkan pengisian kuesioner pretest tentang pengetahuan ibu terkait Gizi seimbang.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Seimbang dan Tablet FE Sebelum diberikan Penyuluhan di Posyandu Nanas

Tingkat Pengetahuan	Pre test	
	F	%
Baik	12	44%
Kurang	15	56%
Total	27	100%

Tabel 1 yang ditampilkan di atas merupakan hasil dari pengukuran pre-test yang dilakukan sebelum kegiatan PKM berlangsung, dapat dilihat dari 27 peserta yang mengikuti kegiatan ini, 12 (44%) peserta masih memiliki pengetahuan baik tentang Gizi seimbang dan pentingnya Tablet FE, sementara 15 (56%) peserta ibu hamil memiliki pengetahuan yang kurang tentang Gizi Seimbang dan pentingnya Tablet FE.

Rendahnya pengetahuan ibu hamil di posyandu Nanas ini salah satu factor pemicunya adalah minimnya keteterpaparan sumber informasi terutama yang berkaitan dengan nutrisi selama hamil, smartphone yang dimiliki lebih banyak digunakan untuk kepentingan media social dibanding dengan penambahan wawasan

melalui aplikasi google. Susilowati, 2021, dalam penelitiannya menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh factor umur, Pendidikan, media massa atau informasi, social, budaya dan ekonomi, lingkungan serta pengalaman. Hasil penelitian ini tentu sejalan dengan hasil yang didapat di posyandu Nanas, mayoritas ibu hamil berumur dibawah 20 tahun dengan latar belakang pendidikan sekolah menengah pertama.

Setelah dilakukan pre-test, kami melakukan PKM dengan pemberian materi dan memberikan contoh tentang penyajian makanan yang baik untuk dikonsumsi pada ibu hamil. Kemudian memberikan pertanyaan kembali sebagai post-test.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Seimbang dan Tablet FE Setelah diberikan Penyuluhan di Posyandu Nanas

Tingkat Pengetahuan	Post test	
	F	%
Baik	18	67%

Kurang	9	33%
Total	27	100%

Berdasarkan tabel 2 hasil post-test didapat dari 27 ibu hamil yang mengikuti kegiatan penyuluhan ini sebanyak 18 (67%) ibu hamil mampu menjawab soal dan memperoleh skor >80, dari 15 soal pilihan berganda yang disediakan. Tetapi masih ada sebanyak 9 (33%) ibu hamil yang masih belum tepat dalam menjawab soal. Soal yang belum tepat yang dijawab ibu hamil yaitu berikaitan dengan jenis makanan yang mengandung protein dan kalsium serta waktu yang tepat meminum tablet FE. Sehingga materi tersebut pada akhir kegiatan diulang kembali penjelasannya.

Informasi yang diperoleh dari penyuluhan ini dapat memberikan pengaruh jangka pendek, sehingga untuk membantu peserta mengingatnya maka kepada setiap

peserta diberikan leaflet terkait materi serta meminta peserta untuk membaca buku KIA halaman 19 karna pada buku tersebut ada informasi terkait kebutuhan gizi seimbang pada ibu selama hamil. Yongki dalam penelitiannya menyebutkan bahwa status gizi pada awal kehamilan seorang ibu hamil sangat mempengaruhi hasil kelahiran yang diamati berdasarkan BBLR (Yongky et al., 2009).

Untuk mengetahui apakah kegiatan penyuluhan ini memberikan hasil yang baik terhadap peningkatan pengetahuan para ibu hamil, penulis melakukan uji perbedaan untuk mengetahui signifikansi perbedaan pengetahuan antara sebelum dan setelah diberikan penyuluhan, yang hasilnya diuraikan pada tabel 3.

Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Seimbang dan Tablet FE sebelum dan Setelah diberikan Penyuluhan di Posyandu Nanas

Variabel	95% Confidence Interval of the Difference		Sig. (2-tailed)
	Lower	Upper	
Pengetahuan gizi ibu hamil sebelum penyuluhan - Pengetahuan gizi ibu hamil setelah penyuluhan	-18.707	-4.997	.001

Berdasarkan data pada tabel 3 didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dengan nilai 0.001 yang artinya penyuluhan ini memberikan perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan ibu hamil antara sebelum dan setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Octasila dkk bahwa penyuluhan atau Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil (Octasila et al., 2020).

Berdasarkan temuan yang didapatkan di posyandu Nanas bahwa banyak ibu yang masih menderita anemia, penulis dan tim merumuskan penyuluhan yang membahas tentang gizi seimbang dan tablet FE, karena seperti yang dinyatakan dalam penelitian yang dilakukan Nofita dkk bahwa terdapat korelasi antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil (Nofita et al., 2019), sehingga penyuluhan tentang makanan dan gizi seimbang sangat sesuai dengan kebutuhan para ibu hamil. Dalam penelitian Nova dan Irawati juga disebutkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi tablet FE dengan kejadian sehingga saran

yang dituliskan berupa masukan agar petugas kesehatan melakukan peningkatan penyuluhan tentang konsumsi tablet FE kepada ibu hamil (Nova & Irawati, 2021). Penyuluhan tentang pentingnya konsumsi Tablet FE ini juga didukung dengan adanya penelitian Misriani yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan yang baik dengan kepatuhan konsumsi tablet FE (M, 2018).

Kesimpulan yang didapat dari pelaksanaan PKM ini adalah untuk mengatasi anemia, para ibu hamil harus terus diberikan edukasi berupa penyuluhan sebagai upaya tenaga kesehatan untuk mengingatkan dan memotivasi ibu hamil untuk disiplin meminum tablet FE dan menjaga asupan gizi yang seimbang sejak masa kehamilannya. Semakin beragam jenis makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil akan makin mudah ibu hamil memenuhi kebutuhan nutrisinya. Kementerian Kesehatan RI juga mengeluarkan pedoman tentang isi piringku untuk satu kali konsumsi seperti terlihat pada gambar dibawah ini (Kemenkes, 2014).



Gambar 3. Leaflet Gizi Seimbang dengan Menu Isi Piringku (Kemenkes, 2014)

Kelas ibu hamil di Posyandu Nanas sangat senang dengan adanya kegiatan pengabdian ini, selain kegiatan ini dapat menambah wawasan tentang gizi seimbang dan pentingnya Tablet FE selama hamil juga dilakukan pemeriksaan kadar Hb, sehingga ibu dapat mengetahui kadar Hbnya. Untuk ibu hamil yang mengalami anemia maka dilakukan pengobatan lebih lanjut ke Puskesmas Suradita. Bidan desa yang bertanggung jawab di Posyandu Nanas sebagai Bidan dari Puskesmas Suradita, ibu kader posyandu Nanas juga merasa senang dan terbantu dengan adanya kegiatan ini selain dapat menambah wawasan juga dapat memberikan sesuatu yang bermanfaat untuk kelas ibu hamil.

4. PENUTUP

Kelas ibu hamil di Posyandu Nanas sangat senang dengan adanya kegiatan pengabdian ini, selain kegiatan ini dapat menambah wawasan tentang gizi seimbang dan pentingnya Tablet FE selama hamil juga dilakukan pemeriksaan kadar Hb, sehingga ibu dapat mengetahui kadar Hbnya. Untuk ibu hamil yang mengalami anemia maka dilakukan pengobatan lebih lanjut ke Puskesmas Suradita. Bidan desa yang bertanggung jawab di Posyandu Nanas sebagai Bidan dari Puskesmas Suradita, ibu kader posyandu Nanas juga merasa senang dan terbantu dengan adanya kegiatan ini selain dapat menambah wawasan juga dapat memberikan sesuatu yang bermanfaat untuk kelas ibu hamil.

Penghargaan

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada pihak Puskesmas Suradita, Posyandu Nanas yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan kami juga mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten yang telah memfasilitasi Dosen dan mahasiswa dalam kegiatan ini.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Alam, dewi kartika. (2012). *Warning Ibu Hamil!* Ziyad Visi Medika.
- Carolin, B. T., Siauta, J. A., & Nurpadilah. (2022). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 11(April).
- DEPKES. (2001). *Program penanggulangan anemia gizi pada wanita usia subur (WUS)*. Direktorat Gizi Masyarakat.
- Gozali, W. (2018). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III. *International Journal of Natural Sciences and Engineering*, 2(3), 117-122.
- Harahap, J. R., Susilawati, E., & Daniati, N. P. R. (2019). Hubungan Asupan Makanan Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru Tahun 2019. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 7, 17-23.
- Kemenkes. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Bakti Husada. http://gizi.depkes.go.id/download/pedoman_gizi/pgs_ok.pdf
- M, M. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Besi (Fe) Di Puskesmas Hamparan Perak Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Nofita, R., Siallagan, D., & Yuliyanti, Y. (2019). Korelasi Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Kehamilan Di Puskesmas Kecamatan Ciputat Timur Tangerang Selatan Provinsi Banten. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 2. <https://doi.org/10.35473/ijm.v2i2.260>
- Notoadmojdo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nova, D., & Irawati, M. (2021). Hubungan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Menara Medika*, 3(2), 129-134.
- Octasila, R., Nofita, R., & Dariyani, S. (2020). Uji Media Edukasi Tentang Pola Konsumsi Tablet Fe Untuk Mencegah Kejadian Resiko Tinggi Anemia Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3, 31-39.
- Purwaningrum, Y. (2017). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Dengan Kejadian Anemia Selama Kehamilan. *Jurnal kesehatan*, 5(2), 88-93.
- Siantarini, Krisna, P., Suratiah, & Rahajeng, I. M. (2018). Hubungan tingkat pengetahuan tentang anemia dengan perilaku

- pemenuhan kebutuhan zat besi pada ibu hamil. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 6(April), 27-34.
- Susilowati, L., Sagita, Y. D., & Veronica, S. Y. (2021). Hubungan Pengetahuan dan sikap ibu Hamil dengan Kejadian Anemia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ngarip Kabupaten Tanggamus Tahun 2021. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 2(2), 154-165.
- Wasnidar, D. (2007). *Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil*. Trans Info Media.
- Yanti, D. E. (2016). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran 2016. *Jurnal Dunia Kesmas*, 5(3), 139-145.
- Yongky, Hardiansyah, Gulardi, & Marhamah. (2009). Status Gizi Awal Kehamilan Dan Pertambahan Berat Badan Ibu Hamil Kaitannya Dengan Bblr. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 4(1), 8-12.