



PENGARUH PEMBERIAN FE TERHADAP PERUBAHAN KADAR HB PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS SUMBER

Widiningati¹, Iit Ernawati², Tutik Ekasari³

Program Studi Sarjana Kebidanan

STIKES Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo

email: Widiningati@gmail.com

No Hp 081236476345

ABSTRAK

Masalah gizi pada ibu hamil adalah kekurangan energi kronis dan anemia defisiensi besi. Ibu hamil sangat rentan terhadap anemia defisiensi besi karena kebutuhan oksigen lebih tinggi selama kehamilan. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Sumber. Desain penelitian yang digunakan adalah *Quasi Experiment* (eksperimen semu) dengan rancangan *one group pre-test post-test design*. Data sampel adalah sebagian ibu hamil anemia bulan Maret – Desember 2022 dan Januari 2023 dengan teknik total sampling sejumlah 31 responden. Pengumpulan data meliputi, *coding*, *editing*, dan *tabulating* yang kemudian data dianalisis secara komputer. Hasil penelitian sebelum pemberian Hb seluruh responden mengalami anemia sebesar 31 responden (100%), kadar Hb setelah pemberian tablet Fe selama 30 hari dalam kategori tidak anemia sebesar 28 responden (90.3%) sedangkan hasil uji SPSS 23 melalui *Mc. Namer Test p value* : 0,05. Hasil *Mc. Namer Test* pada tingkat kepercayaan 95%, nilai $p=0,000$. Hal ini berarti $p\text{-value} < \text{dari alpha}$ (5%), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Sumber. Saran untuk puskesmas yaitu dalam pemberian tablet Fe hendaknya membuat kartu kontrol kepatuhan konsumsi tablet Fe dan menjelaskan tentang anemia serta pencegahannya.

Kata kunci : Tablet Fe, Kadar Hb, Ibu Hamil



ABSTRACT

Nutritional problems in pregnant women are chronic energy deficiency and iron deficiency anemia. Pregnant women are very susceptible to iron deficiency anemia because the need for oxygen is higher during pregnancy. The purpose of this study was to analyze the effect of giving Fe tablets on changes in Hb levels in pregnant women at the Sumber Health Center. The research design used was a Quasi Experiment (quasi experiment) with a one group pre-test post-test design. The sample data is a portion of anemic pregnant women in March - December 2022 and January 2023 with a total sampling technique of 31 respondents. Data collection includes coding, editing, and tabulating, which is then analyzed by computer. The results of the study before giving Hb all respondents experienced anemia by 31 respondents (100%), Hb levels after administration of Fe tablets for 30 days in the category of non-anemic by 28 respondents (90.3%) while the results of the SPSS test 23 through Mc. Namer Test p value: 0,05. Mc. Namer Test results at 95% confidence level, $p = 0.000$. This means that the p -value $<$ alpha (5%), so it can be concluded that there is an effect of giving Fe tablets on changes in Hb levels in pregnant women at the Sumber Health Center. Suggestions for puskesmas, namely in administering Fe tablets should make a control card for adherence to consumption of Fe tablets and explain anemia and its prevention.

Keywords: Fe tablets, Hb levels, pregnant women

1. PENDAHULUAN

Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan bermasalah gizi. Hal ini dikarenakan terjadinya peningkatan kebutuhan gizi selama kehamilan. Kehamilan adalah pertumbuhan dan perkembangan janin intrauteri mulai sejak konsepsi dan berakhir sampai permulaan persalinan. Selama proses kehamilan terjadi beberapa perubahan adaptasi dalam tubuh ibu. Salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan *hematologis*, berupa peningkatan volume darah ibu, penurunan *hemoglobin* dan *hematokrit*, peningkatan kebutuhan zat besi, perubahan pada sistem *imunologis* dan *leukosit*, serta koagulasi dan fibrinolisis (Hariani R, 2018).

Berdasarkan WHO prevalensi anemia ibu hamil di dunia berkisar rata-rata 14 %, dinegara industri 56% dan di negara berkembang antara 35%-75%. Secara global, sebesar 52% wanita hamil di negara-negara berkembang mengalami anemia. Angka ini lebih besar di dibandingkan dengan angka anemia pada wanita hamil di negara-

negara industri yang hanya sebesar 20% (Bintari, 2020).

Di Indonesia, hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan angka anemia pada ibu hamil sebesar 48,9%. Di Jawa Timur rata-rata ibu hamil anemia sebesar 5,8%. Ibu hamil KEK dan anemia di Kabupaten Probolinggo sebesar 12,4%. Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumber ibu hamil tahun 2022 sebesar sebanyak 340 ibu hamil dengan ibu hamil yang bermasalah sebesar 115. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sumber kepada 10 ibu hamil yang memeriksakan diri, didapatkan data yaitu 7 ibu hamil (70%) tidak meminum tablet Fe dan kadar hemoglobin antara 9-10 gr/dl, 3 ibu hamil (3%) meminum Fe dengan kadar hemoglobin $>12-14$ gr/dl.

Masalah gizi yang umum terjadi pada ibu hamil adalah kekurangan energi kronis dan anemia defisiensi besi. Ibu hamil sangat rentan terhadap anemia defisiensi besi karena kebutuhan oksigen lebih tinggi selama kehamilan. Anemia defisiensi besi menjadi penyebab kematian ibu per tahun. Akibatnya



Anemia pada ibu hamil akan meningkatkan resiko kelahiran prematur, kematian ibu dan bayi, serta penyakit infeksi. Untuk mengurangi resiko berat bayi lahir rendah (BBLR), anemia ibu hamil dan defisiensi besi adalah dengan suplementasi besi dan asam folat harian sebagai bagian dari pelayanan antenatal care terpadu (Pradilla Fitri dkk, 2019).

Hasil penelitian Irma (2020) menggambarkan bahwa ibu hamil dengan pemberian tablet Fe didapatkan hasil adanya perubahan peningkatan kadar hemoglobin. Hal ini menandakan bahwa pemberian tablet Fe baik untuk ibu hamil terutama pada ibu hamil anemia karena dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Ibu hamil minimal mendapatkan 90 tablet Fe (Zat besi), dan bermanfaat bila diminum secara teratur setiap hari selama kehamilan.

Upaya yang bisa dilakukan antara lainya itu melakukan *ANCT Mobile* yang dilakukan dipertemuan kelas ibu hamil. Untuk itu perlu adanya kerjasama lintas sektor dan program dalam mengatasi masalah anemia pada ibu hamil dengan melibatkan kader, tokoh masyarakat, tokoh agama, keluarga, dokter, bidan/perawat, analis kesehatan, program promosi kesehatan, gizi, dan lintas program lainnya. Selain itu upaya pencegahan dan penanggulangan anemia yang dilaksanakan pemerintah melalui pemberian Suplementasi tablet besi dengan dosis pemberian sehari sebanyak 1 butir (60 mg zat besi dan 0,400 mg asam folat) berturut-turut minimal 90 hari selama masa kehamilan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian Quasi experiment one group pra post design yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok eksperimental

populasi dalam penelitian ini adalah Variabel dependen dalam penelitian ini adalah pemberian tablet Fe sedangkan variable terikat nya adalah perubahan kadar Hb. Teknik pengambilan sampel, Total Sampling. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan Analisis univariat : distribusi frekuensi, Analisis Bivariat dengan uji statistik *Wilcoxon*, dengan 31 responden.

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas sumber Pada Bulan Juli 2023, Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kohort, lembar observasi dan Hb Meter, penenlitian ini juga sudah di nyatakan lulus dengan Nomor Uji Etik : KEPK/287/STIKes - HPZH/VII/2023, adapun variable bebas adalah pemberian tablet Fe, sedangkan Variabel terikat perubahan kadar Hb.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan umur

No	Usia	F	%
1	<20	0	0
2	20-30	26	83,9
3	31-40	5	16,1
4	>40	0	0
Jumlah		31	100

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.1 di atas hampir seluruh responden berumur 20-30 tahun sebesar 26 responden (83,9%).

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Ibu

No	Pendidikan	F	%
1	Tidak sekolah	0	0
2	SD	8	25,8
3	SMP	23	74,2
4	SMA	0	0
5	Perguruan Tinggi	0	0
Jumlah		31	100



Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.2 di atas Sebagian besar responden berpendidikan SD sebesar 23 responden (74,2%).

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Konsumsi Karbohidrat

No	Pola Konsumsi Karbohidrat	F	%
1	Setiap hari	31	100
2	Seminggu sekali	0	0
3	Sebulan sekali	0	0
4	Tidak pernah	0	0
Total		31	100

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.3 di atas seluruh responden mengkonsumsi karbohidrat sebesar 31 responden (100%).

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Konsumsi Protein Nabati

No	Pola Konsumsi Nabati	F	%
1	Setiap hari	31	100
2	Seminggu sekali	0	0
3	Sebulan sekali	0	0
4	Tidak pernah	0	0
Total		31	100

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.4 di atas seluruh responden mengkonsumsi protein nabati sebesar 31 responden (100%).

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Konsumsi Protein Hewani

No	Pola Konsumsi Protein Hewani	F	%
1	Setiap hari	13	41,9
2	Seminggu sekali	17	54,8
3	Sebulan sekali	1	3,2
4	Tidak pernah	0	0
Total		31	100

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.5 di atas seluruh responden mengkonsumsi protein hewani sebesar 17 responden (54,8%).

Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Konsumsi Vitamin dan Mineral

No	Pola Konsumsi Vitamin dan Mineral	F	%
1	Setiap hari	1	3,2
2	Seminggu sekali	21	67,7
3	Sebulan sekali	5	16,1
4	Tidak pernah	4	12,9
Total		31	100

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.6 di atas Sebagian besar responden mengkonsumsi vitamin dan mineral sebesar 21 responden (67,7%).

Tabel 5.7 Kadar Hb Ibu Hamil sebelum pemberian tablet Fe

No	Kadar Hb Sebelum	F	%
1	Anemia	31	100
2	Tidak anemia	0	0
Total		31	100

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.7 di atas menunjukkan seluruh ibu hamil mengalami anemia sebesar 31 responden (100%).



Tabel 5.8 Kadar Hb Ibu Hamil Sesudah Pemberian Tablet Fe

No	Kadar Hb Sebelum	F	%
1	Anemia	3	9,7
2	Tidak anemia	28	90,3
Total		31	100

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.8 di atas menunjukkan hampir seluruh responden sesudah pemberian tablet Fe menunjukkan kadar Hb dengan kategori tidak anemia sebesar 28 responden (90,3%).

Tabel 5.11 Analisis Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Sumber dengan uji Mc. Namer Test (n=31)

Perubahan Kadar Hb Bumil	Pemberian Tablet Fe				Jumlah	
	Pre (Sebelum)		Post (Sesudah)			
	f	%	f	%	f	%
Tidak anemia	0	0	28	90,3	31	100
Anemia	31	100	3	9,7	31	100

Mc. Namer test (p : 0,00)

Sumber data : primer penelitian 2023

Berdasarkan tabel 5.9 diatas, menunjukkan ada perubahan kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe. Sedangkan Hasil Mc. Namer Test pada tingkat kepercayaan 95%, nilai $p=0,000$. Hal ini berarti $p\text{-value} < \alpha$ (5%), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Sumber.

Pembahasan

Identifikasi kadar Hb ibu hamil sebelum pemberian tablet Fe di Puskesmas Sumber

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan menunjukkan seluruh ibu hamil mengalami anemia sebesar 31 responden (100%). hampir seluruh responden berumur 20-30 tahun sebesar 26 responden (83,9%). Sebagian besar responden berpendidikan SD sebesar 23 responden (74,2%). Sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebesar 17 responden (54,8%).

Ibu hamil adalah orang yang sedang dalam proses pembuahan untuk melanjutkan keturunan. Di dalam tubuh seorang wanita hamil terdapat janin yang tumbuh di dalam rahim. Kehamilan merupakan masa kehidupan yang penting. Seorang ibu hamil harus mempersiapkan diri sebaik- baiknya agar tidak menimbulkan permasalahan pada kesehatan ibu, bayi, dan saat proses kelahiran. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu adalah keadaan gizi (Waryana, 2019).

Hasil penelitian Sunarti dan Ellysa Eka (2020) didapatkan hasil yaitu kadar hemoglobin (Hb) tidak normal sebanyak 74.2% (23 ibu hamil) sebelum pemberian tablet zat besi (Fe) dan setelah pemberian tablet zat besi (Fe) kadar hemoglobin (Hb) normal sebanyak 77.4% (24 ibu hamil). Dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil pre dan post adalah sebesar 1.1 gr/dL.

Dalam penelitian ini ibu hamil yang mengalami perubahan fisiologis akan mempengaruhi jumlah sel darah normal pada kehamilan. Peningkatan volume darah ibu terutama terjadi akibat peningkatan plasma, bukan akibat peningkatan jumlah sel darah merah. Walaupun ada peningkatan jumlah sel darah merah di dalam sirkulasi tetapi



jumlahnya tidak seimbang dengan peningkatan volume plasma. Ketidakseimbangan ini akan terlihat dalam penurunan kadar Hb. Keadaan dimana darah merah ibu kurang dari normal, dan biasanya yang digunakan sebagai dasar adalah kadar *Hemoglobin* (Hb) sering menyebabkan anemia. Ibu hamil anemia disebabkan beberapa faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang melekat pada ibu hamil itu sendiri misalnya faktor umur, paritas dan pekerjaan. Pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga terkadang menyebabkan ibu kelelahan, stress sehingga mempengaruhi kondisi psikis ibu untuk mengkonsumsi makanan yang sehat. Akan tetapi ibu hamil yang sering tidur dan makan lebih banyak akan memicu datangnya berbagai penyakit seperti diabetes atau gestasional. Ibu hamil yang berstatus sebagai ibu rumah tangga walaupun ia tidak bekerja kantor/di luar namun beban kerja sebagai ibu rumah tangga dengan anak lebih dari 1 atau lebih banyak, kemungkinan memiliki beban kerja lebih banyak sehingga ibu hamil memerlukan asupan yang bergizi agar bisa menjaga kondisi kesehatannya serta terhindar dari anemia.

Identifikasi Kadar Hb Ibu Hamil Sesudah Pemberian Tablet Fe di Puskesmas Sumber

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan hampir seluruh responden sesudah pemberian tablet Fe menunjukkan kadar Hb dengan kategori tidak anemia sebesar 28 responden (90,3%).

Kehamilan merupakan peristiwa yang terjadi pada seorang wanita, dimulai dari proses fertilisasi (konsepsi) sampai kelahiran bayi. Masa kehamilan dimulai dari periode akhir menstruasi sampai kelahiran bayi, sekitar 266-280

hari atau 37-40 minggu, yang terdiri dari tiga trimester. Periode perkembangan kehamilan terdiri dari tiga tahap. Tahap pertama, perkembangan *zigot*, yaitu pembentukan sel, pembelahan sel menjadi *blastosit*, dan *implantasi*. Tahap kedua, perkembangan embrio, yaitu dari diferensiasi sampai *organogenesis*. Tahap ketiga, perkembangan *fetus* (janin) atau pertumbuhan bakal bayi (Hardinsyah dan Supariasa, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian Retnaningsih (2020) dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan konsumsi protein dengan kadar hemoglobin, dengan kekuatan hubungan yang positif yaitu 0.300, artinya semakin tinggi asupan konsumsi protein maka akan semakin tinggi pula kadar hemoglobin ibu. Kekuatan hubungan yang diperoleh masuk dalam kekuatan hubungan yang lemah, yaitu 0.300. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan konsumsi zat besi (Fe) dengan kadar hemoglobin, dengan kekuatan hubungan yang positif yaitu 0.326, artinya semakin tinggi asupan zat besi (Fe) maka semakin tinggi pula kadar hemoglobin ibu.

Dalam penelitian ini, peneliti berasumsi zat besi yang dikonsumsi dalam bentuk tablet Fe merupakan zat yang sangat esensial bagi tubuh. Zat besi berhubungan untuk meningkatkan jumlah eritrosit (kenaikan sirkulasi darah ibu dan kadar hemoglobin atau Hb) yang diperlukan untuk mencegah ataupun mengobati anemia. Konsumsi zat besi pada ibu hamil merupakan salah satu upaya penanggulangan kekurangan zat besi pada ibu hamil. Pola konsumsi pada ibu hamil merupakan berbagai informasi yang menunjukkan jenis/variasi dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh ibu hamil. Pola konsumsi yang kurang baik menjadi salah satu penyebab terjadinya anemia pada masa kehamilan karena



kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Ibu hamil yang kurang konsumsi protein hewani memiliki risiko lebih besar mengalami anemia daripada ibu hamil yang lebih banyak konsumsi makanan protein hewani.

Analisis Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Sumber

Berdasarkan tabel 5.11 diatas, menunjukkan ada perubahan kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe. Sedangkan Hasil Uji Wilcoxon rank pada tingkat kepercayaan 95%, nilai $p=0,000$. Hal ini berarti $p\text{-value} < \text{dari alpha (5\%)}$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Sumber.

Seorang ibu hamil dapat dikatakan mengalami *anemia* dalam kehamilan apabila kadar *Hb* $< 11,00$ gr pada trimester I dan III atau Kadar *Hb* $< 10,5$ gr pada trimester II. Masih adanya kasus anemia pada ibu hamil dapat disebabkan karena ibu hamil memiliki tingkat kepatuhan yang rendah dalam mengkonsumsi tablet Fe selama kehamilan. Konsumsi tablet Fe yang tidak teratur dapat menyebabkan ibu hamil kekurangan zat besi yang berhubungan dengan anemia pada ibu hamil. Dalam penelitian ini, pemberian tablet Fe selama kehamilan merupakan salah satu cara yang signifikan bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb agar terhindar dari anemia. Hal ini disebabkan 1 tablet Fe mengandung 60mg zat besi setara dengan 200mg *ferrosulfat*. Selama kehamilan minimal diberikan 90 tablet sampai 42 minggu setelah melahirkan. Perubahan kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe memberikan status signifikasi yang bermakna atau signifikan walaupun sebaran data kadar Hb ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan

tablet Fe tidak semua ibu hamil mengalami perubahan kadar Hb diatas 1gr%, ada beberapa ibu hamil setelah diberikan tablet Fe mengalami peningkatan kadar Hb tetapi peningkatannya kurang dari 1gr% hal ini mungkin bisa diakibatkan oleh kebiasaan ibu hamil yang dapat mengurangi penyerapan zat besi oleh tubuh. Misalnya ada beberapa ibu hamil dalam penelitian ini yang mengkonsumsi tablet Fe yang dibarengi dengan minum kopi atau teh dan kurangnya mengkonsumsi vitamin C. Selain itu ibu hamil juga kemungkinan tidak mengetahui cara mengkonsumsi tablet Fe dengan benar, karena ada beberapa ibu hamil meminum tablet Fe pada waktu setelah makan karena menurut ibu hamil dalam keadaan tersebut dapat mengurangi mual karena konsumsi tablet Fe. Selain cara konsumsi yang salah, pola konsumsi ibu hamil tinggi protein nabati juga kurang. Salah satunya penyebabnya yaitu adanya faktor ibu hamil masih percaya kalo terlalu banyak makan protein hewani nanti bayi akan dilahirkan menjadi lebih amis.

4. Kesimpulan

- 1) Seluruh kadar Hb ibu hamil sebelum pemberian tablet Fe mengalami anemia sebesar 31 responden (100%).
- 2) Hampir seluruh responden sesudah pemberian tablet Fe menunjukkan kadar Hb dengan kategori tidak anemia sebesar 28 responden (90,3%).
- 3) Hasil Uji Wilcoxon rank pada tingkat kepercayaan 95%, nilai $p=0,000$. Hal ini berarti $p\text{-value} < \text{dari alpha (5\%)}$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas Sumber.



DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. 2018. Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Andaruni, 2018. Efektivitas Pemberian Tablet Zat Besi (Fe), Vitamin C dan Jus Buah Jambu Biji Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Remaja Putri di Universitas Muhammadiyah Mataram. Jurnal Universitas Muhammadiyah Mataram.
- Arikunto, S. 2016. Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman, M. B. 2016. Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan. Edisi-2. Jakarta: EGC.
- Astuti. 2018. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu I Kehamilan. Yogyakarta: Rohima Press.
- Dwi Cahyanti Putri, Irma. 2020. *Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Tambah Darah dengan Status Anemia Di Uptd Puskesmas I Denpasar Selatan*. Diploma thesis, Poltekkes Denpasar.
- Eka Ratnasari, E. 2020. Kadar Hemoglobin (Hb) Ibu Hamil Pre Dan Post Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Di UPTD Puskesmas Kecamatan Sananwetan Kota Blitar. Prodi D3 Keperawatan Blitar, Poltekes Kemenkes Malang
- Fikawati, Sandra, dkk. 2017. Gizi anak dan remaja. Ed. 1. Cet. 1. Depok : Rajawali Pers.
- Haniek. 2018. *Efek ekstrak kurma (phoenix dactylifera l) terhadap status besi pada ibu hamil (Studi Di Kabupaten Jepara)*. Masters thesis, School of Postgraduate.
- Hardiansyah., Supariasa. 2016 Ilmu Gizi Teori & Aplikasi. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Hariani R, Rini. 2018. Pengaruh Pemberian Zat Besi (Fe) Terhadap Peningkatan kadar Hematokrit Pada Ibu Hamil yang Mengalami Anemia. Jurnal Ners dan Kebidanan, Vol. 5, No. 1, April 2018.
- Hidayat. 2017. Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Huldani. 2014. Pengaruh Kadar Hemoglobin dan Jenis Kelamin terhadap Konsumsi Oksigen Maksimum Siswa-Siswi Pesantren Darul Hijrah.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. Pusat Data dan Informasi tahun 2021 (Profil Kesehatan Indonesia). Jakarta: Depkes RI.
- Kowalak, J. P., Welsh, W., & Mayer, B. 2017. Buku Ajar Patofisiologi. (Professional Guide to Pathophysiology. Jakarta: EGC.
- Kristiyanasari, Weni. 2018. Gizi Ibu Hamil. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kiswari, R. 2014. Hematologi dan Transfusi. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Meta, Dwi. 2018. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Tablet Tambah Darah dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Mantrijeron Kota Yogyakarta Tahun 2017. Skripsi Prodi Sarjana Terapan



- Kebidanan. Poltekkes Yogyakarta.
- Melinda. 2017. Studi Komparatif Kadar Hemoglobin pada Remaja yang Sarapan dan Tidak Sarapan. *Jurnal Borneo Cendikia*.
- Milah, Samiatul. 2019. Hubungan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Desa Baregbeg Wilayah Kerja Puskesmas Baregbeg Kabupaten Ciamis Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Galuh*. Vol. 1 – No. 1 Tahun 2019.
- Mujiati. 2020. Pengaruh Pemberian Tablet Fe terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil yang Anemia di Puskesmas Ketapang Kota Probolinggo. Skripsi : Program Studi D-IV Kebidanan STIKES Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Genggong Tahun 2020.
- Mustaqim, E. Y., & Wahyuni, E. s. 2018. Hubungan Kadar Hemoglobin (Hb) dengan Kebugaran Jasmani pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak bola SMA Negeri 1 Bangsal. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*.
- Notoatmodjo, Sukidjo. 2017. Metodologi Penelitian Kesehatan, RinekaCipta Jakarta
- Nursalam. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. 2015. Asuhan Keperawatan Maternitas II. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pradilla Fitri , Yuni, dkk. 2019. Kepatuhan Konsumsi Suplemen Besi Dan Pengaruhnya Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Kota Tanggerang. ISSN 1978-1059. *Jurnal Gizi Pangan*, November 2015. 10(3): 171-178
- Pramono, J. S., Purwanto, H., & Hendri. 2019. Analisis Kadar Hemoglobin ditinjau dari Indeks Masa Tubuh, Pola Makan dan Lama Jam Kerja pada Wanita Pekerja Dinas Pertamanan. *Jurnal Husada Mahakam*.
- R. A. Heny Yuliati, Laksmi Widajanti, “Vitamin C dan Suplemen Tablet Besi dengan Kadar Ibu Hamil Trimester II dan III (Di wilayah Kerja Puskesmas Purwanegara 2 Kabupaten Banjarnegara) Heny Yuliati *, Laksmi Widajanti **, Ronny Aruben ** *) Mahasiswa Peminatan Gizi Kesehatan Masyarakat , FKM,” *J. Kesehat. Masy.*, vol. 5, hal. 675–682, 2017.
- Retnaningsih, Yuliantisari, dkk. 2020. Hubungan Asupan Protein, Fe, Vitamin C Serta Ketepatan Konsumsi Zat Tannin Dan Kafein Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Kota Yogyakarta. *Jurnal Nutrisia* Vol.22, No.1 (Maret) 2020, pp. 8 – 15 E-ISSN: 2614-7165, P- ISSN 1693-945X DOI 10.29238/jnutri.v22i1.177
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf
- Putri,S. 2015. Hubungan Cara Konsumsi Tablet FE Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II dan III Di Puskesmas Tegal Rejo Yogyakarta Tahun 2015. Skripsi Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV STIKES ‘ASYIYAH Yogyakarta.



- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Salman, Y. 2015. Hubungan Pola Konsumsi Zat Besi dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sambung Makmur Tahun 2015. *Jurkessia*, Vol. VI, No. 2, Maret 2016.
- Sarwono. 2014. Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Setiadi, Nugroho J. 2015. Perilaku Konsumen. Edisi Revisi. Jakarta: Kencana Prenada Media. Group
- Soedijanto. 2015. Hubungan antara Asupan Zat Besi dan Protein dengan Kejadian Anemia pada Siswi SMP Negeri 10 Manado. *Pharmacon*, 4(4).
- Sompie, K. A., Mantik, M. F., & J, R. 2015. Hubungan Antara Status Gizi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Usia 12-14 tahun. *Jurnal e-Clinic (eCL)*.
- Sugiyono. 2017. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Jakarta: alfabeta.
- Sunarti dkk. 2020. Kadar Hemoglobin (Hb) Ibu Hamil Pre Dan Post Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Di Uptd Puskesmas Kecamatan Sananwetan Kota Blitar. Prodi D3 Keperawatan Blitar, Poltekes Kemenkes Malang.
- Susiloningtyas. 2019. Pemberian Zat Besi (Fe) Dalam Kehamilan. *Jurnal D III Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang*, pp. 1-27.
- Trisnayati. 2014. Status Penyakit Periodontal Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rappang Kabupaten Sidrap (Berdasarkan Usia Kehamilan dan Tingkat Pendidikan). Skripsi Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Hasanuddin, Makasar.
- Wahyuningsih, A., & Puji, A. S. 2015. Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Prodi D III Kebidanan Tingkat III Stikes Muhammadiyah Klaten. *Jurnal Involusi Kebidanan*.
- Wardani Adnan, Yusra. 2015. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Bidan Tentang Pelaksanaan 10 T Pada Asuhan Kehamilan Di Puskesmas Suka Makmur Kabupaten Aceh Besar. Aceh.
- Waryana. 2019. Gizi Reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Rahima.
- Yunita, VS. 2018. Hubungan antara Keteraturan Mengonsumsi Tablet dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil di BPS Titik Arianti Surabaya