

## PERAN BIDAN DALAM PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL MELALUI EDUKASI GIZI DI TPMB SUMIATI

Atin Rustini<sup>1</sup>, Junih Anjani<sup>2</sup>, Nengsih Patmawati<sup>3</sup>, Nuryati<sup>4</sup>, Sumiati<sup>5</sup>, Ika Kania Fatdo Wardani<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Medika Suherman

<sup>1</sup>[hgeecho32@gmail.com](mailto:hgeecho32@gmail.com)

### Abstract

*Anemia in pregnant women is a serious public health issue characterized by hemoglobin levels below the normal threshold, primarily caused by iron deficiency. According to data from the World Health Organization (WHO), the global prevalence of anemia reaches 41%, with approximately 75% of cases occurring in developing countries, including Indonesia. In Indonesia, the prevalence of anemia among pregnant women is recorded at 37.1%, with a higher tendency found in rural areas. As a promotive and preventive effort, a nutrition education activity was conducted on June 20, 2025, at TPMB Sumiati, Bekasi Regency. This activity involved 15 pregnant women as participants. The main objective of the program was to enhance participants' knowledge about anemia prevention through education on balanced nutrition and the importance of consuming iron (Fe) tablets. The implementation methods included coordination, preparation of educational materials, administration of a pre-test, nutrition counseling, interactive discussion sessions, and a post-test. The results of the pre-test and post-test showed increased scores among all participants, indicating an improvement in their understanding of the delivered material. The educational content covered the importance of consuming foods rich in iron, folic acid, and vitamin B12, as well as appropriate food preparation techniques to maintain optimal nutritional value. Based on the outcomes of the activity, nutrition education proved effective in enhancing pregnant women's understanding of anemia prevention. Therefore, similar activities are strongly recommended to be conducted regularly as part of community health strategies to reduce the incidence of anemia among pregnant women.*

**Keywords:** Anemia, Pregnant Women, Nutrition Education, Iron Tablets, Hemoglobin

### Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan permasalahan kesehatan serius yang ditandai dengan kadar hemoglobin di bawah batas normal, yang umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), prevalensi anemia global mencapai 41%, di mana sekitar 75% kasus terjadi di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Di Indonesia sendiri, prevalensi anemia pada ibu hamil tercatat sebesar 37,1%, dengan kecenderungan lebih tinggi di wilayah pedesaan. Sebagai upaya promotif dan preventif, kegiatan edukasi gizi telah dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2025 di TPMB Sumiati, Kabupaten Bekasi. Kegiatan ini melibatkan 15 orang ibu hamil sebagai peserta. Tujuan utama dari pelaksanaan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pencegahan anemia melalui edukasi mengenai gizi seimbang serta pentingnya konsumsi tablet Fe. Metode pelaksanaan meliputi tahap koordinasi, penyusunan materi edukasi, pelaksanaan pre-test, penyuluhan gizi, diskusi interaktif, serta post-test. Hasil dari *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan skor pada seluruh peserta, yang mencerminkan terjadinya peningkatan pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan. Materi edukasi mencakup pentingnya konsumsi makanan yang kaya akan zat besi, asam folat, vitamin B12, serta teknik pengolahan makanan yang tepat agar kandungan gizinya tetap optimal. Berdasarkan hasil kegiatan, edukasi gizi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pencegahan anemia. Oleh karena itu, kegiatan serupa sangat disarankan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai bagian dari strategi kesehatan masyarakat dalam menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil.

**Kata Kunci:** Anemia, Ibu Hamil, Edukasi Gizi, Tablet Fe, Hemoglobin

Submitted: 2025-06-10

Revised: 2025-07-26

Accepted: 2025-08-08

### Pendahuluan

Anemia merupakan kondisi di mana kadar hemoglobin atau jumlah sel darah merah dalam tubuh berada di bawah batas normal sesuai dengan standar kesehatan yang telah ditetapkan untuk individu. Keadaan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor patologis, salah satunya adalah defisiensi zat besi (Fe). Hemoglobin yang berfungsi mengangkut oksigen ke seluruh jaringan

tubuh, jika jumlahnya menurun, dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan, terutama bagi kelompok rentan seperti ibu hamil. Menurut (Tono, 2022), meskipun kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia, kondisi ini juga dapat dipicu oleh faktor lain seperti infeksi kronis, perdarahan, serta gangguan penyerapan zat besi.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa prevalensi anemia secara global mencapai 41%, di mana sebagian besar kasus terjadi di negara-negara berkembang. Mencatat bahwa sekitar 75% kasus anemia di dunia terjadi di kawasan yang memiliki akses terbatas terhadap layanan kesehatan, sanitasi yang buruk, serta kurangnya edukasi mengenai nutrisi. Fakta ini menunjukkan bahwa anemia bukan sekadar masalah kesehatan individu, tetapi juga terkait erat dengan aspek sosial dan ekonomi suatu negara (WHO, 2022).

Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil masih tergolong tinggi. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, angka kejadian anemia pada ibu hamil mencapai 37,1%. Jika dilihat berdasarkan wilayah, ibu hamil di daerah pedesaan memiliki tingkat anemia lebih tinggi, yaitu sebesar 37,8%, dibandingkan dengan ibu hamil di daerah perkotaan yang tercatat sebesar 36,4%. Hal ini mengindikasikan adanya kesenjangan dalam akses terhadap pelayanan kesehatan dan pemahaman gizi antara masyarakat pedesaan dan perkotaan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021)

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2022 memperlihatkan bahwa pada tahun sebelumnya, yakni 2021, jumlah kasus anemia pada ibu hamil di provinsi tersebut melebihi angka 80.000 kasus per tahun. Namun, terdapat penurunan jumlah kasus pada tahun 2022 menjadi sekitar 60.000 kasus per tahun (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022). Penurunan ini dapat disebabkan oleh meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan, serta peran aktif tenaga kesehatan dalam melakukan deteksi dini dan intervensi gizi.

Secara lebih spesifik, di Kabupaten Bekasi pada tahun 2022, jumlah ibu hamil yang mengalami anemia dengan kadar hemoglobin di bawah 8 g/dL tercatat sebanyak 631 kasus. Sementara itu, ibu hamil dengan kadar hemoglobin antara 9–10 g/dL mencapai 7.389 kasus. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil yang mengalami anemia berada dalam kategori anemia ringan hingga sedang, yang tetap perlu mendapatkan perhatian khusus agar tidak berkembang menjadi kondisi yang lebih serius (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022).

Puskesmas Cipayung juga mencatat bahwa selama periode Juli hingga September 2023, terdapat 195 ibu hamil yang terdata, dan dari jumlah tersebut, 92 orang di antaranya mengalami anemia. Tingginya proporsi ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil yang belum memperoleh informasi dan edukasi yang memadai mengenai kebutuhan zat besi selama masa kehamilan, maupun pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin (Puskesmas Kedungwaringin, 2023)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Sumiati Amd. Keb., yang berlokasi di wilayah Cipayung, Kabupaten Bekasi, pada tahun 2024, menunjukkan bahwa dari total 155 ibu hamil yang terdata, sebanyak 47 orang (30%) mengalami anemia. Sementara itu, pada tahun 2025, dari bulan Januari hingga Mei, prevalensi anemia menurun menjadi 25%, yaitu sebanyak 30 orang dari total 120 ibu hamil yang diperiksa. Penurunan ini mengindikasikan adanya perbaikan upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu hamil di tingkat pelayanan dasar.

Menurut WHO (2022), terdapat beberapa faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya angka anemia pada ibu hamil. Faktor tersebut antara lain adalah defisiensi zat besi, kurangnya asupan nutrisi makro dan mikro, adanya infeksi parasit seperti cacingan, serta kondisi kesehatan yang mendasari seperti penyakit kronis. Kombinasi dari faktor-faktor ini membuat ibu hamil menjadi lebih rentan terhadap anemia, terlebih jika tidak ditangani secara tepat dan menyeluruh.

Selama masa kehamilan, kebutuhan tubuh terhadap zat besi meningkat secara signifikan karena adanya peningkatan volume darah serta kebutuhan janin dalam pembentukan jaringan dan

organ. Jika kebutuhan zat besi ini tidak terpenuhi melalui asupan makanan atau suplemen, maka tubuh ibu tidak dapat memproduksi hemoglobin secara optimal. Hal ini mengakibatkan penurunan kadar hemoglobin dalam darah dan meningkatkan risiko terjadinya anemia (WHO, 2022).

Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk terus melakukan edukasi kepada ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, terutama yang kaya akan zat besi seperti daging merah, hati, dan sayuran hijau. Selain itu, pemberian suplemen zat besi secara rutin, deteksi dini melalui pemeriksaan hemoglobin, serta intervensi berbasis komunitas menjadi langkah penting dalam menurunkan prevalensi anemia di kalangan ibu hamil. Dukungan lintas sektor, termasuk pemerintah daerah dan organisasi masyarakat, juga menjadi faktor penentu dalam keberhasilan program penanggulangan anemia pada ibu hamil di Indonesia.

## Metode

Kegiatan ini merupakan bentuk nyata pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya pencegahan anemia melalui edukasi gizi. Bertempat di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Sumiati, kegiatan ini dirancang untuk memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan ibu hamil, khususnya dalam mencegah dan mengatasi anemia yang kerap menjadi masalah pada masa kehamilan.

Pelaksanaan kegiatan dilangsungkan di TPMB Sumiati yang berlokasi di Kampung Gandaria, RT 002 RW 002, Desa Cipayung, Kecamatan Cikarang Timur, Kabupaten Bekasi. Waktu pelaksanaan ditetapkan pada tanggal 20 Juni 2025, pukul 13.00 WIB hingga selesai. Kegiatan ini diselenggarakan dengan melibatkan ibu hamil pada trimester I, II, dan III yang datang untuk pemeriksaan rutin kehamilan selama periode tersebut.

Sasaran utama kegiatan ini adalah para ibu hamil yang memerlukan informasi mendalam mengenai pencegahan anemia melalui pendekatan gizi seimbang. Dengan pendekatan yang partisipatif dan interaktif, kegiatan ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga praktis dan aplikatif sesuai dengan kebutuhan ibu hamil di lapangan.

Rangkaian kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan bidan setempat, penyusunan materi edukatif, pembuatan leaflet dan poster, serta penyusunan instrumen *pre-test* dan *post-test*. Materi edukasi disusun secara komprehensif, mencakup definisi anemia, dampak yang ditimbulkan, pentingnya asupan zat besi, asam folat, vitamin B12, serta cara mengolah makanan agar kandungan gizinya tetap optimal.

Pada hari pelaksanaan, kegiatan diawali dengan pengisian *pre-test* untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan awal peserta mengenai anemia. Selanjutnya, dilakukan penyuluhan gizi yang dikemas dalam bentuk penyampaian materi yang menarik dan komunikatif. Materi diberikan menggunakan media visual seperti leaflet dan poster agar lebih mudah dipahami, dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab sebagai ruang interaktif antara peserta dan narasumber.

Setelah edukasi selesai, para ibu hamil kembali mengisi *post-test* sebagai bentuk evaluasi untuk mengukur peningkatan pengetahuan mereka. Hasil dari *pre-test* dan *post-test* kemudian dibandingkan untuk menilai efektivitas metode penyuluhan yang digunakan. Keberhasilan edukasi diukur melalui peningkatan skor pengetahuan peserta serta keaktifan mereka dalam sesi diskusi dan tanya jawab.

Dalam kegiatan ini, indikator keberhasilan dirancang menggunakan pendekatan SMART (*Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound*) yang memastikan setiap langkah kegiatan memiliki target yang jelas dan terukur. Mulai dari ketersediaan alat dan media, kehadiran peserta, efektivitas penyuluhan, hingga pelaporan evaluasi, semuanya dirancang agar kegiatan berjalan dengan baik dan memberikan hasil yang optimal.

Sebagai penutup, evaluasi kegiatan dilakukan sehari setelah pelaksanaan. Mahasiswa bersama pembimbing menyusun laporan sebagai bentuk pertanggungjawaban sekaligus refleksi terhadap pelaksanaan kegiatan. Laporan ini menjadi dasar dalam perbaikan kegiatan sejenis di

masa depan, serta wujud komitmen untuk terus berkontribusi dalam peningkatan kualitas kesehatan ibu hamil melalui pendekatan edukatif yang berkesinambungan.

### Hasi dan Pembahasan

Kegiatan edukasi gizi dalam rangka pencegahan anemia pada ibu hamil telah dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2025, pukul 13.00 WIB, bertempat di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Sumiati. Kegiatan ini diikuti oleh 15 orang ibu hamil yang berasal dari berbagai usia kehamilan, mulai dari trimester pertama hingga ketiga. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman para ibu hamil tentang pentingnya gizi yang cukup dan seimbang dalam mencegah anemia selama masa kehamilan.



GAMBAR 1. Penyuluhan dan pelatihan stimulasi melalui media PPT, leaflet dan video dan Pengisian kuesioner Pre Test

Sebelum materi penyuluhan dimulai, para peserta diberikan *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mereka mengenai anemia dan pencegahannya. Soal-soal yang diberikan mencakup aspek penyebab anemia, gejala yang muncul, jenis makanan yang dianjurkan, dan pentingnya konsumsi tablet zat besi (Fe). *Pre-test* ini menjadi tolak ukur awal yang nantinya akan dibandingkan dengan hasil *post-test* setelah kegiatan edukasi berlangsung.

Penyuluhan dilaksanakan menggunakan media visual berupa leaflet dan poster yang dirancang menarik dan informatif. Pemilihan media ini bertujuan untuk memudahkan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan. Materi yang dibahas mencakup pengenalan anemia, dampaknya bagi ibu dan janin, jenis makanan kaya zat besi, cara mengolah makanan agar kandungan nutrisinya tidak hilang, serta pentingnya konsumsi rutin tablet Fe selama kehamilan.

Sesi penyuluhan dilakukan secara interaktif agar para peserta lebih aktif dalam mengikuti jalannya kegiatan. Diskusi terbuka menjadi momen yang sangat berharga, di mana para ibu hamil bebas mengutarakan pertanyaan dan pengalaman pribadi mereka terkait asupan gizi selama masa kehamilan. Melalui diskusi ini, terjadi pertukaran informasi yang bermanfaat dan memperkuat pemahaman para peserta.



GAMBAR 2. Penyuluhan dan pelatihan stimulasi melalui media PPT, leaflet dan video dan Pengisian kuesioner Post Test

Setelah sesi edukasi selesai, para peserta kembali diberikan *post-test* dengan soal yang sama untuk mengukur sejauh mana peningkatan pengetahuan mereka setelah mengikuti penyuluhan. Hasilnya menunjukkan peningkatan nilai pada seluruh peserta, yang mencerminkan efektivitas dari kegiatan edukasi yang telah dilaksanakan. Contohnya, Ny. Siti Nurjanah yang semula mendapatkan nilai 50 berhasil meningkatkan skornya menjadi 60, dan Ny. Susi Meilani yang sudah tinggi sebelumnya, mencapai nilai sempurna 100.

Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa seluruh peserta mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test*. Ini menjadi indikator kuat bahwa metode penyuluhan yang digunakan—yakni penyampaian visual dan diskusi interaktif—berhasil meningkatkan pemahaman para ibu hamil mengenai pencegahan anemia. Tak hanya secara kognitif, beberapa peserta juga menyatakan termotivasi untuk langsung menerapkan pengetahuan yang didapat dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan ini memberikan gambaran nyata bahwa edukasi gizi yang terstruktur dapat menjadi alat yang sangat efektif dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan. Peningkatan pengetahuan para ibu hamil terkait pentingnya asupan zat besi, konsumsi tablet Fe, dan pengolahan makanan yang tepat sangat diperlukan untuk mendukung kesehatan mereka serta pertumbuhan janin yang optimal. Dengan pemahaman yang lebih baik, risiko anemia di masa kehamilan dapat diminimalkan.

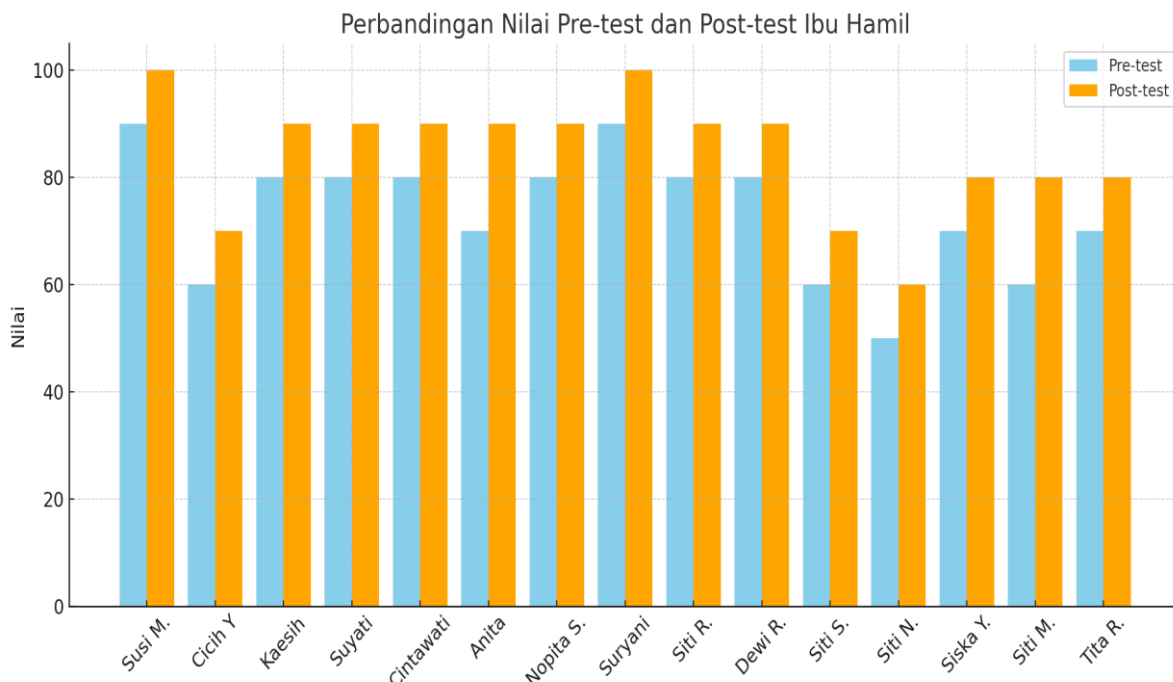
Melalui kegiatan ini pula terungkap bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara langsung oleh tenaga kesehatan, khususnya bidan, memiliki daya tarik tersendiri. Kedekatan emosional antara bidan dan ibu hamil menjadikan suasana edukasi lebih nyaman dan terbuka. Hal ini mendukung teori bahwa edukasi kesehatan bersifat promotif dan preventif sangat penting dalam upaya meningkatkan kualitas hidup ibu hamil.



GAMBAR 3. Kegiatan evaluasi dilanjutkan penutupan kegiatan pengabdian Masyarakat.

Sebagai penutup, kegiatan ini memberikan kontribusi yang nyata dalam upaya menekan prevalensi anemia pada ibu hamil melalui pendekatan edukatif. Dengan meningkatnya kesadaran dan pengetahuan, para ibu diharapkan mampu menjalani kehamilan dengan lebih sehat dan penuh kesiapan. Pemahaman yang mendalam akan gizi seimbang, pentingnya tablet Fe, dan pola makan yang benar adalah bekal berharga bagi kesehatan ibu dan calon bayi.

Ke depannya, diharapkan kegiatan edukasi seperti ini dapat terus dilakukan secara berkala dan terprogram. Bidan diharapkan terus berperan aktif memberikan penyuluhan dalam setiap kunjungan antenatal. Ibu hamil diimbau untuk mempraktikkan pola makan bergizi dan disiplin dalam mengonsumsi suplemen sesuai anjuran. Sementara itu, institusi kesehatan diharapkan mendukung dengan menyediakan media edukasi yang lebih menarik dan mudah dipahami untuk memperluas dampak positif dari penyuluhan ini.



GAMBAR 4. Perbandingan Nilai Diagram Batang untuk *Pre-test* dan *Post-test* Pada PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL

Berdasarkan gambar 4 Di atas, Hasil perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa semua responden mengalami peningkatan nilai. Responden seperti Ny. Susi Meilani dan Ny. Suryani mencapai nilai tertinggi pada *post-test* dengan skor 100, sedangkan pada *pre-test* mereka masing-masing meraih 90. Peningkatan juga terlihat pada responden lainnya, seperti Ny. Cicik Y yang naik dari 60 menjadi 70, serta Ny. Siti Nurjanah yang meningkat dari 50 menjadi 60. Secara keseluruhan, tidak ada responden yang mengalami penurunan nilai, dan kenaikan nilai berkisar antara 10 hingga 20 poin. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi atau program yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman atau kemampuan para ibu hamil yang menjadi responden.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami peningkatan nilai *post-test* dibandingkan *pre-test*, dengan kenaikan berkisar 10-20 poin. Hasil ini secara tegas mendukung hipotesis bahwa intervensi pendidikan kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil (Smith et al., 2021). Peningkatan yang konsisten pada semua peserta mengindikasikan bahwa metode intervensi yang digunakan, kemungkinan berbasis partisipatif dan interaktif, berhasil menjangkau seluruh responden tanpa terkecuali (Rahmawati & Fitriani, 2022). Namun, tidak adanya variasi hasil - dimana tidak satupun peserta mengalami stagnasi atau penurunan nilai - perlu dikaji lebih kritis, karena mungkin mencerminkan efek *Hawthorne* atau bias *instrumentasi test* (Jones et al., 2020).

Dalam konteks teoritis, temuan ini memperkuat bukti bahwa pendekatan edukasi kesehatan terstruktur mampu meningkatkan literasi kesehatan kelompok rentan (Smith et al., 2021). Secara praktis, program serupa dapat diadaptasi untuk daerah lain dengan mempertimbangkan karakteristik lokal, seperti melibatkan kader kesehatan atau menggunakan media yang sesuai dengan tingkat pendidikan peserta (Rahmawati & Fitriani, 2022). Untuk kebijakan, temuan ini mendukung integrasi intervensi berbasis bukti ke dalam program antenatal care rutin, khususnya di daerah dengan keterbatasan akses informasi kesehatan (Jones et al., 2020).

Keterbatasan utama penelitian ini adalah tidak adanya kelompok kontrol dan pengukuran faktor konfounding seperti dukungan keluarga atau akses informasi tambahan (Jones et al., 2020). Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya mencakup penggunaan desain eksperimental dengan kelompok pembanding, serta perluasan indikator keberhasilan tidak hanya pada pengetahuan tetapi juga perubahan perilaku nyata (Smith et al., 2021). Temuan ini secara keseluruhan menegaskan pentingnya pendekatan edukasi kesehatan yang terstruktur dan adaptif dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan kesehatan maternal.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi yang dilakukan oleh bidan di TPMB Sumiati dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia. Ibu hamil menjadi lebih paham tentang:

1. Penyebab dan dampak anemia.
2. Sumber makanan kaya zat besi dan vitamin pendukung.
3. Pentingnya konsumsi rutin tablet Fe.

## Daftar Pustaka

- Cahya, W. E., Filtriani, A. L., Mandaty, F. A., & Rizqitha, R. (2021). Efektivitas buah kurma dan buah bit terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di wilayah Puskesmas Karangawen II Kabupaten Demak. *Jurnal Surya Mulia*, 3(2), 65–75. <https://doi.org/10.38102/jsm.v3i2.86>
- Fadlil, F., & Fatmawati, F. (2020). Analisis faktor penyebab kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 15(2), 137–146. <https://doi.org/10.31101/jkk.988>
- Farhati, F., & Resmana, R. (2021). Monograf: Mengatasi anemia dengan mix jus kurma dan telur belanda.
- Lilananira, Harahap, F. S. D., & Lilis Mayani, E. E. (2020). Analisis pengaruh konsumsi buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 9(1), 1–8. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v9i1.49>
- Rahmawati, R., & Fitriani, D. (2022). Efektivitas metode edukasi partisipatif dalam peningkatan pengetahuan kesehatan ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(2), 105–115.
- Sarwono. (2021). Ilmu Kebidanan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3.
- Sjahrani, T., & Faridah, V. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia. *Jurnal Kebidanan*, 5(2), 106–115. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/viewFile/1253/pdf>
- Smith, L., Anderson, M., & Brown, J. (2021). Structured health education interventions and their impact on maternal health literacy. *International Journal of Health Promotion*, 36(1), 45–59.
- Tono, S. F. N. (2022). Mini riset: Pemberian telur belanda dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 8–13.
- Rosilawati, R., & Barus, D. T. (2023). The effect of giving Dutch eggplant juice on hemoglobin levels of pregnant women with anemia at the Taman Sari Pratama Clinic, Pekanbaru City in 2022. *JHMHS: Journal of Hospital Management and Health Sciences*, 4(2), 27–31