

Optimalisasi pengetahuan ibu hamil tentang anemia kehamilan dan pemanfaatan sari kacang kedelai untuk mencegah anemia kehamilan

Erma Retnaningtyas¹, Salimah M Lahamini², Dwi Muryanti³, Dwi Erlis⁴, Ritha Nurmiany⁵, Siti Sawiyah⁶ Indah Puspita sari⁷, Ririn Hidayati⁸, Siti Komariah⁹
^{1),3),4),5),6), 7), 8), 9)} Prodi Kebidanan, Universitas STRADA, Indonesia
²⁾, RSUD Kabupaten Merauke, Papua Selatan, Indonesia

Article Info	Abstrak
<i>Article history</i> Received : May 03, 2025 Revised : May 20, 2025 Accepted : May 30, 2025	Anemia adalah suatu kondisi kadar hemoglobin kurang dari normal yang terjadi karena kurangnya zat besi pada tubuh dimana saat hamil kebutuhan zat besi meningkat. Untuk menurunkan Angka Kejadian Anemia pada ibu hamil salah upaya non farmakologi adalah dengan mengonsumsi minuman sari kacang kedelai. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk optimalisasi pengetahuan ibu hamil tentang pemanfaat minuman sari kacang kedelai untuk menurunkan anemia. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan tentang anemia kehamilan dengan memberikan Pre Tes sebelum diberikan penyuluhan dan post tes sesudah diberikan penyuluhan. Kemudian melakukan demonstrasi pembuatan minuman sari kacang kedelai dan langsung dibagikan untuk diminum oleh Ibu Hamil. Penyuluhan ini dilakukan di Posyandu Bahari Wilayah Kerja Puskesmas Samkai Kabupaten Merauke yang diikuti oleh 15 ibu hamil. Hasil penyuluhan sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 4 ibu hamil (27%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan pengetahuan menjadi 12 ibu hamil (80%) dengan pengetahuan baik. Diharapkan lebih menekankan pencegahan anemia dengan memanfaatkan kekayaan alam disekitar kita
<i>Kata Kunci:</i> Anemia; Ibu Hamil; Kacang Kedelai; Penyuluhan	<i>Abstract</i> The Anemia is a condition of hemoglobin levels below normal which occurs due to a lack of iron in the body where during pregnancy the need for iron increases. To reduce the incidence of anemia in pregnant women, one non-pharmacological effort is to consume soybean juice drinks. The purpose of this community service is to optimize the knowledge of pregnant women about the benefits of soybean juice drinks to reduce anemia. This activity is carried out by providing counseling about pregnancy anemia by providing a pre-test before being given counseling and a post-test after being given counseling. Then conducting a demonstration of making soybean juice drinks and directly distributed to be drunk by pregnant women. This counseling was carried out at the Bahari Posyandu in the Samkai Health Center Working Area of Merauke Regency which was attended by 15 pregnant women. The results of the counseling before being given counseling were 4 pregnant women (27%) with good knowledge and after the activity there was an increase in knowledge to 12 pregnant women (80%) with good knowledge. It is hoped that more emphasis will be placed on preventing anemia by utilizing the natural wealth around us

Corresponding Author:

Erma Retnaningtyas,
Prodi Kebidanan, Fakultas Keperawatan & Kebidanan
Universitas STRADA Indonesia
1. Manila No.37, Tosaren, Kec. Pesantren, Kota Kediri, Jawa Timur 64123, Indonesia
erma.retna26@gmail.com

This is an open access article under the CC BY-NC license.



PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah yang masih sering terjadi pada wanita dan juga masuk dalam kategori permasalahan kesehatan yang penting di dunia termasuk Indonesia. (Mamuroh, Sukmawati, and Widiasih 2019) Kejadian anemia yang sering dijumpai adalah pada ibu yang sedang hamil, karena kebutuhan zat besi selama masa kehamilan meningkat, juga terjadi perubahan sumsum tulang dan darah. (Retnaningtyas 2021) Pada tahun 2018, data yang dimiliki WHO menjelaskan ibu hamil yang mengalami anemia mencapai lebih dari 40% di seluruh dunia, dimana 35%-37% merupakan ibu hamil yang berada di negara berkembang. Sedangkan kematian pada ibu hamil mencapai angka 40% yang berkaitan dengan anemia. (Retnaningtyas, Palupi, and Siwi 2017)

Pemicu terjadinya anemia yang disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi bisa dari banyak faktor, diantaranya menstruasi pada wanita, wanita yang sedang hamil, dan faktor lain yang dapat memicu potensi meningkatnya prevalensi anemia pada wanita yang memasuki usia subur. (Yani, Maria 2023) Di negara berkembang nilai prevalensi cukup tinggi yaitu sebesar 51% dan 14% di negara maju. P(Ponomban et al. 2013) penyebab lain meliputi anemia yang disebabkan oleh hilangnya darah yang terjadi secara mendadak, anemia inflamasi atau keganasan, anemia megaloblastik, anemia hemolitik dan anemia aplastik. (Ayu 2021)

Berdasarkan data Riskesdas 2018 hampir separuh atau sebanyak 48,9 persen ibu hamil di Indonesia mengalami anemia atau kekurangan darah, persentase ibu hamil yang mengalami anemia tersebut meningkat dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013 yaitu sebesar 37,1 persen. (Kumala 2017)

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9%. Untuk menurunkan Angka Kejadian Anemia pada ibu hamil salah satunya adalah dengan melakukan penyuluhan gizi yang dapat membantu menurunkan anemia kepada masyarakat khususnya Ibu hamil (Prakash, S. 2020)

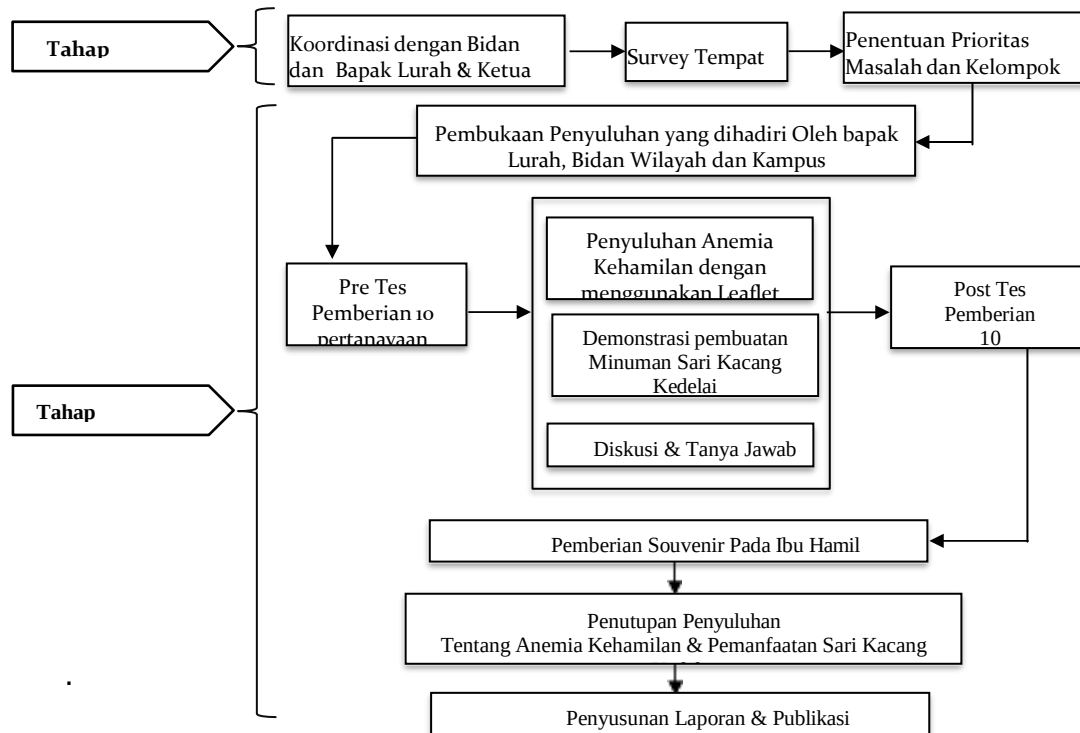
Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Papua tahun 2019, jumlah ibu hamil di wilayah Merauke terdapat 5470 jiwa tetapi yang mengkonsumsi Tablet Tambah Darah hanya sekitar 3292 (60,2%) jiwa. Hal ini menunjukkan Penurunan sekitar 20% dari tahun 2017 yang tercatat sebanyak 80,2% ibu yang mengkonsumsi tablet tambah darah (Dinas Kesehatan Merauke 2022). Di Puskesmas Samkai rata rata jumlah ibu hamil dalam 10 bulan sebanyak 70 ibu hamil dan yang mengalami Anemia sebanyak 23 Ibu hamil (32 % ibu hamil mengalami Anemia)

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis di Posyandu Bahari wilayah kerja Puskesmas Samkai, dari 10 responden yang mengalami anemia sebanyak 6 (60%) responden mengatakan belum pernah mengkonsumsi sari kacang kedelai dan sebanyak 4 (40%) responden mengatakan pernah mengkonsumsi olahan sari kacang kedelai tetapi jarang untuk dikonsumsi. Ibu hamil mengalami anemia dan mengatakan belum pernah mendapatkan pengobatan non farmakologis untuk penurunan anemia, salah satunya pemberian sari kacang kedelai.

Solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah anemia defisiensi zat besi adalah dengan mengoptimalkan bahan pangan yang fungsional dan fortifikasi pangan (fortifikasi zat besi). (Sumiaty and Arman 2021). Pola makan masyarakat Indonesia kaya akan bahan nabati yang mengandung sumber besi yaitu salah satunya kedelai. Sari kedelai merupakan minuman yang terbuat dari kacang kedelai yang banyak diminati di masyarakat, selain itu harganya juga murah dan terjangkau (Rinawati 2024). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuni, 2019 menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi sari kedelai fortifikasi Fe yaitu sebesar 9,3 (Yuni 2019)

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 15 orang ibu hamil yang dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 06 Februari 2025 di Posyandu Bahari Wilayah Kerja Puskesmas Samkai. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan penyuluhan kepada ibu hamil menggunakan Leaflet dan demonstrasi pembuatan minuman sari kacang kedelai untuk menurunkan Anemia pada ibu hamil, Memberikan pertanyaan pre tes sebelum penyuluhan dan pertanyaan post tes sesudah penyuluhan. Proses perencanaan dan metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat melalui diagram berikut :



Gambar 1. Tahap Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat yang berupa penyuluhan kesehatan mengenai “Optimalisasi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Kehamilan Dan Pemanfaatan Sari Kacang Kedelai Untuk Mencegah Anemia Kehamilan”, dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang : pengertian anemia dalam kehamilan, kategori anemia, penyebab anemia, tanda dan gejala anemia, diagnosis anemia, pengaruh anemia dalam kehamilan, cara mencegah anemia, pengertian sari kacang kedelai, dan cara pembuatan sari kacang kedelai. Melalui kegiatan ini ibu hamil dapat memanfaatkan kekayaan alam sekitar dalam upaya menurunkan angka kejadian Anemia secara non farmakologi khususnya di Posyandu Bahari wilayah kerja Puskesmas Samkai. Hal tersebut terbukti dari Rekap hasil Kuesioner sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 4 ibu hamil (27%) dengan pengetahuan Baik dan setelah diberikan penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan Baik sebanyak sebanyak 12 ibu hamil (80%). Hal ini menunjukkan peserta sangat antusias untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya edukasi pengobatan anemia kehamilan dengan memanfaatkan kekayaan alam sekitar yaitu minuman sari kacang kedelai.

Tabel 1. Tabel Pengetahuan Ibu Hamil sebelum di Berikan penyuluhan

No	Pengetahuan	Jumlah	Presentase
1	Baik (Nilai ≥ 76 sd 100%)	4	27 %
2	Cukup (Nilai ≥ 56 sd 75%)	2	13 %
3	Kurang (Nilai < 56 %)	9	60 %
	Jumlah	15	100 %

Tabel 2. Tabel Pengetahuan Ibu Hamil sesudah di Berikan penyuluhan

No	Pengetahuan	Jumlah	Presentase
1	Baik (Nilai ≥ 76 sd 100%)	12	80 %
2	Cukup (Nilai ≥ 56 sd 75%)	3	20 %
3	Kurang (Nilai < 56 %)	0	0 %
	Jumlah	15	100 %



Gambar 2 Gambar Dokumentasi & Leaflet

Saat sesi diskusi ibu hamil sangat antusias terhadap penyampaian materi yaitu ada 4 ibu hamil yang mengajukan pertanyaan. Pertanyaan Pertama di sampaikan Oleh Ibu S “Berapa kandungan zat besi pada kacang hijau dengan kandungan sari kedelai?” dan dijawab oleh Dosen Erma Retnaningtyas “Untuk kandungan zat besi dibutuhkan 60 mg, untuk ibu hamil 27 mg/hari, untuk Wanita 19 mg/hari, sedangkan kandungan kacang hijau 7,5 mg dan kandungan sari kedelai 13 mg/hari. Jadi lebih besar kandungan sari kedelai dibandingkan kacang hijau untuk meningkatkan kadar HB ibu hamil”. Pertanyaan ke Dua di sampaikan oleh ibu L “Apakah lebih bagus pembuatan sari kedelai sendiri atau yang siap saji (ditoko)?” Pertanyaan di jawab oleh Mahasiswa Ririn Hidayati “Lebih bagus pembuatan sendiri karena ibu bisa mengontrol kebersihan proses pengolahannya dan memilih bahan kedelai yang bagus serta lebih hemat dari segi keuangan dibandingkan siap saji kemungkinan ada bahan pengawetnya”. Pertanyaan ke Tiga di sampaikan oleh ibu M “Dari 3 testimoni mana yang lebih bagus pembuatan sari kedelainya?” Pertanyaan di Jawab oleh Mahasiswa Ritha Nurmiyany Siringo-Ringo “Lebih bagus pembuatan yang direbus. Tahap perebusan berfungsi sebagai proses hidrasi yaitu biji kedelai menyerap air sebanyak mungkin. Perebusan juga dapat melunakan biji kedelai supaya nantinya dapat menyerap asam pada tahap perendaman”. Pertanyaan ke Empat di sampaikan oleh ibu H “Apakah pembelian sari kedelai ditoko bisa ditambahkan rasa?” Pertanyaan di Jawab oleh Mahasiswa Indah Puspita Sari “Bisa ditambahkan gula tau madu sesuai selera masing-masing ibu hamil, dan bisa juga ditambahkan susu ibu hamil”.

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin dibawah 11g/dl atau hematokrit kurang dari 33 % pada trimester pertama dan < 10 g/dl pada trimester kedua dan ketiga (Wulidah 2020). Nilai ambang batas yang digunakan untuk menunjukkan status anemia pada ibu hamil didasarkan pada kriteria WHO tahun 1972 yang telah ditetapkan dalam 3 kategori, yaitu normal (≥ 11 gr/dl), anemia ringan (8-9 gr/dl) dan anemia berat (<8gr/dl). (Retnaningtyas, Palupi, and Siwi 2017)

Faktor penyebab masalah anemia menurut wolter adalah genetic, nutrisi, perdarahan aktif, infeksi, obat-obatan dan zat kimia, terlalu sering melahirkan, dan hiperemesis gravidarum.(Wolter Monginsidi No 2022) Tanda dan gejala anemia ringan menurut Chandra yaitu kelelahan, penurunan energi, kelemahan, sesak napas ringan, palpitasi (rasa jantung balap atau pemukulan tidak teratur), dan tampak pucat. (Chandra, F., Junita, D. D., & Fatmawati 2019) Cara

penentuan status anemia dengan cara biokimia adalah melakukan pemeriksaan darah untuk melihat indikator status besi, ada beberapa indikator untuk mengetahui status besi dalam darah dengan metode biokimia atau laboratorium, di antaranya adalah: Hemoglobin (HB). (Adi D I, Syam A 2012). Menurut Valentina, 2021, pengaruh anemia pada ibu hamil yaitu keguguran, Ketuban Pecah Dini (KPD), partus prematuritis, resiko syok waktu persalinan, bayi lahir dengan berat badan rendah, kelainan bawaan/cacat pada janin, hiperemesis gravidarum, dan kematangan fungsi organ tubuh janin tidak sempurna. (Valentina, Yusran, and Meliahsari 2021)

Menurut (Pamela et al., 2022), anemia dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh saat ibu ringan dalam masa kehamilan. Zat besi dapat diperoleh dengan cara mengonsumsi daging (terutama daging merah) seperti daging sapi. (Al-Matani et al. 2023)

Zat besi juga dapat ditemukan pada sayuran berwarna hijau gelap seperti bayam dan kangkung, buncis, kacang polong, serta kacang-kacangan yang mudah di jumpai di pasar. (Choirunissa and Manurung 2020) Selain dijelaskan diatas, dangat perlu diimbangi dengan pola makan sehat dengan mengonsumsi vitamin serta suplemen penambah zat besi untuk hasil yang maksimal. (Yuni 2019). Pencegahan anemia defisiensi zat besi dapat dilakukan dengan 4 pendekatan yaitu pemberian tablet atau suntikan zat besi, pemberian ini dapat diberikan kepada remaja yang tengah bersiap untuk menjadi ibu, pendidikan kesehatan dan upaya pemberian informasi yang ada kaitannya dengan peningkatan asupan zat besi melalui makanan, pengawasan penyakit infeksi yang sering diderita masyarakat, dan fortifikasi makanan pokok yang dikonsumsi masyarakat dengan zat besi. (Kemenkes RI 2021)

Pola makan masyarakat Indonesia kaya akan bahan nabati yang mengandung sumber besi yaitu salah satunya kedelai. Sari kedelai merupakan minuman yang terbuat dari kacang kedelai yang banyak diminati di masyarakat, selain itu harganya juga murah dan terjangkau (Rinawati 2024).

Sari kacang kedelai adalah cairan berwarna putih seperti susu sapi, tetapi dibuat dari ekstrak kedelai. Diproduksi dengan menggiling biji kedelai yang telah direndam dalam air. Hasilnya disaring hingga diperoleh cairan sari kedelai, dimasak dan diberi gula dan essen atau cita rasa untuk meningkatkan rasanya (Muaris 2018) Cara pembuatan sari kacang kedelai yaitu kedelai direndam selama 3 jam kemudian kedelai ditiriskan, ditambah air baru, lalu direbus selama 30 menit. Kulit kedelai dipisahkan dengan cara diremas-remas dan dicuci dengan air beberapa kali (kulit akan mudah dipisahkan). Selanjutnya kedelai digiling dengan mesin penggiling Tambahkan air bersih. Bubur encer disaring dengan kain kasa agar menjadi sari kedelai mentah. Tambahkan gula, garam, dan cmc secukupnya lalu rebus. Setelah mendidih, api dkecilkan dan dibiarkan selama 20 menit. Dinginkan sari kedelai sampai suhu 65°C. Masukkan ke dalam botol plastik steril pada suhu 60-65°C. Lakukan pasteurisasi dengan merendam botol sari kedelai ke dalam air suhu 70°C selama 30 menit. Sari kedelai disimpan dalam suhu maksimal 100°C atau suhu lemari es. (UMADJI 2019)

Sedangkan untuk mengukur bahwa penyuluhan tentang minuman sari kacang kedelai untuk menurunkan Anemia pada ibu hamil diharapkan ibu hamil yang pengetahuannya baik setelah diberikan penyuluhan akan melaksanakan pengetahuan yang sudah didapatkan dan dievaluasi dengan pemeriksaan kadar ibu hamil saat menjelang Persalinan.

KESIMPULAN

Penyuluhan pada 15 ibu hamil di lakukan di Posyandu Bahari di Wilayah kerja Pskesmas Samkai. Sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 4 ibu hamil (27%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 12 ibu hamil (80%) dengan pengetahuan Baik. Kegiatan penyuluhan tentang anemia kehamilan dan pemanfaatan minuman sari kacang kedelai terbukti meningkatkan pengetahuan pada Ibu hamil tentang penanganan anemia kehamilan secara Non Farmakologi. Dengan meningkatnya pengetahuan diharapkan ibu Hanil bisa menerapkan minuman sari kacang kedelai untuk menaikkan Kadar HB. Kegiatan penyuluhan selanjutnya lebih ditekankan pada pencegahan anemia kehamilan secara non farmakologi dengan memanfaatkan kekayaan alam di sekitar kita. Dengan adanya penyuluhan Ini diharapkan out come dari hasil kegiatan bisa menurunkan kejadian Anemia pada Ibu hamil sehingga bisa di Rekomendasikan menjadi salah satu SOP Penurunan Anemia secara Non Farmakologi

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang sudah terlibat, membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, Khususnya Ibu-Ibu Hamil Posyandu Bahari di Wilayah Kerja Puskesmas Samkai yang bersedia memenuhi undangan kegiatan, Kepala Puskesmas Samkai, Ketua IBI Cabang Merauke, Bapak Kepala Dinas Kesehatan Merauke, Bapak Kepala BKD Merauke, Bapak Bupati Merauke dan Bapak Rektor Kampus Universitas STRADA Indonesia. Semoga dengan adanya kegiatan ini bisa berkontribusi untuk menurunkan kejadian Anemia di Kabupaten Merauke melalui pemanfaatan kekayaan alam sekitar.

Referensi

- Adi DI, Syam A, Nurrochimawati S. 2012. "Edukasi Gizi Terhadap Pola Konsumsi Ibu Hamil Anemia Dalam Upaya Perbaikan Kadar Hemoglobin Di Puskesmas Siduang Raya Makasar." *Media Gizi Masyarakat Indonesia*.
- Al-Matani, Siti Nurhaliza, Een Husanah, and Widya Juliarti. 2023. "Peningkatan Hb Ibu Hamil Anemia Dengan Konsumsi Susu Kedelai." *Journal of Hospital Management and Health Sciences* 4(1): 33-36. <https://doi.org/10.6066/jtip.2015.26>.
- Ayu, Ni Made. 2021. "HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PARITAS DENGAN ANEMIA PADA IBU HAMIL." *Menara Medika* 3(2): 21-28.
- Chandra, F., Junita, D. D., & Fatmawati, T. Y. 2019. "Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Status Anemia." *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia* 9(4): 653-59.
- Choirunissa, Risza, and Desima Resnawati Manurung. 2020. "Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sirnajaya Kecamatan Serang Baru Bekasi Tahun 2019." *Journal for Quality in Women's Health* 3(2): 171-76.
- Dinas Kesehatan Merauke. 2022. *Profil Dinas Kesehatan Kab Merauke*. Merauke Papua Selatan.
- Kemendes RI. 2021. *Anemia Defisiensi Besi*. Jakarta: Persatuan Obstetri dan Gynakologi Indonesia.
- Kumala, Anes Patria. 2017. "Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas." 1(1): 8-16.
- Mamuroh, Lilis, Sukmawati Sukmawati, and Restu Widiastih. 2019. "Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Selama Kehamilan Pada Salah Satu Desa Di Kabupaten Garut." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik* 15(1): 66.
- Muaris. 2018. *Susu Kedelai, Tinggi Protein Rendah Kolesterol*. Jakarta: Gramedia.
- Ponomban, Sylvie S, Rivolta Walalangi, Jurusan Gizi, and Poltekkes Kemenkes. 2013. "EFEKTIVITAS SUPLEMENTASI BUBUK DAUN KELOR (Moringa Oleifera) TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL YANG MENDERITA ANEMIA." 5(1): 36-44.
- Prakash, S., Dkk. 2020. "Maternal Anemia in Pregnancy : An Overview." *International Journal of Pharmacy & Pharmaceutical Research*. 4(3): 78-85.
- Retnaningtyas, Erma. 2021. *Kehamilan Dan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil*. Cetakan 2. Kediri: STRADA PRESS.
- Retnaningtyas, Erma, Retno Palupi, and Yonni Siwi. 2017. "Compliance Consumption of Iron Tablets with Anemia in Pregnant Women at Community Health Center District Kediri." 233(July): 815-20.
- Rinawati, Amalia Indah Puspitasari. 2024. "PERBANDINGAN PEMBERIAN SUSU KEDELAH DAN JAGUNG MANIS TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI TPMB RINAWATI." *Journal, Malahayati Nursing* 6: 1939-47.
- Sumiaty, S, and A Arman. 2021. "Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Bahan Makanan Lokal Dalam Penanganan Anemia Pada Kelompok Ibu Hamil." *Prosiding Seminar Nasional Sinergitas ...* 4(1): 218-26. <https://jurnal.yapri.ac.id/index.php/seminassmpt/article/view/250%0Ahttps://jurnal.yapri.ac.id/index.php/seminassmpt/article/download/250/201>.
- UMADJI, NUR PRATIWI. 2019. "PENGARUH SUSU KEDELAH TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI KELURAHAN SINDULANG I WILAYAH PUSKESMAS TUMINTING KOTA MANADO." *Jurnal Delima Harapan* 4(2): 37-45.
- Valentina, Adinda, Sartiah Yusran, and Renni Meliahsari. 2021. "PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAH TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) PADA IBU HAMIL YANG ANEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEPO-LEPO KOTA KENDARI TAHUN 2020." *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia* 1(2): 39-44.
- Wolter Monginsidi No, J. 2022. "Edukasi Dan Suplementasi Tablet Fe Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia. Husada Mahakam." *Jurnal Kesehatan* 12(2): 178-89.
- Wulidah, & Arfiana. 2020. "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia." *Toward a Media History of Documents* 1(1): 12-26.
- Yani, Maria, Yusfina. 2023. "GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PERILAKU PENCEGAHAN ANEMIA DI PUSKESMAS HALIWEN." *Jurnal sahabat Keperawatan* 5(01): 54-63.
- Yuni, Sita Faiftina. 2019. "Pengaruh Susu Kedelai Terhadap Kadar Hemoglobin Darah Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Sarwodadi Kabupaten Pematang." *Jurnal Delima Harapan* 2(3): 10-17.