



Hubungan Pola Makan dan Antenatal Care Secara Teratur dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Maron

Usvatimah^{1*}, Tutik Ekasari², Nova Hikmawati³

¹⁻³ Mahasiswa Program Sarjana Kebidanan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan
Probolinggo, Indonesia

Genggong Karangbong Kec.Pajarakan Probolinggo

Korespondensi penulis: usvatimah10@gmail.com

Abstract. *Anemia in pregnancy is a condition where the hemoglobin (Hb) level in the blood is less than normal and the hemoglobin (Hb) level in the mother has decreased from the normal Hb level, namely 11 g/dL. One of the main and common causes of anemia in pregnant women is a lack of nutrients. Iron in the body is caused by a lack of food sources that contain sufficient iron, but food sources that have low iron content, so that less iron is absorbed. Apart from the lack of food containing iron, routine antenatal care also influences the occurrence of anemia in pregnant women. Effective antenatal care provides a solid foundation for midwives to first assess the needs of pregnant women and families. The aim of this study was to analyze the relationship between diet and regular antenatal care with the incidence of anemia in pregnant women in the working area of the Maron Community Health Center. The design of this study was cross sectional. The population in this study were all pregnant women who were in the working area of the Maron Community Health Center, totaling 79 respondents. The research sample included 44 respondents of pregnant women who were in the working area of the Maron Public Health Center. With random sampling technique. The instruments used were questionnaires and KIA books. The research results show that almost all anemic pregnant women have poor eating patterns and irregular antenatal care. Based on the chi square statistical test, it is known that the P value is 0.000 α 0.05, so H_0 is rejected and H_1 is accepted that there is a relationship between diet and antenatal care with anemia in pregnant women in the working area of the Maron Community Health Center. It is hoped that the results of this research can be used to increase insight into health science, especially midwifery, that a good diet and regular antenatal care are very necessary to prevent risks that will occur during childbirth.*

Keywords : Anemia, Dietary Habit, Antenatal Care, Pregnant Women

Abstrak Anemia dalam kehamilan adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal dan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu mengalami penurunan dari kadar hb normal yaitu <11 g/dL. Salah satu penyebab utama dan umum terjadinya anemia pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi di dalam tubuh disebabkan oleh kurangnya sumber makanan yang mengandung zat besi makanan yang cukup namun sumber makanan yang memiliki kandungan zat besi rendah, sehingga zat besi yang diserap kurang. Selain kurangnya makanan yang mengandung zat besi antenatal care secara rutin juga mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil. Asuhan antenatal yang efektif menyediakan landasan yang kokoh bagi bidan untuk pertama kali mengkaji kebutuhan ibu hamil dan keluarga. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan pola makan dan antenatal care secara teratur dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron. Rancangan penelitian ini adalah cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berada di wilayah kerja puskesmas maron sebanyak 79 responden. Sampel penelitian ini sebagian ibu hamil yang berada di wilayah kerja puskesmas maron sebanyak 44 responden, dengan teknik random sampling. Instrumen yang digunakan kuesioner dan buku KIA. Hasil penelitian hampir sebagian ibu hamil anemia mempunyai pola makan yang kurang baik dan antenatal care yang tidak teratur. Berdasarkan uji statistic chi square, di ketahui bahwa nilai P Value 0,000 < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima bahwa ada hubungan pola makan dan antenatal care secara teratur dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan penambah wawasan ilmu pengetahuan kesehatan khususnya ilmu kebidanan bahwa pola makan yang baik dan antenatal care secara teratur sangat diperlukan untuk mencegah resiko yang akan terjadi saat persalinan.

Kata Kunci : Anemia, Pola Makan, Antenatal Care, Ibu Hamil

1. LATAR BELAKANG

Anemia dalam kehamilan adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal dan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu mengalami penurunan dari kadar hb normal yaitu <11 g/dL (Gazali et al., n.d.) Anemia yang sering terjadi pada kehamilan adalah anemia defisiensi besi yang disebut sebagai “potential danger to mother and child” (potensi membahayakan ibu dan anak). (Ley 25.632, 2002)

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2022, prevalensi anemia pada ibu hamil bervariasi dari 31% di Amerika Selatan hingga 64% di Asia bagian Selatan. Asia Selatan dan Tenggara turut menyumbang hingga 58% total penduduk yang mengalami anemia. World Health Organization (WHO) menyatakan sekitar sepertiga penduduk dunia menderita anemia defisiensi besi. Prevalensi tertinggi anemia defisiensi besi terjadi pada kalangan wanita salah satunya pada wanita hamil. Di belahan dunia, kejadian anemia defisiensi besi pada ibu hamil sebesar 24,8%. Data WHO Tahun 2022 diperkirakan bahwa prevalensi anemia pada kehamilan cukup besar yaitu 55% dan umumnya terjadi pada kehamilan trimester ketiga. Pada tahun 2023 diperkirakan anemia mengalami peningkatan yaitu 57%. Anemia menyerang pada saat kehamilan serta menjadi masalah kekurangan zat gizi mikro di hampir seluruh belahan dunia dengan tingkat prevalensi lebih tinggi di negara berkembang (51%) daripada negara maju (14%). Pernyataan pihak World Health Organization (WHO) yaitu di antara negara berkembang, kasus anemia terhadap ibu hamil lebih banyak ditemukan di benua Afrika dan Asia, Indonesia termasuk salah satunya. WHO pun telah merekomendasikan bahwa pada tahun 2021-2025 target pengurangan prevalensi anemia menjadi 50% pada wanita dengan usia reproduktif. Hal ini sejalan dengan target SDGS (Sustainable Development Goals 2030) Berdasarkan data Riskesdas tahun 2022 ibu hamil yang menderita anemia 41,8% mengalami peningkatan pada tahun 2023 ibu hamil yang mengalami anemia sebesar 48,9% berarti 5 dari 10 ibu hamil di Indonesia menderita anemia, sebanyak 84,2% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok usia 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2022) Menurut data riskesdas tahun 2018 target data global nutrisi dari tahun 2021-2025 setidaknya harus menurunkan presentase ibu hamil anemia menjadi sebesar 19%. Berdasarkan data laporan SSGI 2022. Prevalensi anemia di Jawa Timur sangat tinggi yaitu 49,9%. Ibu hamil menderita anemia pada tahun 2022 sampai tahun 2023. Target nasional menurut PKP (pelatihan kepemimpinan pengawas) pada tahun 2022 sebesar 39% sedangkan pada tahun 2023 sebesar 36% (RPJMN 2020-2024) Prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten Probolinggo menurut data dinas kesehatan tahun 2022 sebesar 10,65% atau sebanyak 1906 ibu hamil yang mengalami, sedangkan pada tahun 2023 sebesar 10,39% atau

sebanyak 1973 ibu hamil yang mengalami anemia di kabupaten probolinggo, sedangkan target anemia pada tahun 2022-2023 sebesar 10 % pada ibu hamil.

Prevelensi anemia di puskesmas maron tahun 2022 sebesar 10,4 % dari 789 ibu hamil dan mengalami peningkatan pada tahun 2023 sebesar 16,5% yang mengalami anemia dari 812 ibu hamil di puskesmas maron yang telah di lakukan pada tanggal 10 januari 2023 di puskesmas maron berdasarkan data dari puskesmas maron. Target pencapaian anemia di puskesmas maron pada tahun 2022-2023 sebesar 10 % pada ibu hamil di puskesmas maron. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah di lakukan wawancara di puskesmas maron pada 10 ibu hamil pada tanggal 23 januari angka kejadian anemia terjadi pada 6 ibu hamil yang mengalami anemia.

Salah satu penyebab utama dan umum terjadinya anemia pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi di dalam tubuh disebabkan oleh kurangnya sumber makanan yang mengandung zat besi makanan yang cukup namun sumber makanan yang memiliki kandungan zat besi rendah, sehingga zat besi yang di serap kurang dan makanan yang di makanan mengandung zat penghambat absorbs besi (Kemenkes RI, 2022). Pola makan masyarakat indonesia pada umumnya mengandung sumber besi hewani yang rendah dan tinggi sumber besi nabati yang merupakan penghambat penyerapan gizi. Kualitas protein yang baik berasal dari hewani sehingga pola makan yang tidak seimbang bisa menyebabkan anemia saat kehamilannya. Selama masa kehamilan harus memperhatikan makanan yang dikonsumsi. Pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi sebaliknya pola konsumsi yang tidak seimbang juga mengakibatkan zat gizi tertentu berlebih dan menyebabkan terjadinya gizi lebih (Gozali, 2020)

Makanan bergizi adalah makanan yang mengandung zat tenaga, zat pembangun, dan zat pengatur yang sesuai dengan kebutuhan gizi. Makanan bergizi ini untuk memenuhi kebutuhan janin dan meningkatkan produksi asi. Pemasukan makanan ibu hamil pada trimester I sering mengalami penurunan karena menurunnya nafsu makan dan sering timbul mual atau muntah, tetapi makanan ini harus tetap diberikan seperti biasa, untuk mengatasi rasa mual atau muntah sebaiknya porsi makanan ibu diberikan lebih sedikit dengan pemberian lebih sering. Sedangkan triwulan II nafsu makan ibu biasanya sudah meningkat. Kebutuhan akan zat tenaga lebih banyak. Dibandingkan kebutuhan saat hamil muda, demikian juga kebutuhan zat pembangun dan zat pengatur seperti lauk-pauk, sayuran dan buah-buahan lebih berwarna. Sedangkan triwulan II nafsu makan meningkat dan rasa ketidaknyamanan akan muncul seperti sering buang air kecil, kram kaki, gangguan pernafasan (Devinia, 2021).

Selain kurangnya makanan yang mengandung zat besi antenatal care secara rutin juga mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil. Asuhan antenatal yang efektif menyediakan landasan yang kokoh bagi bidan untuk pertama kali mengkaji kebutuhan ibu hamil dan keluarga. Ibu hamil yang rutin memeriksakan kehamilannya akan mendapat konseling tentang kehamilan dan mendapatkan pemberian tablet Fe dan anc secara teratur dengan ketaatan konsumsi tablet Fe pada akan mencegah terjadinya anemia (Sopiah & Suciawati, 2022)

Menurut Pusdiknakes, dampak tidak melakukan antenatal care pada ibu hamil yaitu kurang mendapat informasi tentang cara perawatan kehamilan yang benar, selain itu ibu hamil tidak mengetahui tanda bahaya kehamilan seperti anemia pada ibu hamil yang bisa menyebabkan perdarahan saat persalinan, perdarahan merupakan faktor penyebab dari kematian pada ibu hamil dan anemia pada ibu hamil, anemia pada saat kehamilan dapat menimbulkan berbagai resiko masalah kesehatan dan dapat membahayakan nyawa ibu hamil oleh sebab itu kepatuhan ibu hamil melakukan kunjungan antenatal care sangat penting untuk mengurangi komplikasi kehamilan (Kemenkes Ri, 2021).

Faktor Risiko anemia pada kehamilan di antaranya adalah kurangnya asupan nutrisi, diabetes gestasional, kehamilan multipel, kehamilan remaja, serta adanya inflamasi dan infeksi selama kehamilan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022) Kondisi anemia pada ibu hamil mempunyai dampak kesehatan terhadap ibu dan anak dalam kandungan, antara lain meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran prematur dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir. Anemia mempengaruhi lebih dari setengah ibu rumah tangga, menunjukkan bahwa salah satu faktor yang berkontribusi terhadap anemia pada ibu hamil adalah pekerjaan (Faghir-Ganji et al., 2023)

Solusi untuk menghindari anemia pada ibu hamil yaitu dengan menjaga pola makan yang baik dan seimbang. Pola makan seimbang terdiri dari makanan yang berbeda dalam jumlah yang tepat dan sebanding dengan kebutuhan gizi seseorang. Pola makan yang seimbang berperan penting dalam menyiapkan zat gizi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan ibu, janin dan plasenta. Pola makan yang tidak seimbang menyebabkan ketidakseimbangan nutrisi dalam tubuh dan dapat menyebabkan malnutrisi atau sebaliknya akan mengakibatkan zat gizi tertentu berlebih. Pelayanan ANC terpadu dan suplementasi tablet besi telah dilaksanakan di Indonesia sebagai salah satu upaya penanganan masalah anemia dan upaya yang telah dilakukan dalam mengatasi terhambatnya pelayanan. Ibu hamil harus melakukan pemeriksaan kehamilan di setiap trimester, yaitu minimal satu kali pada trimester pertama (usia kehamilan 1-3 bulan), minimal dua kali pada trimester kedua (usia

kehamilan 4-6 bulan) dan minimal tiga kali pada trimester ketiga (usia kehamilan 5 bulan hingga persalinan) Hal ini merupakan standar waktu pemeriksaan yang dianjurkan untuk melindungi baik ibu hamil serta janin dari kejadian yang tidak diinginkan. Konsumsi zat besi pada ibu hamil merupakan salah satu upaya penanggulangan anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil, sehingga WHO merekomendasikan pemberian diberikan sedini mungkin dengan dosis harian suplemen 60 mg Besi dan 400 g asam folat selama kehamilan, terutama paruh kedua kehamilan karena pada saat tersebut ibu hamil mengalami pengenceran darah atau hemodilusi yang membuat ibu harus mengkonsumsi tablet fe agar terhindar dari anemia. Pemberian preparat 60 mg/hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 gr% bulan. Saat ini program nasional menganjurkan kombinasi 60 mg besi dan 50 nanogram asam folat untuk profilaksis anemia (Honaryati,Usman an Ahmad,et., al 2021).

Pemerintah melakukan program pendistribusian tablet Fe yang diberikan kepada para ibu hamil sebanyak 90 tablet selama kehamilannya. Kebutuhan zat besi ibu selama kehamilan adalah 800 mg besi diantaranya 300 mg untuk janin plasenta dan 500 mg untuk penambahan eritrosit ibu, untuk itulah ibu hamil membutuhkan 2-5 mg zat besi setiap hari selama kehamilannya. Upaya lain yang dapat dilakukan dengan memperhatikan pola konsumsi ibu hamil yang harus tetap mengacu pada pola makan sehat dan seimbang yang terdapat dalam pesan umum gizi seimbang (PUGS) (Harismayanti and Lihu, 2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Puskesmas Maron, Kec. Maron, Kab. Probolinggo dengan mengangkat judul ‘‘Hubungan Pola Makan Dan Antenatal Care Secara Teratur Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Maron’’

2. METODE PENELITIAN

penelitian ini adalah cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berada diwilayah kerja puskesmas maron sebanyak 79 responden. Sampel penelitian ini sebagian ibu hamil yang berada diwilayah kerja puskesmas maron sebanyak 44 responden, dengan teknik random sampling. Instrumen yang digunakan kuesioner dan buku KIA.

3. HASIL

Data umum

Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan usia pada responden di puskesmas maron

No	Usia	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	< 20 tahun	4	9,1
2	20-35 tahun	39	88,6
3	> 35 tahun	1	2,3
	Jumlah	44	100,0

Sumber: Data Primer penelitian, 2024

Berdasarkan tabel 1. didapatkan hasil sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sejumlah 39 responden (88,6%)

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 2 Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan pendidikan pada responden di puskesmas maron

No	Pendidikan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	SD	5	11,4
2	SMP	8	18,2
3	SMA	26	59,1
4	Perguruan Tinggi	5	11,4
	Jumlah	44	100,0

Sumber : Data Primer Penelitian, 2024

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan hasil sebagian besar responden berpendidikan SMA sejumlah 26 responden (59,1%)

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 3 Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan pekerjaan pada responden di puskesmas maron

No	Pekerjaan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Ibu rumah tangga	33	75,0
2	PNS/ honorer	3	6,8
3	Pedagang	3	6,8
4	Petani	4	9,1
5	Pegawai pabrik	1	2,3
	Jumlah	44	100,0

Sumber: Data Penelitian primer, 2024

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan hasil sebagian besar responden pekerjaannya ibu rumah tangga sejumlah 33 responden (75,0%)

Data khusus

Identifikasi kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron

Tabel 4 Distribusi karakteristik kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron

No	Anemia	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Anemia	25	56,8
2	Tidak Anemia	19	43,2
	Jumlah	44	100,0

Sumber: Data Primer Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel 4 diatas didapatkan hasil bahwa separuh dari responden mengalami anemia yaitu sebanyak 25 responden (56,8%)

Identifikasi Pola Makan Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Maron

Table 5 distribusi karakteristik berdasarkan pola makan di wilayah kerja puskesmas maron

No	Pola Makan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Baik	20	40,9
2	Kurang Baik	24	50,1
	Jumlah	44	100,0

Sumber : Data Primer Penelitian, 2024

Berdasarkan Tabel 5 diatas didapatkan hasil bahwa separuh dari pola makan responden yang kurang baik sebanyak 24 responden (50,1%)

Identifikasi Antenatal Care Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Maron

Tabel 6 distribusi karakteristik berdasarkan antenatal care di wilayah kerja puskesmas maron

No	Antenatal Care	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Teratur	18	40,9
2	Tidak Teratur	26	59,1
	Jumlah	44	100,0

Sumber : Data Primer Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel 6 diatas didapatkan hasil bahwa separuh dari responden yang antenatal care yang tidak teratur sebanyak 26 responden (59,1%)

Analisa Data

Analisis Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Maron

Tabel 7 Hubungan pola makan dengan kejadian anemia di wilayah kerja puskesmas maron

Pola Makan	Anemia				Jumlah	
	Anemia F	%	Tidak anemia F	%	F	%
Baik	3	15,0%	17	25,5%	20	45,5%
Kurang Baik	22	50,0 %	2	4,5%	24	54,5%
Jumlah	25	56 %	19	43,2 %	44	100,0%
P value						
0,000						
α 0,05						

Sumber : Data Primer Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel diatas 7 dapat di interpresentasikan bahwa dari 44 responden lebih dari separuhnya ibu hamil anemia dengan pola makan yang kurang baik sebanyak 24 responden dengan presentase (54,5%) Berdasarkan uji statistic Chi Square, diketahui bahwa nilai P value 0,000 dengan α 0,05. Karena nilai signifikasi $< \alpha$ maka HO ditolak dan HI diterima yang berarti bahwa ada hubungan pola makan dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron

Analisis Antenatal Care Dengan Kejadian Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Maron

Tabel 8 Antenatal Care Dengan Kejadian Anemia Di wilayah Kerja Puskesmas Maron

Antenatal Care	Anemia				Jumlah	
	anemia F	%	Tidak anemia F	%	F	%
Teratur	0	0,0 %	18	40,9 %	18	40,9 %
Tidak Teratur	25	56,8 %	1	2,3 %	26	59,1 %
Jumlah	25	56,8%	19	43,2%	44	100,0%
P Value						
=0,000						
α =0,005						

Sumber : Data Primer Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel diatas 5.8 dapat di interpresentasikan bahwa dari 44 responden lebih dari separuhnya ibu hamil anemia dengan antenatal care tidak teratur sebanyak 26 responden dengan presentase 59,1%. Berdasarkan uji statistic Chi Square, diketahui bahwa

nilai P value 0,000 dengan α 0,05. Karena nilai signifikansi $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti bahwa ada hubungan antenatal care dengan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron

Pembahasan

Identifikasi Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Maron

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil Anemia sebanyak 25 responden dari 44 ibu hamil dengan presentase (56,8%) di Puskesmas maron dan ibu hamil yang tidak anemia sebanyak 19 responden (43,2%) Menurut Teori Wulandari Pratiwi, anemia adalah suatu kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsi sebagai pembawa oksigen keseluruh jaringan. Anemia merupakan kekurangan kualitas maupun kuantitas sel darah yang membawa oksigen disekitar tubuh dalam bentuk hemoglobin. Hal ini akan menimbulkan pengurangan dalam kapasitas sel darah merah untuk membawa oksigen bagi ibu dan janin. Penyebabnya bisa karena kurangnya zat gizi untuk pembentukan darah, seperti zat besi, asam folat dan vitamin B12, dan paling banyak terjadi anemia Defisiensi Zat Besi.

Faktor umur merupakan faktor risiko kejadian anemia pada ibu hamil. Umur seorang ibu berkaitan dengan alat-alat reproduksi wanita. Ibu hamil yang berusia dibawah 20 tahun dan diatas 35 tahun beresiko menderita anemia 3,921 kali kemungkinan dari pada ibu hamil antara 20-35 tahun. Kehamilan kurang dari 20 tahun secara biologis belum optimal emosinya dan cenderung labil, mentalnya belum matang sehingga mudah mengalami mengalami keguncangan yang mengakibatkan kurangnya perhatian terhadap pemenuhan gizi selama kehamilan. Sedangkan usia di atas 35 tahun terkait dengan kemunduran dan penurunan daya tahan tubuh disertai penyakit yang sering menimpa di usia ini. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian senja atika sari umur berpengaruh terhadap kejadian anemia, karena selama kehamilan sangat rentan terjadi anemia, zat besi akan lebih banyak dibutuhkan terutama untuk janin dan plasenta sedang tumbuh untuk meningkatkan sel darah merah ibu. Pada kondisi kehamilan membutuhkan banyak zat besi, maka kehamilan yang terjadi pada wanita berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun lebih beresiko mengalami anemia.

Tingkat pendidikan sangat berpengaruh kemampuan dalam menerima informasi gizi, menentukan atau mempengaruhi mudah tidaknya seseorang menerima suatu pengetahuan semakin tinggi pendidikan maka akan mudah menerima informasi gizi. Dalam penelitian ini pendidikan berpengaruh untuk ibu hamil menerima pendidikan terkait gizi dan mencari penyebab serta solusi untuk anemia dalam kehamilannya. Ibu hamil semakin tinggi pendidikannya akan mengerti pentingnya pemeriksaan kehamilan untuk mengetahui keadaan janinnya. Pada penelitian ini, peneliti menunjukkan bahwa angka kejadian anemia pada ibu

hamil disebabkan karena kurangnya pemahaman ibu hamil dampak dari kekurangan hemoglobin dan rendahnya daya beli ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan makanan dan minuman mengandung zat besi selama kehamilan.

Pekerjaan berpengaruh terhadap terjadinya anemia pada ibu hamil disebabkan banyak melakukan aktivitas, kurang memperhatikan kondisinya dan janinnya serta makanan yang di konsumsi juga tidak beragam yang seharusnya makanan yang dikonsumsi mengandung zat besi, vitamin C, lemak dan karbohidrat. Ibu hamil yang menjaga kesehatannya akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan kekurangan gizi yang salah satunya anemia. Menurut penelitian Nur Azizah (2023) Pekerjaan ada peningkatan beban kerja yang mempengaruhi kehamilan. Ibu hamil yang bekerja akan mendapatkan beban ganda selain mengerjakan pekerjaan rumah ibu juga harus bekerja menyebabkan kurang istirahat, kelelahan asupan nutrisi tidak terpenuhi dan stress dalam menghadapi pekerjaannya dan mengganggu kehamilannya dan dapat menyebabkan anemia.

Anemia gizi disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya pola makan yang tidak baik. Pola makan yang seimbang terdiri dari berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan dalam tubuh dan dapat menyebabkan kekurangan gizi (Waryana, 2020)

Anemia dapat menyebabkan kematian janin dalam kandungan, Prematur, cacat Bawaan, BBLR. Yang bisa menyebabkan morbiditas dan mortalitas ibu dan kematian pada ibu. Pada ibu hamil yang menderita anemia berat dapat meningkatkan resiko melahirkan bayi BBLR (Ariani,2021)

Selain pola makan anemia juga disebabkan karena antenatal care yang tidak teratur juga. Antenatal care secara teratur juga merupakan salah satu pelayanan antenatal yang baik yang dapat mendeteksi masalah dalam kehamilan. Antenatal care merupakan pemeriksaan yang harus dilakukan ibu hamil untuk mencegah terjadinya komplikasi dalam kehamilan. Pemeriksaan kehamilan merupakan salah satu tahapan penting yang harus dilakukan oleh ibu hamil menuju kehamilan yang sehat. Pelayanan ANC merupakan suatu kebijakan serta strategi oleh pemerintah yang dapat digunakan sebagai screening awal kondisi kehamilan berisiko tinggi salah satunya adalah anemia, semakin rutin melakukan kunjungan ANC maka semakin kecil kemungkinan terjadinya komplikasi dalam kehamilan termasuk anemia (Shintamona, 2023)

Menurut peneliti, anemia yang terjadi pada ibu hamil dikarenakan ibu hamil memiliki pola makan yang kurang baik. Karena sebagian besar ibu hamil mengonsumsi makanan tidak beragam, mayoritas masyarakat desa hanya mengonsumsi makanan nabati seperti tahu dan tempe. Sebagian ibu hamil juga jarang meminum air putih serta banyak mengonsumsi makanan kemasan, sebelum makan makanan kemasan sebaiknya di baca terlebih dahulu labelnya apakah sudah baik apa belum, oleh karena itu kecukupan gizi sangat berpengaruh pada janin. Makanan yang di konsumsi ibu hamil memiliki dampak pada perkembangan janin untuk kesehatan ibu dan janinnya.

Menurut peneliti, Ibu hamil yang tidak rutin melakukan kunjungan ANC cenderung kurang mendapat informasi terkait masalah gizi pada ibu hamil sehingga beresiko mengalami masalah kesehatan saat hamil salah satunya yaitu anemia. Sebaliknya responden yang rutin melakukan kunjungan ANC atau memeriksakan kehamilannya akan mendapat konseling tentang kehamilan dan mendapatkan pemberian tablet Fe sehingga dilakukan ANC secara teratur dengan ketaatan konsumsi tablet Fe pada akhirnya akan mencegah terjadinya anemia. Anemia pada ibu hamil adalah masalah gizi yang masih banyak terjadi kondisi ini membahayakan bagi ibu dan janinnya jika ibu hamil anemia dan tidak segera di tangani kemungkinan resiko yang terjadi saat persalinan adalah perdarahan yang bisa menyebabkan kematian pada ibu dan bayi, oleh karena itu sangat penting menjaga kesehatan tubuh ibu hamil agar tidak mengalami anemia, karena tubuh dengan asupan yang sehat akan menghindarkan ibu dari kejadian anemia.

Identifikasi Pola Makan Pada Ibu Hamil DiWilayah Kerja Puskesmas Maron

Pola makan yang kurang baik pada ibu hamil sebanyak 24 responden dengan presentase 54,5% dan pola makan yang baik sebanyak 20 responden dengan presentase 45,5%. Pola makan yang kurang baik dikarenakan sebagian besar responden tidak tahu bahwa ibu hamil membutuhkan keseimbangan antara protein dan lemak dalam tubuh. penyebab utama dan umum terjadinya anemia pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi di dalam tubuh disebabkan oleh kurangnya sumber makanan yang mengandung zat besi makanan yang cukup namun sumber makanan yang memiliki kandungan zat besi rendah, sehingga zat besi yang di serap kurang dan makanan yang di makanan mengandung zat penghambat absorbs besi (Kemenkes, 2022).

Ibu hamil juga dianjurkan untuk mengonsumsi beragam makanan yang diolah dari empat jenis pokok makanan, yaitu: beras atau alternatif penggantinya, buah-buahan, sayuran, dan daging atau alternatif penggantinya. Makanan yang dikonsumsi setiap harinya haruslah terdiri dari empat macam panganan ini. Hal ini disebabkan karena masing-masing golongan makanan ini mengandung nutrisi yang berbeda-beda, contohnya: daging serta alternatif

penggantinya mengandung protein, namun tidak mengandung vitamin C yang sangat dibutuhkan oleh tubuh dengan baik ibu hamil memilih variasi makanan yang dibutuhkan maka kita dapat memastikan jika makanan yang kita konsumsi mengandung nutrisi yang seimbang, jika pola makan seimbang ini tidak terpenuhi, maka cenderung mengakibatkan anemia saat kehamilannya (Mariana dina, 2020).

Menurut teori manuba pola makan yang baik selama kehamilan dapat membantu tubuh mengatasi permintaan khusus karena hamil, serta memiliki pengaruh positif pada kesehatan bayi. Pola makan sehat pada ibu hamil merupakan makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil harus memiliki jumlah kalori dan zat-zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air.

Dari hasil Penelitian ini ibu hamil yang dilakukan oleh peneliti pola makannya masih kurang baik dikarenakan mayoritas responden masih mengkonsumsi makanan tinggi sumber nabati dan responden selama hamil masih banyak mengkonsumsi makan yang tinggi karbohidrat dan jarang dari responden mengkonsumsi buah-buahan dan sumber hewani. Responden mengatakan jarang mengkonsumsi makanan yang tinggi hewani seperti daging sapi, ayam dan lainnya. Mayoritas ibu hamil mengatakan bahwa ibu hamil lebih suka mengkonsumsi gorengan dan makanan sachet, Ibu hamil setidaknya perlu makanan yang tinggi hewani yang mengandung banyak zat besi untuk mencegah anemia pada ibu hamil, selain makanan yang tinggi hewani ibu hamil juga perlu mengkonsumsi sayuran hijau yang dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil, sayuran hijau yang perlu dikonsumsi oleh ibu hamil setiap harinya adalah 4 porsi atau lebih, seperti brokoli dan lainnya. Konsumsi makanan yang tepat sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu selama hamil. Salah satu kebutuhan gizi ibu selama hamil yang harus terpenuhi adalah zat besi. Zat besi banyak terdapat pada sayuran yang berwarna hijau gelap, seperti bayam, kangkung, dan kacang panjang dan lain-lain. Dikarenakan anemia juga bisa menyebabkan perdarahan yang bisa menyebabkan kematian pada ibu dan bayi.

Menurut peneliti, kekurangan zat besi karena kebutuhan besi yang meningkat saat kehamilan, pola makan yang tidak seimbang akan menyebabkan ketidakseimbangan gizi. Pada ibu hamil terdapat penambahan kebutuhan gizi di setiap trimester, terutama trimester III karena kebutuhan gizi meningkat. Agar mencapai gizi seimbang maka setiap ibu hamil diharapkan mengkonsumsi minimal satu jenis makanan yang bersumber dari makanan karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran dan buah, selain itu disesuaikan dengan kebutuhan ibu hamil. Pola makan pada ibu hamil jenis dan jumlahnya harus terpenuhi pada masa kehamilan, jumlah dan jenis makanan yang harus terpenuhi yaitu nasi 2-3 piring jika

tidak bisa memakan nasi penggantinya $\frac{1}{2}$, lauk hewani 3-5 potong, lauk nabati 2-4 potong, sayuran 2-3 mangkok, buah-buahan 3 potong minum air tidak kurang dari 8 gelas perhari. Mayoritas ibu hamil pola makannya yang kurang baik dikarenakan perhari hanya mengkonsumsi makanan yang ada saja dan kesukaannya, oleh karena itu ibu hamil banyak mengalami anemia.

Identifikasi Antenatal care pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang Antenatal Care yang tidak teratur pada ibu hamil sebanyak 26 responden dengan presentase 59,1 % dan antenatal care yang teratur sebanyak 18 responden dengan presentase 40,9%. Antenatal care tidak teratur disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu hamil terkait pemeriksaan kehamilan. Pemeriksaan kehamilan merupakan salah satu tahapan penting

Asuhan antenatal care yang efektif menyediakan landasan yang kokoh bagi bidan untuk pertama kali mengkaji kebutuhan ibu hamil dan keluarga. Ibu hamil yang rutin memeriksakan kehamilannya akan mendapat konseling tentang kehamilan dan mendapatkan pemberian tablet Fe sehingga anc secara teratur dengan ketaatan konsumsi tablet Fe yang akhirnya mencegah anemia (Vinasusnanigtias,2024) Pada dasarnya pelayanan ANC dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu hamil dan untuk memantau status kesehatan ibu selama kehamilan. Pemberian tablet Fe merupakan salah satu jenis pelayanan dari serangkaian ANC terpadu, tablet Fe didapatkan ibu hamil saat pemeriksaan

Dari hasil penelitian ini ibu hamil yang dilakukan oleh peneliti responden mengatakan bahwa antenatal care yang tidak teratur disebabkan karena kurangnya dukungan dari suami dan ada rasa malas dari ibu hamil untuk memeriksakan kehamilannya, selain itu ibu hamil yang berpendidikan rendah juga tidak tau terkait pentingnya pemeriksaan ibu hamil untuk mengidentifikasi keadaan ibu dan bayinya, Ibu hamil yang tidak memeriksakan kehamilannya tidak terdeteksi pemberian tablet Fe dan juga pemberian KIE terkait nutrisi dan gizi ibu hamil sehingga ibu hamil bisa merawat dirinya

Menurut peneliti, Antenatal care sangat bermanfaat bagi ibu hamil dan janin yang dikandungnya, pemeriksaan kehamilan dapat digunakan untuk mendeteksi dini terjadinya resiko tinggi kehamilan dan persalinan, selain itu juga dapat menurunkan angka kematian ibu dan bisa memantau keadaan janinnya. Antenatal care yang teratur akan segera diketahui kelainan-kelainan yang mungkin muncul pada masa kehamilan sehingga segera dapat diatasi sebelum berpengaruh tidak baik terhadap kehamilan. Salah satu pencegahan dan penanganan yang dapat dilakukan dengan antenatal care yaitu anemia pada ibu hamil. Anemia yang sering terjadi biasanya anemia zat besi. Anemia zat besi timbul karena kekurangan zat besi sehingga pembentukan sel darah merah dan fungsi lainnya dalam tubuh terganggu. Anemia zat besi

ada 3 penyebabnya yaitu kehilangan darah secara kronis dampaknya yaitu perdarahan kronis terjadi saat persalinan, asupan zat besi yang tidak tercukupi seperti kurang mengkonsumsi makanan yang tinggi zat besi, dan penyerapan tidak adekuat serata peningkatan kebutuhan zat besi untuk pembentukan sel darah merah.

Hubungan Pola Makan pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja puskesmas maron

Berdasarkan Uji statistic menggunakan uji statistik chi square diketahui bahwa nilai signifikansi 0,000 dengan α 0,05 karena nilai signifikansi $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima bahwasanya ada hubungan Anemia pada ibu hamil dengan Pola Makan di Puskesmas maron

Pola makan seimbang terdiri dari berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi seseorang. Pola makan yang tidak seimbang menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi atau sebaliknya pola konsumsi yang tidak seimbang juga mengakibatkan zat gizi tertentu berlebih dan menyebabkan terjadinya gizi lebih. Kekurangan asupan gizi pada ibu hamil selama kehamilan selain berdampak pada berat bayi lahir juga akan berdampak pada ibu hamil yaitu akan menyebabkan anemia pada ibu hamil (Zulaikha, 2019)

Menurut teori sulistyoningsih bahwa pola makan yang seimbang yaitu sesuai dengan kebutuhan disertai pemilihan bahan makanan yang tepat aan melahirkan status gizi yang baik. Asupan makanan yang melebihi kebutuhan tubuh akan menyebabkan kelebihan berat badan dan penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan gizi, sebaliknya asupan makanan kurang dari yang di butuhkan akan menyebabkan tubuh menjadi kurus dan rentan terhadap penyakit. Pola makan yang seimbang, seperti kandungan zat besi dari makanan yang di konsumsi tidak mencukupi kebutuhan akan mengakibatkan anemia dalam kehamilan. Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dapat dilakukan dengan meningkatkan mengkonsumsi makanan bergizi. Konsumsi makanan setiap kali makan dan makan yang banyak mengandung tinggi zat besi dari makanan hewani (Daging, Ikan, Ayam, Hati, Telur) dan bahan makanan nabati (Sayuran seperti bayam, kacang-kacangan dan tempe) dan perlu juga mengkonsumsi sayuran buah-buahan yang mengandung tinggi vitamin C (daun katuk, daun singkong, bayam, jeruk, jambu dan nanas) sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerapan zat besi dalam usus.

Hasil penelitian ini sesuai dengan jurnal penelitian Gozali (2018) bahwa terdapat hubungan signifikan ($p < 0,05$) pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.. dengan

koefisien r hitung $+0,93$ (93%). Pola makan yang baik bagi ibu hamil harus memenuhi sumber karbohidrat, protein, lemak vitamin dan mineral yang disesuaikan selama kehamilan.

Penelitian ini juga sesuai dengan jurnal penelitian susnaningtias (2024) menyebutkan bahwa ada hubungan pola makan dengan anemia secara signifikan dengan p value $0,000$ kurang dari ($p < 0,05$)

Menurut peneliti, anemia lebih banyak terjadi pada ibu hamil yang hanya mengkonsumsi tinggi sumber zat besi nabati dan rendah sumber zat hewani dan kurangnya pengetahuan responden terkait pola makan yang baik untuk ibu hamil seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral yang harus terpenuhi. Kebutuhan pola makan pada ibu hamil di pedesaan juga makanan yang tidak terpenuhi secara baik, makanan ibu hamil di pengaruhi oleh beberapa hal yaitu kebiasaan ibu tidak sarapan, kesenangan ibu mengkonsumsi makanan yang disukai, budaya yang biasanya masyarakat desa ada pantangan makanan dan juga taraf ekonomi. Sehingga berpengaruh terhadap gizi ibu hamil. Ibu hamil yang kurang mengkonsumsi makanan yang beragam akan menderita anemia, disebabkan protein yang dikonsumsi kualitasnya kurang baik. Jenis protein yang dikonsumsi sebaiknya tinggi sumber hewani. Penyebab anemia kurangnya asupan makanan sumber pembentukan sel merah dikarenakan muntah terutama pada trimester I, pantangan makanan yang merupakan kepercayaan masyarakat desa, tidak suka suatu jenis makanan dan faktor alergi.

Hubungan antenatal care pada ibu hamil dengan kejadian anemia di puskesmas maron

Berdasarkan Uji statistic menggunakan uji statistik chi square, diketahui bahwa nilai signifikansi $0,000$ dengan $\alpha 0,05$ karena nilai signifikansi $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima bahwasanya ada hubungan Anemia pada ibu hamil dengan antenatal care di Puskesmas maron

Pemeriksaan kehamilan merupakan salah satu tahapan penting yang harus dilakukan oleh ibu hamil menuju kehamilan yang sehat. Pelayanan Anc merupakan suatu kebijakan serta strategi oleh pemerintah yang dapat digunakan sebagai screening awal kondisi kehamilan resiko tinggi salah satunya anemia. Salah satu program pemerintah adalah adanya program ANC yang harus dilakukan sedini mungkin oleh ibu hamil dalam mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil, meningkatkan deteksi dini resiko kehamilan, dan mencegah terjadinya komplikasi kehamilan. Berdasarkan data SDKI (2017) menyebutkan bahwa sebanyak 8 dari 10 ibu hamil yang mulai memeriksakan kehamilannya pada trimester I atau saat umur kandungan kurang dari 4 bulan.

Kunjungan ANC menjadi suatu hal yang penting karena pada saat ibu hamil melakukan kunjungan ANC, ibu hamil tersebut akan mendapatkan 10 komponen pelayanan

secara bersamaan pada satu kali kunjungan. Komponen pelayanan pemeriksaan yang biasa disebut dengan 10 T (SDKI, 2017)

Hasil Penelitian ini sesuai dengan jurnal penelitian Sumarmi dan Veny Nurma Sari di puskesmas maron tahun 2019 tentang keteraturan kunjungan antenatal care. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara keteraturan kunjungan antenatal care dengan kejadian anemia ($p=0,001$) dengan korelasi cukup ($r=0,514$) dan dari penelitian ini juga diketahui bahwa responden yang tidak teratur melakukan kunjungan ANC memiliki resiko 4 kali lebih besar untuk terjadi anemia daripada responden yang teratur melakukan kunjungan ANC

Penelitian ini juga sesuai dengan jurnal penelitian Novi vebrian 2023 menyebutkan bahwa ada hubungan Antenatal care secara teratur dengan anemia secara signifikan dengan p value 0,000 kurang dari ($p<0,05$) Menurut peneliti, Antenatal care yang tidak teratur disebabkan karena kurangnya pengetahuan, dan dukungan suami terhadap pemeriksaan kehamilan yang sangat penting untuk dilakukan karena pemeriksaan kehamilan dapat mengetahui keadaan kehamilannya. Ibu hamil yang tidak teratur dalam memeriksakan kehamilannya dapat menyebabkan keterlambatan deteksi dini untuk kehamilan, dan kurang mendapatkan KIE tentang anemia selama kehamilan sehingga dapat mengalami anemia. Kurangnya pengetahuan ibu akan menyebabkan kurangnya informasi terkait pemeriksaan kehamilan nya yang biasanya antenatal care dilakukan secara rutin ini tidak dilakukan oleh ibu hamil. Dukungan suami juga berpengaruh dalam pemeriksaan kehamilan dikarenakan suami yang acuh tak acuh terkait kehamilan istrinya karena menurutnya baik-baik saja dan tidak ada membahayakan. Dukungan suami sangat penting untuk emosional sang istri juga, Bentuk dukungan suami terhadap istrinya tidak keberatan jika istri memeriksakan kehamilannya dan di antarkan, mengingatkan istri untuk periksa kehamilan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan pola makan dan antenatal care secara teratur dengan kejadian anemia di wilayah kerja puskesmas maron dapat di simpulkan sebagai berikut :

- Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil di puskesmas maron sebagian besar mempunyai resiko anemia
- Sebagian besar ibu hamil pola makannya kurang baik di puskesmas maron
- Sebagian besar ibu hamil antenatal care tidak teratur di puskesmas maron

- Ada hubungan pola makan dengan anemia di puskesmas maron
- Ada hubungan antenatal care secara teratur dengan anemia di puskesmas maron

Saran

- **Bagi Responden**
Memberikan informasi kepada responden tentang pentingnya pemenuhan gizi sebelum bersalin, juga terkait pentingnya pemeriksaan kehamilan, dan dapat memberikan pengetahuan yang dapat dilakukan menjaga pola makan yang baik dan kunjungan antenatal care yang teratur karena mudah dilakukan dan memiliki dampak untuk mencegah anemia dengan pola makan yang baik dan antenatal care yang teratur
- **Bagi Institusi pendidikan**
Dapat dijadikan referensi bagi pembaca dan bahan rujukan penelitian terkait pola makan dan antenatal care secara teratur dengan anemia pada ibu hamil di puskesmas maron.
- **Bagi Profesi Kebidanan**
Dapat memberikan informasi, referensi perkembangan ilmu kebidanan, dan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi terkait pola makan yang baik dan antenatal care secara teratur dengan anemia pada ibu hamil di puskesmas maron
- **Bagi Peneliti Selanjutnya**
Hasil penelitian diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dan sebagai masukan menambah pengetahuan pada penelitian ini ‘‘Hubungan Pola Makan dan Antenatal care secara teratur dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas maron’’ Dan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan kesehatan khususnya ilmu kebidanan untuk dapat diteliti lebih lanjut

DAFTAR REFERENSI

- Aditianti, A., & Djaiman, S. P. H. (2020). Pengaruh anemia ibu hamil terhadap berat bayi lahir rendah: Studi meta analisis beberapa negara tahun 2015 hingga 2019. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 163–177.
- Asmin, E., Salulinggi, A., Titaley, C. R., & Bension, J. (2021). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan ibu hamil konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia di Kecamatan Leitimur Selatan dan Teluk Ambon. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas (JEKK)*, 6(1), 229–236. <https://doi.org/10.14710/jekkk.v6i1.10180>
- Claudia, F. S., Ciselia, D., & Afrika, E. (2024). Hubungan pengetahuan tentang anemia, status gizi, dan sosial ekonomi pada kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Gandus Palembang tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Obsgin: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan*, 16(1), 1–9.

- Dai, N. F. (2021). *Anemia pada ibu hamil*. Penerbit NEM.
- Fitriany, J., & Saputri, A. I. (2018). Anemia defisiensi besi. *Averrous: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 4(2), 1. <https://doi.org/10.29103/averrous.v4i2.1033>
- Gazali, R., Arifin, S., Hayatie, L., et al. (n.d.). Anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kelayang Timur, 353–360.
- Harismayanti, H., Lihu, F. A., & Umar, W. K. (2021). Pengaruh pemberian tablet FE dengan sari kacang hijau terhadap peningkatan HB pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 8(1).
- Hayudanti, D., et al. (2022). Management of pregnant women's nutrition in disaster emergencies in Indonesia: A systematic review. *International Journal of Advancement in Life Sciences Research*, 5(4), 19–26.
- Indawati, I., & Sumini, G. T. (2023). Studi korelasi dukungan suami dengan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi suplemen besi. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*, 2(4), 221–232.
- Koerniawati, R. D. (2022). Kajian literatur: Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 3(1), 40. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v3i1.15352>
- Nadia. (2022). Penerapan penyuluhan kesehatan terhadap kejadian anemia pada ibu. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 359–366.
- Nanda, D. D., et al. (2017). Hubungan kunjungan antenatal care dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III. 7(November), 88–93.
- Nurmasari, V., & Sumarmi, S. (2019). Hubungan keteraturan kunjungan antenatal care dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Kecamatan Maron Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 3(1), 46–51. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3.i1.2019.46-51>
- Pangastuti, A., et al. (2020). 3(2), 70–78.
- Pratama, A. P., et al. (2022). Pencegahan anemia pada ibu hamil. *Nusantara Hasana Journal*, 2(1), 77–80.
- Pratiwi, D. Y. W., et al. (2021). Hubungan status anemia dan status gizi dengan tingkat kebugaran remaja putri pesantren Al-Falak Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(2), 97–107.
- Safarzadeh, S., et al. (2023). Maternal and neonatal outcomes of iron deficiency anemia: A retrospective cohort study. *Cureus*, 15(12). [https://doi.org/\[Tambahkan DOI jika tersedia\]](https://doi.org/[Tambahkan DOI jika tersedia])
- Seliawati, L., Sugijati, S., & Yulindahwati, A. (2023). Hubungan indeks massa tubuh dan lingkaran lengan atas dengan kejadian anemia pada calon pengantin di Puskesmas Singosari Kabupaten Malang. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(4), 24.

Shofiana, F. I., Widari, D., & Sumarmi, S. (2018). Pengaruh usia, pendidikan, dan pengetahuan terhadap konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di Puskesmas Maron, Kabupaten Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 2(4), 356–363. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i4.2018.356-363>

Sopiah, P., & Suciawati, A. (2022). Pengaruh pola makan terhadap anemia pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tinewati Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya. *JOMI (Jurnal Online Mahasiswa IkesTBI)*, 3(1), 276–283. <http://jurnal.ibikotatasikmalaya.or.id/index.php/jomi/article/view/52>

Wulandari, P. (2015). Honey to prevent iron deficiency anemia in pregnancy. 4, 90–95.