

## **Pendampingan Ibu Hamil dalam Mencegah Anemia Melalui Pemberian Edukasi Gizi Dan Tablet FE**

**Ridni Husnah<sup>1</sup>, Fitriani<sup>2</sup>, Nasqilla Ferzianda<sup>3</sup>**

*<sup>1,2,3</sup> Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Awal Bros, Indonesia*

Received : 21 Desember 2025, Revised : 30 Desember 2025, Published : 20 Januari 2026

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Ridni Husnah

E-mail: [ridnih2@gmail.com](mailto:ridnih2@gmail.com)

### **Abstrak**

*Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu dan janin. Salah satu upaya pencegahan anemia adalah melalui pendampingan ibu hamil dengan pemberian edukasi gizi dan konsumsi Tablet Fe secara teratur. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kepatuhan ibu hamil dalam mencegah anemia melalui edukasi gizi seimbang serta pendampingan konsumsi Tablet Fe. Metode Edukasi Gizi dan Pencegahan Anemia, Pemberian Tablet Fe, Pendampingan individu, pemantauan dan tindak lanjut temuan. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil di PMB Bidan Atlantika. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu hamil tentang anemia, pentingnya asupan gizi kaya zat besi, serta manfaat dan cara konsumsi Tablet Fe yang benar. Selain itu, pendampingan yang dilakukan secara berkelanjutan mendorong peningkatan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi Tablet Fe. Kegiatan ini dapat disimpulkan efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam mencegah anemia pada ibu hamil. Diharapkan program pendampingan ini dapat diterapkan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan pelayanan kesehatan ibu untuk mendukung peningkatan derajat kesehatan ibu dan janin.*  
**Kata Kunci** - ibu hamil, anemia, edukasi gizi, Tablet Fe, pendampingan pengabdian masyarakat

### **Abstract**

*Anemia in pregnant women is still a public health problem that can have a negative impact on the health of the mother and fetus. One of the efforts to prevent anemia is through assisting pregnant women by providing nutrition education and regular consumption of Fe Tablets. This community service activity aims to improve the knowledge, attitude, and compliance of pregnant women in preventing anemia through balanced nutrition education and assistance in the consumption of Fe Tablets. Methods of Nutrition Education and Anemia Prevention, Administration of Fe Tablets, Individual Assistance, Monitoring and Follow-up of Findings. The target of the activity is pregnant women at PMB Midwife Atlantika. The results of the activity showed an increase in pregnant women's understanding of anemia, the importance of iron-rich nutritional intake, and the benefits and proper consumption of Fe Tablets. In addition, continuous assistance encourages increased compliance of pregnant women in consuming Fe Tablets. This activity can be concluded to be effective as a promotive and preventive effort in preventing anemia in pregnant women. It is hoped that this mentoring program can be implemented in a sustainable manner and integrated with maternal health services to support the improvement of maternal and fetal health degrees.*

**Keywords** - pregnant women, anemia, nutrition education, Fe tablets, community service assistance

**How To Cite** : Husnah, R., Fitriani, F., & Ferzianda, N. (2026). Pendampingan Ibu Hamil dalam Mencegah Anemia Melalui Pemberian Edukasi Gizi Dan Tablet FE. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3003 – 3008. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.955>

**Copyright** ©2026 Ridni Husnah, Fitriani Fitriani, Nasqilla Ferzianda

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



## PENDAHULUAN

Kehamilan adalah kondisi wanita sedang mengandung janin didalam Rahim yang merupakan hasil dari sel sperma dan sel ovum kemudian akan berkembang menjadi bayi dan akan lahir pada usia kehamilan 40 minggu atau sekitar 9-10 bulan. Selama kehamilan ibu membutuhkan lebih banyak gizi, perbaikan gizi ibu selama kehamilan tidak hanya bermanfaat untuk ibu tersebut tetapi juga dapat mengoptimalkan pertumbuhan bayi didalam kandungan (Woro 2025).

Selama masa kehamilan, kebutuhan zat besi dalam tubuh ibu meningkat, khususnya pada trimester kedua dan ketiga. Asupan zat besi yang diserap dari makanan serta cadangan zat besi dalam tubuh umumnya belum mampu memenuhi kebutuhan tersebut, sehingga diperlukan suplementasi tablet Fe untuk membantu mempertahankan dan meningkatkan kadar hemoglobin (Nurhapsa 2022).

Saat kehamilan, kebutuhan tubuh akan zat besi meningkat terutama selama trimester II dan III. Jumlah zat besi yang diabsorpsi dari makanan dan cadangan dalam tubuh biasanya tidak mencukupi kebutuhan ibu selama kehamilan sehingga suplementasi tablet Fe diperlukan agar bisa membantu mengembalikan kadar hemoglobin. Anemia pada ibu hamil yaitu suatu kondisi dimana kadar hemoglobin ibu hamil kurang dari 11,0g/dL pada trimester I dan III dan kurang dari 10,5 g/dL pada trimester II. Adapun gejala anemia pada ibu hamil yaitu lemah, letih, lesu, lunglai, lelah, pucat, penglihatan berkunang-kunang dan mudah mengantuk (Siti 2024).

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin yang dapat menimbulkan dampak serius, baik bagi ibu maupun janin, seperti kelelahan, gangguan pertumbuhan janin, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah, hingga meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi.

Risiko ibu hamil mengalami anemia cenderung tinggi karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janin yang dikandung. Kebutuhan fisiologis untuk zat besi sangat tinggi pada masa kehamilan dengan perkiraan kebutuhan yaitu 1000 – 1200 mg zat besi. Sekitar dua per tiga asupan zat besi ini digunakan untuk kebutuhan ibu dan sepertiga berfungsi untuk kebutuhan jaringan plasenta dan janin (Ira 2023).

WHO memperkirakan bahwa sekitar 1,62 miliar orang di dunia mengalami anemia, dan sekitar 42% ibu hamil terpengaruh oleh kondisi ini. Di negara berkembang, prevalensi anemia pada ibu hamil bahkan lebih tinggi, mencapai sekitar 43%, dibandingkan dengan hanya 9% di negara maju. Secara global, anemia diduga berkontribusi terhadap lebih dari 115.000 kematian ibu dan sekitar 591.000 kematian perinatal setiap tahunnya (Muhayaroh, 2024). Berdasarkan Survei Data Kesehatan Rasio tahun 2022, target penurunan AKI adalah sebesar 183 per 100.000 kelahiran hidup, menurun dari angka sebelumnya yaitu 305 per 100.000. Namun, masih banyak tantangan dalam mencapainya (Amraeni, 2021).

Profil kesehatan Provinsi Kepulauan Riau (yang memuat data untuk Kota Batam) dan laporan daerah 2021–2023 mencatat indikator pelayanan ibu hamil (ketersediaan ANC, cakupan pemberian tablet Fe, dsb.) dan menyediakan basis data untuk intervensi yang ditargetkan di Batam. Beberapa studi wilayah Batam mencatat prevalensi anemia pada ibu hamil di tingkat puskesmas tertentu (mis. Puskesmas Sambau) dan menemukan angka anemia yang meningkat pada sampel lokal.

Salah satu penyebab utama anemia pada kehamilan adalah rendahnya asupan zat besi dan kurangnya kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Fe). Penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan ibu hamil tentang anemia dengan kepatuhan mengonsumsi tablet Fe (Kadek 2025). Oleh karena itu, edukasi gizi yang tepat dan pendampingan intensif menjadi langkah penting dalam mencegah anemia.

Selama kehamilan, terjadi peningkatan metabolisme energi sehingga ibu memerlukan asupan nutrisi dan energi dalam jumlah yang lebih besar untuk mencapai status gizi yang optimal. Apabila status gizi ibu tidak tercukupi, ibu hamil berisiko mengalami masalah gizi yang dapat berdampak pada pertumbuhan janin serta kesehatan ibu (Septy 2024).

Ibu hamil yang berisiko mengalami kekurangan energi kronik (KEK) dapat menghadapi berbagai masalah kesehatan, baik bagi ibu maupun janin. KEK pada ibu hamil berpotensi menimbulkan komplikasi seperti anemia, perdarahan, kenaikan berat badan yang tidak sesuai, serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit infeksi. Dampak KEK terhadap proses persalinan antara lain persalinan yang berlangsung lama dan sulit, persalinan prematur, perdarahan pascapersalinan, serta meningkatnya kemungkinan persalinan dengan tindakan operasi. Selain itu, KEK pada ibu hamil juga dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin, termasuk terjadinya gangguan

pertumbuhan fisik (stunting), keguguran, abortus, bayi lahir mati, kematian neonatal, kelainan bawaan, anemia pada bayi, asfiksia intrapartum, hingga bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR) (Mukkadas et al., 2021).

Edukasi gizi terbukti meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang dan sumber zat besi, serta mendorong perilaku sehat dalam kehamilan (Dian 2024). Sementara itu, intervensi pendampingan seperti pemantauan konsumsi tablet Fe, penggunaan kartu kontrol, dan konseling individual mampu meningkatkan kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah (Nuraini, 2024).

Sejalan dengan kebijakan Kementerian Kesehatan RI yang mewajibkan ibu hamil mengonsumsi minimal 60 tablet Fe selama masa kehamilan (Kemenkes RI, 2024), maka kegiatan pendampingan ibu hamil melalui pemberian edukasi gizi dan pemantauan konsumsi tablet Fe menjadi solusi strategis untuk menurunkan prevalensi anemia.

Pemerintah dan Tenaga medis telah berusaha untuk melakukan tindakan pencegahan dengan memberikan tablet tambah darah pada ibu hamil yang dibagikan pada waktu mereka memeriksakan kehamilannya. Konsumsi tablet tambah darah (tablet fe) sangat berpengaruh terhadap terjadinya anemia. Hal ini disebabkan jumlah zat besi yang dibutuhkan pada waktu hamil jauh lebih besar dari pada tidak hamil. Pada waktu trimester I kehamilan, kebutuhan zat besi lebih rendah dari sebelum hamil karena tidak menstruasi dan jumlah zat besi yang ditransfer kepada janin lebih rendah, pada waktu mulai menginjak trimester II sampai trimester III. Penambahan massa sel darah merah ini mencapai 35% dengan penambahan kebutuhan zat besi sebanyak 450 mg. Kenaikan kebutuhan konsumsi oksigen oleh janin. Keadaan ini diimbangi dengan menurunnya kadar Hemoglobin yaitu sebanyak 1 gr/100ml ( pada wanita tidak hamil batas kadar Hemoglobin normal adalah 12 gr/100ml) dan menunjukkan pentingnya pemberian tablet tambah darah (tablet fe) untuk mencegah terjadinya anemia kehamilan dan nifas (Nur 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis mengajukan proposal program "*Pendampingan Ibu Hamil dalam Mencegah Anemia melalui Pemberian Edukasi Gizi dan Tablet Fe*" sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil serta mendukung keberhasilan program kesehatan ibu dan anak.

## METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Pemberian informasi edukasi pada ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan di BPM Veronica. Melalui kegiatan ini pesertag akan diberikan materi dan dibimbing serta diberikan pengetahuan tentang bagaimana cara Mencegah Anemia selama hamil. Maka dari itu tujuan dari pengabdian Masyarakat ini dilakukan untuk memberiku pembelajaran pada Ibu hamil bagaimana melakukan Pencegahan Anemia Melalui Pemberian Edukasi Gizi dan Tablet Fe.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pendampingan, edukasi, dan monitoring dengan tahapan sebagai berikut:

1. Persiapan
  - a) Koordinasi dengan puskesmas/posyandu dan kader kesehatan di wilayah sasaran.
  - b) Identifikasi ibu hamil yang menjadi peserta kegiatan melalui data dari bidan desa/posyandu.
  - c) Penyusunan materi edukasi gizi seimbang dan pentingnya konsumsi tablet Fe.
  - d) Persiapan media edukasi (leaflet, poster, video singkat, booklet).
2. Pelaksanaan Kegiatan
  - a. Edukasi Gizi dan Pencegahan Anemia
    - Penyuluhan tentang kebutuhan gizi ibu hamil, makanan sumber zat besi, cara meningkatkan absorpsi zat besi, serta bahaya anemia pada kehamilan.
    - Diskusi interaktif dan tanya jawab dengan ibu hamil.
    - Pembagian media edukasi sederhana sebagai bahan bacaan di rumah.
  - b. Pemberian Tablet Fe
    - Pemberian atau fasilitasi akses konsumsi tablet Fe sesuai standar Kemenkes (minimal 90 tablet selama kehamilan).
    - Edukasi cara konsumsi tablet Fe yang benar (waktu minum, cara mengurangi efek samping, kombinasi makanan yang mendukung).
  - c. Pendampingan Individu

- Pemantauan kepatuhan konsumsi tablet Fe melalui catatan harian atau kartu kontrol.
  - Konseling individual terkait keluhan atau hambatan dalam mengonsumsi tablet Fe.
3. Monitoring dan Evaluasi
    - a) Pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan gizi.
    - b) Evaluasi kadar hemoglobin (Hb) sebelum dan sesudah kegiatan (bila memungkinkan bekerja sama dengan tenaga kesehatan).
    - c) Analisis hasil untuk mengetahui keberhasilan program dalam meningkatkan pengetahuan dan pencegahan anemia pada ibu hamil.
  4. Pelaporan dan Tindak Lanjut
    - a) Penyusunan laporan hasil kegiatan kepada institusi dan mitra (puskesmas/posyandu).
    - b) Rekomendasi keberlanjutan program dengan melibatkan kader posyandu dalam pendampingan berkelanjutan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada pendampingan ibu hamil dalam mencegah anemia melalui edukasi gizi dan pemberian tablet Fe telah memberikan hasil yang cukup positif. Berdasarkan pelaksanaan yang dilakukan selama periode pendampingan, terdapat peningkatan yang nyata baik dari aspek pengetahuan, perilaku, maupun dukungan lingkungan terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang anemia, gizi seimbang, serta pentingnya konsumsi tablet Fe secara teratur. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi pre-test dan post-test yang memperlihatkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 25–40%. Sebagian besar ibu hamil telah memahami penyebab dan tanda-tanda anemia, serta mampu menyebutkan jenis makanan yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin seperti sayuran hijau, hati ayam, daging merah, dan buah-buahan kaya vitamin C.



**Gambar 1.** Kegiatan Edukasi Pengabdian Masyarakat

Selain itu, tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe juga mengalami peningkatan yang signifikan. Jika sebelumnya banyak ibu hamil yang tidak rutin mengonsumsi tablet Fe karena keluhan efek samping seperti mual atau rasa tidak nyaman, setelah diberikan edukasi dan pendampingan, sebagian besar peserta sudah mengonsumsi tablet Fe secara teratur setiap hari. Kegiatan ini juga membantu ibu hamil memahami cara mengatasi efek samping ringan dengan benar, misalnya dengan meminum tablet Fe setelah makan malam atau disertai air jeruk. Penelitian oleh Putri et al. (2022) dan Lestari et al. (2023) menunjukkan bahwa edukasi yang disertai pendampingan secara langsung mampu meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil secara bermakna.

Dari aspek perilaku, terjadi perubahan positif dalam pola konsumsi dan pemilihan bahan pangan sehari-hari. Ibu hamil mulai berupaya mengonsumsi makanan yang lebih bergizi, menggunakan bahan pangan lokal yang mudah didapat dan terjangkau. Edukasi yang diberikan juga mendorong ibu hamil untuk memperhatikan porsi makan dan frekuensi konsumsi makanan sumber zat besi dan protein. Kegiatan ini juga berdampak pada peningkatan dukungan keluarga, terutama dari suami dan anggota keluarga lainnya. Melalui sesi edukasi yang melibatkan keluarga, muncul kesadaran bersama akan

pentingnya peran keluarga dalam menjaga kesehatan ibu hamil. Suami menjadi lebih aktif dalam mengingatkan konsumsi tablet Fe serta membantu menyiapkan makanan bergizi.

Beberapa studi pengabdian masyarakat dan penelitian terkini juga melaporkan bahwa pendampingan ibu hamil berkontribusi terhadap perbaikan kadar hemoglobin (Hb) dan penurunan kejadian anemia ringan hingga sedang pada ibu hamil setelah intervensi dilakukan (Rahmawati et al., 2024; Sari et al., 2025). Dengan demikian, kegiatan pendampingan yang terintegrasi antara edukasi gizi dan suplementasi tablet Fe terbukti efektif sebagai upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

Selain itu, bidan PMB turut berperan aktif dalam mendampingi ibu hamil dan melakukan pemantauan rutin terhadap konsumsi tablet Fe. Melalui kerja sama antara tim pengabdian, dan bidan PMB, terbentuk kelompok ibu hamil binaan yang diharapkan menjadi wadah pembelajaran berkelanjutan tentang gizi dan kesehatan ibu hamil.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat dengan judul *Pendampingan Ibu Hamil dalam Mencegah Anemia melalui Pemberian Edukasi Gizi dan Tablet Fe* telah dilaksanakan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi ibu hamil. Kegiatan pendampingan yang meliputi edukasi gizi seimbang, pentingnya konsumsi Tablet Fe, serta pemantauan kepatuhan minum Tablet Fe terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran ibu hamil dalam upaya pencegahan anemia selama kehamilan.

Melalui pendekatan edukatif dan pendampingan berkelanjutan, ibu hamil menjadi lebih memahami faktor risiko anemia, manfaat zat besi bagi kesehatan ibu dan janin, serta cara mengonsumsi Tablet Fe yang benar untuk meningkatkan penyerapan zat besi. Hal ini mendorong peningkatan kepatuhan konsumsi Tablet Fe dan perubahan perilaku gizi ke arah yang lebih baik.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berkontribusi dalam mendukung upaya promotif dan preventif kesehatan ibu hamil serta berpotensi menurunkan kejadian anemia pada masa kehamilan. Program pendampingan serupa direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan pelayanan kesehatan ibu guna meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan janin.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada PMB bidan Aspita sudah memberikan fasilitas untuk menyukseskan kegiatan pengabdian Masyarakat. Kepada Tim Pengabdian Masyarakat saya ucapkan terima kasih sudah mau berpartisipasi dalam meningkatkan pengetahuan ibu atau orang tua dalam pemberian imunisasi pada bayi/balita dan tak lupa kami ucapkan banyak terima kasih kepada para ibu-ibu hebat yang sudah hadir serta berpartisipasi dalam pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, S., Zalukhu, M., & Winarni, L. M. (2024). Hubungan Kekurangan Energi Kronik Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *In Journal Of Midwifery Madani* (Vol. 1, Issue 1).
- Cahyani, N., Lestari, A., Utami, S. W., Bakti, S., Pati, U., Abdi, S., & Banjarmasin, P. (2024). Studi Kasus Sikap Dan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia Berat Terhadap Penggunaan Konsumsi Tablet Fe Di Puskesmas Wilayah Banjarmasin. 14, 94–103.
- Candra Kurniawati, D., Trihandini, I., Studi Kesehatan Reproduksi, K., & Kesehatan Masyarakat, F. (2025). Efektivitas Edukasi Oleh Kader Sebaya Pada Peningkatan Pengetahuan Anemia Remaja Putri. 9. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Diarti, D. P., Putri Ayu, D., Kartika, R. C., Ratri, P. R., Olivia, Z., Studi, P., Klinik, G., Kesehatan, J., Jember, N., & Kesehatan, P. (2023). Efektivitas Edukasi Gizi Berbasis Penyuluhan Menggunakan Media Flipchart Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Ibu Hamil. *In HARENA: Jurnal Gizi* (Vol. 4, Issue 2).
- Dwijayanti, I., Nugraha, G., Rachmayanti, N., Wibawa, D. S., & Naskah, G. (2023). Edukasi Gizi Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. *In Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo* (Vol. 4). Di Publikasi 12 Mei. <http://jkip.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/PKS/index>
- Fransisca Sihombing, S. (2023). Asuhan Kebidanan Pemberian Sari Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Tanjung Balai Karimun. 14(1).

- Kesehatan, J., Nusantara, K., & Novianti, S. (2024). Faktor-Faktor Perilaku yang Mempengaruhi Konsumsi Tablet Fe dan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya.
- Lestari, N., Sari, M., & Pratiwi, A. (2023). Pendampingan ibu hamil dalam pencegahan anemia kehamilan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 5(1), 30–36.
- Mukkadas, H., Cristian B, I. M., & Salma, W. O. (2021). Analysis Of The Characteristics Of Chronic Energy Deficiency In Pregnant Women During The Covid 19 Pandemic. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7 (2), 170–175. <https://doi.org/10.25311/Keskom.Vol7.Iss2.941>
- Nurhapsa, W. \*, Program, F. U., Kesehatan, S., Fakultas, M., Kesehatan, I., & Parepare, U.M. (2022).Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Kurang Energi Kronik Pada Wanita Usia Subur Di Kecamatan Maiwa Kabupaten Enrekang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 5 (1), 475–486. <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes/article/view/724>
- Nuriani Br Tarigan, & Basaria Manurung. (2024). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Laubaleng Kabupaten Karo Tahun 2023. *Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 2(1), 01–05. <https://doi.org/10.57213/antigen.v2i1.147>
- Pande, K., Dewi, K., Komang Wiardani, N., Gizi, J., Kesehatan, P., & Denpasar, K. (2024). Gambaran Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe) dan Konsumsi Zat Besi Dengan Status Anemia Gizi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan. *In Journal of Nutrition Science* (Vol. 14, Issue 2).
- Putri Susanti, W., Sari Tanberika, F., Yanti, R., Ekdani Aifa, W., Studi Kebidanan Program Sarjana, P. S., Kesehatan, F., & Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru, I. (2025). Hubungan Pengetahuan Dengan Anemia Ibu Hamil Di Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis Tahun 2024. *Ensiklopedia of Journal*, 7. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Putriamanah, N. Y., Fikawati, S., Studi, K., Reproduksi, K., & Masyarakat, K. (2025). Implementasi Program Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri Di Indonesia (Analisis Diagram Fishbone). <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Putri, R., Handayani, S., & Wulandari, D. (2022). Pengaruh edukasi gizi terhadap kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 16(2), 85–92.
- Pita Apriyanti, N., Pratiwi, S., & Dewi Anggraini, C. (2025). Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Posyandu Bakau Serip dan Sakura Indah Puskesmas Sambau Kota Batam. 215–221. <https://doi.org/10.62383/vimed.v2i1.1301>
- Profil Kesehatan Kepulauan Riau. (2023). PROFIL\_KESEHATAN\_KEPRI\_2023.
- Rahmawati, A., Yuliana, E., & Dewi, R. (2024). Edukasi gizi dan suplementasi zat besi terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 13(2), 101–108.
- Sari, D., Fitriani, L., & Hapsari, P. (2025). Efektivitas pendampingan konsumsi tablet Fe terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 9(1), 45–52.
- Yolivia Aruan, L., Manullang, R., Novita Sinaga, P., Meliyanti, C. Z., & Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan, S. (2025). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal Getsempena Health Science Journal*, 4(1), 67–75. <https://ejournal.bbg.ac.id/ghsj>