

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENGETAHUAN KELUARGA TERHADAP  
PENCEGAHAN ANEMIA PADA IBU HAMIL MELALUI  
PENDIDIKAN KESEHATAN DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS MALUNDA**



**ZAHRATUN NISA**  
**B0221016**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU  
KESEHATAN UNIVERSITAS SULAWESI BARAT  
MAJENE**

**2025**

## HALAMAN PENGESAHAN

**Skripsi dengan judul:**

**PENGARUH PENGETAHUAN KELUARGA TERHADAP PENCEGAHAN  
ANEMIA PADA IBU HAMIL MELALUI PENDIDIKAN KESEHATAN DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MALUNDA.**

Disusun dan diajukan oleh:

**ZAHRATUN NISA  
B0221016**

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat.

Ditetapkan Di Majene Tanggal 27 Oktober 2025

**Dewan Penguji**

**Muhammad Irwan, S.Kep., Ns., M.Kes**

**Nurgadima Achmad Djalaluddin., SKM., M.Kes**

**Erviana., S.Kep., Ns., M.Kep**

**Dewan pembimbing**

**Prof. Dr. H. Muzakkir, M.Kes**

**Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kes**

**Mengetahui**

**Dekan**

**Fakultas Ilmu Kesehatan**



**Dr. Habibi, SKM., M.Kes**

**Ketua**

**Program Studi S1 Keperawatan**



**Eva Yuliani, M.Kep., Sp.An**

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zahratun Nisa  
NIM : B0221016  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sulawesi Barat **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**Pengaruh Pengetahuan Keluarga Terhadap Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Melalui Pendidikan Kesehatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Malunda**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sulawesi Barat berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : Majene  
Pada tanggal : 27 Oktober 2025  
Yang menyatakan :



Zahratun Nisa

## ABSTRAK

Nama : Zahratun nisa  
Program studi : Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Judul : Pengaruh Pengetahuan Keluarga Terhadap Pencegahan  
Anemia Pada Ibu Hamil Melalui Pendidikan Kesehatan Di  
Wilayah Kerja Puskesmas Malunda

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Dukungan keluarga berperan penting dalam pencegahan anemia dengan memastikan ibu hamil memperoleh asupan gizi yang cukup, mengonsumsi tablet zat besi secara teratur, dan melakukan pemeriksaan kehamilan sesuai jadwal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan keluarga dalam pencegahan anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Malunda. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan pre-eksperimental one group pretest-posttest design. Jumlah sampel sebanyak 20 keluarga yang memiliki ibu hamil. Intervensi dilakukan melalui pendidikan kesehatan menggunakan media video dan leaflet yang memuat informasi mengenai pengertian, penyebab, tanda dan gejala, serta upaya pencegahan anemia. Analisis data menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan keluarga sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan ( $p = 0,000$ ). Selain itu, terdapat pengaruh signifikan antara pengetahuan keluarga dengan pencegahan anemia pada ibu hamil ( $p = 0,003$ ). Hal ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga dan mendorong keterlibatan aktif mereka dalam mendukung ibu hamil untuk mencegah anemia melalui penerapan pola makan bergizi, kepatuhan mengonsumsi tablet Fe, serta kunjungan antenatal secara rutin.

**Kata kunci:** pendidikan kesehatan, pengetahuan keluarga, pencegahan anemia, ibu hamil

## **ABSTRACT**

Nama : Zahratun nisa  
study Program : Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Title : *The Effect of Family Knowledge on the Prevention of Anemia  
in Pregnant Women Through Health Education in  
the Working Area of Malunda Health Center*

*Anemia in pregnant women is one of the major health problems that can increase the risk of complications during pregnancy and childbirth. Family support plays an important role in preventing anemia by ensuring adequate nutrition, iron supplementation, and regular antenatal visits. This study aimed to determine the effect of health education on family knowledge in preventing anemia among pregnant women in the working area of Malunda Health Center. This research used a quantitative method with a pre-experimental one group pretest-posttest design. The sample consisted of 20 families with pregnant women. The intervention was conducted through health education using video and leaflet media containing information about the definition, causes, symptoms, and prevention of anemia. Data were analyzed using the Paired Sample T-Test with a significance level of 0.05. The results showed a significant difference in family knowledge before and after being given health education ( $p = 0.000$ ). There was also a significant effect between family knowledge and the prevention of anemia in pregnant women ( $p = 0.003$ ). This indicates that health education effectively improves family knowledge and increases their active role in supporting pregnant women to prevent anemia through proper nutrition, adherence to iron tablet consumption, and regular antenatal care visits.*

**Keywords:** *health education, family knowledge, anemia prevention, pregnant women*

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kehamilan adalah proses alami yang membuat tubuh wanita mengalami banyak perubahan penting, baik fisik maupun hormonal, demi mendukung tumbuh kembang janin didalam rahim (Nabila, H. et al (2022). Pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim di mulai pada saat pembuahan dan berlanjut hingga dimulainya persalinan disebut dengan kehamilan. Masa kehamilan berlangsung selama 280 hari, 40 minggu, atau 9 bulan 10 hari dihitung dari hari pertama haid terakhir dan dibagi menjadi tiga bagian yaitu pada trimester pertama berlangsung selama 3 bulan, trimester kedua berlangsung selama 4-6 bulan dan trimester ketiga berlangsung selama 7-9 bulan. Selama kehamilan, ibu hamil rentan terhadap berbagai masalah kesehatan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan ibu dan janin. Beberapa masalah umum yang sering terjadi pada ibu hamil yaitu anemia, pre-eklamsia, diabetes gestasional dan hiperemesis gravidarum (Widiawati, S, 2023).

Anemia pada masa kehamilan merupakan masalah kesehatan berskala nasional karena dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia dan merupakan cerminan tingkat kesejahteraan serta kondisi sosial ekonomi masyarakat. Anemia, menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, merupakan kondisi dimana kadar hemoglobin atau sel darah merah dalam tubuh berada dibawah kebutuhan fisiologis. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) Menyatakan bahwa terjadinya anemia pada ibu hamil dikarenakan kadar hemoglobin pada ibu hamil dalam tubuh kurang dari 11g/dl (<11g/dl). Sementara itu, menurut *Center Of Disease Control And Prevention*, kondisi ibu hamil yang memiliki kadar hemoglobin <11g/dl umumnya terjadi pada trimester pertama dan ketiga, kadar hemoglobin dibawah 10,5g/dl umumnya terjadi pada trimester kedua serta kadar hemoglobin <10g/dl umumnya terjadi pada masa nifas (Kemenkes, RI, 2022).

Anemia pada wanita hamil tetap menjadi isu kesehatan yang signifikan di seluruh dunia hingga saat ini. Berdasarkan informasi dari *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia di kalangan ibu hamil di seluruh dunia mencapai 41,8%.

Secara regional, tingkat kejadian anemia pada ibu hamil di Asia diperkirakan 48,2%, di Afrika 57,1%, di Amerika 24,1%, dan di Eropa 25,1%. Di Indonesia, menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan pada tahun 2018, tingkat kejadian anemia pada ibu hamil mencapai 48,9%. Namun, menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil berada sekitar 27,7%. Ariani, S (2024)

Berdasarkan informasi yang di dapat dari Dinas Kesehatan Kabupaten Majene, Pada tahun 2024, Provinsi Sulawesi Barat mencatat adanya 583 ibu hamil yang teridentifikasi. Mengalami kekurangan sel darah merah. Sementara itu, mengacu pada data yang tercatat di Wilayah Kerja Pada tahun 2024, Puskesmas Malunda telah mengidentifikasi sebanyak 66 ibu hamil yang mengalami. Anemia, dan pada bulan April tahun 2025, tercatat 88 perempuan hamil dan sebanyak 33 individu di antara mereka mengalami anemia temuan ini mengindikasikan bahwa anemia masih menjadi isu kesehatan yang terjadi pada ibu hamil yang memerlukan penanganan serius.

Ibu hamil memiliki resiko tinggi mengalami anemia karena kondisi tubuh ibu hamil rentan. Penyebabnya adalah peningkatan volume plasma selama kehamilan, yang berakibat pada penurunan kadar hemoglobin. Selain itu, kebutuhan zat besi dan asam folat yang lebih besar untuk mendukung pertumbuhan janin juga membuat ibu hamil lebih beresiko mengalami anemia. Faktor lain yang berkontribusi terhadap anemia pada kehamilan meliputi tingkat pendidikan, pengetahuan, kepatuhan dalam mengkonsumsi zat besi atau suplemen tablet tambah darah, frekuensi kunjungan antenatal, dukungan keluarga, serta jenis pekerjaan yang dijalani (Putri, A. A, 2023).

Resiko anemia yang dapat terjadi pada ibu hamil yang mengalami anemia diantaranya kelahiran tidak cukup bulan (*premature*) kehilangan nyawa baik ibu ataupun bayi, dan potensi terjadinya infeksi. Asupan zat besi yang kurang optimal pada masa kehamilan dapat berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan janin baik saat masih di dalam rahim maupun setelah bayi dilahirkan. Ibu yang mengalami anemia akibat kurangnya zat besi beresiko lebih tinggi mengalami preeklamsia dan kemungkinan harus melahirkan melalui operasi caesar. Di sisi lain, bagi bayi yang lahir, efeknya mencakup peningkatan risiko berat badan lahir rendah, kemungkinan kelahiran prematur, kematian bayi, serta gangguan dalam perkembangan mental dan motorik pada bayi yang baru lahir. (Wibowo, et al, 2021).

Pencegahan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan melalui berbagai langkah, seperti mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, asam folat, dan vitamin C, serta rutin mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) sesuai anjuran tenaga kesehatan. Melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur melalui kunjungan antenatal care. Pencegahan infeksi seperti cacian, tuberkulosis, dan malaria juga penting untuk mengurangi resiko anemia. Namun keberhasilan pencegahan anemia tidak hanya bergantung pada ibu hamil sendiri, tetapi juga pada dukungan keluarga. Keluarga, terutama suami dan orang terdekat, memiliki peran penting dalam memberikan informasi, memotivasi, serta memastikan ibu hamil mendapatkan asupan gizi yang cukup dan rutin mengonsumsi suplemen zat besi. Hal ini bisa terealisasi jika memiliki pengetahuan tentang pencegahan anemia pada ibu hamil (Mudjiati.I, et al, 2023) dan (Isu, Y.N. et al, 2023).

Faktor yang paling berpengaruh dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil adalah pengetahuan (Suleni, S et al, 2024). Pengetahuan tentang kesehatan dimaksudkan untuk mengubah perilaku dan kualitas hidup, serta meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan penyakit dan kegiatan perawatan kesehatan. Pengetahuan merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi pandangan dan kesadaran dalam pencegahan anemia, seperti pemahaman yang terkait definisi anemia, penyebab, gejala, akibat serta langkah-langkah mencegah anemia selama kehamilan. pengetahuan akan pencegahan anemia tidak hanya ditujukan kepada ibu hamil melainkan juga kepada keluarga, sehingga keluarga juga mampu memberikan dukungan yang baik kepada ibu selama kehamillanya, baik dukungan dalam bentuk informasi, emosional, instrumental dan penghargaan (Hasanah, M. et al, 2021).

Kurangnya pengetahuan masyarakat khususnya keluarga mengenai masalah anemia pada kehamilan merupakan masalah internal dalam memberikan dukungan kepada ibu hamil, baik itu pemberian informasi maupun dukungan afirmasi (Inayah, M et al, 2023). Keluarga merupakan *support system* yang harmonis dan erat kaitannya dengan ibu hamil. Keluarga dapat memberikan dorongan dan dukungan untuk mencegah anemia pada kehamilan. Kurangnya dukungan keluarga dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil diduga disebabkan oleh kurangnya paparan informasi terkait anemia pada keluarga. Jika keluarga memiliki pemahaman yang baik

tentang anemia, keluarga dapat berperan aktif dalam memastikan ibu hamil terhindar dari anemia pada masa kehamilan (Triharini, M et al, 2023).

Kenaikan pengetahuan dapat dicapai melalui pendidikan tentang kesehatan. Media merupakan sarana yang digunakan untuk menyampaikan informasi, berita, dan hiburan kepada masyarakat. Media dapat berupa surat kabar, majalah, radio, televisi, serta platform digital seperti media sosial dan situs web. Peran media sangat penting dalam membentuk opini publik dan memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang berbagai isu yang terjadi di dunia. Yang dipakai dalam pendidikan kesehatan mencakup media elektronik dan juga media cetak. Salah satu bentuk media elektronik yang sering digunakan adalah video. Media ini memiliki peran. Untuk mengurangi kesalahan paham dengan memperlihatkan benda yang sulit diinterpretasikan. lakukan pengamatan secara langsung. Video juga dapat merangsang kemampuan melihat dan Pendengaran yang simultan membuat penyampaian materi menjadi lebih menarik dan mudah dipahami. dipahami, walaupun membutuhkan alat khusus dalam tahap produksi dan Tayangan tersebut. Sementara itu, salah satu media cetak yang sering digunakan adalah leaflet. Penggunaan leaflet memiliki keuntungan, yaitu membantu masyarakat dengan lebih efisien. Memahami pesan karena disampaikan dengan kalimat yang ringkas, jelas, dan mudah. Dipahami, dan biasanya disertai dengan warna agar lebih menarik perhatian Murah dan biaya pembuatan cukup terjangkau. (Damayanti, A & Futriani, E, 2024)

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **pengaruh pengetahuan keluarga terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil melalui pendidikan kesehatan di wilayah kerja puskesmas malunda.**

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh pengetahuan keluarga terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil melalui pendidikan kesehatan di wilayah kerja puskesmas malunda ? ”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pengetahuan keluarga terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil melalui pendidikan kesehatan di wilayah kerja puskesmas malunda.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya tingkat pengetahuan keluarga tentang pencegahan anemia pada ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan.
- b. Diketuinya tingkat pengetahuan keluarga tentang pencegahan anemia pada ibu hamil setelah pendidikan kesehatan.
- c. Diketuinya apakah ada pengaruh pengetahuan keluarga terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

- a. Hasil Penelitian ini dapat memperkaya literatur dan pengetahuan tentang pentingnya peran keluarga dalam pencegahan anemia pada ibu hamil.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Keluarga**

Meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai pentingnya nutrisi yang tepat dan pencegahan anemia pada ibu hamil, yang dapat membantu mereka memberikan dukungan lebih baik kepada ibu hamil.

##### **b. Bagi Ibu Hamil**

Meningkatkan pengetahuan tentang gejala, pencegahan, dan pengelolaan anemia dapat membantu ibu hamil terhindar dari risiko anemia yang berbahaya bagi kesehatan mereka dan bayi.

##### **c. Bagi Institusi**

Memberikan masukan bagi institusi kesehatan untuk meningkatkan program edukasi keluarga dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

d. Bagi Peneliti

Memberikan wawasan lebih dalam mengenai topik yang relevan bagi peneliti lainnya yang tertarik dalam bidang kesehatan masyarakat, khususnya pada ibu hamil dan keluarga.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menghubungkan faktor pengetahuan keluarga dengan aspek lain seperti pola makan, akses layanan kesehatan, atau status gizi ibu hamil.

f. Bagi Perawat

Penelitian ini memberikan pengetahuan baru bagi perawat dalam melaksanakan pendidikan kesehatan untuk keluarga, terutama dalam pencegahan anemia pada ibu hamil.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Dasar Kehamilan**

##### **2.1.1 Definisi Kehamilan**

Kehamilan merupakan sebuah kondisi dimana janin mulai berkembang dan tumbuh di dalam rahim wanita setelah spermatozoa dan ovum bersatu, yang kemudian diikuti oleh proses implan. Periode kehamilan ini berlangsung sekitar 9 bulan atau lebih kurang 40 minggu (Lubis, D. P,U et al, 2022). Kehamilan menggambarkan pertumbuhan janin dalam rahim, dimulai dari proses konsepsi hingga kelahiran bayi serta keluarnya plasenta melalui jalan lahir, baik secara alami, menggunakan bantuan, maupun melalui proses medis. Masa kehamilan terbagi menjadi tiga trimester: trimester pertama berlangsung dari terjadinya konsepsi hingga usia kehamilan 3 bulan (minggu 0-13). Trimester kedua berlangsung dari usia kehamilan 4 sampai 6 bulan (minggu 14-26), sedangkan trimester ketiga dimulai dari bulan ke-7 hingga bulan ke-9 atau dari minggu 27 hingga minggu 40 (Widiawati, S, 2023).

##### **2.1.2 Perubahan Fisiologi Pada Ibu Selama Kehamilan**

Perubahan fisiologi pada ibu sebagai berikut (Widiawati, S. & Danti, R.R, 2023) dan (Khoeriah,Y, 2022):

###### **a. Sistem Reproduksi**

###### **1) Uterus**

Seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan janin, rahim akan terus berubah ukuran dari dalam rongga pelvis sampai pada rongga abdomen perubahan ini disebabkan oleh otot polos pada rahim mengalami peningkatan jumlah sel (*hiperplasia*) dan ukuran sel (*hipertrofi*), serabut kolagen mulai menjadi hidroskopi dan desidualisasi pada jaringan endometrium. Ukuran rahim berkisar 30 x 25 x 20 cm dengan kapasitas 4000 cc dan berat dari 30 gram hingga 1000 gram pada usia kehamilan yang ideal atau cukup bulan.

## 2) Ovarium

Setelah ovulasi, korpus luteum akan tetap ada hingga terbentuknya plasenta, pada minggu ke- 16 kehamilan, plasenta menggantikan pengeluaran hormon estrogen dan progesteron. Ovarium dan plasenta memproduksi hormon relaksin yang bermanfaat bagi sistem reproduksi selama kehamilan, selama trimester pertama, hormon relaksin meningkat yang akan membantu implantasi dan pertumbuhan janin.

## 3) Vagina Dan Vulva

Selama kehamilan vagina dan vulva menjadi ungu kebiruan, yang dapat disebut dengan tanda *Chadwick*. Hal ini disebabkan oleh peningkatan pembuluh darah yang disebabkan oleh hormon estrogen.

## 4) Payudara

Selama kehamilan, ukuran payudara semakin bertambah, payudara terasa berat dan tegang dan terjadi hiperpigmentasi pada area areola dan juga puting susu.

### b. Sistem Kardiovaskuler

Selama kehamilan pada sistem kardiovaskuler terjadi peningkatan pada volume darah sekitar 40% sampai 50% yang akan berakibat pada meningkatnya curah jantung sehingga jantung akan lebih kuat memompa serta terjadi dilatasi, perubahan pada tekanan darah sistolik dan diastolik, peningkatan pada volume plasma dan penurunan pada hemoglobin yang menyebabkan anemia.

### c. Sistem Urinaria

Pada awal dan akhir kehamilan, ibu mengalami hipermiksi yang disebabkan karena terjadi penekanan pada kandung kemih oleh rahim yang semakin membesar.

d. Sistem Pencernaan

Hormon estrogen meningkatkan produksi asam lambung, yang dapat menyebabkan hipersaliva, sensasi terbakar di area perut, mual, muntah dan pusing yang biasa dikenal dengan emesis gravidarum. Pada trimester kedua dan ketiga, biasanya terjadi konstipasi dikarenakan peningkatan pada hormon progesterone yang dapat memperlambat pergerakan peristaltik usus.

e. Sistem Metabolisme

Pada kehamilan, terjadi peningkatan basal metabolis rate (BMR) hingga 15% sampai dengan 20% terutama pada akhir kehamilan, yang membuktikan bahwa kebutuhan oksigen juga meningkat. Adanya pengaruh kehamilan pada sistem metabolisme oleh karena itu ibu hamil membutuhkan makanan sehat dan bergizi mengandung banyak protein yang berguna untuk perkembangan janin dan tubuh ibu.

f. Sistem Muskuloskeletal

Menjelang akhir kehamilan, otot dan ligamen pelvik berelaksasi hal ini disebabkan oleh hormon estrogen bertujuan untuk meningkatkan daya tahan otot terhadap berat janin. Pengaruh hormon estrogen juga akan menyebabkan hilangnya ligamen pada sakroiliaka dan simpisis pubis. Terjadi pelebaran pada simpisis pubis sekitar 4 mm sampai pada 32 minggu kehamilan.

g. Sistem Integumen

Pada ibu hamil, terjadi peningkatan pada hormon melanosit yang mengakibatkan hiperpigmentasi di area perut, wajah, leher, paha, aksila, dan payudara. Biasanya, terjadi striae gravidarum dimana muncul garis-garis dan akan bertambah banyak apabila sering digaruk, warna area kulit menjadi kemerahan dan kusam. Terkadang muncul pada area perut, aksila, paha dan payudara. Serta pada garis pertengahan perut atau garis yang membentang dari pusar hingga simpisis akan tampak lebih gelap selama kehamilan yang dikenal dengan linea nigrat. Pada area wajah juga mengalami hiperpigmentasi disebut dengan klosma gravidarum.

### 2.1.3 Perubahan Psikologis Pada Ibu Selama Kehamilan

Perubahan psikologis yang terjadi pada ibu selama kehamilan adalah terjadi fluktuatif emosional atau ketidakstabilan emosi seperti kadang menangis atau mudah marah terkadang senang terkadang menjadi sedih. Bentuk perubahan yang terjadi pada ibu hamil antara lain (Widiawati, S. & Danti, R.R, 2023):

#### a. Trimester Pertama (Di Kenal Sebagai Masa Adaptasi)

Pada awal kehamilan, ibu akan mengalami mual, muntah, kelelahan serta payudara membesar yang disebabkan peningkatan pada hormon estrogen dan progesteron. Kondisi ini dapat menimbulkan perubahan emosi pada ibu, seperti rasa cemas, sedih, kecewa, merasa tidak sehat, bahkan dalam beberapa kasus muncul penolakan terhadap kehamilan. Pada masa awal kehamilan, ibu biasanya juga mulai mencari tanda-tanda fisik untuk meyakinkan dirinya bahwa ia benar-benar sedang hamil.

#### b. Trimester Kedua (Dikenal Sebagai Periode Masa Sehat)

Pada trimester kedua, ibu merasa lebih nyaman, terbiasa dengan peningkatan hormon selama kehamilan. Fluktuasi emosional mulai berkurang, ibu sudah terbiasa terhadap perubahan yang ada pada dirinya dan merasa lebih sehat dibandingkan pada kehamilan sebelumnya.

#### c. Trimester Ketiga (Dikenal Sebagai Periode Penantian)

Pada akhir kehamilan, ibu akan lebih fokus akan kehadiran serta ketidaksabaran untuk melihat bayinya. Perasaan khawatir dan takut terhadap rasa sakit yang ditimbulkan pada saat persalinan, perasaan tidak nyaman di akhir kehamilan muncul kembali disebabkan oleh perubahan akan bentuk tubuh seperti merasa tidak lagi menarik dan menganggap dirinya aneh, sehingga pada masa ini ibu membutuhkan dukungan dari suami, keluarga dan tenaga kesehatan.

### 2.1.4 Masalah Kesehatan Yang Sering Dialami Ibu Hamil

Ibu hamil sering mengalami berbagai masalah kesehatan selama kehamilan, yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka dan perkembangan

janin. Berikut adalah beberapa masalah kesehatan yang umum dialami oleh ibu hamil:

1. Hiperemesis Gravidarum

Hiperemesis gravidarum merupakan kondisi kehamilan yang ditandai dengan mual dan muntah berlebihan, sehingga dapat menyebabkan dehidrasi dan kesulitan dalam mencukupi nutrisi harian. Kondisi ini dapat berlangsung hingga trimester kedua atau ketiga dan memerlukan perhatian medis jika tidak tertangani dengan baik (Hurtagoal, A., 2021).

2. Anemia

Anemia terjadi ketika jumlah sel darah merah dalam tubuh lebih rendah dari normal, biasanya disebabkan oleh kekurangan zat besi atau asam folat. Ibu hamil yang mengalami kondisi ini umumnya akan merasa mudah lelah, lemah, dan dapat mengalami sesak napas. Anemia dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur dan komplikasi lainnya (Triharini, M et al, 2023).

3. Diabetes Gestasional

Diabetes gestasional adalah suatu keadaan di mana kadar gula darah meningkat selama kehamilan. Kehamilan umumnya terjadi setelah memasuki usia 24 minggu. Jika tidak demikian Jika dikelola dengan baik, keadaan ini dapat memengaruhi kesehatan ibu dan Janin, seperti meningkatkan risiko masalah saat melahirkan atau terhadap bayi. Lahir dengan kelebihan berat badan. Wanita hamil yang mengalami diabetes gestasional. Harus menjalani diet yang ketat dan mengawasi level gula darah mereka.. (Hermawan, W. A et. al, 2024).

4. Preeklamsia

Preeklamsia merupakan kondisi serius dalam kehamilan yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah tinggi disertai gangguan fungsi organ, dan umumnya muncul setelah usia kehamilan 20 minggu. Gejala termasuk pembengkakan, sakit kepala, dan gangguan penglihatan. Jika tidak ditangani, preeklamsia dapat berakibat fatal bagi ibu dan bayi (Hermawan, W. A et. al, 2024).

## 2.2 Konsep Dasar Anemia Pada Masa Kehamilan

### 2.2.1 Definisi Anemia Pada Masa Kehamilan

Anemia merupakan suatu keadaan ketika kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah mengalami penurunan atau berada di bawah standar normal. Berdasarkan penjelasan dari WHO, anemia pada wanita hamil terjadi jika kadar hemoglobin berada di bawah 11 g/dl. Di sisi lain, *Center Of Disease Control And Prevention* menyebutkan bahwa anemia selama masa kehamilan diartikan sebagai situasi ketika kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dl pada trimester pertama dan ketiga, kurang dari 10,5 g/dl pada trimester kedua, serta di bawah 10 g/dl saat proses persalinan.

Anemia selama kehamilan adalah kondisi di mana jumlah sel darah merah di dalam tubuh lebih rendah dari nilai normal, sering disebut sebagai penyakit kurang darah. Salah satu penyebab utama dari kondisi ini adalah asupan zat besi yang tidak memenuhi kebutuhan tubuh. Selain itu, anemia juga bisa terjadi akibat sel darah merah tidak memiliki hemoglobin yang cukup. Anemia juga didefinisikan sebagai kondisi dengan rendahnya kapasitas dari sel darah merah (eritrosit) dan kadar hemoglobin. Fungsi hemoglobin dalam tubuh adalah untuk mengangkut oksigen dan menyebarkan ke semua sel di dalam tubuh. Kadar hemoglobin yang normal bagi ibu hamil adalah di atas 11 g/dl. (Widyawati, I. P. N, 2023).

### 2.2.2 Penyebab Anemia Pada Masa Kehamilan

Anemia pada ibu hamil sebagian besar disebabkan oleh tingkat rendahnya zat besi, serta pentingnya konsumsi zat besi bagi ibu hamil selama Kehamilan berperan penting dalam peningkatan sel darah merah dan pertumbuhan janin. Plasenta dan untuk kebutuhan dasar tubuh. Kebutuhan akan zat besi dapat dipenuhi. Melalui konsumsi tablet zat besi dan makanan yang tinggi nutrisi. (Fajrin, D. H, 2021).

Secara umum anemia disebabkan oleh tiga hal yaitu (Kementrian Kesehatan RI, 2023):

- a. Kekurangan dalam asupan gizi seperti zat besi, vitamin B12, protein, dan asam. Folat dapat menghambat proses produksi hemoglobin dalam darah..

- b. Polanya konsumsi masyarakat juga dapat meningkatkan risiko anemia, seperti Anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi. Ini terjadi karena minimnya Terdapat rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi, terutama dari sumber pangan. Hewani yang memiliki kandungan zat besi heme dengan tingkat penyerapannya dan Bioavailabilitas zat besi meningkat. Sebaliknya, sumber zat besi yang berasal dari Pangan nabati (non-heme) memiliki tingkat penyerapan yang lebih rendah dibandingkan dengan sumber hewani..
- c. Anemia juga bisa terjadi akibat hilangnya darah dalam jumlah yang Terdapat banyak kasus, baik itu perdarahan yang terjadi secara mendesak maupun yang berlangsung lama. Pendarahan yang serius umumnya terjadi Akibat terjadinya kecelakaan, sedangkan pendarahan yang berlangsung lama bisa disebabkan oleh Menstruasi yang lama dan melimpah, serta disebabkan oleh infeksi penyakit. seperti infeksi cacing, penyakit tuberkulosis, dan malaria..

### 2.2.3 Patofisiologi Anemia Pada Masa Kehamilan

Sebagian besar anemia selama kehamilan disebabkan oleh kekurangan zat besi dan perdarahan akut, dan bahkan keduanya saling berinteraksi. Anemia dalam kehamilan disebabkan oleh volume plasma mengalami peningkatan pada awal kehamilan sekitar 10% sampai 15% dan terus mengalami peningkatan seiring dengan pertambahan usia kehamilan. Peningkatan volume plasma disertai dengan peningkatan pada volume darah. Pada usia kehamilan yang cukup bulan, volume darah meningkat hingga 45%. Selama kehamilan, volume sel darah merah juga meningkat, tetapi peningkatan ini tidak sebanding dengan volume plasma, sehingga terjadi hemodilusi atau pengenceran darah. Peningkatan volume sel darah merah yang tidak seimbang dibandingkan dengan volume plasma, mengakibatkan penurunan konsentrasi hemoglobin dan hematokrit, yang menyebabkan anemia fisiologi dalam kehamilan (Wibowo,N. Irwinda, R. & Hiksas, R., 2021).

Anemia adalah kondisi yang disebabkan oleh kekurangannya zat besi dan berlangsung secara bertahap. Tahapan dibagi atas 5 fase yaitu (Dewi,I. K, et al, 2021), :

- a. Fase 1  
Kehilangan zat besi dalam tubuh kurang dari nilai normal, mengurangi cadangan zat besi didalam tubuh terutama disumsum tulang.
- b. Fase 2  
Cadangan zat besi dalam tubuh menurun, sehingga tidak mampu memenuhi kebutuhan pembentukan sel darah merah, yang akan mengakibatkan penurunan produksi hemoglobin.
- c. Fase 3  
Tingkat kadar hemoglobin serta hematokrit mulai menurun.
- d. Fase 4  
Sumsum tulang belakang akan mempercepat proses pembelahan sel untuk menggantikan kurangnya zat besi dalam tubuh dan menghasilkan sel darah merah yang lebih kecil,yang biasa disebut sebagai mikrositik.
- e. Fase 5  
Peningkatan kekurangan zat besi menyebabkan munculnya gejala anemia. oleh karena itu penambahan zat besi selama kehamilan sangat penting untuk memenuhi kebutuhan pembentukan sel darah merah, plasenta, dan janin.

#### 2.2.4 Tanda dan gejala anemia pada masa kehamilan

Sebagian besar gejala anemia timbul akibat rendahnya kadar oksigen yang dibawa ke jaringan tubuh karena kurangnya kadar hemoglobin dalam darah. oleh sebab itu, jaringan tubuh yang kurang akan oksigen tidak berfungsi secara maksimal dan timbul gejala anemia. anemia berlangsung secara perlahan-lahan. Sehingga gejala yang ditimbulkan biasanya tidak dirasakan. gejala sudah mulai terasa apabila anemia sudah cukup berat (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

Adapun gejala anemia yang terjadi berdasarkan klasifikasi terbagi atas anemia ringan, anemia sedang dan anemia berat yaitu :

- a. Anemia ringan : pada fase ini, penderita anemia biasanya tidak merasakan gejala yang ada. Misalnya, apabila otot mengalami kekurangan suplai oksigen dari kebutuhannya maka gejala yang timbul antara lain merasa mudah letih, lemah, lelah dan lesu setelah beraktifitas. Gejala-gejala yang

timbul hanya dianggap sebagai suatu kondisi yang biasa saja. Ketika suplai oksigen ke otak lebih rendah dari yang dibutuhkannya, biasanya akan timbul gejala seperti kurang konsentrasi dan mudah lalai atau lupa. Gejala-gejala yang timbul biasanya dikenal dengan gejala 5 L yaitu lemah, letih, lelah, lesu dan lalai.

- b. Anemia sedang : pada fase ini gejala-gejala mulai terasa seperti sering merasa lelah hanya dengan aktivitas yang biasa, jantung terasa sering berdebar, terlihat pucat dari biasanya serta sesak nafas.
- c. Anemia berat : fase ini gejala anemia mulai lebih berat diantaranya menggigil, kelelahan yang berkepanjangan, jantung yang berdebar lebih cepat dari biasanya, pucat, nyeri dada, sesak napas, serta gangguan fungsi organ lainnya.

#### 2.2.5 Klasifikasi anemia pada masa kehamilan

- a. Klasifikasi anemia selama kehamilan berdasarkan kadar hemoglobin

Klasifikasi anemia pada ibu hamil berdasarkan tingkat kadar hemoglobin yaitu (Arisani & wahyuni, 2023) :

| No | Jenis Anemia                 | Kadar Hemoglobin                 |
|----|------------------------------|----------------------------------|
| 1  | <b>Anemia berat</b>          | < 7,0 g/dl                       |
| 2  | <b>Anemia sedang</b>         | 7,0 g/dl sampai dengan 8,9 g/dl  |
| 3  | <b>Anemia ringan</b>         | 9,0 g/dl sampai dengan 10,9 g/dl |
| 4  | <b>Normal (Tidak anemia)</b> | ≥ 11 g/dl                        |

Tabel 2.1 Klasifikasi anemia

- b. Klasifikasi Anemia Selama Kehamilan Berdasarkan Penyebabnya

Anemia pada ibu hamil berdasarkan penyebabnya terbagi atas beberapa bagian sebagai berikut (Wibowo, et al, 2021) dan (Dewi,I. K, et al, 2021):

1. Anemia Defisiensi Zat Besi

Anemia akibat kurangnya zat besi adalah keadaan di mana tubuh tidak memiliki cukup zat besi, yang ditandai dengan kurangnya

zat besi di jaringan, cadangan zat besi yang tidak adekuat dalam tubuh, dan penurunan kadar hemoglobin (HB). Selama masa kehamilan, ibu mengalami perubahan fisiologis yang terjadi sepanjang periode hamilnya. Hal ini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya anemia selama kehamilan, yang umumnya muncul ketika usia kehamilan mencapai antara 20 hingga 24 minggu. Anemia akibat kurangnya zat besi tetap menjadi salah satu penyebab umum yang terjadi selama kehamilan.

## 2. Anemia Defisiensi Vitamin B12

Anemia akibat kekurangan vitamin B12 adalah sebuah isu yang berkaitan dengan sistem kekebalan tubuh. yang timbul akibat ketiadaan faktor intrinsik yang dihasilkan dalam Sel parietal di lambung, yang menyebabkan gangguan dalam proses penyerapan. Vitamin B12. Tanda dan gejala anemia yang dialami oleh ibu hamil selama periode kehamilan. Kehamilan mencakup penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, dan jumlah eritrosit. serta buang air besar yang tidak teratur, rasa mual, muntah, sembelit, masalah berpikir, dan penurunan berat badan serta selera makan mengalami penurunan..

## 3. Anemia Megaloblastik

Anemia yang terjadi karena kerusakan pada sistensi DNA sehingga berdampak pada ketidaksempurnaan sel darah merah. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya vitamin B12 serta asam folat. Karakteristik eritrosit yaitu megaloblast (abnormal. Besar dan prematur sel darah merah) dalam darah serta disusung tulang.

## 4. Anemia Defisiensi Asam Folat

Kekurangan asam folat disebabkan oleh sindrom malabsorpsi. Tanda dan gejala pada anemia defisiensi asam folat hampir sama pada defisiensi vitamin B12 seperti adanya gangguan neurologis yaitu gangguan daya ingat dan kepribadian yang umumnya disertai tidak seimbangnya elektron (kalsium dan magnesium) defisiensi asam folat

ditunjukkan oleh kadar dibawah 3-4 ng/ml sementara vitamin B12 tetap normal.

## 5. Anemia Aplastik

Anemia aplastik terjadi akibat ketidakmampuan sumsum. tulang berfungsi untuk menghasilkan sel-sel darah. Hal ini disebabkan oleh Kerusakan utama pada sistem sel, yang menyebabkan anemia, Trombositopenia dan leukopenia. Ciri-ciri dan petunjuk pada anemia. Aplastik adalah kondisi yang ditandai dengan lemahnya tubuh, merasa lelah, dan detak jantung yang cepat. Mudah terjadi infeksi, muka terlihat pucat, sakit kepala yang sangat parah, serta perdarahan. Hidung dan gusi.

### 2.2.6 Dampak Anemia Pada Masa Kehamilan

Anemia pada masa kehamilan berdampak pada kesehatan ibu dan juga bayi. Anemia memiliki pengaruh baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek meliputi berkurangnya produktivitas, kelemahan sistem kekebalan tubuh, dan kesehatan secara menyeluruh. Sementara itu, efek yang berlangsung dalam waktu lama akan menimbulkan risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR), Kelahiran yang terjadi lebih awal dari waktu yang seharusnya, serta adanya kemungkinan terjadinya perdarahan yang pada akhirnya dapat meningkatkan angka kematian ibu (AKI), angka kematian bayi (AKB), dan risiko stunting, (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

Adapun komplikasi anemia serta dampaknya bagi ibu dan janinnya (Widyawati, I. P. N, 2023) diantaranya yaitu:

- a. Perdarahan akibat anemia pada masa kehamilan yaitu perdarahan intrapartum dan perdarahan postpartum. Perdarahan intrapartum adalah perdarahan yang terjadi selama kehamilan. Biasanya, ketika usia kehamilan lebih dari 20 minggu. Sedangkan perdarahan postpartum yaitu perdarahan setelah melahirkan.

- b. Abortus diartikan sebagai pengeluaran hasil pembuahan sebelum janin dapat hidup diluar rahim, khususnya ketika kehamilan berada di usia 22 minggu dan janin memiliki berat kurang dari 500 gram.
- c. Kelahiran prematur didefinisikan sebagai kelahiran yang terjadi ketika usia kehamilan berada pada 20 minggu kehamilan hingga kurang dari 37 minggu, atau 259 hari, dari masa gestasi dihitung pada hari pertama menstruasi terakhir (HPHT).
- d. Pertumbuhan janin terhambat atau *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR) merupakan kondisi ketika janin tidak tumbuh dengan berat badan normal selama kehamilan, atau berat badanya sama atau kurang dari 10 persentil. Tidak mencapai pertumbuhan yang maksimal karena mengalami berbagai hambatan baik dari faktor maternal, plasenta dan fetal. IUGR terbagi menjadi dua jenis yaitu IUGR simentris dan IUGR asimetris. *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR) simentris merupakan kondisi ketika faktor yang menghalangi pertumbuhan janin terjadi pada awal kehamilan, ditandai dengan berat badan, panjang badan, serta ukuran lingkaran kepala kurang secara proporsional untuk usia kehamilan. Dan *Intrauterine Growth Restriction* (IUGR) asimetris merupakan suatu kondisi yang biasanya disebabkan oleh malnutrisi pada ibu, insufisiensi plasenta, atau keadaan luar yang timbul pada akhir kehamilan. IUGR asimetris ditandai dengan pertumbuhan janin terhambat, namun ukuran tubuh tidak proporsional seperti ukuran kepala dan otak sesuai dengan usia kehamilan namun lingkaran perut lebih kecil dari seharusnya.
- e. Kematian janin di dalam kandungan atau yang dikenal dengan kematian janin intrauterin (IUFD) merupakan situasi di mana janin yang terdapat dalam rahim tidak lagi Kehidupan atau ketiadaan kehidupan ditandai oleh adanya detak jantung yang muncul seiring bertambahnya usia. Kehamilan yang sudah mencapai 20 minggu atau lebih serta berat janin telah mencapai 500 gram atau lebih.
- f. Berat badan lahir rendah (BBLR) merujuk pada keadaan di mana bayi yang dilahirkan memiliki berat badan yang rendah. dengan bobot lebih rendah dari 2.500 gram. Bayi yang dilahirkan dengan berat Tubuh yang

pendek memiliki risiko mengalami kesulitan dalam perkembangan. kesehatan fisik dan perkembangan mental, baik dalam periode pendek maupun jangka waktu yang lama.

- g. Bayi lahir dengan kelainan kongenital merupakan kelainan yang terjadi pada bayi sejak lahir. keadaan ini diakibatkan karena adanya gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan janin saat dalam kandungan. kelainan kongenital mengakibatkan bayi lahir dengan kecacatan atau terjadi abnormalitas pada struktur atau fungsi tubuhnya.
- h. Bayi yang lahir dengan anemia merupakan kondisi dimana jumlah sel darah merah dalam tubuh bayi berada dibawah batas normal. umumnya gejala akan timbul ketika 24 jam sampai 46 jam setelah dilahirkan misalnya bayi akan terlihat kurang bertenaga dan lemas.
- i. Gangguan tumbuh kembang bayi yaitu Bayi yang lahir dengan kondisi BBLR pertumbuhan serta perkembangan cenderung terhambat dan berhubungan dengan maturitas otak.
- j. Infeksi pasca melahirkan adalah kondisi ketika bakteri masuk dan menginfeksi uterus dan sekitarnya setelah proses persalinan kondisi ini dikenal dengan *postpartum infection*.
- k. Produksi ASI yang berkurang yaitu ketika Jumlah ASI yang dihasilkan dipengaruhi oleh asupan makanan dan status nutrisi ibu. zat besi dan asam folat merupakan nutrisi penting yang harus terpenuhi sejak masa kehamilan sampai menyusui. ketika ibu mengalami anemia pada saat menyusui maka produksi, kualitas, serta kuantitas ASI menjadi menurun.

#### 2.2.7 Faktor Yang Meningkatkan Resiko Anemia Pada Masa Kehamilan

Selama masa kehamilan, terdapat berbagai faktor yang dapat meningkatkan Risiko terjadinya anemia pada ibu hamil (Widiastini, N. ). Diklasifikasikan menjadi faktor langsung, faktor tidak langsung, dan faktor. Faktor Langsung

##### 1) Penyakit Infeksi

Perdarahan yang tidak normal disebabkan oleh infeksi parasit seperti infeksi. Saluran pencernaan dan adanya cacing berhubungan

dengan masalah anemia. Kehilangan darah yang disebabkan oleh infestasi cacing bervariasi antara 2 cc sampai 100cc setiap hari, sesuai dengan tingkat keparahan infestasi. Masalah Anemia yang terjadi disebabkan oleh penyakit menular seperti infeksi. Gangguan saluran pernapasan (ISPA), malaria, dan infestasi cacing dapat muncul dengan cepat ketika cadangan zat besi dalam tubuh tidak mencukupi. Memenuhi peningkatan permintaan akan zat besi (Widiastini, N. S, 2023).

## 2) Status Gizi

Nutrisi pada masa kehamilan adalah salah satu elemen yang berdampak pada kesehatan ibu serta janin yang sedang dikandung. Kebutuhan nutrisi bagi seorang ibu yang sedang hamil sangat krusial untuk. Perlu dicatat bahwa perhatian harus diberikan tidak hanya kepada dirinya sendiri, tetapi juga kepada janin yang ada. Peningkatan berat badan sebelum proses melahirkan adalah Faktor-faktor utama yang harus diperhatikan untuk mengurangi risiko. Terjadinya masalah selama periode kehamilan hingga proses melahirkan. Ketidacukupan konsumsi zat gizi makro seperti protein dan karbohidrat serta Konsumsi nutrisi mikro seperti besi, asam folat, kalsium, seng, dan Kekurangan iodium dapat menyebabkan masalah gizi dan mempengaruhi kesehatan ibu dan juga janin yang dikandungnya.

Berbagai zat gizi yang diperlukan oleh ibu selama masa kehamilan tidak dapat dipenuhi hanya melalui makanan yang dikonsumsi oleh ibu. Sebagaimana halnya dengan asam. Folat, kalsium, dan zat besi tidak hanya harus ada, tetapi juga perlu diperoleh dalam bentuk suplemen. Beberapa zat gizi yang dibutuhkan ibu selama kehamilannya tidak dapat tercukupi hanya dari makanan yang dikonsumsi ibu. Seperti asam folat, kalsium dan zat besi melainkan zat-zat tersebut juga harus didapatkan dalam bentuk suplemen (Putri, A. A, 2023).

## 1) Faktor Tidak Langsung

### 1) Usia Ibu

Perempuan yang sedang hamil dengan usia di bawah 20 tahun dan di atas 35 tahun. lebih mudah mengalami anemia disebabkan oleh faktor fisik dan psikis. Perempuan yang sedang hamil pada usia di bawah 20 tahun memiliki risiko mengalami Anemia terjadi karena, pada tahap ini, wanita hamil sering mengalami kekurangan. Nutrisi. Hal ini umumnya terjadi karena, pada masa remaja, terdapat dorongan. memiliki fisik yang ideal atau sempurna yang membuat untuk melaksanakan pola makan yang ketat dan mengabaikan keseimbangan gizi. Sebagai akibatnya, pada saat memasuki periode kehamilan, kondisi gizi akan menjadi Berkurang. Sementara itu, pada usia 35 tahun ke atas, wanita hamil memiliki risiko yang lebih tinggi. Menghadapi penurunan kekuatan fisik yang dapat mengakibatkan ibu Kehamilan dapat meningkatkan risiko terpapar infeksi dan penyakit. (Widiastini, N. S, 2023).

Perempuan yang mengandung pada usia muda atau di bawah 20 tahun perlu tambahan gizi karena di samping untuk pertumbuhan dan perkembangan bagi dirinya serta kepada janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya. Sementara itu, wanita yang sedang hamil dan berusia di atas 35 tahun memerlukan asupan energi. yang besar dikarenakan fungsi organ yang kian menurun serta Demi mencapai kinerja yang optimal, oleh karena itu, wanita hamil harus. memerlukan cukup energi tambahan yang berguna untuk mendukung Pada periode kehamilan (Widiastini, N. S, 2023).

### 2) Paritas

Paritas merujuk pada jumlah kelahiran yang dialami oleh seorang ibu, baik itu melahirkan anak. Lahir mati maupun lahir hidup, namun tidak mencakup tindakan aborsi (Sucianti F, 2022). Paritas merupakan salah satu faktor yang tidak langsung yang dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia selama masa kehamilan. hal ini berhubungan dengan dengan keadaan biologis ibu serta konsumsi zat besi. Saat seorang ibu Mengalami

anemia selama kehamilan sebelumnya, cadangan zat besi akan berkurang. dan pada kehamilan yang selanjutnya, penyerapan zat besi dalam Tubuhnya meningkat Oleh sebab itu, anemia yang terjadi selama masa kehamilan akan terus Diulang kembali (Aulia, D. H dan Purwati, 2022)..

### 3) Usia Kehamilan

Umur kehamilan ditentukan dengan menerapkan rumus Naegele. berdasarkan tanggal hari pertama dari siklus menstruasi yang terbaru (Hari Pertama Haid Terakhir). Usia kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, yaitu Trimester pertama mencakup usia mulai dari 0 hingga 12 minggu, sedangkan trimester kedua meliputi usia 13 hingga 27 minggu, dan trimester ketiga berlangsung dari usia 28 sampai 40 minggu kehamilan.

Pada trimester pertama dan trimester ketiga terdapat kemungkinan untuk mengalami. Anemia ketika dibandingkan pada trimester kedua kehamilan. Penyebabnya adalah Karena pada fase awal kehamilan atau trimester pertama, seorang ibu akan merasakan mual, muntah di pagi hari, berkurangnya nafsu makan, serta pada usia delapan. Minggu ini dimulainya proses pengenceran darah (hemodilusi) dan akan berlangsung sampai trimester kedua dan di akhir masa kehamilan atau trimester ketiga. disebabkan oleh kebutuhan akan asupan nutrisi dan zat besi dalam jumlah yang berperan penting dalam proses perkembangan janin serta sebagai sumber cadangan zat besi (Widiastini, N. S, 2023).

### 2) Faktor Mendasar

#### 1) Status Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi adalah salah satu faktor utama yang dapat menambah risiko anemia pada wanita hamil. Ibu bersama anggota keluarga yang. Memiliki pendapatan yang rendah akan berpengaruh pada kemampuan. dalam menyajikan makanan yang bergizi dan cukup serta layanan Kesehatan bertujuan untuk menangani dan mencegah terjadinya anemia (Devinia. N, 2020).

## 2) Pengetahuan

Pengetahuan adalah elemen penting dalam membentuk Pandangan individu. Pemahaman mengenai objek memiliki tingkat atau Tingkatan yang bervariasi. Perluasan pemahaman di antara wanita yang sedang hamil. Tentang anemia, informasi ini dapat membantu mengurangi risiko terjadinya anemia. Karena pemahaman seseorang akan berdampak pada tindakannya. Sikap yang ada di dalam Pencegahan terjadinya anemia pada masa kehamilan sangat bergantung pada pengetahuan. Seseorang mengenai topik tersebut. Pemahaman dipengaruhi oleh tingkat. Pendidikan, umur, dan pengalaman Menurut Nurdiyana, S, Puspasari, H& Melisa,S (Nurdiyana,S. et al, 2024).

## 3) Tingkat Pendidikan

Pendidikan individu berpengaruh terhadap tingkat pengetahuannya. Ibu yang Dengan memiliki pendidikan yang tinggi, maka pengetahuan yang diperoleh akan semakin luas. Terkait dengan kesehatan juga akan menjadi lebih baik. Semakin tinggi level Pendidikan yang dimiliki seseorang dapat mempermudah mereka dalam mengakses informasi. Dengan demikian, pengetahuan yang dimiliki juga akan meningkat demikian juga. Sebaliknya, jika seorang ibu memiliki pendidikan yang rendah, hal ini akan menghambat perkembangan pola pikir individu dalam memahami nilai-nilai. produk yang baru diperkenalkan(Nurdiyana,S. et al, 2024).

## 4) Budaya

Budaya adalah salah satu elemen yang mempengaruhi Terjadinya anemia pada ibu hamil disebabkan oleh adanya beberapa daerah tertentu. yang memiliki budaya larangan makan selama masa kehamilan. Saat ibumemiliki kebiasaan tidak mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi sehingga. Kebutuhan nutrisi, khususnya zat besi, akan berkurang dan berdampak. Kesehatan ibu, pertumbuhan dan perkembangan janin, serta pembentukan darah sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya anemia selama masa kehamilan (Haeruddin, k., 2024).

## 5) Dukungan Keluarga

Selama periode kehamilan, seorang ibu sangat membutuhkan bantuan dan dukungan dari lingkungan sekitar. Perhatian dari keluarga, khususnya dari suami, sangat penting bagi ibu hamil. mengalami kenyamanan yang lebih baik selama masa kehamilan, mengingat Karena suami adalah orang terdekat yang memiliki peranan penting dalam Keluarga adalah lingkungan social yang penting.

### 2.2.8 Upaya Pencegahan Anemia Pada Masa Kehamilan

#### a. Kepatuhan Konsumsi Suplemen Tablet Tambah Darah

Kepatuhan dalam Mengonsumsi Suplemen Tablet Penambah Darah Suplemen tablet untuk meningkatkan kadar darah adalah suplemen yang tinggi akan kandungan zat besi yang setara dengan 60 mg zat besi elemental serta Sekitar 0,4 mg asam folat yang disediakan oleh pemerintah atau diperoleh. Kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen selama masa kehamilan. Tablet tambah darah dapat dinilai berdasarkan keakuratan dalam cara penggunaannya. Ketepatan dalam jumlah yang dikonsumsi dan frekuensi konsumsi. Tablet suplemen untuk meningkatkan kadar darah setiap harinya. Suplementasi tablet tambahan Darah selama kehamilan digunakan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi. Besi terdapat di dalam tubuh.

Selama periode kehamilan, tablet suplemen penambah darah harus dikonsumsi. Minimal 90 tablet. Penyaluran suplemen tablet tambahan zat besi dapat Disesuaikan dengan usia kehamilan, terutama pada trimester pertama, kebutuhan zat besi diperkirakan berada pada angka sekitar 1 mg per. Setiap hari, kehilangan basal sekitar 0.8 mg ditambah dengan 30 - 40 mg. Untuk pembentukan sel darah merah serta pertumbuhan janin. Masuki Pada trimester kedua, kebutuhan akan zat besi meningkat menjadi 5 mg setiap harinya. Termasuk kehilangan dasar sekitar 0,8 mg setiap hari, beserta kebutuhan. Untuk pembentukan sel darah merah, diperlukan sekitar 300 mg, termasuk kebutuhan janin dan. Plasenta (konseptus) memiliki berat sebesar 115 mg. Di tahap akhir kehamilan atau Pada

trimester ketiga, kebutuhan akan zat besi adalah sekitar 5 mg per hari dengan Kenaikan tambahan kebutuhan bagi conceptus mencapai 223 mg. Dosis yang Disarankan untuk mengonsumsi suplemen tablet penambah darah sebanyak 1 kali 1. setiap hari, namun jika menderita anemia yang parah, maka dosisnya bisa. Ditingkatkan menjadi 2 tablet ukuran 1 setiap hari. Tentu, saya siap untuk membantu. (Widyawati, I. P. N, 2023).

Ketepatan cara mengonsumsi suplemen tablet tambah darah yang baik diantaranya yaitu :

- 1) Saat mengonsumsi suplemen tablet tambah darah maka harus dibarengi dengan minum air putih. Hindari minum bersama teh, kopi, atau susu sebab minuman tersebut dapat menurunkan penyerapan pada zat besi dalam tubuh, sehingga efektivitas suplemen menjadi berkurang.
- 2) Penggunaan tablet tambah darah terkadang menimbulkan efek samping ringan yang tidak berbahaya, seperti mual, rasa tidak nyaman, pada perut, sembelit, dan perubahan tinja menjadi berwarna hitam.
- 3) Untuk mengurangi keluhan yang muncul, dianjurkan mengonsumsi tablet tambah darah setelah makan malam, idealnya sebelum tidur.
- 4) Mengonsumsi suplemen tablet tambah darah tidak mengakibatkan kebanyakan darah ataupun tekanan darah tinggi.
- 5) Suplemen tablet tambah darah harus disimpan ditempat yang kering, terhindar dari sinar matahari langsung, jauh dari jangkauan anak-anak, dan ketika selesai dibuka maka harus ditutup rapat serta warna asli suplemen tablet tambah darah yaitu warna darah atau merah jika warnanya berubah sebaiknya jangan diminum.

b. Kunjungan Pemeriksaan Antenatal Care (ANC)

Penggunaan layanan perawatan antenatal (ANC) oleh wanita hamil adalah Salah satu langkah untuk menghindari dan mengatasi munculnya penyakit. bahkan permasalahan yang dapat mengancam ibu serta janinnya. Pelayanan antenatal care (ANC) merupakan layanan yang memiliki

standar tinggi dan Pemeriksaan yang menyeluruh untuk ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan diri selama Kehamilan hingga dimulainya proses kelahiran. Kunjungan ke layanan. Perawatan antenatal sangat penting bagi wanita hamil untuk melakukan deteksi awal terhadap adanya Masalah komplikasi yang terjadi selama masa kehamilan biasanya akan menjadi topik yang diajukan. Gejala yang muncul selama kehamilan antara lain adalah nyeri kepala. Jantung berdebar, merasa pusing, kesulitan bernapas, cepat merasa lelah, dan mengalami keputihan yang. Aroma, pergerakan janin, dan perubahan perilaku selama masa kehamilan.

Kunjungan untuk pemeriksaan perawatan antenatal (ANC) harus dilakukan sesuai dengan standar yang ditetapkan. Pelayanan harus dilakukan setidaknya sebanyak 6 kali. Dalam trimester pertama, sekurang-kurangnya dilakukan dua kali. Pemeriksaan pada trimester kedua harus dilakukan setidaknya satu kali. Ketiga, lakukan pemeriksaan setidaknya sebanyak 3 kali. Di mana dua kali pemeriksaan bagi ibu hamil. perlu menghubungi dokter sekali pada trimester pertama dan sekali lagi pada trimester ketiga. lakukan pengulangan sebanyak satu kali. Kegiatan kunjungan untuk pemeriksaan perawatan antenatal (ANC) bisa dilakukan. lebih dari enam kali disesuaikan sesuai kebutuhan dan saat terdapat keluhan, masalah, serta kondisi kesehatan yang terjadi selama masa kehamilan. Ibu membutuhkan pemeriksaan medis. dari dokter meliputi pemeriksaan dengan menggunakan USG (*Ultrasonografi*). Kedatangan Pada trimester pertama, ibu hamil akan melakukan pemeriksaan dengan dokter. Skrining yang berkaitan dengan faktor risiko kehamilan dan penyakit infeksi pada ibu. Pada masa hamil, saat kunjungan kedua di trimester ketiga, dokter akan Melakukan pemeriksaan terkait dengan faktor risiko dalam persalinan, serta penyusunan rencana. Persalinan dan rencana rujukan jika diperlukann (Lailiyana , 2023).

Adapun tujuan dilaksanakanya pemeriksaan antenatal care diantaranya :

- 1) Memonitor kondisi kehamilan ibu guna memastikan ibu serta janin dalam keadaan sehat.

- 2) Mempertahankan dan meningkatkan kesehatan fisik, mental serta sosial ibu dan janinnya.
- 3) Melaksanakan deteksi dini komplikasi dalam kehamilan
- 4) Mempersiapkan persalinan yang aman dan cukup bulan
- 5) Mempersiapkan ibu menjalani masa nifas yang normal
- 6) Mempersiapkan pemberian ASI eksklusif.
- 7) Mempersiapkan peran ibu serta keluarga supaya bisa menerima kelahiran bayi.

c. Pola Nutrisi

Kebiasaan makan yang tidak baik dapat menyebabkan anemia pada Kehamilan yang dipengaruhi oleh pola makan yang tidak baik, seperti terlambat makan dan kurangnya asupan gizi. Mengonsumsi air mineral, serta makan makanan yang kaya akan lemak dari. Kolesterol yang tinggi dan faktor-faktor lain yang dapat mengurangi kekuatan sistem imun. Pada saat kehamilan, ibu perlu memastikan bahwa makanan yang akan dapat dimakan dengan aman dan sehat serta memenuhi kebutuhan gizi yang cukup. Jumlah asupan yang baik bagi ibu hamil adalah mengonsumsi makanan pokok sebanyak 3 kali. Satu kali sehari ditambah dengan dua kali makanan ringan. dan ukuran makanan yang disajikan Jumlah makanan harus lebih banyak dibandingkan dengan porsi yang dimakan sebelum masa kehamilan. Kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan oleh wanita hamil meliputi kalori, asam folat, dan lemak. Protein, karbohidrat, kalsium, zat besi, serta vitamin A, C, D, dan yodium.

Penyerapan zat besi dipengaruhi oleh kombinasi makanan yang berbeda. Dikonsumsi, sementara zat yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi adalah. Contohnya adalah vitamin C yang terdapat dalam pepaya, jeruk, mangga, jambu biji, dan sebagainya. dan sumber protein dari hewan seperti daging kambing, sapi, ayam, serta lemak. dan hati. Sedangkan bahan yang dapat menghalangi penyerapan zat besi.

#### d. Pencegahan Dan Pengobatan Penyakit Infeksi

Pencegahan dan pengobatan masalah anemia pada ibu hamil dengan penyakit infeksi dilakukan secara bersama. Penyakit infeksi diantaranya kecacingan, malaria, dan tuberkolosis, pengobatan dapat dilaksanakan di rumah sakit ataupun dipuskemas sesuai rekomendasi dokter. (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

- 1) Pencegahan kecacingan selama hamil dilakukan dengan cara membersihkan makanan yang akan dikonsumsi misal buah, sayuran, dan bahan makanan lain, memasak sampai benar-benar matang, menjaga kebersihan diri seperti mencuci tangan dengan air mengalir serta menggunakan sabun setiap kali sebelum makan serta setelah buang air, dan menggunakan alas kaki apabila keluar rumah.
- 2) Pencegahan malaria dapat dilaksanakan dengan menggunakan kelambu serta memakai obat anti nyamuk.
- 3) Pencegahan penyakit infeksi tuberkolosis yaitu dengan mengonsumsi makanan bergizi yang seimbang, menjaga lingkungan, khususnya tempat tinggal, serta memastikan pencahayaan dan sirkulasi udara yang baik.

### **2.3 Konsep Dasar Keluarga**

#### **2.3.1 Pengertian Keluarga**

Keluarga merupakan sekelompok orang, dua ataupun lebih yang tinggal bersama, baik secara emosional dekat satu sama lain, perkawinan, adopsi, tidak memiliki hubungan darah, serta tidak memiliki batasan keanggotaan Menurut Friedman et al (2010). Keluarga merupakan sekelompok orang dan tinggal dalam satu rumah yang sama melalui perkawinan, kelahiran ataupun adopsi dan saling berinteraksi, bergantung dan berkontribusi terhadap kesehatan masing-masing anggota keluarga dan masyarakat. Keluarga adalah sekelompok orang yang saling mendukung, saling menghormati, dan berpartisipasi dalam perkembangan fisik, mental, atau sosial satu sama lain (Akhriansyah. M et al, 2023).

### 2.3.2 Fungsi Keluarga

Fungsi keluarga berfokus terkait bagaimana keluarga dapat mencapai seluruh tujuannya. adapun unsur-unsur umum yang dikemukakan oleh Friedman yaitu (Akhriansyah. M et al, 2023) :

#### a. Fungsi Afektif

Fungsi afektif merupakan fungsi yang berhubungan dengan fungsi internal dalam keluarga yaitu memberikan rasa aman, kasih sayang, serta dukungan psikososial terhadap anggota keluarga. Fungsi efektif dikatakan berhasil apabila orang yang tinggal bersama dalam keluarga yang bahagia. memiliki citra diri yang positif, perasaan penting serta saling memiliki, dan kasih sayang dalam keluarga dipupuk oleh semua anggota keluarga. sedangkan fungsi afektif dalam keluarga ketika tidak terpenuhi maka akan mengakibatkan permasalahan dalam keluarga.

#### b. Fungsi Sosialisasi

Fungsi sosial adalah fungsi yang membantu seseorang untuk menjalankan perannya dalam lingkungan sosial dan berkontribusi dalam proses perkembangan tiap individu

#### c. Fungsi Reproduksi

Fungsi reproduksi merupakan peran keluarga fungsi dalam mempertahankan garis keturunan dan menjaga keberlangsungan keluarga.

#### d. Fungsi Ekonomi

Fungsi ekonomi merujuk pada peran keluarga dalam memenuhi kebutuhan hidup secara finansial serta mengembangkan kemampuan setiap anggota keluarga untuk meningkatkan pendapatan demi mencukupi kebutuhan sehari-hari.

#### e. Fungsi Pemeliharaan Kesehatan Atau Perawatan

Keluarga dalam pemeliharaan kesehatan berfungsi untuk memelihara kesehatan dan menjaga produktivitas setiap anggota keluarga agar tetap tinggi serta mampu dalam memberikan perawatan pada keluarga.

### 2.3.3 Peran Keluarga

Peran keluarga terbagi menjadi (Akhriansyah. M et al, 2023) :

#### a. Peran Formal

Peran formal termasuk peran pernikahan dan peran orang tua (parental) seperti peran dalam mengatur rumah tangga, provider, perawatan dan sosialisasi anak, terapeutik, persaudaraan, rekreasi dan peran seksual.

#### b. Peran Informal

Peran informal dalam keluarga yaitu sebagai pengharmonis, pendorong, pendamai, inisiator dan kontributor, pengasuh, penghibur dan perantara keluarga.

Menurut effendi (2002) peran keluarga terbagi dalam beberapa diantaranya adalah :

#### a. Peran Ayah

Seorang ayah memiliki peran sebagai suami bagi istri serta orangtua bagi anak-anaknya dan memiliki peranan sebagai kepala rumah tangga, pencari nafkah, pendidik, pelindung, dan memberikan rasa aman bagi seluruh anggota keluarganya. Selain itu, ayah merupakan bagian dari kelompok sosial dan masyarakat di lingkungannya.

#### b. Peran Ibu

Ibu memiliki peran sebagai istri dari suami serta orang tua bagi anak-anaknya yang memiliki peranan dalam mengurus rumah tangga, pengasuh, pendidik untuk anak-anaknya, sebagai anggota dari peranan sosial dan salah satu anggota masyarakat dari lingkungannya. serta ibu memiliki peranan dalam mencari nafkah tambahan untuk keluarganya.

#### c. Peran Anak

Anak memiliki tanggung jawab untuk menjalankan fungsi psikososial yang sesuai dengan tahap perkembangan fisik, mental, spiritual, dan sosial yang sedang dialaminya.

#### 2.3.4 Tahapan Perkembangan Keluarga

Tahapan perkembangan keluarga (Akhriansyah. M et al, 2023), dibagimenjadi delapan tahaptermasuk :

- a. Pasangan yang baru (keluarga yang baru). Keluarga baru terbentuk ketika seorang pria. Dan perempuan menikah secara resmi dan mulai menciptakan kehidupan rumah tangga. Tangga pribadi, terpisah dari anggota keluarga masing-masing.
- b. Keluarga yang memiliki anak pertama (Mengandung anak). Proses ini Mulai dari masa kehamilan sampai lahirnya anak pertama, serta berlangsung hingga anak berusia kira-kira 30 bulan.
- c. Keluarga yang memiliki anak dalam usia prasekolah. Tahap ini dimulai ketika anak-anak Pada umur antara 2,5 tahun sampai 5 tahun. Saat ini, keluarga Cenderung sangat padat, karena anak-anak masih sangat memerlukan bimbingan dari orang dewasa. Tua. Oleh sebab itu, kedua orang tua, baik ibu maupun ayah, perlu menyusun pengaturan. Mengelola waktu dengan baik untuk memenuhi kebutuhan keluarga, baik sebagai pasangan maupun sebagai orang tua.
- d. Keluarga yang memiliki anak yang bersekolah. Tahap ini dimulai saat anak mulai bersekolah. Pendidikan dimulai pada usia 6 tahun dan selesai ketika anak mencapai usia 12 tahun. Pada fase ini, keluarga umumnya sudah memperoleh jumlah anggota yang cukup. Maksimal, itulah alasan mengapa keluarga biasanya sangat sibuk. Selain aktivitas di Lembaga pendidikan. Setiap anak memiliki kegiatan dan minat yang berbeda, sama Seperti halnya orang tua menjalani kegiatan yang berbeda dari anak-anak mereka.
- e. Keluarga yang memiliki anak dalam usia remaja. Proses ini dimulai saat anak yang pertama. berumur 13 tahun dan selesai pada umur 18 tahun, atau ketika anak mulai meninggalkan kediaman orang tuanya. Ini adalah periode yang penuh tantangan. Karena orang tua mulai membagi sebagian tanggung jawab dan Memberikan kesempatan kepada anak untuk tumbuh menjadi individu yang mandiri dan Bertugas dan memiliki kepentinga

terhadap hasil atau tindakan tertentu. Keluarga yang memiliki anak-anak yang telah dewasa. Tahap ini dimulai ketika anak-Anak bungsu mulai pergi dari rumah. Durasi dari tahap ini bergantung pada Jumlah anak serta apakah masih terdapat anak yang tinggal dengan orang tua.

- f. Keluarga yang berada dalam fase usia tengah. Tahap ini berlangsung setelah semua anak hadir. Saatnya untuk meninggalkan rumah dan berlanjut hingga masa pensiun atau apabila salah satu pihak pasangan wafat. Pada tahap ini, sepertinya tidak. Mudah disebabkan oleh tantangan usia yang lanjut, rasa gagal sebagai orang tua, dan Pemisahan dari anak.
- g. Keluarga usia pertengahan. Tahap ini terjadi setelah seluruh anak tiba saatnya meninggalkan rumah dan berlangsung hingga masa pensiun atau ketika salah satu pasangan meninggal dunia. Ditahap ini, rasanya tidak mudah karena kendala lanjut usia, perasaan gagal sebagai orang tua, dan perpisahan dari anak.
- h. Keluarga dengan anggota yang berusia lanjut. Tahap ini merupakan fase penutup dari Perkembangan keluarga dimulai ketika salah satu pasangan memasuki masa pensiun atau meninggal dunia. Proses penuaan merupakan suatu fakta yang tak dapat dihindari yang diakibatkan oleh stres dan kehilangan yang dirasakan Keluarga..

## **2.4 Konsep Dasar Pengetahuan**

### **2.4.1 Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan diartikan sebagai pemahaman yang dimiliki oleh seseorang. Individu berkaitan dengan elemen-elemen teoritis atau praktis (pengetahuan dan keterampilan). Pengetahuan yang dimiliki oleh individu berperan krusial dalam keterampilan individu tersebut. Pengetahuan yang tersedia dapat disimpan dalam teknologi, metode, literatur, dan kebiasaan. Pengetahuan dapat mengalami transformasi. ketika diterapkan dengan benar. Pengetahuan memiliki banyak manfaat. untuk kemajuan dan kesejahteraan baik individu maupun masyarakat (Prasanti, A. M., 2021).

Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengenali suatu hal yang kemudian. didapatkan melalui pengamatan terhadap objek tertentu. Proses

tersebut melibatkan lima indera manusia, termasuk indra penglihatan dan indra penciuman. pendengaran, rasa, dan sentuhan. Umumnya, pengetahuan yang paling Banyak informasi didapat melalui indra penglihatan dan pendengaran (Prasanti, A. M., 2021).

Pengetahuan adalah faktor yang amat penting guna untuk membentuk tindakan dari seseorang, baik dilihat melalui pengalaman maupun penelitian yang berdasarkan pengetahuan (Prasanti, A. M, 2021).

#### 2.4.2 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan terdiri dari enam tingkat (Prasanti, A. M, 2021), sebagai berikut (Prasanti, A. M, 2021):

a. Tahu (*know*)

Mengetahui didefinisikan sebagai proses mengingat materi yang telah dipelajari. ini adalah tingkat pengetahuan terendah, dan alat pengukuran yang digunakan mencakup kata kerja seperti mendeskripsikan, menyebutkan, menyatakan, dan mendefinisikan.

b. Pemahaman (*comprehension*)

Pemahaman didefinisikan sebagai suatu kemampuan untuk menginterpretasikan topik yang diketahui dengan akurat dan tepat serta menyampaikan materi dengan menjelaskan, merangkum, memberikan contoh, dan memprediksi topik atau objek yang akan dipelajari.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk memanfaatkan materi yang telah dipelajari sebelumnya dalam konteks yang jelas dan nyata.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk menguraikan suatu objek kedalam bagian-bagian atau komponennya. Meskipun demikian, setiap komponen tetap berada dalam satu kesatuan struktur yang saling berhubungan. Proses ini dapat diukur dan dievaluasi melalui tindakan seperti membedakan, mengelompokkan, menciptakan, atau memisahkan.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis didefinisikan sebagai kemampuan untuk menghubungkan dan mengatur bagian-bagian menjadi suatu kesatuan yang baru atau untuk merumuskan suatu formulasi baru dari yang sudah ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menilai mengenai suatu materi berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan sendiri atau menggunakan kriteria yang ada.

#### 2.4.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya (Prasanti, A. M, 2021):

a. Usia

Usia memengaruhi cara berpikir dan kemampuan memahami seseorang. Seiring bertambahnya umur, kemampuan berpikir dan menangkap informasi juga berkembang. Namun, pada rentang usia 40 hingga 60 tahun, kemampuan berpikir dan daya tangkap umumnya mulai menurun.

b. Pendidikan

Kemampuan seseorang dalam memahami dan menyerap pengetahuan sangat dipengaruhi oleh tingkat pendidikannya. Secara umum, semakin tinggi jenjang pendidikan yang dicapai, maka proses pembelajaran akan lebih baik, sehingga pengetahuannya pun cenderung lebih tinggi.

c. Pengalaman

Pengalaman merupakan cara seseorang memperoleh pengetahuan yang sebenarnya, yaitu dengan mengulang kembali informasi yang telah didapat saat menghadapi berbagai permasalahan. Pengalaman tersebut kemudian dapat dimanfaatkan untuk menambah pengetahuan.

d. Informasi

Informasi yang diperoleh melalui media seperti radio, surat kabar, televisi, majalah, atau sumber lainnya dapat meningkatkan wawasan seseorang, meskipun tingkat pendidikannya tergolong rendah.

e. Sosio-Kultural Dan Ekonomi

Segala hal yang dilakukan berulang kali oleh seseorang ataupun masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan. Lain dari itu, status ekonomi juga akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang karena status ekonomi yang baik maka menyediakan pengetahuan fasilitas yang dibutuhkan untuk memperoleh pengetahuan.

f. Lingkungan

Lingkungan mempengaruhi proses penyerapan pengetahuan. ini disebabkan oleh interaksi yang akan persepsikan sebagai pengetahuan oleh semua orang.

#### 2.4.4 Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan seseorang dapat diukur melalui tes wawancara atau dengan menggunakan kuesioner, dan memberikan beberapa pertanyaan kepada responden terkait isi materi yang dimaksud untuk dinilai, dan menyelaraskan dengan tingkatannya. secara umum, jenis-jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk mengukur pengetahuan (Prasanti, A. M, 2021), meliputi :

a. Pertanyaan Subjektif

Menggunakan pertanyaan dalam bentuk subjektif seperti pertanyaan esai, dimana penilai melibatkan faktor-faktor subjektif dari para penilai, dimana hasil dari penilaian akan berbeda.

b. Pertanyaan Objektif

Menggunakan pertanyaan dalam bentuk objektif, seperti pilihan ganda, benar atau salah, dan mencocokkan, di mana penilai dapat dilakukan akurat oleh penilai.

Pengukuran tingkat pengetahuan seseorang dapat diklasifikasikan kedalam tiga kategori (Prasanti, A. M, 2021), sebagai berikut :

1. skor  $\geq 75$ -100 berada pada kategori baik
2. skor 56-75 berada pada kategori cukup
3. skor  $< 56$  berkategori rendah.

## **2.5 Pendidikan Kesehatan**

### **2.5.1 Pengertian Pendidikan Kesehatan**

Pendidikan kesehatan adalah suatu usaha yang disusun secara terencana untuk mengubah perilaku individu, keluarga, kelompok, maupun masyarakat (Induniasih & Ratna, 2017). Sementara itu, menurut Maulana (2009), pendidikan kesehatan mencakup aktivitas intelektual, psikologis, dan sosial yang berperan dalam meningkatkan kesadaran serta kemampuan individu untuk mengambil keputusan yang berdampak pada kesejahteraan diri, keluarga, dan masyarakat. (Griyadi N, 2019).

### **2.5.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan**

Pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengubah perilaku individu maupun masyarakat melalui peningkatan pengetahuan, kesadaran, kemauan, serta kemampuan dalam menjalani hidup sehat dan berperan aktif dalam upaya kesehatan. Secara lebih rinci, (Griyadi N, 2019). Menjelaskan tiga tujuan pendidikan kesehatan, yaitu:

- a. Menempatkan kesehatan sebagai nilai penting dalam kehidupan masyarakat. Oleh karena itu, tenaga pendidik kesehatan memiliki tanggung jawab untuk membimbing masyarakat agar menerapkan pola hidup sehat hingga menjadi kebiasaan sehari-hari.
- b. Membantu individu mencapai kehidupan sehat dengan melaksanakan berbagai kegiatan, baik secara mandiri maupun berkelompok.
- c. Mendorong pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan secara tepat dan bijaksana. Hal ini karena dalam praktiknya sering terjadi penggunaan sarana kesehatan yang berlebihan atau sebaliknya, fasilitas tersedia tetapi tidak dimanfaatkan sebagaimana mestinya ketika dibutuhkan.

### 2.5.3 Media Pendidikan Kesehatan

Media pendidikan kesehatan adalah sarana atau alat bantu yang dipakai untuk menyampaikan informasi sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan diterima oleh masyarakat (Notoatmodjo, 2012). Media yang digunakan dapat berupa elektronik maupun media cetak. Salah satu bentuk media elektronik maupun media cetak yang umum dipakai dalam pendidikan kesehatan menurut (Griyadi N, 2019). yaitu :

#### a. Vidio

Video merupakan salah satu media yang dianggap lebih efektif dibandingkan media lain seperti grafik atau audio. Teknologi ini memanfaatkan proses penangkapan, perekaman, pengolahan, penyimpanan, hingga pemindahan rangkaian gambar diam yang kemudian ditampilkan dalam bentuk gerakan secara elektronik. Pemanfaatan video dalam multimedia interaktif mampu menghadirkan pengalaman baru bagi pengguna. Selain itu, video juga menjadi sarana penyampaian informasi yang menarik, nyata (live), serta memberikan sumber daya yang dinamis bagi berbagai aplikasi multimedia (Notoatmodjo, 2014).

#### b. *Leaflet*

Leaflet merupakan lembaran kertas yang dilipat berisi ringkasan materi tertentu yang ditujukan kepada sasaran pendidikan kesehatan. Biasanya, leaflet dilengkapi dengan gambar atau ilustrasi untuk membantu pembaca memahami isi informasi dengan lebih mudah.

## 2.6 Teori Keperawatan Promosi Kesehatan Nola J Pender

Model Promosi Kesehatan merupakan suatu pendekatan yang memberikan gambaran hubungan antara manusia dengan lingkungan baik fisik dan sosialnya dalam berbagai aspek. Pendekatan ini menggabungkan teori Expectancy-Value (nilai harapan) dan teori Social Cognitive Theory (kognitif sosial) dalam pandangan keperawatan yang memandang manusia secara menyeluruh. (Yuniarti, R, 2022). Berikut adalah komponen elemen dari teori ini menurut :

### 2.6.1 Expectancy-Value Theory (Teori Nilai Harapan)

Dari teori ini menyatakan bahwa sifat rasional dan ekonomis merupakan perilaku sehat. Seseorang akan mulai berperilaku dan terus mempertahankan perilaku tersebut, dengan dua hal utama sebagai landasan:

- a. Bernilai positif dari hasil tindakan yang telah dilakukan
- b. Tindakan diambil untuk mencapai hasil yang telah diinginkan.

### 2.6.2 Social Cognitive Theory (Teori Kognitif Sosial)

Manusia mempunyai kemampuan dasar menurut teori Social Cognitive yaitu sebagai berikut:

- a. Simbolisasi adalah proses transformasi pengalaman untuk dijadikan petunjuk dalam tindakan yang akan datang.
- b. Pikiran ke depan adalah kemampuan dalam diri seseorang untuk mengantisipasi kejadian-kejadian yang tidak akan terduga dimasa depan serta membuat rencana tindakan yang mempunyai tujuan dimasa depan.
- c. Belajar dari pengalaman orang lain adalah salah satu kemampuan seseorang dalam menetapkan aturan bagi generasi mendatang dan mengarahkan perilaku melalui pengamatan tanpa harus melalui trial dan error.
- d. Pengaturan diri ialah menggunakan standar pribadi serta evaluasi terhadap diri sendiri untuk mendorong serta mengendalikan perilaku, termasuk mengelola lingkungan sekitar guna membangkitkan motivasi dalam bertindak atau berperilaku.
- e. Refleksi diri adalah proses berpikir tentang cara seseorang berpikir dan secara aktif mengubah proses berpikir tersebut.

Model Promosi Kesehatan (Health Promotion Model - HPM) adalah suatu teori yang berasal dari teori perilaku (Human Behavior Model). HPM bertujuan untuk meningkatkan kesadaran individu mengenai pentingnya peran mereka dalam upaya pencegahan primer dan promosi kesehatan. Di sisi lain, tenaga kesehatan memiliki peran dalam memberikan dukungan kepada klien agar dapat mengadopsi perilaku kesehatan yang tepat.(Yuniarti, R, 2022).

Konsep utama dan definisi yang disajikan dapat ditemukan dalam HPM yang telah diperbarui. Berikut ini adalah ciri-ciri individu dan pengalaman yang memengaruhi keputusan kesehatan selanjutnya:

a. Perilaku yang Berhubungan dengan Masa Lalu

Frekuensi perilaku yang serupa atau hampir sama dengan perilaku masa lalu. Dampak langsung maupun tidak langsung terhadap kecenderungan untuk melaksanakan perilaku yang mendukung kesehatan.

b. Faktor Personal

Faktor ini dibagi menjadi biologis, psikologis, dan sosiokultural. Faktor-faktor ini berfungsi sebagai prediktor berdasarkan perilaku yang ada dan dipengaruhi oleh kondisi perilaku sasaran yang sedang diteliti.

c. Keuntungan Yang Dirasa Dari Suatu Tindakan

Manfaat yang dirasakan dari suatu tindakan mengacu pada manfaat positif yang diharapkan individu setelah menjalankan tindakan atau perilaku kesehatan tertentu. Harapan akan hasil yang baik ini menjadi salah satu pendorong dalam mengambil keputusan untuk menerapkan perilaku tersebut.

d. Kendala yang Dirasakan dalam Melaksanakan Tindakan

Kendala yang dirasakan adalah hambatan yang harus diantisipasi atau sudah dialami, termasuk pengorbanan pribadi akibat menjalankan perilaku tersebut.

e. Persepsi terhadap Keyakinan Diri

Persepsi terhadap keyakinan diri merujuk pada penilaian individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melakukan perilaku yang mendukung kesehatan. Semakin tinggi keyakinan diri, semakin kecil hambatan yang dirasakan dalam melakukannya.

f. Afek yang terkait dengan kegiatan

Afek mencakup perasaan positif atau negatif yang muncul sebelum, saat, dan setelah melakukan suatu perbuatan, tergantung pada sifat aktivitas tersebut. Afek ini memengaruhi kepercayaan diri, sehingga

semakin positif perasaan subjektif, semakin besar dampak positifnya. Semakin positif perasaan, semakin besar dampaknya dan sebaliknya.

g. Pengaruh dari hubungan antarpersonal

Pengaruh ini meliputi pikiran, keyakinan, dan sikap terhadap perilaku orang lain. Termasuk di dalamnya norma sosial, dukungan emosional dan praktis, serta pembelajaran melalui pengamatan. Sumber utamanya adalah keluarga, teman sebaya, dan tenaga kesehatan.

h. Pengaruh Dampak Yang Disebabkan Oleh Situasi

Pengaruh situasional merupakan hasil dari persepsi dan proses kognisi individu terhadap lingkungan sekitarnya atau konteks yang dapat mendukung atau menghalangi suatu perbuatan. Hal ini meliputi bagaimana individu memandang pilihan yang ada, sifat dari tuntutan yang dihadapi, serta aspek estetika pada saat perilaku kesehatan perlu dijalankan. Pengaruh ini dapat memengaruhi perilaku kesehatan secara langsung maupun tidak langsung.

i. Ketekunan terhadap rencana tindakan

Ketekunan terhadap rencana tindakan merupakan bentuk komitmen yang mencerminkan pemahaman individu terhadap tujuan yang ingin dicapai, serta kesediaannya untuk mengidentifikasi dan mengikuti strategi-strategi yang telah dirancang sebelumnya. Komitmen ini berperan penting dalam mendukung pelaksanaan perilaku kesehatan secara konsisten dan berkelanjutan.

j. Pilihan dan tuntutan yang bersaing secara langsung

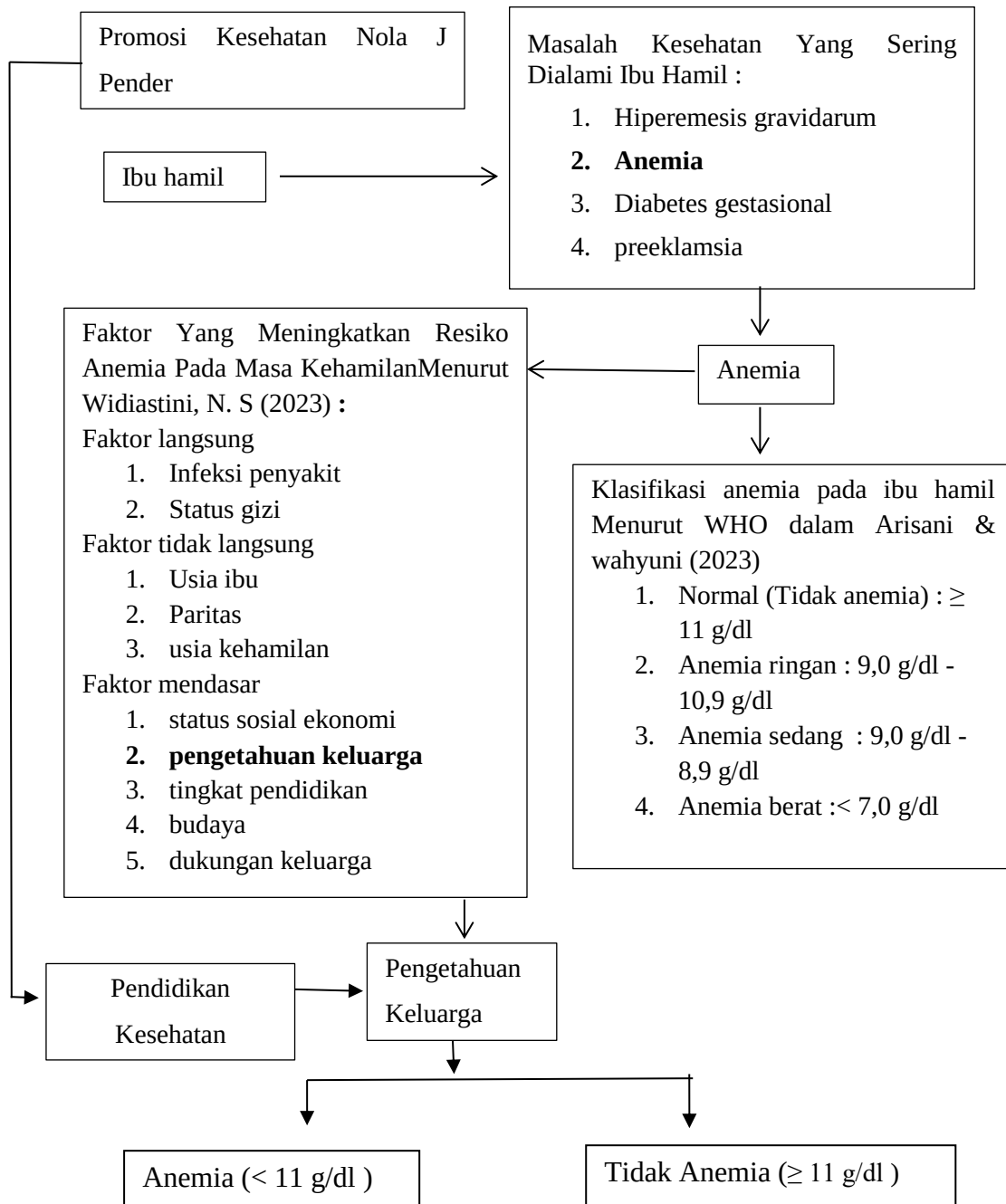
Tuntutan bersaing merupakan perilaku lain yang sulit dikendalikan oleh individu karena dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, seperti beban pekerjaan atau kewajiban dalam keluarga. Sementara itu, pilihan bersaing adalah perilaku alternatif yang cenderung lebih mudah dikontrol oleh individu, misalnya dalam memilih es krim atau buah apel sebagai camilan.

k. Tindakan yang Mendukung Kesehatan

Perilaku yang mendukung kesehatan adalah tindakan yang diarahkan untuk mencapai kondisi kesehatan yang optimal, seperti kesejahteraan, pemenuhan pribadi, dan kehidupan yang produktif.

Beberapa contoh perilaku yang berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan antara lain mengonsumsi makanan bergizi, rutin olahraga, menjaga keseimbangan emosi dan stres, mencukupi waktu tidur, memperkuat aspek spiritual, serta menjalin hubungan sosial yang sehat dan positif.

## 2.7 Kerangka Teori



Sumber : Widyawati, I. P. N (2023).WHO dalam Arisani & wahyuni (2023), (Hutagoal, A. , 2021), Triharini (2023), Hermawan, W. A et. al, (2024), Arikunto (2010) dalam Prasanti, A. M (2021).

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan keluarga tentang pencegahan anemia pada ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan, tingkat pengetahuan keluarga tentang pencegahan anemia pada ibu hamil masih tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga belum memiliki pemahaman yang baik mengenai penyebab, tanda dan gejala, serta upaya pencegahan anemia selama kehamilan. Kurangnya informasi dan edukasi kesehatan menyebabkan keluarga belum optimal dalam memberikan dukungan kepada ibu hamil untuk mencegah anemia.
2. Tingkat pengetahuan keluarga tentang pencegahan anemia pada ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan, terjadi peningkatan pengetahuan keluarga tentang pencegahan anemia pada ibu hamil. Melalui media video dan *leaflet*, keluarga menjadi lebih memahami pentingnya asupan gizi yang seimbang, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah, serta pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin. Penyampaian informasi dengan media yang menarik dan mudah dipahami mampu meningkatkan perhatian, pemahaman, serta motivasi keluarga dalam mendukung kesehatan ibu hamil.
3. Berdasarkan hasil uji Paired Sample T-Test pada tabel 5.3 dan 5.4, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, baik pada variabel pengetahuan keluarga maupun pencegahan anemia pada ibu hamil. Hal ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan melalui media video dan *leaflet* efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga serta kemampuan dalam menerapkan tindakan pencegahan anemia. Peningkatan pengetahuan keluarga setelah intervensi menyebabkan perubahan perilaku dalam mendukung ibu hamil untuk mencegah anemia,

seperti memperhatikan asupan makanan yang bergizi seimbang, mengingatkan konsumsi tablet tambah darah secara rutin, menjaga kebersihan diri, serta memastikan ibu hamil melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur. Dengan demikian, hasil uji statistik ini memperkuat bahwa pendidikan kesehatan memiliki pengaruh nyata terhadap peningkatan pengetahuan keluarga dan perilaku pencegahan anemia pada ibu hamil.

## **6.2 Saran**

Adapun saran dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu:

### **1. Pihak Puskesmas Malunda**

Peneliti merekomendasikan kepada pihak puskesmas dan tenaga kesehatan untuk perlu meningkatkan kegiatan edukasi kepada masyarakat, khususnya kepada ibu hamil terkait anemia dan pencegahannya, penyampaian informasi yang mudah dipahami yang diberikan secara rutin dapat membantu dalam mengubah perilaku menjadi ke arah yang lebih sehat.

### **2. Peneliti selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan melibatkan lebih banyak sampel dan jangka waktu intervensi yang lebih panjang, agar dampak pengetahuan terhadap praktik lebih terukur. Menambahkan variabel lain seperti tingkat ekonomi, status gizi ibu, budaya lokal, atau peran tenaga kesehatan sebagai mediator dalam edukasi. Disarankan untuk menggunakan metode campuran (mixed methods) agar memperoleh data kuantitatif dan kualitatif yang lebih mendalam. Peneliti berikutnya dapat juga melibatkan ibu hamil secara langsung dalam pengambilan data sehingga efek langsung terhadap perubahan perilaku bisa dianalisis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhriansyah, M., Langelo, W., Aji, R., Anugrah, A. K., Syarif, I., Dasa, M., Wiratikusuma, Y., Nulhakim, L., Budiawan, H., & Samiun, Z. (2023). *Keperawatan keluarga*. GET PRESS INDONESIA.
- Amruddin, Priyanda, R., Agustina, T. S., Ariantini, N. S., Rusmayani, N. G. A. L., & Aslindar, D. A. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Penulis* (P. P. PUSTAKA (ed.); 1st ed.).
- Ardela, O. P., Riya, R., Sulastri, & Ningsih, N. K. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Jarak Kehamilan Dengan Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 3(9), 2810–2818.
- Arisani, G., & Wahyuni, S. (2024). *Cegah Anemia Dalam kehamilan*. Poltekkes Kemenkes Palangkaraya.
- Ariyanti, S., Sulistyono, E., Rahmawati, P. M., Surtikanti, Aristawati, E., & Rahmi, C. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga* (1st ed.). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Aulia, D. H. (2022). Hubungan Status Paritas Dan Pekerjaan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II Di PKM Purwokerto Selatan , Kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 0231, 217–226.
- Azizah, Suprpti, & Wulandari, L. P. (2024). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Di Tpmn N, Karangploso Kabupaten Malang. *JUSINDO*, 6(1), 183–193.
- Damayanti, A. R. R., & Futriani, E. S. (2024). Efektivitas Edukasi Anemia Melalui Media Video Dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil. *Jurnal Medika Malahayati*, 8(1).
- Devinia, N. U. R. (2020). *Hubungan Pola Makan Dan Status Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Systematic Review*. Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur.
- Diarti, D. P., Ayu, D. P., & Kartika, R. C. (2023). Efektivitas Edukasi Gizi Berbasis Penyuluhan Menggunakan Media Flipchart Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Ibu Hamil. *HARENA: Jurnal Gizi*, 4(2), 75–80.
- Efendi, S., & Supinganto, A. (2023). Pencegahan Kesehatan Remaja : Pendidikan

- Kesehatan dan Peran Keluarga di Daerah Pesisir. *Bali Medika Jurnal*, 10(2), 244–252.
- Fauziah, S., Tampubolon, R., & Fretes, F. de. (2020). Identifikasi Faktor-Faktor Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II Di Puskesmas Wilayah Kerja Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 219–227.
- Fitri, N. L., Sari, S. A., Nurhayati, S., Pakarti, A. T., Supardi, & Hasanah, U. (2023). Hubungan Usia Gestasi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 58–62. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.519>
- Fuadi, C. A. P. (2021). *Efektifitas Edukasi Media Video Dan Leaflet Tentang Pencegahan Covid-19 Terhadap Dewa Kota Bengkulu Tahun 2021 Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Bengkulu Tahun 2021*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Griyadi, N. P. K. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Wanita Usia Subur Dalam Pencegahan Kurang Energi Kronis Di Banjar Dinas Eka Adnyana Kubu Karangasem*. Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali.
- Handayani, R., Ramaita, Ajani, A. T., & Novera, M. (2023). Peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga pasien dalam penatalaksanaan dan pencegahan anemia. *Sarwahita : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 20(2), 163–171.
- Hariyanto, C. A., & Rahayungsih, F. B. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Pola Hidup Sehat Selama Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5803–5811.
- Harmawati, & Etriyanti. (2018). Upaya Pencegahan Anemia Pada Pasien Dan Keluarga. *Jurnal Abdimas Saintika*, 4(1).
- Hasanah, M., Darmawati, & Ardhia, D. (2021). Pengetahuan Ibu Hamil Dan Dukungan Keluarga Dalam Pencegahan Anemia Defisiensi Zat Besi. *JIM FKep*, 5(1), 35–41.
- Hastuty, D., & Mangallo, A. (2025). Hubungan Status Sosial Ekonomi Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 20(2), 12–18.
- Heriansyah, R., Rangkuti, N. A., & Anemia, K. (2019). Hubungan Jarak Kehamilan Dengan Kejadian Anemia Ibu Di Puskesmas Danau Marsabut Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 4(2).

- Hermawan, V. K., Karisma, A. C. S., Permatasari, A. D., Pandelaki, B. A. U., Munandar, N. C., & Kristanti, A. W. (2024). Analisis Penyakit Penyerta Ibu Hamil Di Puskesmas Candilama Periode September 2022 Sampai Oktober 2023. *Jurnal Pranata Biomedika*, 3(1), 16–31.
- Husna, A. R., & Asri. (2019). *Pengaruh Family Empowerment Terhadap Family Support Pada Keluarga Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojo Surabaya* (Issue 0731108102). Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Hutagaol, A. (2021). *Teori Keperawatan Maternitas*. UIM Press.
- Inayah, M., Zakiyah, N., Ibrahim, Y., & Penyami, Y. (2023). Pemberdayaan Keluarga Melalui Gerakan Sayang Ibu Hamil (GESIB) Dalam Upaya Mewujudkan Ibu Hamil Bebas Anemia Di Kelurahan Bendan Kergon Kota Pekalongan. *JLPM: Jurnal Lintas Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1–6.
- Khofifah, A., Rahmawati, N., & Syafrullah, H. (2021). Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pencegahan & Pengobatan Anemia Defisiensi Besi Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Di Pmb Bd.I Kabupaten Bandung. *Zona Kebidanan*, 12(1), 73–82.
- Lestari, A. D. (2025). *Pengaruh Jus Jambu Biji Merah Disertai Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia ( Studi Di Puskesmas Cukir )*. Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika.
- Lubis, D. P. U. (2022). *Perawatan Maternitas*. Penerbit K-Media.
- Masdalena, Yulia, I., Haq, R. A. N., & Herlina, Y. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 6(1), 299–310.
- Mudjiati, I., Achadi, E. L., Syauqiyatullah, A., Tejawati, A. K., Wahyuningrum, M. R., Permatasari, N. I., & Yumeida, T. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri*. Kementerian Kesehatan RI Direktorat.
- Nabila, H., Kesumadewi, T., & Immawati. (2022). Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara Tahun 2021 Implementation. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 202–209.
- Nurhaliza, P. A. (2025). Hubungan kepatuhan kunjungan antenatal care (ANC) dan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *The Journal of Mother and Child Health Consersns*, 5(1).

- Sari, S. A., Fitri, N. L., & Dewi, N. R. (2021). Hubungan Usia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Kota Metro. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6, 6–9.
- Septy Ariani, Zalukhu, M., & Winarni, L. M. (2024). Hubungan kekurangan energi kronik dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *JMM (Journal of Midwifery Madani)*, 1(1), 11–18.
- Setyorini, D., Putri, K. M., Danti, R. R., Putri, R. B., Lestari, A., & Lailiyana. (2023). *Keperawatan Maternitas Dan Keluarga Berencana*. Penerbit PT Kimshafi Alung Cipta.
- Simarmata, M., Kamelia, Rismalia, Srininta, Rohhasianti, Zebua, E. P., & Zebua, I. M. (2024). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Kehamilan Berbasis Keluarga Di Desa Bangun Rejo Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, 2(4), 1320–1327.
- Sinaga, J., & Virgian, K. (2024). *Pengaruh media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil tentang anemia*. 18(9), 1076–1082.
- Suciati, R., & Wiyoko, P. F. (2022). Hubungan Paritas dengan kejadian Hipertensi pada Kehamilan. *Borneo Student Research*, 4(1), 9–15.
- Suleni, S., Atika, S., Hs, S., & Dewi, N. R. (2024). Penerapan Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Pada Kehamilan Di Uptd Puskesmas Purwosari Metro Utara. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(4), 599–607.
- Sutarno, Sarwa, & Apriani, E. (2023). *Buku Ajar Promosi Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan*. Unaic Press.
- Tendean, A. F., Ering, C. N., & Makasudede, S. (2022). Hubungan Usia Ibu Hamil, Usia Kehamilan, Dan Kepatuhan Mengkonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Fakultas Keperawatan Universitas Klabat*, 9(1).
- Triharini, M., Ketut, N., Armini, A., & Pitaloka, S. A. (2023). The correlation between family role and anemia prevention in pregnancy Mira. *Healthcare in Low-Resource Settings*, 11(1).
- Wibowo, N., Irwinda, R., & Hiksas, R. (2021). *Anemia Defisiensi Besi pada Kehamilan*. Universitas Indonesia Publising.
- Widiastini, N. L. S. (2023). *Faktor- faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil di puskesmas kintamani VI*. Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., & Hidayat, A. (2023). *Buku Ajar Metode*

*Penelitian*. CV. Science Techno Direct.

Wulandari, A., Siwi, R. P. Y., Retnaningtyas, E., Mukarromah, A., & Lende, F. K. (2023). Edukasi Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(4), 11–14.