



Journal of Midwifery Information (JoMI)

Pengurus Cabang Ikatan Bidan Indonesia Kota Tasikmalaya

ISSN: [2747-0148](#) (Printed); [2747-0822](#) (Online)

Journal Homepage: <http://https://jurnal.ibikotatasikmalaya.or.id/index.php/jomi>

Pengaruh Pola Makan Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tinewati Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat 2022

Pipih Sopiha¹, Dr. Rukmaini², Anni Suciawati³

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

³Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

*e-mail co author: pipihsopiha496@gmail.com

No Kontak (HP) : 085777162276

Info Artikel

Artikel Diterima 21-09-2022

Artikel Direvisi 28-09-2022

Artikel Dipublikasi 30-09-2022

Keywords:

diet
anemia
pregnant
women

Abstract

Pregnancy is a very important period for the formation of the quality of human resources in the future, because the growth and development of children will be largely determined by the conditions at the time the fetus is in the womb. This is related to nutritional problems in pregnant women. One of the nutritional disorders that is still often found and is a major nutritional problem in Indonesia is anemia. To determine the effect of diet on anemia in pregnant women in the Tinewati Health Center Work Area, Singaparna District, Tasikmalaya Regency, West Java in 2022. This study used an observational research type with a crosssectional design. The sample in this study was 61 respondents, all pregnant women. Sampling was conducted by the incidental technique. The research instrument was a food record format which will be processed into the nutrisurvey application, and analyzed into the level of RDA consumption. Data were analyzed using univariate and bivariate with chi square statistical test. The results of the univariate analysis of pregnant women who were not anemic was 65.6%, and pregnant women who were anemic was 34.4%. Pregnant women who had a good diet were 42.6%, a moderate diet were 27.9%, poor diet were 16.4% and a deficit eating pattern were 13.1%. The results of the bivariate analysis showed that the p-value = 0.000, so that the comparison results were 0.000 < 0.05. Most pregnant women have a good diet, most pregnant women are not anemic, there is an influence of diet with the incidence of anemia in pregnant women. It is hoped that pregnant women can improve their diet to prevent anemia.

Kata kunci:
Pola makan
Anemia
Ibu Hamil

Abstrak

Masa kehamilan merupakan periode yang sangat penting bagi pembentukan kualitas sumber daya manusia dimasa yang akan datang, karena tumbuh kembang anak akan sangat ditentukan oleh kondisi pada saat janin dalam kandungan. Hal tersebut berkaitan dengan masalah gizi pada ibu hamil. Salah satu penyakit gangguan gizi yang masih sering ditemukan dan merupakan masalah gizi utama di Indonesia adalah anemia. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pola makan terhadap anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tinewati Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat Tahun 2022. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional dengan desain crosssectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 61 responden seluruh ibu hamil. Pengambilan sampel menggunakan teknik isidental. Instrumen penelitiannya format food record yang nantinya di olah ke aplikasi nutrisurvey, dan dilakukan analisis kedalam tingkat konsumsi AKG. Data dianalisis menggunakan univariat dan bivariat dengan uji statistic chi square. Hasil analisis univariat ibu hamil sebagian besar ibu hamil tidak anemia yaitu 65,6% dan ibu hamil yang anemia 34,4%. ibu hamil yang memiliki pola makan baik sebanyak 42,6%, pola makan sedang 27,9%, pola makan kurang 16,4% dan pola makan defisit 13,1%. Hasil analisis bivariat diketahui nilai p-value = 0,000, sehingga diperoleh hasil perbandingan $0,000 < 0,05$. Kesimpulan dari penelitian bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki pola makan yang sudah baik, sebagian besar ibu hamil mengalami tidak anemia, adanya pengaruh pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Diharapkan ibu hamil dapat memperbaiki pola makan untuk mencegah terjadinya anemia.

PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan periode yang sangat penting bagi pembentukan kualitas sumber daya manusia dimasa yang akan datang, karena tumbuh kembang anak akan sangat ditentukan oleh kondisi pada saat janin dalam kandungan. Selanjutnya berat lahir yang normal menjadi titik awal yang baik bagi proses tumbuh kembang pasca lahir. Hal tersebut berkaitan dengan masalah gizi pada ibu hamil. Salah satu penyakit gangguan gizi yang masih sering ditemukan dan merupakan masalah gizi utama di Indonesia adalah anemia (Titi Yuliani, 2018). Berdasarkan Sri M (2019) yang di kemukakan oleh Indah K (2016) bahwa anemia adalah kekurangan zat gizi yang ditandai oleh gangguan dalam sintesis dan penurunan kadar hemoglobin darah dibawah normal. Ibu hamil termasuk kelompok rawan terhadap kekurangan gizi. Ketidakmampuan dalam memenuhi kebutuhan intake zat gizi pada masa kehamilan akan menyebabkan kurang energi kronis (KEK) dan anemia serta meningkatkan risiko kesakitan bahkan kematian pada ibu hamil (Sri M, et al 2019).

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama bagi kelompok wanita usia reproduksi (WUS). Menurut WHO secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8 %. Salah satu penyebab anemia pada kehamilan yaitu paritas dan umur ibu. Anemia pada wanita usia subur (WUS) dapat menimbulkan kelelahan, badan lemah, penurunan kapasitas/kemampuan atau produktifitas kerja. Penyebab paling umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi, asam folat, dan perdarahan akut dapat terjadi karena interaksi antara keduanya (Noverstiti, 2012).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 %. Sedangkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48.9% dengan hal ini bahwa anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan. Sedangkan pada pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 85 %. Sedangkan pada tahun 2018 ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah sebesar 73,2%. Maka dengan hal ini bahwa pemberian tablet tambah darah pada

ibu hamil ini mengalami penurunan pada tahun 2015 ke tahun 2018. Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut data Puskesmas Tinewati kejadian anemia pada ibu hamil pada tahun 2021 berjumlah 123 orang dari jumlah sasaran ibu hamil pada tahun 2021 sebanyak 541 orang.

Menurut Handayani (2016) faktor yang berhubungan dengan dengan kejadian anemia pada ibu hamil selain konsumsi Fe, status gizi dan pengetahuan juga paritas. Ibu hamil juga dianjurkan untuk mengonsumsi beragam makanan yang diolah dari empat jenis pokok makanan, yaitu: beras atau alternatif penggantinya, buah-buahan, sayur-mayur, dan daging atau alternatif penggantinya. Makanan yang dikonsumsi setiap harinya haruslah terdiri dari empat macam panganan ini. Hal ini disebabkan karena masing-masing golongan makanan ini mengandung nutrisi yang berbeda-beda, contohnya: daging serta alternatif penggantinya mengandung protein, namun tidak mengandung vitamin C yang sangat dibutuhkan oleh tubuh. Dengan jeli memilih variasi makanan yang dibutuhkan maka kita dapat memastikan jika makanan yang kita konsumsi mengandung nutrisi yang seimbang (Keisnawati dkk, 2015). Jika pola makan seimbang ini tidak terpenuhi, maka cenderung mengakibatkan anemia saat kehamilannya. Saat hamil seorang ibu memerlukan gizi seimbang lebih banyak daripada sebelum hamil baik sumber kalori (karbohidrat dan lemak), proteion, asam folat, VIT B12, zat besi, zat seng, kalsium, vitamin C, vitamin A, vitamin D, vitamin B6, vitamin E, termasuk pemenuhan kandungan nutrisi yang dibutuhkan bagi janin diantaranya DHA, gangliosida (GA), asam folat, zat besi, EFA, FE, dan kolin. (Kemenkes, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tinewati Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2021 bahwa diperoleh data berupa jumlah ibu hamil pada tahun 2021 yaitu 541 orang. Dari jumlah tersebut terdapat ibu hamil yang anemia sebanyak 123 orang. Berdasarkan survey awal di wilayah Kerja Puskesmas Tinewati pada tanggal 8 Januari 2022 terhadap ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Tinewati 5 orang dengan kadar Hb < 11 gr/dl. Penulis melakukan wawancara mengenai pola makanan yang dikonsumsi, ibu hamil tersebut mengatakan bahwa pola makannya tidak teratur dan menu makanan yang disajikan pun seadanya.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Pola Makan Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tinewati Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat Tahun 2022".

METODE

Jenis penelitian ini adalah observasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola makan terhadap anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tinewati Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmlalaya Jawa Barat Tahun 2022. Rancangan penelitian ini menggunakan crosssectional (belah lintang) karena data penelitian (variabel independent dan variabel dependdent) dilakukan pengukuran pada waktu yang sama/sesaat. Berdasarkan pengolahan data yang digunakan, penelitian ini tergolong penelitian kuantitatif (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini menggunakan lembar food record dan aplikasi nutrisurvey.

Populasi adalah wilayah yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Populasi didalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yaitu sebanyak 154 orang yang berada di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tinewati Pada bulan Januari 2022.

Teknik sampel yang digunakan pada penelitian adalah teknik isidental yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja secara kebetulan/insidental bertemu 37 dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan

ditemui itu cocok dengan sumber data (Sugiyono, 2018). Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tinewati Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Jawab Barat Pada Tahun 2022. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Januari Tahun 2022 sampai dengan bulan Februari Tahun 2022. Variabel bebas (variabel independen) didalam penelitian ini adalah pola makan, sedangkan variabel terikat (variabel dependen) didalam penelitian ini adalah mengenai anemia pada ibu hamil.

Instrumen yang digunakan yaitu lembar survey konsumsi pangan menggunakan metode estimated food record merupakan lembar untuk penilaian status gizi, yang di koversikan kedalam aplikasi nutrisurvey dan dilakukan penghitungan dengan menggunakan rumus Angka kecukupan Gizi Individu serta persentase tingkat konsumsi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian secara dekriptif dapat dijabarkan responden yang memiliki pola makan baik 42,6%, yang memiliki pola makan sedang 27,9%, yang memiliki pola makan kurang 16,4% dan yang memiliki pola makan defisit 13,1%. Dari hasil ini menggambarkan ternyata pola makan pada ibu hamil ini masih kurang.

Keanekaragaman makanan dalam jumlah dan proporsi yang sesuai dapat diketahui dari susunan makanan yang seimbang, sehingga memenuhi kebutuhan gizi seseorang untuk pertumbuhan, perkembangan dan proses kehidupan. Sumber gizi utama yang saling melengkapi yaitu karbohidrat, protein dan lemak (Bakti, 2014).

Hasil distribusi frekuensi dengan pola makan sedang 27,9%, dimana berdasarkan hasil dari lembar food record yang didapatkan bahwa responden pola makannya sudah bervariasi, namun responden didalam porsi makannya belum konsisten kadang makan sehari 2 kali namun banyak nyemil. Berdasarkan Depkes (2014) bahwa frekuensi makan merupakan gambaran berapa kali makan dalam sehari yang meliputi makan pagi, makan siang, makan malam, dan makan selingan.

Hasil distribusi frekuensi dengan pola makan kurang yaitu 16,4%, dimana berdasarkan hasil dari lembar food record bahwa responden yang memiliki pola makan sedang ini hanya makan pokok sehari 3kali, dan makanan cemilan sehat seperti buah-buahan sehari hanya 1 potong, serta tidak mengkonsumsi susu kehamilan. Makan buah dan sayur memberikan sumbangan vitamin dan mineral yang penting untuk kelancaran fungsi tubuh, menjaga imunitas, dan tentunya juga menjaga tubuh tetap sehat bebas anemia. Kondisi ini memperlihatkan konsumsi harian kita masih belum bergizi seimbang.

Hasil distribusi pola makan kurang dan defisit, dari hasil observasi peneliti ibu hamil ini hanya mengkonsumsi karbohidrat saja, kurang mengkonsumsi sayuran dan juga buah-buahan, serta makanan yang tidak beragam. Pada ibu hamil yang mengalami pola makan secara defisit hanya mengkonsumsi nasi saja sehari 3 kali, tidak mengkonsumsi makanan tambahan. Pola makan kurang dan defisit ini mayoritas ibu hamil banyak memilih-milih makanan, tidak menyukai makanan yang berbau amis seperti ikan, serta memilih-milih didalam mengkonsumsi buah-buahan seperti tidak menyukai buah pisang.

Maka berdasarkan hasil distribusi frekuensi dengan pola makan baik dan sedang lebih besar di bandingkan dengan pola makan kurang dan defisit. Berdasarkan hasil observasi peneliti pada saat melakukan penelitian, banyak ibu hamil yang kurang mengetahui tentang makanan apa saja yang dianjurkan untuk dimakan dan dihindari selama kehamilan. Dari hasil

pola makan yang baik dan sedang ini ibu hamil memiliki pola makan yang beragam setiap harinya. sehingga kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, vitamin, protein, mineral, serat dan air pun terpenuhi.

Hasil pengukuran pola konsumsi makanan responden yang menggunakan format food record ini menunjukkan bahwa tingkat asupan makanan sangat beragam. Rata-rata responden ini lebih banyak mengkonsumsi makanan yang ada di lingkungan sekitar mereka. Pada pagi hari rata-rata responden mengkonsumsi makanan karbohidrat dan lemak seperti nasi, bubur, bakwan, goreng singkong. Sedangkan pada siang hari responden rata-rata mengkonsumsi mie baso, nasi, ikan, tahu, tempe, dan lalapan. Sedangkan pada malam hari rata-rata responden mengkonsumsi makanan yang sangat beragam sehingga terbilang mengkonsumsi makanan yang berat seperti nasi, ikan, tahu, tempe, sayur sop, namun sebagian besar menu nya sama dengan menu makan siang. Jumlah dan jenis zat gizi yang terkandung didalam tiap jenis bahan makanan ini berbeda-beda.

Menurut manuaba (2010) menyatakan pola makan sehat pada ibu hamil adalah makanan yang di konsumsi oleh ibu hamil harus memiliki jumlah kalori dan zat-zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat, air. Berdasarkan teori Fathonah (2016), bahwa pola makan buruk seperti telat makan, konsumsi yang mengandung lemak dan kolesterol tinggi, kurang minum air putih, dan lain-lain dapat menurunkan daya tahan tubuh. Pada ibu hamil terdapat penambahan kebutuhan zat gizi di setiap trimester, agar mencapai gizi seimbang maka setiap ibu hamil diharapkan mengkonsumsi minimal satu jenis makanan yang bersumber dari bahan makanan karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran dan buah-buahan, selain itu jumlah makanan disesuaikan dengan kebutuhan ibu hamil.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pola Makan Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tinewati Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat Tahun 2022.

| Pola Makan | Frekuensi (f) | Presentase (%) |
|-------------------|----------------------|-----------------------|
| Baik | 26 | 42,6 |
| Sedang | 17 | 27,9 |
| Kurang | 10 | 16,4 |
| Defisit | 8 | 13,1 |
| Total | 61 | 100 |

Berdasarkan hasil tabel 4.1 diketahui bahwa dari 61 responden, ibu hamil yang memiliki pola makan baik sebanyak 26 (42,6%), yang memiliki pola makan sedang sebanyak 17 (27,9%), yang memiliki pola makan kurang sebanyak 10 (16,4%) dan yang memiliki pola makan defisit sebanyak 8 (13,1%)

Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia

Hasil penelitian saat ini, responden yang tidak anemia sebanyak 65,6% dan ibu hamil yang anemia sebanyak 34,4%. Pengklasifikasi anemia ini menggunakan klasifikasi anemia dalam kehamilan menurut Manuaba (2012), yaitu jika haemoglobin ibu hamil ≥ 11 gr/dl maka tidak anemia, sedangkan jika haemoglobin < 11 gr/dl maka sudah termasuk kedalam kejadian anemia.

Berdasarkan hasil format food record yang di isi langsung oleh responden sebagian besar responden mengkonsumsi tahu, tempe sebagai lauk hampir setiap harinya, dimana tahu dan tempe yang berbahan dasar kedelai merupakan salah satu bahan makanan yang mengandung fitat dan merupakan zat yang menghambat penyerapan zat besi. Selain itu juga

terdapat beberapa ibu hamil yang mengkonsumsi teh dan kopi meskipun tidak setiap hari. Kopi dan teh ini mengandung tanin yang mampu menghambat zat besi dan makanan lain.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Chaeril (2017) ibu hamil sebagian besar tidak mengalami anemia 64,9% dan yang mengalami anemia sebanyak 30,6%. Saifudin (2012) mengungkapkan penyebab terjadinya anemia yaitu selama kehamilan terjadi peningkatan volume darah (hypervolemia). Hypervolemia ini merupakan hasil dari peningkatan volume plasma dan eritrosit (sel darah merah) yang beredar dalam tubuh. Tetapi peningkatan ini tidak seimbang yaitu volume plasma peningkatannya jauh lebih besar sehingga memberikan efek yaitu konsentrasi haemoglobin berkurang dari 12 mg/ 10 mg.

Berdasarkan hasil penelitian Fitri (2016) bahwa pola makan berpengaruh terhadap kejadian anemia. Kejadian anemia terjadi karena responden kurang beragam dalam mengkonsumsi sayuran, daging, dan makanan yang mengandung zat besi lainnya.

Tabel 2. Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tinewati Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat Tahun 2022

| Pola Makan | Anemia Pada Ibu Hamil | | | | | | p-value | Odd Ratio |
|---------------|-----------------------|-------------|-----------|-------------|-----------|------------|---------|-----------|
| | Tidak Anemia | | Anemia | | Jumlah | | | |
| | F | % | F | % | N | % | | |
| Baik | 25 | 96,2 | 1 | 3,8 | 26 | 100 | 0,000 | 8,661 |
| Sedang | 12 | 70,6 | 5 | 29,4 | 17 | 100 | | |
| Kurang | 3 | 30 | 7 | 70 | 10 | 100 | | |
| Defisit | 0 | 0 | 8 | 100 | 8 | 100 | | |
| Jumlah | 40 | 65.6 | 21 | 34,3 | 61 | 100 | | |

Berdasarkan hasil Tabel 4.3 diketahui bahwa dari 61 responden, ibu hamil yang tidak anemia dengan pola makan baik sebanyak 25 (96.2%) sementara yang anemia sebanyak 1 (3,8%). Untuk ibu hamil yang tidak anemia dengan pola makan sedang sebanyak 12 (70,6%) sementara yang anemia sebanyak 5 (29.4%). Untuk ibu hamil yang tidak anemia dengan pola makan kurang sebanyak 3 (30%) sementara yang anemia sebanyak 7 (70%) dan untuk defisit tidak ditemukan pada ibu hamil yang tidak anemia dengan pola makan defisit namun terdapat 8 (100%) orang ibu hamil yang anemia dengan pola makan defisit.

Dari hasil uji statistik dengan menggunakan analisis perhitungan Chi Square diperoleh nilai p-value = 0,000 dimana nilai tersebut akan dibandingkan dengan nilai $\alpha = 0,05$ sehingga diperoleh hasil perbandingan $0,000 < 0,05$ atau dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan anemia pada ibu hamil. Untuk hasil analisis data diperoleh nilai Odd Ratio sebesar 8,661 yang berarti bahwa pola makan mempengaruhi anemia pada ibu hamil sebesar 8,661 kali atau peluang ibu hamil yang memiliki pola makan baik tidak akan mengalami anemia sebesar 8,661 dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki pola makan sedang.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : 5.1.1 Terdapat responden yang pola makan baik sebanyak 26 (42,6%), responden yang pola makan sedang sebanyak 17 (27,9%), responden yang pola makan kurang sebanyak 10 (16,4%) dan responden yang pola makan defisit sebanyak 8 (13,1%). 5.1.2 Terdapat ibu hamil yang tidak anemia sebanyak 40 (65,6%)responden , dan ibu hamil yang anemia 21 (34,3%) responden. 5.1.3 Hasil penelitian ini memperlihatkan adanya pengaruh pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tinewati Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat Tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

1. Alamatsier, S (2018) Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta : PT. Gramedia pustaka Utama
2. Astuti, R. Y., & Ertiana, D. (2018). Anemia dalam Kehamilan. Pustaka Abadi.
3. Chaaeril, A. R., Hidayat, A. (2017) Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Jetis Kota Yogyakarta. Naskah Publikasi
4. Danielewicz, H., at al., (2017). Diet in pregnancy: more than food. Eur J Pediatr 5(1)
5. Devinia, N., Jasmawati, J., & Setiadi, R. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Status Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil SYSTEMATIC REVIEW.
6. Ertiani, D., & Astutik, R. Y. (2016). Adanya Anemia Pada Kehamilan Trimester II dapat Mengakibatkan Tidak Normalnya Berat Badan Bayi Lahir di Wilayah Kerja Puskesmas Bendo, Kabupaten Kediri. Jurnal Sain Med, 8(2), 124-129.
7. Fathonah, S. (2016). Gizi & Kesehatan Untuk Ibu Hamil. Semarang: Erlangga.
8. Gozali, W. (2018). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III. International Journal Of Natural Sciences and Engineering. 2(3) , 117-121.
9. Handayani Sri. (2016). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Sambuta. Mahakam Midwifery Journal 2(1)
10. Himadi, A. 2012, Gambaran Pola Makan dan Status Hemoglobin Ibu Hamil di Puskesmas Kaluku Bodoa Kota Makassar S1 Undergraduate, Universitas Hasanuddin.
11. Keisnawati., Yanti, D. A, M., Sulistianingsih, A . (2015). Faktor-faktor Terjadinya Anemia pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Tahun 2015. Stikes Peringsewu Lampung.
12. Kementrian Kesehatan RI. (2015). Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta: Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.
13. Manuaba IB. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluara Berencana. Jakarta: EGC; 2012.
14. Mardalena , I (2017) . Dasar-dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
15. Mariana, D., Wulandari, D., & Padila, P. (2018) Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas. Jurnal Keperawatan Silampari, 1(2), 108-122.
16. Meihartati, T., Widia, L, & Lestari, D.A (2017). Hubungan antara Status Gizi Ibu Hamil dengan Kejadian Anemia. J. Darul Azhar, 3, 64-70.
17. Mousa, A., Naqash, A., Lim, S. (2019). Macronutrient and micronutrient intake during pregnancy: an overview of recent evidence. Nutrients Journal, Vol.11 (3), 19-27.
18. Nindya, Susila, T. 2012, PSG Dietetik Individu. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Airlangga, Surabaya.
19. Notoatmodjo a (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
20. Notoatmodjo,b (2012). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta:Rineka Cipta.
21. Noverstiti, E. (2012). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang Tahun 2012. STIKES Peringsewu Lampung.
22. Nugroho, K. P., Merdekawati, W., & Hekakaya, J. M. (2017). Hubungan Perilaku Makan dan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kabupaten Fakfak Papua Barat. Journal of Health, 4(2) , 92- 99.
23. Pebrina, M., Fernando, F., & Fransiska, D. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. Jurnal Kesehatan Medika Saintika, 12(1), 152-158.
24. Pertiwi, A. S. (2013). Hubungan antara Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar. Naskah Publikasi
25. Purwaningtyas, M. L., & Prameswari, G. N. (2017). Faktor kejadian anemia pada ibu hamil. HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development), 1(3), 43-54.

26. Riskesdas. (2013). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2013.
27. Soetjoningih (2015). Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu.
28. Sri Mulyaningsih, Sukarni A. Ismail dkk. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. 8(1). Jurnal Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Gorontalo.
29. Sulfianti, S. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Anemia pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Ajangale. Bina Generasi: Jurnal Kesehatan, 13(1), 39-49. Syamsiyah, L. (2019). Upaya Ibu Mengatasi Anemia pada Kehamilan (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
30. Titi Yuliani. Hubungan Pola Makan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Dalam Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama. Jurnal Gizi, 2018, 2(1) : Politeknik Kesehatan Kendari.
31. Yanti, D. A. M., & Sulistianingsih, A. (2015). Faktor-Faktor Terjadinya Anemia Pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Pringsewu Lampung. Jurnal Keperawatan, 6(2).
32. Yulia Ika, (2017) Hubungan Asupan Protein dan Status Gizi Dengan Kadar Haemoglobin Ibu Hamil di Desa Demakan Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo