



Hubungan Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Protein dan Zat Besi terhadap Status Anemia Ibu Hamil di Puskesmas Kuanfatu Kabupaten Timor Tengah Selatan

James Salfistar Tameon¹, Ida Ayu Eka Padmiari², I Komang Agusjaya Mataram³

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia

Received : 10 Agustus 2026, Revised : 3 September 2026, Published : 9 September 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: James Salfistar Tameon

E-mail: jst041224@gmail.com

Abstrak

Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan serta berdampak terhadap kesehatan ibu dan janin. Tingkat pengetahuan serta kecukupan konsumsi protein dan zat besi merupakan beberapa faktor yang berkaitan dengan kondisi gizi ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi protein dan zat besi serta hubungan tingkat konsumsi protein dan zat besi dengan status anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu Kabupaten Timor Tengah Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional yang dilaksanakan pada April–Mei 2026 di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu. Sampel penelitian berjumlah 63 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik proportional random sampling. Data tingkat pengetahuan diperoleh melalui kuesioner, data konsumsi protein dan zat besi diperoleh menggunakan recall makanan 24 jam, sedangkan status anemia ditentukan berdasarkan pemeriksaan kadar hemoglobin. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup, tingkat konsumsi protein dalam kategori baik, tingkat konsumsi zat besi dalam kategori kurang, dan tidak mengalami anemia. Tingkat pengetahuan tidak berhubungan dengan tingkat konsumsi protein, sedangkan tingkat pengetahuan berhubungan dengan tingkat konsumsi zat besi. Tingkat konsumsi protein tidak berhubungan dengan status anemia, sedangkan tingkat konsumsi zat besi berhubungan dengan status anemia pada ibu hamil. Peningkatan edukasi gizi dan pemantauan pemenuhan kebutuhan zat besi diperlukan sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

Kata kunci - status anemia, tingkat konsumsi protein dan zat besi, tingkat pengetahuan

Abstract

Anemia in pregnant women remains a health problem that can increase the risk of complications during pregnancy and childbirth and affect the health of both mothers and fetuses. Knowledge levels and adequate protein and iron intake are among the factors associated with the nutritional condition of pregnant women. This study aimed to determine the relationship between knowledge level and protein and iron intake, as well as the relationship between protein and iron intake and anemia status among pregnant women in the working area of Kuanfatu Community Health Center, South Central Timor Regency. This was an analytical observational study with a cross-sectional approach conducted from April to May 2026 in the working area of Kuanfatu Community Health Center. The sample consisted of 63 pregnant women selected using proportional random sampling. Knowledge data were obtained through questionnaires, protein and iron intake data were obtained using a 24-hour dietary recall, while anemia status was determined based on hemoglobin level examination. Bivariate

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



analysis was conducted using the Chi-Square test with a significance level of $\alpha=0.05$. The results showed that most pregnant women had a moderate level of knowledge, good protein intake, inadequate iron intake, and were not anemic. Knowledge level was not associated with protein intake, whereas knowledge level was associated with iron intake. Protein intake was not associated with anemia status, whereas iron intake was associated with anemia status among pregnant women. Improving nutrition education and monitoring adequate iron intake are needed as part of efforts to prevent anemia among pregnant women.

Keywords - anemia status, protein and iron intake, level of knowledge

How To Cite : Tameon, J. S., Padmiari, I. A. E., & Mataram, I. K. A. (2026). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Protein dan Zat Besi terhadap Status Anemia Ibu Hamil di Puskesmas Kuanfatu Kabupaten Timor Tengah Selatan. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 3(4), 766 - 772. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v3i4.1035>

Copyright ©2026 James Salfistar Tameon, Ida Ayu Eka Padmiari, I Komang Agusjaya Mataram

PENDAHULUAN

Anemia pada masa kehamilan masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berdampak signifikan terhadap kesehatan ibu dan janin. Anemia dalam kehamilan dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kehamilan dan persalinan, seperti perdarahan, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah, serta peningkatan angka kesakitan dan kematian ibu dan bayi. (SKI, 2023). Oleh karena itu, anemia pada ibu hamil masih menjadi fokus penting dalam upaya peningkatan derajat kesehatan ibu (Kemenkes RI, 2020). Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur belum menyajikan data prevalensi anemia ibu hamil secara spesifik. Namun demikian, laporan tersebut menunjukkan adanya tantangan dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan ibu hamil, termasuk cakupan kunjungan antenatal dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Hal ini mengindikasikan bahwa upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil masih perlu ditingkatkan. Selama proses kehamilan, diperlukan asupan zat besi dan protein tambahan untuk meningkatkan jumlah sel darah merah dan untuk membentuk sel darah merah janin dan plasenta (Rahayu & Suryani, 2018). Suplementasi besi atau pemberian tablet Fe merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan menanggulangi anemia, khususnya anemia kekurangan besi (Astriana, 2017).

Pengetahuan ibu mengenai gizi selama kehamilan dapat memengaruhi kemampuan dalam memilih dan mengonsumsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi. Pengetahuan yang baik diharapkan dapat mendorong perilaku konsumsi makanan yang lebih baik, termasuk pemenuhan protein dan zat besi. (Nurhidayati, A. & Ernawati, E. (2016). Pengetahuan tentang anemia pada masa kehamilan sangat penting bagi ibu hamil karena pengetahuan merupakan hal yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu hamil dalam menjaga pola makan sehari-hari sehingga dapat mencegah terjadinya anemia apada masa kehamilan (Chandra, dkk. 2019). Kurangnya pengetahuan tentang masalah anemia pada ibu hamil akan mempengaruhi perilaku kesehatan selama kehamilan yang mengakibatkan kurang optimalnya perilaku pencegahan anemia pada kehamilan, semakin rendah pengetahuan ibu hamil, semakin kurang rutin setiap hari atau rendahnya konsumsi zat besi (Shofiana at al., 2018).

Protein memiliki peran penting dalam tubuh, termasuk dalam pembentukan dan pemeliharaan jaringan serta mendukung proses transportasi zat besi. (Ghiffari, A. F., et al. (2021). Sementara itu, zat besi merupakan mineral yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin. Kekurangan asupan zat besi dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dan meningkatkan risiko anemia. (WHO, 2024). Berdasarkan data yang digunakan dalam penelitian ini, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat. Di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu Kabupaten Timor Tengah Selatan, dari 170 ibu hamil yang dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin pada tahun 2025, ditemukan 115 ibu hamil dengan kadar hemoglobin

di bawah nilai normal atau sebesar 67,6%. (Data Laporan Bulanan Puskesmas Kuanfatu, 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan di tingkat lokal. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi protein dan zat besi dengan status anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu Kabupaten Timor Tengah Selatan.

METODE

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini yakni observasional dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini akan menggunakan rancangan *cross sectional* yaitu suatu rancangan penelitian di mana pengukuran atau pengamatan terhadap variabel independen tingkat pengetahuan, pola konsumsi protein dan zat besi dan variabel dependen status anemia ibu hamil dilakukan dalam waktu yang bersamaan atau sekali waktu (Notoatmodjo, 2017).

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu, Kabupaten Timor Tengah Selatan, pada April–Mei 2026. Desain penelitian dilakukan dengan mengukur variabel independen dan variabel dependen pada waktu yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu sebanyak 170 orang. Penentuan sampel penelitian berdasarkan rumus slovin dengan tingkat presisi 10 % berjumlah 63 ibu hamil. Sampel dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan teknik *proportional random sampling*. Kriteria inklusi meliputi ibu hamil trimester I, II, dan III yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu, bersedia menjadi sampel dan menandatangani *informed consent*, bersedia melakukan pemeriksaan hemoglobin, serta tidak sedang mengalami sakit pada saat penelitian sedangkan kriteria eksklusi yaitu tidak hadir saat penelitian dan ibu hamil yang tidak terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi protein, dan tingkat konsumsi zat besi, sedangkan variabel dependen adalah status anemia ibu hamil. Data tingkat pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner dan data konsumsi protein dan zat besi diperoleh menggunakan metode recall makanan 24 jam. Data kemudian dianalisis menggunakan aplikasi *Nutrisurvey* untuk mengetahui tingkat kecukupan zat gizi. Status anemia ditentukan berdasarkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin. Analisis data terdiri atas analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$.

PEMBAHASAN

Karakteristik Sampel

Karakteristik sampel dalam penelitian meliputi usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan trimester kehamilan. Sebagian besar sampel berada pada kelompok usia 26–35 tahun, tingkat pendidikan SMA, serta berada pada trimester III.

Hubungan Tingkat Pengetahuan, Konsumsi Protein, Konsumsi Zat Besi, dan Status Anemia

Sebagian besar ibu hamil memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup sebanyak 32 orang (50,8%), diikuti kategori baik sebanyak 18 orang (28,6%) dan kategori kurang sebanyak 13 orang (20,6%). Tingkat konsumsi protein sebagian besar berada pada kategori baik sebanyak 38 orang (60,3%). Sementara itu, tingkat konsumsi zat besi paling banyak berada pada kategori kurang sebanyak 24 orang (38,1%), diikuti kategori baik sebanyak 22 orang (34,9%) dan kategori cukup sebanyak 17 orang (27,0%). Berdasarkan pemeriksaan kadar hemoglobin, sebanyak 38 orang (60,3%) tidak mengalami anemia dan sebanyak 25 orang (39,7%) mengalami anemia.

Tabel 1. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Protein

Tingkat Pengetahuan	Konsumsi Protein Baik (n)	Konsumsi Protein Cukup (n)	Konsumsi Protein Kurang (n)	Total	%	p-value
Baik	11	7	0	18	28,6	0,440
Cukup	19	8	5	32	50,8	
Kurang	8	4	1	13	20,6	
Total	38	19	6	63	100	

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p=0,440$ ($p>0,05$). Dengan demikian, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi protein pada ibu hamil.

Tabel 2. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Konsumsi Zat Besi

Tingkat Pengetahuan	Konsumsi Zat Besi Baik (n)	Konsumsi Zat Besi Cukup (n)	Konsumsi Zat Besi Kurang (n)	Total	%	p-value
Baik	11	6	1	18	28,6	0,004
Cukup	10	8	14	32	50,8	
Kurang	1	3	9	13	20,6	
Total	22	17	24	63	100	

Hasil penelitian menunjukkan nilai $p=0,004$ ($p<0,05$). Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi zat besi pada ibu hamil.

Tabel 3. Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dengan Status Anemia

Tingkat Konsumsi Protein	Anemia	Tidak Anemia	Total	%	p-value
Baik	16	22	38	60,3	0,189
Cukup	5	14	19	30,2	
Kurang	4	2	6	9,5	
Total	25	38	63	100	

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p=0,189$ ($p>0,05$), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi protein dengan status anemia pada ibu hamil. Pada kelompok dengan konsumsi protein baik, terdapat 16 ibu hamil yang mengalami anemia dan 22 yang tidak mengalami anemia.

Tabel 4. Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Status Anemia

Tingkat Konsumsi Zat Besi	Anemia	Tidak Anemia	Total	%	p-value
Baik	0	22	22	34,9	0,001
Cukup	6	11	17	27,0	
Kurang	19	5	24	38,1	
Total	25	38	63	100	

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi zat besi dengan status anemia pada ibu hamil.

Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil berada pada usia 26–35 tahun dan berpendidikan SMA. Usia tersebut merupakan usia reproduktif yang matang sehingga secara umum ibu telah memiliki kesiapan fisik dan psikologis dalam menjalani kehamilan. Pendidikan juga dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam menerima dan menerapkan informasi kesehatan, termasuk pemenuhan kebutuhan protein dan zat besi. Semakin tinggi pendidikan, semakin baik pemahaman ibu mengenai pemenuhan gizi selama kehamilan (Purwaningrum, 2019). Sebagian besar responden berada pada trimester III (49,2%), yaitu periode ketika kebutuhan zat besi meningkat seiring pertumbuhan janin dan peningkatan volume darah ibu. Kondisi ini sejalan dengan Deper et al. (2022) dan Sari dan Romlah (2019) yang menyatakan bahwa ibu hamil trimester III lebih rentan mengalami anemia akibat meningkatnya kebutuhan zat besi.

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan gizi kategori cukup (50,8%), konsumsi protein kategori baik (60,3%), dan kadar Hb normal (60,3%). Meskipun demikian, anemia masih ditemukan pada 39,7% responden. Semakin tinggi pengetahuan seorang ibu terhadap kebutuhan selama kehamilan semakin kecil kemungkinan terjadinya anemia, sebaliknya semakin kecil pengetahuan seorang ibu terhadap anemia akan semakin besar kemungkinan terjadinya anemia pada saat kehamilan (Refniati, 2019).

Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan dan konsumsi protein yang baik belum sepenuhnya menjamin terhindarnya ibu dari anemia karena kejadian anemia dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kecukupan zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah. Kemenkes (2018) menekankan pentingnya suplementasi zat besi pada ibu hamil untuk mencegah anemia defisiensi besi dan menurunkan risiko komplikasi akibat perdarahan.

Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan konsumsi protein ($p=0,440$). Ibu dengan pengetahuan yang baik belum tentu memiliki konsumsi protein yang baik karena praktik makan juga dipengaruhi kondisi sosial ekonomi, daya beli, ketersediaan pangan, kebiasaan makan, budaya, serta keluhan mual dan muntah. Temuan ini sejalan dengan Handayani, Tri Mustikowati, dan Sari (2020) yang menyatakan bahwa pemenuhan zat gizi makro dipengaruhi kondisi sosial ekonomi, keragaman pangan, dan pola konsumsi. Prautami (2020) juga menjelaskan bahwa pengetahuan gizi merupakan faktor pendukung perilaku makan, tetapi tidak selalu diikuti praktik konsumsi yang baik karena adanya pengaruh ekonomi, lingkungan, dan akses terhadap pangan bergizi.

Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan konsumsi zat besi ($p=0,004$). Responden dengan pengetahuan baik cenderung memiliki konsumsi zat besi yang lebih baik, sedangkan responden dengan pengetahuan kurang lebih banyak berada pada kategori konsumsi zat besi kurang. Hal ini kemungkinan berkaitan dengan edukasi di puskesmas yang menekankan pentingnya tablet tambah darah, makanan sumber zat besi, dan pencegahan anemia. Temuan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dapat lebih mudah diterapkan pada konsumsi zat besi dibandingkan konsumsi protein karena konsumsi protein lebih dipengaruhi faktor ekonomi, ketersediaan pangan, kebiasaan, dan preferensi makanan.

Hasil penelitian juga menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi protein dengan status anemia ($p=0,189$). Meskipun protein berperan dalam pembentukan globin dan sel darah merah, anemia merupakan kondisi multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi asupan protein, tetapi juga kecukupan zat besi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, penyerapan zat besi, infeksi, status gizi sebelum kehamilan, serta kecukupan asam folat dan vitamin B12. Hasil ini sejalan dengan Handayani, Tri Mustikowati, dan Sari (2020) bahwa konsumsi protein dipengaruhi oleh faktor ekonomi, kebiasaan makan, daya beli, serta keluhan mual dan muntah. Oleh karena itu, pencegahan

anemia tidak cukup hanya dengan meningkatkan konsumsi protein, tetapi perlu memperhatikan pemenuhan zat gizi secara seimbang dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

Selanjutnya, terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi zat besi dengan status anemia ($p=0,001$). Ibu hamil dengan konsumsi zat besi yang kurang memiliki risiko anemia lebih besar karena zat besi merupakan komponen utama pembentukan hemoglobin. Namun, status anemia tetap dapat dipengaruhi faktor lain, seperti kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, penyerapan zat besi, usia kehamilan, infeksi, status gizi sebelum kehamilan, serta kecukupan asam folat, vitamin B12, dan vitamin C. Hasil ini sejalan dengan Shilhah et al. (2023) yang melaporkan bahwa asupan zat besi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah berhubungan dengan kadar hemoglobin ibu hamil. Dengan demikian, pencegahan anemia perlu dilakukan secara komprehensif melalui peningkatan konsumsi pangan sumber zat besi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, dan edukasi gizi berkelanjutan.

KESIMPULAN

Sebagian besar ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuanfatu memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup, tingkat konsumsi protein kategori baik, tingkat konsumsi zat besi kategori kurang, dan tidak mengalami anemia. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi protein serta antara tingkat konsumsi protein dengan status anemia. Sebaliknya, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat konsumsi zat besi dan antara tingkat konsumsi zat besi dengan status anemia pada ibu hamil.

Puskesmas Kuanfatu diharapkan dapat meningkatkan edukasi dan konseling gizi kepada ibu hamil, khususnya mengenai pentingnya konsumsi pangan sumber zat besi dan kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah. Pemantauan status anemia dan konsumsi zat gizi selama kehamilan juga perlu dilakukan secara berkelanjutan. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor lain yang berpotensi berhubungan dengan anemia, seperti kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, pola makan, penyakit infeksi, dan kondisi sosial ekonomi.

DAFTAR PUSTAKA

- Antini, A., & Trisnawati, I. (2025). Hubungan pengetahuan, pola konsumsi dan pemanfaatan sayuran hijau terhadap anemia pada ibu hamil. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 17(1), 221–234. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2495>
- Astriana, W. (2017). Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 123–130. <https://doi.org/10.30604/jika.v2i2.57>
- Chandra, F., Junita, D., & Fatmawati, T. Y. (2019). Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu hamil dengan status anemia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(4), 653–659. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i04.398>
- Chandra, F., Junita, D., & Fatmawati, T. Y. (2019). Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu hamil dengan status anemia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(4), 653–659. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i04.398>
- Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur. (2019). *Profil kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur tahun 2018*.
- Ghiffari, E. M., Harna, H., Angkasa, D., Wahyuni, Y., & Purwara, L. (2021). Kecukupan gizi, pengetahuan, dan anemia ibu hamil. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(1), 10–23. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v5i1.186>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Ibu Hamil*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam angka*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Khatimah, H., Setiawati, D., & Haruna, N. (2022). Hubungan faktor risiko kejadian anemia pada ibu hamil trimester ketiga. *UMI Medical Journal*, 7(1), 10–19. <https://doi.org/10.33096/umj.v7i1.152>
- Nona, H., Utami, N. W., & Widiani, E. (2018). Hubungan pengetahuan tentang nutrisi ibu hamil dengan perilaku pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil di Puskesmas Dinoyo Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(2). <https://doi.org/10.33366/mn.v3i2.1112>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prautami, E. S. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil mengenai status gizi selama kehamilan. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 10(20). <https://doi.org/10.52047/jkp.v10i20.74>
- Purwaningrum, Y. (2019). Pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan kejadian anemia selama kehamilan. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 88–93. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v5i2.52>
- Sari, A. P., & Romlah. (2019). Faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 334–343. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i2.982>
- Sari, H. K., Handayani, & Mustikowati, T. (2020). Hubungan asupan gizi pada ibu hamil terhadap keluhan kehamilan. *Binawan Student Journal*, 2(1), 200–204. <https://doi.org/10.54771/bsj.v2i1.108>
- Shilhah, S. Y., Permadi, M. R., Elisanti, A. D., Susindra, Y., & Jannah, M. (2023). Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, asupan zat besi dan vitamin C, dan kadar hemoglobin ibu hamil di Puskesmas Panceng. *HARENA: Jurnal Gizi*, 4(1), 10–17. <https://doi.org/10.25047/harena.v4i1.4518>
- Shofiana, F. I., Widari, D., & Sumarmi, S. (2018). Pengaruh usia, pendidikan, dan pengetahuan terhadap konsumsi tablet tambah darah pada ibu hamil di Puskesmas Maron, Kabupaten Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 2(4), 356–363. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i4.2018.356-363>
- UPT Puskesmas Kuanfatu. (2025). *Laporan bulanan Puskesmas Kuanfatu tahun 2025*
- World Health Organization. (2024). *Daily iron and folic acid supplementation during pregnancy*. Geneva: World Health Organization.