

Edukasi Tentang Pentingnya Deteksi Dini Anemia Dan Pengaturan Pola Makan Pada Ibu Hamil

Wa Ode Nurul Mutia*

Program Studi D3 Kebidanan, Politeknik Baubau, Baubau, Indonesia

Email Corresponding: waodenurulmutia21@gmail.com*

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Edukasi deteksi dini anemia,
Pola makan Ibu hamil, penyuluhan kesehatan, tablet Fe, zat besi

Masalah anemia dalam kehamilan dapat berakibat fatal jika tidak segera di atasi diantaranya dapat menyebabkan keguguran, partus prematur, partus lama, atonia uteri dan menyebabkan perdarahan serta syok dan berdampak kematian. Pola makan dengan kejadian anemia memiliki korelasi kuat, dengan interpretasi semakin kurang pola makan ibu hamil maka kejadian anemia semakin tinggi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi dan kesadaran ibu hamil dalam menerapkan pola makan seimbang sebagai upaya pencegahan anemia. Metode kegiatan menggunakan pre test dan post test tentang anemia pada masa kehamilan. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa Ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja puskesmas Meo-Meo belum mengenal secara mendalam tentang pentingnya deteksi dini dan menjaga pola makan selama kehamilan. Kemudian adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya pola makan dan deteksi dini anemia dalam kehamilan sebelum dan sesudah mengikuti penyuluhan kesehatan dalam bentuk ceramah dan diskusi bersama

ABSTRACT

Keywords:

Education on early detection of anemia,
Pregnant women's diet, health education, Fe tablets, iron

The problem of anemia in pregnancy can have fatal consequences if not treated immediately, including miscarriage, preterm labor, prolonged labor, uterine atony and cause bleeding and shock and result in death. Dietary patterns and the incidence of anemia have a strong correlation, with the interpretation that the poorer the diet of pregnant women, the higher the incidence of anemia. This service activity aims to increase participation and awareness of pregnant women in implementing a balanced diet as an effort to prevent anemia. The activity method uses a pre-test and post-test regarding anemia during pregnancy. The results of service activities show that pregnant women with anemia in the Meo-Meo health center work area do not yet know in depth about the importance of early detection and maintaining diet during pregnancy. Then there is an increase in pregnant women's knowledge about the importance of diet and early detection of anemia in pregnancy before and after attending health education in the form of lectures and group discussions.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan merupakan masalah kesehatan global, dengan 38,2% perempuan di seluruh dunia yang terkena dampak terutama karena kekurangan zat besi. Di Indonesia sendiri total penderita anemia pada ibu hamil sebesar 70%, artinya dari 10 ibu hamil, sebanyak 7 orang akan menderita anemia. (Purwaningtyas & Prameswari, 2017). Badan Organisasi Kesehatan dunia, WHO mendefinisikan anemia yaitu kadar hemoglobin (Hb) < 11, 0 g/r dl. Perubahan fisiologis terjadi pada kehamilan dimana terjadi peningkatan volume plasma dan massa sel darah merah yang lebih kecil sehingga dapat terjadi hemodilusi, dimana hal ini merupakan kategori anemia fisiologis. Oleh karena itu ambang batas Hb < 10, 5 g/dL banyak digunakan di seluruh pedoman internasional dalam tata laksana terapi. (Frayne, J., & Pinchon 2019).

Berbagai komplikasi anemia dalam kehamilan dapat meningkatkan risiko bagi ibu dan bayi diantaranya abortus, prematuritas, berat badan lahir rendah (BBLR), serta dapat menyebabkan kematian pada ibu hamil pada waktu dan sesudah melahirkan. (Syarfaini, & Noviani, 2019). Selain itu, anemia dalam kehamilan berdampak pada kehidupan sosial, ekonomi serta perkembangan individu. Berbagai macam penyebab anemia diantaranya ialah defisiensi zat besi, gangguan penyerapan zat besi, kehilangan atau peningkatan

4837

kebutuhan zat besi. (Khani Jeihooni, & Layeghiasi, 2021). Dengan demikian, tunjangan diet harian yang direkomendasikan untuk zat besi dalam kehamilan adalah 27mg lebih tinggi dibandingkan dengan 8mg pada wanita yang tidak hamil. (Kumar, A., & Brookes, 2022)

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. 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. Di samping itu aspek lain yang harus diperhatikan juga oleh ibu hamil yaitu tentang asupan gizi yang cukup selama hamil. (Yuliasuti, L. P., et al , 2022;(Nofita, R., Siallagan, D. 2019).

Pola makan merupakan suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan gambaran informasi meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Pola makan yang baik mengandung makanan sumber energi, sumber zat pembangun dan sumber zat pengatur, karena semua zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh serta perkembangan otak dan produktivitas kerja, serta dimakan dalam jumlah cukup sesuai dengan kebutuhan. Pola makan memiliki peranan penting bagi kesehatan, tidak terkecuali bagi kesehatan ibu hamil..Pola makan ibu selama masa kehamilan membutuhkan tambahan zat besi dan tambahan multivitamin, kebutuhannya akan zat besi hampir dua kali lipat. Untuk mendapatkan lebih banyak manfaat zat besi ibu harus banyak konsumsi sayuran, seperti buncis, dan kacang merah, serta mengkombinasikan dengan makanan-makanan yang mengandung vitamin C, seperti buah-buahan, brokoli, paprika, maupun strowbery. Dengan pola makan sehari-hari yang seimbang dan aman, berguna untuk mencapai dan mempertahankan status gizi dan kesehatan yang optimal. (Sulistiyoningsih. 2018)

Pola makan seimbang terdiri dari berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai untuk memenuhi kebutuhan gizi seseorang. Pola makan yang tidak seimbang akan 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, (Waryana. 2014). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Astuti, D., & Kulsum 2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan ibu hamil dengan kejadian anemia dengan kekuatan hubungan sedang diperoleh nilai p value sebesar 0.000 (< 0.05), nilai $R_o = 513$. Penelitian lain dilakukan oleh (Gozali 2019) menyebutkan bahwa antara pola makan dengan kejadian anemia memiliki korelasi kuat, dengan interpretasi semakin kurang pola makan ibu hamil maka kejadian anemia semakin tinggi. Dengan demikian diharapkan ibu hamil harus memiliki kesadaran tinggi terhadap pola makan selama hamil demi menunjang angka kecukupan gizi janin sehingga angka harapan hidup janin tinggi dan dapat terhindar dari segala komplikasi yang menyertai, salah satunya anemia gizi. Berdasarkan kasus yang ditemui di Puskesmas Meo-Meo kota Baubau didapatkan hasil bahwa masih banyak ibu hamil yang menderita anemia ringan dan sedang khususnya pada trimester 1 kehamilan. Hal ini dapat disebabkan banyak faktor, salah satunya pemenuhan gizi yang tidak tepat/ tidak seseua. Berdasarkan hal tersebut maka perlunya dilakukan edukasi khususnya pada ibu hamil dengan anemia agar lebih cepat teratasi sehingga kondisi ibu dan janin berlangsung normal. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan partisipasi dan kesadaran ibu hamil dalam menerapkan pola makan seimbang sebagai upaya pencegahan anemia.

II. MASALAH

Masalah yang dihadapi oleh Puskesmas Meo-Meo adalah bagaimana meningkatkan partisipasi dan kesadaran ibu hamil dalam menerapkan pola makan seimbang sebagai upaya pencegahan anemia.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan

III. METODE

Kegiatan pengabdian ini merupakan penelitian *quasy experimental*. Desain pengabdian ini adalah two-group pre test-posttest design. Penelitian eksperimental ini dilakukan pada dua kelompok yaitu kelompok A dengan metode ceramah dan kelompok B dengan menggunakan metode kartu monitoring tablet Fe. Pengabdian ini diawali dengan melakukan pre test kemudian dilanjutkan dengan pemberian perlakuan dengan menggunakan media pengisian kartu monitoring pada kelompok perlakuan dan metode ceramah kepada kelompok kontrol dan diakhiri dengan post test. Adapun tujuan dilakukan kegiatan pengabdian ini adalah untuk mengukur pemahaman ibu dan kesadaran ibu hamil dalam menerapkan pola makan seimbang sebagai upaya pencegahan anemia

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 03 Maret 2023, tempat pelaksanaan di puskesmas Meo-Meo dengan sasaran ibu hamil anemia. Edukasi pada ibu hamil tentang pentingnya pola makan dalam mencegah anemia pada kehamilan dengan sasaran ibu hamil dengan anemia. Edukasi bertujuan untuk memberikan layanan dalam bentuk edukasi anemia dalam kehamilan sehingga meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya pola makan, mengingatkan ibu hamil rentan mengalami anemia

Edukasi ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Meo-Meo Kota Baubau :

2) Pertemuan responden (Hari 1)

Pertemuan dihadiri oleh 25 orang ibu hamil. Kegiatan ini diawali dengan registrasi seluruh peserta, kemudian sambutan ketua panitia dan selanjutnya dibuka secara resmi oleh perawat koordinator bersama bidan wilayah setempat. Setelah itu para ibu hamil diperiksa kadar Hb yang merupakan program dari Puskesmas.

2) Pre Test

Melakukan pre test kepada seluruh ibu hamil sebelum memulai penyampaian materi anemia.

3) Penyampaian materi dan penyuluhan tentang anemia pada kehamilan.

a. Kegiatan yang pertama adalah pemberian materi anemia pada masa kehamilan.

b. Kegiatan kedua adalah pelatihan pengisian kartu monitoring tablet Fe sebagai upaya mensukseskan

Program pemerintah, pencegahan dan deteksi dini terjadinya anemia. Ibu hamil dan kader diajarkan tentang bagaimana cara pengisian kartu tersebut, manfaat dan tujuannya. Para peserta juga diajarkan terkait cara cuci tangan yang benar sebagai upaya pencegahan infeksi. Semua peserta mengikuti acara kegiatan sampai selesai dan terasa antusias.

4) Post Test

Post test dilaksanakan tentang materi anemia pada masa kehamilan yang disampaikan oleh pemateri.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Nilai pengetahuan berdasarkan hasil pretest dan posttest pada kegiatan pertama dan kedua sedangkan hasil observasi praktik pengisian kartu monitoring, yaitu sesuai dengan poin-poin yang ada di dalam kartu monitoring tablet Fe.

Tabel 1. Hasil Distribusi Nilai Responden

Responden	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ibu Hamil	25	50.00	70.00	62.72	5.5048

Sumber: Output olahan data SPSS 23, tahun 2024

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa hasil kuesioner distribusi responden yang mendapatkan nilai minimum dari ibu hamil ialah 50 sedangkan nilai maksimum yang didapatkan adalah dari ibu hamil 70. Sedangkan nilai mean adalah sebesar 67,72 dan nilai standar deviasinya sebesar 5.5048

Tabel 2. Hasil Kuesioner Pengetahuan Ibu Hamil Pretest/ Posttest

Kategori	Pre Test		Post Test	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
Baik	0	0	21	84
Cukup	2	8	4	16
Kurang	23	92	0	0
Total	25	100	25	100

Sumber: Ouput olahan data SPSS 23, tahun 2024

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa hasil kuesioner pre test ibu hamil didapatkan nilai cukup sebesar 8% dan nilai kurang sebesar 92% sedangkan hasil post test didapatkan nilai baik dengan persentase 64% dan nilai cukup sebesar 16%. Hasil pengabdian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hidayani et al. 2022) yang menyatakan bahwa isian Pre dan Post Test dari 20 orang ibu hamil nilai rata-rata Pre Test adalah 64.4 dan rata-rata nilai Post Test adalah 78,2. Sebanyak 20 orang mengalami kenaikan nilai dari Pre test ke Post Test (100,0%). Pelaksanaan kegiatan ini adanya kenaikan pengetahuan ibu hamil tentang deteksi dini anemia kehamilan sehingga diharapkan dapat melakukan pemeriksaan Ante Natal Care (ANC) selama kehamilannya dalam pencegahan anemia kehamilan yang merupakan faktor risiko stunting bagi balita di masa mendatang. Kemudian sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Syamsiah and Agusman 2023), (Sitti Nur Afiah and Hakim Husen 2022) dan (Hastuty, Khodijah, and Hasibuan 2021) yang menyatakan bahwa adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini anemia dapat terdeteksi secara dini. Selain itu upaya pencegahan dapat dilakukan dengan adanya peningkatan pengetahuan baik melalui pendidikan, paritas dan kepatuhan konsumsi Fe pada kejadian anemia pada ibu hamil.

Berdasarkan hasil kegiatan, penyampaian materi pengetahuan ibu hamil sebelum pelatihan Sebagian besar kategori pengetahuan kurang dan setelah pelatihan meningkat menjadi baik. Ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Meo-Meo sangat aktif dalam mengikuti pelatihan, dapat dilihat dari data kehadiran selama pelatihan, dan hasilnya sangat memuaskan. Mereka juga menghimbau minta diadakan pelatihan lagi pada topik yang berbeda. Pelatihan penggunaan kartu monitoring tablet Fe, khususnya pada kelompok resiko (ibu hamil) sangat efektif dilakukan mengingat angka penderita anemia pada masa kehamilan yang masih cukup tinggi dan efek yang ditimbulkan dari anemia pada kehamilan cukup beresiko. Hasil ini sesuai dengan penelitian Susiloningtyas, menyatakan bahwa anemia defisiensi besi pada kehamilan dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dan kelahiran prematur. Lebih lanjut dalam penelitiannya tentang mekanisme biologi dampak pemberian zat besi pada pertumbuhan janin dan kejadian kelahiran premature melaporkan anemia dan defisiensi besi dapat menyebabkan ibu dan janin menjadi stres sebagai akibat diproduksinya corticotropin-releasing hormone (CRH). Peningkatan konsentrasi CRH merupakan faktor resiko terjadinya kelahiran prematur, pregnancy-induced hypertension. Disamping itu juga berdampak pertumbuhan janin. Penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian Cristian dan Palma yang menyatakan suplemen zat besi berhubungan dengan resiko BBLR pada ibu yang mengalami anemia.

Dengan pelatihan kepada ibu hamil dan kader tentang pencegahan dan deteksi dini terjadinya anemia, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat merubah pola makan menjadi lebih sehat. Pelatihan ini ditujukan untuk ibu. Dengan demikian distribusi ibu hamil yang meminum tablet Fe menjadi meningkat dan angka ibu hamil dengan anemia khususnya di wilayah kerja puskesmas Meo-Meo bisa berkurang. Penghematan waktu dan biaya. Dengan adanya sumber pengetahuan yang terstruktur dengan baik, maka organisasi akan mudah untuk menggunakan pengetahuan tersebut untuk konteks yang lainnya, sehingga organisasi akan dapat menghemat waktu dan biaya. Peningkatan aset pengetahuan. Sumber pengetahuan akan memberikan kemudahan kepada setiap karyawan untuk memanfaatkannya, sehingga proses pemanfaatan pengetahuan di lingkungan organisasi akan meningkat, yang akhirnya proses kreatifitas dan inovasi akan terdorong lebih luas dan setiap karyawan dapat meningkatkan kompetensinya.

Pendapat ini sejalan dengan (Agusanty 2016), penggunaan kartu pemantauan minum tablet Fe yang diberikan pada kelompok perlakuan membuat motivasi responden timbul yang mendorong seseorang untuk berbuat yang positif. (Agusanty 2016) menyatakan bahwa motif yang timbul sekonyong-konyong (*emergency motives*) ialah motif yang timbul jika situasi menuntut timbulnya kegiatan yang cepat dan kuat dari kita, dalam hal ini motif itu timbul bukan atas kemauan kita, tetapi karena perangsang dari luar yang menarik kita. Pada akhirnya tujuan motivasi adalah untuk mengerakan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemaunya untuk melakukan sesuatu sehingga memperoleh hasil atau tujuan tertentu.

Efek lain dari kartu pemantauan minum tablet Fe adalah merupakan suatu media, yang dapat digunakan sebagai pengingat agar responden tidak lupa mengkonsumsi tablet Fe sesuai dengan anjuran dan ini diperkuat dengan pesan yang tertera pada kartu "sudahkan ibu hari ini, minum tablet tambah darah" dan 'ingat minum sehari sekali 1 tablet. Agar untuk menguatkan responden semakin yakin apa yang dikonsumsi sesuai dengan anjuran, maka setiap kali responden mengkonsumsi tablet Fe pada kartu tersebut, responden akan memberikan tanda berdasarkan konsumsi harian.

Sebagaimana menurut Purnamawati dan Eldarni 2001, media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan minat seseorang sedemikian rupa sehingga terjadi suatu proses. Dengan adanya media pengingat yang digunakan dapat membantu mengingat hal penting yang harus dilakukan oleh responden. Dengan demikian dapat diketahui pelatihan pencegahan dan deteksi dini terjadinya anemia dengan penerapan protokol kesehatan sangat dibutuhkan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader dalam melayani masyarakat dan ibu hamil sebagai kelompok beresiko.



Gambar 2. kegiatan tanya jawab

V. KESIMPULAN

Usai melaksanakan penyuluhan kesehatan dengan tema "Edukasi tentang Pentingnya Deteksi Dini Anemia dan Pengaturan Pola Makan Pada Ibu Hamil" di kecamatan Murhum, kota Baubau dapat disimpulkan bahwa Ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja puskesmas Meo-Meo belum mengenal secara mendalam tentang pentingnya deteksi dini dan menjaga pola makan selama kehamilan. Diketahui adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya pola makan dan deteksi dini anemia dalam kehamilan sebelum dan sesudah mengikuti penyuluhan kesehatan dalam bentuk ceramah dan diskusi bersama. Kemudian terima kasih kepada Puskesmas Meo-Meo, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Politeknik Baubau, Tim pengabdian dan partisipasi masyarakat yang telah ikut mensukseskan kegiatan pengabdian ini sehingga berjalan lancar dan mendapatkan ilmu pengetahuan bagi masyarakat luas khususnya pada Ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Puskesmas Meo-Meo yang telah memafisilitasi kami untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Terima kasih kepada lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Politeknik Baubau yang telah mendukung penyelenggaraan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusanty, Edy Waliyo dan Shelly Festilia. 2016. "Uji Coba Kartu Pemantauan Minum Tablet Tambah Darah (Fe) Terhadap Kepatuhan Konsumsi Ibu Hamil." *Jurnal Vokasi Kesehatan, Volume II Nomor 1 Januari 2016, Hlm. 84 - 88.*
- Astuti, D., & Kulsum, U. 2018. "Pola Makan Dan Umur Kehamilan Trimester Iii Dengan Anemia Pada Ibu Hamil." *Indonesia Jurnal Kebidanan, 2(1), 24.* <https://doi.org/10.26751/Ijb.V2i1.448>.
- Frayne, J., & Pinchon, D. 2019. "Anaemia in Pregnancy. Australian Journal of General Practice, 48(3), 125–129." doi: <https://doi.org/10.31128/AJGP-08-18-4664>.
- Gozali, W. 2019. "Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III." *International Journal of Natural Science and Engineering, 2(3), 117.* <https://doi.org/10.23887/Ijnse.V2i3.17448>.
- Hastuty, Yulina Dwi, Dodoh Khodijah, and Yusrawati Hasibuan. 2021. "Edukasi Dan Deteksi Dini Anemia Remaja Putri Di Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang." *GEMAKES Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 1(2):70–82.* doi: 10.36082/gemakes.v1i2.384.
- Hidayani, Wuri Ratna, Hesti Adzani Ramadhanti, Imelda Sintya, and Ranti Nurqolbi. 2022. "Edukasi Kesehatan Melalui Whatsapp Tentang Deteksi Dini Anemia Kehamilan Pada Ibu Hamil Di Desa Cikunir." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm) 5(10):3408–17.* doi: 10.33024/jkpm.v5i10.6965.
- Khani Jeihooni, A., Rakhshani, T., Harsini, P. A., & Layeghiasi, M. 2021. "Effect of Educational Program Based on Theory of Planned Behavior on Promoting Nutritional Behaviors Preventing Anemia in a Sample of Iranian Pregnant Women." doi: BMC Public Health, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12270-x>.
- Kumar, A., Sharma, E., Marley, A., Samaan, M. A., & Brookes, M. J. 2022. "Iron Deficiency Anaemia: Pathophysiology, Assessment, Practical Management." doi: In BMJ Open Gastroenterology (Vol. 9, Issue 1). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/bmjgast-2021-000759>.
- Nofita, R., Siallagan, D., & Yuliyanti. 2019. "Korelasi Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Kehamilan." *Indonesian Journal of Midwifery, 2(September), 105–113.*
- Sitti Nur Afiah, Andi, and Abd Hakim Husen. 2022. "Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Melalui Edukasi Dan Deteksi Anemia Pada Peserta Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Sulamadaha Kota Ternate." *Meambo 1(2):147–51.*
- Sulistiyoningsih. 2018. "Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak." (Graha Ilmu.).
- Syamsiah, Siti, and Agusman Agusman. 2023. "Analisis Faktor Kejadian Anemia Dan Pemberian Tablet Fe Pada Ibu Hamil." *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal 13(2):401–10.* doi: 10.32583/pskm.v13i2.850.
- Syarfaini, Alam, S., Aeni, S., Habibi, & Noviani, N. A. 2019. "Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar." doi: Al-Sihah: Public Health Science Journal, 11(2), 143–155. <http://103.55.216.56/index.php/Al-Sihah/article/view/11923/7755>.
- Waryana. 2014. "Gizi Reproduksi." (Pustaka Rihama.).
- Yuliasuti, L. P., Agustikawati, N., & Setianingsih, F. 2022. "Efektivitas Konsumsi Daun Ubi Jalar Ungu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Darah Ibu Hamil Trimester Pertama." doi: Al-Insyirah Midwifery Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences), 11(1), 62–68. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/2133/292>.