
CASE REPORT PADA PRIMIGRAVIDA TRIMESTER III DENGAN ANEMIA DI PUSKESMAS AROSBAYA KABUPATEN BANGKALAN

Sri Wayanti¹, Rodiyatun², Lydia Eka Putri³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email: sriwayanti667@gmail.com¹, rodiyatun27@gmail.com²,
mahasiswa.lydiaekaputri@gmail.com³

ABSTRAK

Kehamilan menyebabkan perubahan hematologi berupa hemodilusi, yaitu peningkatan volume plasma darah yang melebihi jumlah eritrosit sehingga konsentrasi hemoglobin menurun hingga sekitar 30%. Kondisi ini membuat primigravida lebih rentan mengalami anemia karena kurangnya pengalaman menghadapi perubahan fisiologis serta rendahnya pemahaman mengenai pentingnya nutrisi dan konsumsi zat besi. Berdasarkan data Puskesmas Arosbaya tahun 2024, tercatat 10,6% (33 dari 350) ibu hamil mengalami anemia. Penelitian ini bertujuan memberikan asuhan kebidanan komprehensif pada ibu hamil primigravida trimester III dengan anemia ringan. Desain penelitian menggunakan studi kasus (case report) yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Arosbaya pada Juni–Juli 2025. Subjek penelitian adalah ibu hamil primigravida usia kehamilan 30–31 minggu dengan anemia ringan. Data diperoleh melalui informed consent, wawancara terstruktur, pemeriksaan fisik head to toe, serta hasil laboratorium kadar hemoglobin, dengan tetap memperhatikan prinsip etik kebidanan berupa Respect for Person. Asuhan kebidanan dilakukan melalui tiga kali kunjungan. Kunjungan pertama difokuskan pada pengkajian dan penanganan keluhan anemia dengan pemberian tablet Fe dan MMS serta edukasi konsumsi yang tepat. Kunjungan kedua ditujukan pada evaluasi anemia dan penanganan keluhan nyeri pinggang dengan anjuran aktivitas fisik ringan serta posisi tidur yang nyaman. Kunjungan ketiga merupakan evaluasi akhir, di mana ibu menyatakan tidak memiliki keluhan. Hasil asuhan menunjukkan kadar hemoglobin meningkat menjadi 11,4 g/dL, keluhan nyeri pinggang berkurang, dan tidak terdapat penyulit pada akhir trimester III. Edukasi berkesinambungan serta intervensi nonfarmakologis terbukti efektif dalam meningkatkan kondisi fisik dan kenyamanan ibu hamil.

Kata Kunci: Primigravida, Anemia, Trimester III, Tablet Fe, MMS, Asuhan Kebidanan.

ABSTRACT

Pregnancy is a physiological condition that can lead to a decrease in hemoglobin levels, resulting in physiological anemia. Primigravida women are more vulnerable to anemia due to limited experience in dealing with physiological changes and insufficient knowledge about nutrition and iron supplementation. Based on 2024 data from Arosbaya Community Health Center, 10.6% (33 out of 350) of pregnant women experienced anemia. This study aimed to provide comprehensive midwifery care for a third-trimester primigravida with mild anemia. This case study used a descriptive design with a case report approach, conducted in the working area of Arosbaya Community Health Center from June to July 2025. The subject was a primigravida at 30–31 weeks of gestation with mild anemia. Data were collected through

informed consent, structured interviews, head-to-toe physical examinations, and laboratory tests of hemoglobin levels. The study followed ethical principles of midwifery, particularly respect for persons, by ensuring the patient's right to make decisions based on clear information provided through informed consent. Midwifery care was conducted in three visits. The first visit focused on assessment and intervention for anemia-related complaints such as dizziness, fatigue, and blurred vision by administering Fe tablets and MMS along with education on proper consumption. The second visit emphasized evaluating and managing back pain complaints through education on light exercise and comfortable sleeping positions. The third visit involved final evaluation, where the mother reported no complaints. The results showed that anemia was resolved, with hemoglobin levels increasing to 11.4 g/dL, the disappearance of back pain, and no complications at the end of the third trimester. Continuous education and non-pharmacological interventions were effective in improving the mother's physical condition and comfort.

Keywords: *Anemia, Primigravida, Third Trimester, Fe Tablets, MMS, Midwifery Care.*

PENDAHULUAN

Pada masa kehamilan, tubuh mengalami berbagai perubahan fisiologis, salah satunya pada sistem hematologi. Perubahan ini memicu terjadinya hemodilusi, yaitu kondisi ketika volume plasma meningkat lebih besar dibandingkan jumlah eritrosit. Keadaan tersebut menyebabkan pengenceran darah serta menurunkan konsentrasi eritrosit dan hemoglobin hingga sekitar 30% (Lumula, 2024). Kondisi ini lebih rentan dialami oleh primigravida karena pada kehamilan pertama ibu belum memiliki pengalaman dalam menghadapi perubahan fisiologis, termasuk penyesuaian terhadap penurunan kadar hemoglobin. Oleh karena itu, ibu hamil berisiko mengalami anemia apabila asupan gizi tidak mencukupi, konsumsi zat besi tidak teratur, serta kurangnya pemahaman mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan (Fajrin et al., 2022). Ibu hamil dikategorikan mengalami anemia apabila kadar hemoglobin <11 g/dL pada trimester I, <10,5 g/dL pada trimester II, dan <11 g/dL pada trimester III (Andari & Yuliawan, 2022). Anemia dalam kehamilan dikenal sebagai *Potential Danger to Mother and Children* karena berisiko membahayakan kesehatan ibu maupun janin (Putri, 2024).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO), prevalensi anemia pada ibu hamil di dunia diperkirakan mencapai 37% (Arfan et al., 2024). Di Indonesia, angka kejadian anemia meningkat dari 22,7% pada tahun 2021 menjadi 27,7% pada tahun 2023, atau naik sebesar 5% (SKI, 2023). Data laporan rutin tahun 2023 yang dihimpun dari 38 kabupaten menunjukkan terdapat 588.048 ibu hamil, dengan 62.225 di antaranya (10,58%) mengalami

anemia. Di Kabupaten Bangkalan, prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 23,5% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024). Laporan Puskesmas Arosbaya menyebutkan bahwa dari 350 ibu hamil yang tercatat pada tahun 2024, terdapat 33 orang (10,6%) mengalami anemia (Puskesmas Arosbaya, 2025).

Anemia pada masa kehamilan umumnya dipicu oleh hemodilusi, yaitu peningkatan volume darah ibu sebesar 30–40% yang mencapai puncak pada usia kehamilan 32–34 minggu. Peningkatan ini terutama disebabkan oleh bertambahnya volume plasma darah yang lebih besar dibandingkan jumlah eritrosit sehingga terjadi ketidakseimbangan komposisi darah dan penurunan konsentrasi hemoglobin (Meliyani et al., 2022). Kondisi ini berdampak pada penurunan kapasitas darah dalam mengangkut oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh ibu serta janin. Faktor risiko anemia pada primigravida di antaranya adalah pola makan tidak seimbang, kurangnya asupan zat besi, perdarahan pervaginam, hiperemesis gravidarum, penyakit kronis (hepatitis, TBC, malaria, infeksi cacing), dan kebiasaan mengonsumsi minuman penghambat penyerapan zat besi seperti teh dan kopi (Widiastuti et al., 2025; Murniati et al., 2024). Faktor usia (<20 tahun atau >35 tahun) serta rendahnya tingkat pendidikan juga berpengaruh terhadap pemahaman ibu mengenai gizi dan pola makan sehat (Wasono et al., 2021).

Dampak anemia pada ibu hamil sangat luas, baik bagi ibu maupun janin. Pada janin, anemia dapat menyebabkan gangguan suplai oksigen dan nutrisi, hambatan pertumbuhan, berat badan lahir rendah, stunting, risiko kelahiran prematur, asfiksia, hingga kematian neonatal (Meliyani et al., 2022; Ariani et al., 2024). Pada ibu, anemia menimbulkan gejala lemah, pusing, sesak napas, hingga keluhan mata berkunang-kunang (Widiastuti & Laili, 2025). Pada trimester III, anemia dapat menurunkan daya tahan tubuh, meningkatkan risiko infeksi, Intrauterine Growth Restriction (IUGR), ketuban pecah dini, persalinan prematur, perdarahan antepartum, kontraksi yang lemah, hingga risiko perdarahan postpartum (Esem & Pay, 2023; Setiati & Oktaviani, 2020). Dampak juga berlanjut pada masa nifas, seperti subinvolusi uterus, infeksi postpartum, berkurangnya produksi ASI, depresi postpartum, hingga infeksi payudara (Seriana & Yusnaini, 2021).

Untuk mengatasi permasalahan ini, pemerintah telah melakukan berbagai upaya, seperti pemberian Multiple Micronutrient Supplement (MMS) sekali sehari pada pagi hari serta tablet Fe sekali sehari pada malam hari yang dikonsumsi rutin selama kehamilan. Pemeriksaan hemoglobin secara berkala dilakukan guna memantau efektivitas suplementasi (Fauzi et al.,

2024). Penatalaksanaan anemia ringan hingga sedang difokuskan pada suplementasi dan edukasi gizi, sementara anemia berat memerlukan penanganan lebih lanjut, misalnya pemberian *Packed Red Cell* (PRC) dengan pemantauan berkala (Ramadhani & Refsi, 2025). Pencegahan dilakukan dengan peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang, konsumsi makanan sumber zat besi hewani, serta fortifikasi pangan (Damayanti et al., 2025). Kementerian Kesehatan juga menekankan pentingnya pemeriksaan antenatal care (ANC) rutin sesuai standar, dengan jadwal minimal 1 kali pada trimester I, 2 kali pada trimester II, dan 3 kali pada trimester III (Kementerian Kesehatan, 2023). Optimalisasi peran bidan melalui edukasi, pendampingan, dan pemantauan kesehatan ibu hamil akan memberikan dampak positif dalam menurunkan angka kejadian anemia, mengurangi komplikasi, serta meningkatkan kesehatan ibu dan bayi (Mulya & Kusumastuti, 2022).

METODE PENELITIAN

Laporan ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan case report. Tujuan dari case report ini adalah memberikan pemahaman yang lebih komprehensif terkait suatu kondisi, sehingga dalam laporan ini pendekatan case report digunakan dalam pelaksanaan asuhan kebidanan pada seorang primigravida trimester III yang mengalami anemia. Lokasi pelaksanaan asuhan kebidanan berada di wilayah kerja Puskesmas Arosbaya, Kabupaten Bangkalan, dengan fokus pada kasus primigravida trimester III dengan anemia ringan. Kegiatan dilaksanakan mulai dari tahap penyusunan proposal hingga pemberian asuhan kebidanan, dengan rentang waktu dari Januari hingga Juni 2025.

Metode pengumpulan data dilakukan melalui data subjektif dan objektif. Data subjektif diperoleh melalui wawancara langsung dengan pasien dan keluarga secara terstruktur untuk menggali berbagai aspek yang berkaitan dengan kondisi kesehatan ibu, termasuk keluhan yang dirasakan, pola makan, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe, serta catatan kunjungan antenatal care (ANC). Sementara itu, data objektif diperoleh melalui pemeriksaan fisik lengkap dengan pendekatan head to toe, yaitu dari kepala hingga kaki, menggunakan teknik inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi untuk menilai kondisi fisik secara menyeluruh. Data tersebut dilengkapi dengan hasil pemeriksaan diagnostik laboratorium, salah satunya kadar hemoglobin. Asuhan kebidanan pada primigravida trimester III dengan anemia dilaksanakan melalui tiga hingga empat kali kunjungan dengan tujuan memantau kadar hemoglobin ibu serta memberikan intervensi yang sesuai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Asuhan kebidanan dilakukan dalam tiga kali kunjungan pada Ny. N, G1POA0 usia kehamilan 30 - 31 minggu dengan anemia ringan.

A. Kunjungan pertama

Pada kunjungan pertama, Kamis 12 Juni 2025, ibu mengeluh sering mengalami pusing dan mata berkunang kunang, terutama ketika bangun dari tempat tidur atau berdiri secara tiba-tiba dari posisi duduk. Ibu juga kadang merasa lemas setelah melakukan aktivitas berlebihan. Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan kadar Hb 10,5 g/dL, sedangkan berat badan ibu tercatat 74 kg. Pemeriksaan fisik menunjukkan wajah tampak pucat dengan konjungtiva juga pucat, dan tinggi fundus uteri (TFU) pada kunjungan pertama adalah 24 cm. Berdasarkan hasil tersebut, intervensi yang diberikan kepada ibu meliputi pemberian KIE mengenai anemia, edukasi tentang konsumsi tablet Fe secara teratur, pemenuhan kebutuhan pola nutrisi, pentingnya istirahat yang cukup, anjuran untuk melakukan aktivitas fisik ringan secara teratur, serta rutin melakukan kunjungan ANC sesuai jadwal.

B. Kunjungan kedua

Pada kunjungan kedua, Kamis 26 Juni 2025, keluhan pusing, mata berkunang-kunang, dan rasa lemas yang dialami pada kunjungan pertama sudah tidak lagi dirasakan oleh ibu. Namun, pada kesempatan ini ibu mengeluhkan nyeri pada bagian pinggang yang telah dirasakan sejak beberapa hari terakhir. Nyeri tersebut terutama muncul ketika ibu melakukan aktivitas yang mengharuskannya berada dalam posisi tubuh yang sama dalam waktu cukup lama, seperti duduk terlalu lama, berdiri lama saat memasak, atau menyetrika tanpa diselingi istirahat. Pada kunjungan ini, berat badan ibu mengalami peningkatan sebesar 1,5 kg, sementara tinggi fundus uteri (TFU) tetap berada pada ukuran 24 cm. Intervensi yang diberikan meliputi penyuluhan atau KIE mengenai keluhan nyeri punggung, cara mengurangi serta meringankan rasa nyeri, anjuran melakukan senam hamil secara teratur, serta memberikan waktu istirahat yang cukup. Selain itu, ibu juga tetap dianjurkan untuk melanjutkan konsumsi tablet Fe dan MMS secara rutin, serta rutin melakukan kunjungan ANC sesuai jadwal.

C. Kunjungan ketiga

Pada kunjungan ketiga, Kamis 3 Juli 2025, keluhan nyeri pada bagian pinggang yang sebelumnya dirasakan sejak sebelum kunjungan kedua sudah tidak dialami lagi. Ibu menyampaikan bahwa tidak ada keluhan yang dirasakan, kemungkinan karena telah mengikuti saran yang diberikan sebelumnya serta rutin melakukan senam hamil. Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan kadar Hb sebesar 10,5 g/dL. Berat badan ibu juga mengalami peningkatan sebesar 0,3 kg, yaitu menjadi 75,8 kg, sedangkan tinggi fundus uteri (TFU) tetap berada pada ukuran 24 cm. Intervensi yang diberikan pada kunjungan ini meliputi anjuran untuk tetap melakukan aktivitas fisik ringan, mencukupi waktu istirahat, menjaga pola nutrisi, serta rutin melakukan kunjungan ANC sesuai jadwal.

Pembahasan

1. Kunjungan pertama

Pada kunjungan pertama, Ny. N (32 tahun) mengeluhkan pusing, mata berkunang-kunang, dan lemas terutama setelah aktivitas berlebihan. Ibu memiliki kebiasaan makan tidak teratur sejak kuliah di Jakarta, sering mengganti makanan utama dengan mi instan, jarang makan sayur, dan terbiasa minum teh hangat sebelum atau sesudah makan. Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar Hb 10,5 g/dL yang termasuk anemia ringan. Berdasarkan pengkajian, keluhan pusing, mata berkunang-kunang, dan lemas merupakan tanda klinis anemia, yang diperkuat hasil Hb 10,5 g/dL menunjukkan anemia ringan. Hal ini sesuai penelitian (Sipayung et al., 2024) yang menyebutkan gejala anemia pada ibu hamil berupa pusing, mata berkunang-kunang, lemas, dan mudah lelah akibat kekurangan hemoglobin yang berfungsi mengangkut oksigen. Sejalan dengan (Lumula, 2024) yang menjelaskan anemia ditandai cepat lelah, lemas, dan pandangan berkunang-kunang karena menurunnya kapasitas darah membawa oksigen ke jaringan tubuh.

2. Kunjungan Kedua

Hasil pengkajian subjektif pada kunjungan kedua menunjukkan ibu tidak lagi merasakan pusing, mata berkunang, atau lemas seperti sebelumnya, namun kini mengeluhkan nyeri pinggang sejak beberapa hari terakhir. Keluhan ini muncul saat ibu terlalu lama duduk, berdiri, atau menyetrika tanpa istirahat. Ibu juga mulai memperbaiki

pola makan dengan mengonsumsi sayuran dan menghindari minum teh hangat sebelum atau sesudah makan. Nyeri pinggang yang dialami ibu merupakan keluhan umum trimester III akibat pembesaran uterus yang menggeser pusat gravitasi tubuh ke depan. Hal ini memicu penyesuaian postur dengan peningkatan lengkungan tulang belakang sehingga menimbulkan tekanan pada otot punggung bawah dan ligamen panggul. Penelitian (Salsaabila et al., 2025) menyebutkan nyeri pinggang trimester III disebabkan oleh perubahan anatomi tubuh karena pembesaran uterus dan pergeseran pusat gravitasi yang meningkatkan lengkungan tulang belakang. (Fitria et al., 2025) menambahkan bahwa hormon kehamilan seperti relaksin dan progesteron melonggarkan ligamen serta sendi panggul sehingga menurunkan stabilitas tulang belakang dan meningkatkan ketegangan otot punggung. Untuk mengurangi keluhan, ibu dianjurkan menjaga postur tubuh, melakukan aktivitas ringan, dan peregangan teratur.

Hasil pengkajian objektif pada kunjungan kedua menunjukkan kondisi umum ibu dan janin baik, tanda vital normal (TD 120/90 mmHg, nadi 82x/menit, respirasi 24x/menit, suhu 36,5°C). Berat badan naik dari 74 kg menjadi 75,5 kg dengan IMT 28,4 kg/m², tergolong ideal meski sedikit di atas target, menunjukkan overweight ringan namun belum berisiko. Pemeriksaan fisik menunjukkan wajah dan bibir tidak pucat, konjungtiva merah muda, TFU 3 jari di atas pusat (24 cm), dan pada Leopold teraba bokong di atas, punggung di kiri, ekstremitas di kanan, serta kepala belum masuk PAP. Berdasarkan pengkajian objektif, kenaikan berat badan ibu sesuai rekomendasi dan mencerminkan perbaikan asupan nutrisi. IMT menunjukkan kecenderungan overweight ringan tetapi masih dalam batas aman, sehingga kebutuhan gizi ibu mulai terpenuhi dengan baik. Menurut (N. M. Sari et al., 2025), kenaikan berat badan merupakan indikator penting status gizi ibu dan perkembangan janin, dengan rekomendasi peningkatan 11,5–16 kg bagi IMT normal. Kenaikan yang proporsional menandakan kebutuhan nutrisi ibu dan janin terpenuhi. (Lestari et al., 2024) menambahkan bahwa sedikit kenaikan di atas target ideal tetap aman bila dipantau rutin tanpa komplikasi, namun perlu diimbangi pola makan seimbang dan aktivitas fisik ringan.

Hasil pengkajian subjektif dan objektif kunjungan kedua menunjukkan diagnosis G1P0A0 usia kehamilan 32–33 minggu dengan risiko tinggi (anemia dan terlalu lambat hamil >4 tahun menikah). Ibu mengeluh pusing, berkunang, lemas (gejala klinis anemia

ringan) dan ini merupakan kehamilan pertama setelah ± 6 tahun menikah (terlalu lambat hamil). Wajah, bibir, dan konjungtiva pucat, TFU 24 cm, Leopold I–III sesuai letak janin, Hb 10,5 g/dL menegakkan anemia ringan. Skor KSPR 10 (skor awal 2, terlalu lambat hamil 4, anemia 4) \rightarrow risiko tinggi. Ibu didiagnosis G1P0A0 usia kehamilan 32–33 minggu risiko tinggi akibat anemia dan terlalu lambat hamil >4 tahun menikah. Diagnosis ini ditegakkan dari gejala klinis anemia, hasil pemeriksaan fisik, serta riwayat pernikahan ± 6 tahun tanpa kehamilan sebelumnya, sehingga masuk kategori kehamilan dengan anemia ringan dan terlalu lambat hamil. Sejalan dengan penelitian (Afrianty et al., 2025), anemia pada kehamilan disebabkan rendahnya kadar hemoglobin atau jumlah sel darah merah sehingga distribusi oksigen ke organ tubuh berkurang, menimbulkan gejala pusing, lemas, kelelahan, dan berkunang-kunang. Diagnosis akhir adalah G1P0A0 usia kehamilan 32–33 minggu dengan risiko tinggi (anemia dan terlalu lambat hamil >4 tahun pernikahan) disertai masalah nyeri pinggang. Nyeri pinggang merupakan keluhan umum trimester III akibat pembesaran uterus yang menggeser pusat gravitasi tubuh ke depan sehingga tulang belakang lebih melengkung. Hal ini didukung penelitian (Nurjanah et al., 2025) yang menjelaskan nyeri pinggang trimester III dipicu perubahan anatomi, pembesaran uterus, dan penyesuaian postur tubuh.

3. Kunjungan ketiga

Pada kunjungan ketiga, ibu tidak lagi mengeluhkan nyeri pinggang seperti pada kunjungan sebelumnya, bahkan menyatakan tidak mengalami keluhan apapun. Hilangnya nyeri pinggang diduga karena ibu patuh mengikuti saran, yaitu menjaga postur tubuh, menghindari posisi diam terlalu lama, menggunakan alas kaki nyaman, tidur miring ke kiri dengan bantal penyangga, serta rutin melakukan aktivitas ringan seperti berjalan dan peregangan 15–30 menit per hari. Sesuai penelitian (Sihaloho et al., 2024), penatalaksanaan nonfarmakologis berupa edukasi postur tubuh dan aktivitas fisik efektif mengurangi ketegangan otot serta meningkatkan kenyamanan ibu hamil. Hal ini didukung (Lubis et al., 2023) yang menegaskan bahwa pengetahuan selama kehamilan berperan penting dalam membentuk perilaku sehat dan pengambilan keputusan yang tepat.

Hasil pengkajian objektif pada kunjungan ketiga menunjukkan kondisi ibu dan janin baik, dengan tanda vital normal (TD 110/80 mmHg, nadi 82x/menit, respirasi 20x/menit, suhu 36°C). Berat badan meningkat dari 75,5 kg menjadi 75,8 kg (IMT $28,53 \text{ kg/m}^2$),

wajah dan bibir tampak tidak pucat, konjungtiva merah muda. Pemeriksaan abdomen menunjukkan TFU 24 cm (3 jari di atas pusat) dengan hasil palpasi Leopold: bokong di fundus, punggung janin di kiri, ekstremitas di kanan, kepala mulai masuk PAP namun masih bisa digoyangkan, dan setengah bagian kepala sudah masuk PAP. Pemeriksaan laboratorium menunjukkan Hb meningkat menjadi 11,4 g/dL, menandakan ibu tidak lagi mengalami anemia. Namun, TFU tetap 24 cm pada usia kehamilan 33–34 minggu, yang seharusnya 30–32 cm, sehingga mengindikasikan kemungkinan IUGR atau faktor lain seperti status gizi ibu yang kurang optimal. Hal ini sesuai dengan (Prihadianto et al., 2025) yang menyatakan TFU berhubungan linier dengan usia kehamilan dan menjadi indikator klinis penting pertumbuhan janin. Ketidaksesuaian TFU dapat menandakan gangguan pertumbuhan, sebagaimana diperkuat oleh (Yorita et al., 2023) bahwa TFU lebih kecil dari usia kehamilan secara konsisten dapat mengindikasikan IUGR akibat malnutrisi, anemia, atau gangguan perfusi plasenta. Selain itu, peningkatan Hb dari 10,5 g/dL pada kunjungan pertama menjadi 11,4 g/dL pada kunjungan ketiga mencerminkan perbaikan status anemia berkat kepatuhan ibu mengonsumsi tablet Fe dan MMS serta pola makan bergizi dengan vitamin C. Hal ini sejalan dengan (Alamri et al., 2025) yang menyatakan konsumsi rutin Fe dan MMS dapat meningkatkan Hb secara signifikan, terutama bila didukung pola makan bergizi. Pendapat ini diperkuat oleh (Dina et al., 2025) bahwa Hb ibu hamil dengan anemia ringan dapat meningkat sekitar 1 g/dL per bulan bila intervensi nutrisi dan suplementasi dilakukan tepat. Dengan demikian, peningkatan Hb menunjukkan keberhasilan upaya promotif dan preventif dalam tatalaksana anemia pada kehamilan.

Berdasarkan pengkajian subjektif dan objektif pada kunjungan ketiga, ditegakkan diagnosis G1P0A0 usia kehamilan 33–34 minggu dengan Risiko Tinggi karena terlalu lambat hamil (>4 tahun menikah). Pada kunjungan kedua ibu mengeluhkan nyeri pinggang, namun pada kunjungan ketiga sudah tidak ada keluhan. Ibu menyampaikan ini adalah kehamilan pertama setelah ± 6 tahun menikah, sehingga termasuk kategori terlalu lambat hamil. Pemeriksaan fisik menunjukkan wajah dan bibir tidak pucat, konjungtiva merah muda (tidak anemia), TFU 24 cm (3 jari di atas pusat), palpasi Leopold menunjukkan janin presentasi kepala mulai masuk PAP, serta kadar Hb meningkat menjadi 11,4 g/dL. Berdasarkan KSPR, skor total ibu adalah 6 (skor awal hamil 2 + skor

terlalu lambat hamil 4), sehingga masuk kategori risiko tinggi. Diagnosis G1P0A0 usia kehamilan 33–34 minggu dengan risiko tinggi ditegakkan berdasarkan faktor utama hamil lebih dari 4 tahun setelah menikah. Riwayat pernikahan ± 6 tahun tanpa kehamilan sebelumnya mendukung ibu termasuk dalam kategori terlalu lambat hamil >4 tahun menikah. Hal ini sesuai dengan (Faidlil et al., 2025) yang menyatakan kehamilan pertama >4 tahun setelah menikah dikategorikan terlalu lambat hamil dan termasuk risiko tinggi menurut KSPR, dengan risiko komplikasi seperti preeklamsia, IUGR, dan gangguan psikososial. Selain itu, (Lisni et al., 2024) menambahkan bahwa keterlambatan kehamilan dapat dipengaruhi faktor stres psikologis, ketidakseimbangan hormonal, dan gangguan kesuburan yang tidak terdeteksi sebelumnya.

4. Penatalaksanaan

Keluhan pusing, mata berkunang-kunang, dan mudah lelah pada Ny. N merupakan gejala anemia ringan. Berdasarkan data subjektif, kondisi ini berkaitan dengan pola makan tidak teratur, sering melewatkan waktu makan, mengganti makanan dengan mie instan, tidak suka sayur, serta kebiasaan minum teh sebelum atau sesudah makan. Pola makan tidak seimbang dan kebiasaan minum teh dapat menghambat penyerapan zat besi. Kandungan tanin dalam teh menurunkan produksi hemoglobin sehingga distribusi oksigen terganggu dan menimbulkan gejala seperti pusing, berkunang-kunang, dan lemas. Hal ini sesuai penelitian (Sinaga et al., 2025) yang menyebutkan anemia pada ibu hamil terjadi bila kadar Hb $<11,0$ g/dL. Hemoglobin berfungsi mengangkut oksigen, sehingga jika menurun dapat menimbulkan gejala pusing, lelah, kulit pucat, dan jantung berdebar karena distribusi oksigen ke jaringan tidak optimal.

Pencegahan anemia dilakukan dengan memenuhi nutrisi, terutama zat besi, asam folat, dan vitamin C. Zat besi penting untuk hemoglobin, asam folat untuk produksi sel darah merah dan perkembangan janin, sedangkan vitamin C membantu penyerapan zat besi. Sayuran hijau seperti bayam dan brokoli menjadi sumber zat besi non-heme dan asam folat yang efektif. Untuk mengatasi anemia, ibu hamil dianjurkan rutin mengonsumsi makanan kaya zat besi dan asam folat, terutama sayuran hijau. Zat besi membawa oksigen, sedangkan asam folat membentuk sel darah baru. Kombinasi dengan vitamin C dari buah jeruk atau tomat dapat meningkatkan penyerapan zat besi sehingga mendukung kesehatan ibu dan janin. Selain itu, ibu dianjurkan mengonsumsi tablet MMS

1 kali pagi dan tablet Fe 1 kali malam sebelum tidur. Tablet Fe sebaiknya diminum dengan air putih atau air jeruk agar penyerapan lebih baik, serta dihindarkan dari teh atau kopi. Ibu menyatakan bersedia rutin mengonsumsi tablet tersebut sebagai upaya meningkatkan kadar Hb dan mencegah kekambuhan anemia selama kehamilan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Ny. N (32 tahun) pada kunjungan pertama didiagnosis anemia ringan dengan Hb 10,5 g/dL disertai keluhan pusing, berkunang-kunang, dan lemas akibat pola makan tidak sehat, sehingga diberikan edukasi anemia, tablet Fe, MMS, serta anjuran perbaikan pola makan. Pada kunjungan kedua, keluhan tersebut hilang namun muncul nyeri pinggang akibat posisi tubuh statis, sehingga diberikan intervensi berupa edukasi postur, jalan kaki ringan, kompres hangat, dan senam hamil; ibu tetap patuh konsumsi tablet Fe dan MMS. Pada kunjungan ketiga, ibu tidak lagi mengalami keluhan dan kadar Hb meningkat menjadi 11,4 g/dL, menunjukkan anemia teratasi serta ibu konsisten menjalankan intervensi yang diberikan.

Pada kunjungan pertama, ibu mengalami anemia ringan dengan Hb 10,5 g/dL, wajah pucat, dan TFU tidak sesuai usia kehamilan, sehingga diberikan suplementasi tablet Fe, MMS, serta edukasi pola makan. Kunjungan kedua menunjukkan kondisi ibu dan janin baik, berat badan naik ideal meski cenderung overweight ringan, gejala anemia tidak ada, namun TFU masih belum sesuai usia kehamilan. Pada kunjungan ketiga, kondisi ibu stabil, Hb meningkat menjadi 11,4 g/dL yang menandakan anemia teratasi berkat intervensi dan kepatuhan ibu, meskipun TFU tetap menunjukkan ketidaksesuaian.

Saran

1. Bagi Ibu Hamil

Melalui asuhan yang telah diberikan, diharapkan ibu hamil mampu mengonsumsi tablet MMS dan tablet Fe secara tepat dan rutin, serta dapat mempertahankan kondisi kesehatannya agar tetap stabil dan terhindar dari anemia kembali.

2. Bagi Lahan praktik

Tenaga kesehatan di lahan praktik, khususnya bidan, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia melalui konseling yang menggunakan bahasa sederhana dan mudah dipahami. Menghindari penggunaan istilah

medis yang kompleks akan membantu ibu hamil lebih memahami informasi yang disampaikan.

3. Bagi Penulis

Penulis berikutkan diharapkan melengkapi dokumentasi data, dengan menyertakan bukti visual berupa foto atau video saat ibu mengonsumsi tablet MMS dan tablet Fe, serta saat melakukan aktivitas senam hamil, untuk mendukung dan memperkuat hasil evaluasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abimulyani, Y., Yogi, R., Kainde, Y. Y., Mansyur, T. N., San, N., Siregar, A., Mimika, P. K., Kebidanan, J., Jayapura, P. K., Jayapura, P. K., Kebidanan, J., & Jayapura, P. K. (2025). HUBUNGAN TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI OBAT ANTI Prevention of Malaria in Pregnancy with Anti-Malaria Drugs in Reducing The. *JURNAL RISET KESEHATAN POLTEKKES DEPKES BANDUNG*, 17(1), 58–63.
- Afnas, N. H., & Arpen, R. S. (2024). Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Taksiran Berat Badan Janin Di Kabupaten Tanah Datar Tahun 2022. *JAKIA : Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 2(1), 40–46. <https://doi.org/10.62527/jakia.2.1.17>
- Afrianty, I., Tulak, G. T., Saputri, E., Salim, I. L., & Bangu. (2025). Anemia dalam Kehamilan : Gambaran Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kolaka Anemia in Pregnancy : Overview of Hemoglobin Levels of Pregnant Women in the Kolaka Health Center Work Area Universitas Sembilanbelas November Kolaka , Indonesia. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 8(1). <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i1.1514>
- Alamri, N. N., Kasim, V. N. A., & Mohamad, R. W. (2025). Gambaran Pengetahuan , Sikap Dan Perilaku Ibu Hamil Tentang Tablet Multi Mikronutrien Suplement (Mms) Di Wilayah Kerja Puskesmas Botumoito Kabupaten Boalemo Nur. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 1–12. <https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/JK/article/view/1394>
- Andari, I. A., & Yuliawan, D. (2022). *TINJAUAN LITERATUR ANEMIA KEHAMILAN DAN KOMPLIKASI TERHADAP PERSALINAN* (1st ed.).
- Anisa Yulianti, Siti Aisyah, & Sri Handayani. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, 5(1), 10–17. <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.276>

-
- Anitasari, C. D. (2024). Hubungan Kadar Vitamin B12 Ibu Hamil Anemia Trimester Iii Terhadap Berat Badan Bayi Lahir. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 8(2), 126–132. <https://doi.org/10.36341/jomis.v8i2.4669>
- Annisya, N., Erika, & Dewi, Y. I. (2024). Efektivitas Kombinasi Terapi Relaksasi Benson Dan Guided Imagery Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Journal Of Social Science Research Volume*, 4. <https://ejournal.stikesrshusada.ac.id/index.php/sqj/article/view/228/105>
- Arfan, I., Marlenywati, M., Saleh, I., Rizky, A., & Marlina, M. (2024). The Risk Factors for Anemia in Women at Third Trimester of Pregnancy in the Primary Health Center of Tanjung Sekayam: A Case-Control Study. *Amerta Nutrition*, 8(1SP), 37–44. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i1SP.2024.37-44>
- Ariani, S., Zalukhu, M., & Winarni, L. M. (2024). Hubungan Kekurangan Energi Kronik Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Delunggu. *JMM (Journal of Midwifery Madani)*, 1(1), 11–18. [http://repository.stikesmukla.ac.id/id/eprint/566%0Ahttp://repository.stikesmukla.ac.id/566/1/BAB I.pdf](http://repository.stikesmukla.ac.id/id/eprint/566%0Ahttp://repository.stikesmukla.ac.id/566/1/BAB%20I.pdf)
- Arifianto, Z. A., Qonita, V., Hawa, A. S., Lukitasari, N., & Purnomo, F. O. (2025). EDUKASI BAHAYA ANEMIA PADA IBU HAMIL : UPAYA MENINGKATKAN KESEHATAN KEHAMILAN MELALUI. *Communnity Development Journa*, 6(1), 1463–1469.
- Arlym, L. T., Nurzannah, E. M., & Husna, H. M. (2024). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 15(01), 1–9. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v15i01.1042>
- Aspiani, R. Y. (2021). *BUKU AJAR ASUHAN KEPERAWATAN MATERNITAS APLIKASI NANDA, NIC & NOC* (A. M@FTUHIN, Ed.; EDISI E-BO). CV. TRANS INFO MEDIA.
- Astuti, E. R., & Claudia, J. G. (2024). Tinjauan Literatur: Penatalaksanaan Hipertensi Pada Ibu Hamil. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 6(2), 186–200. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v6i2.24067>
- Damayanti, D. F., Dianna, & Rakhmawati. (2025). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Program Penyuluhan Kesehatan bagi Remaja untuk Mengatasi Anemia dengan Pemberian Buku Saku Stunting Prevention Efforts Through Health Education Programs

- for Adolescents to Overcome Anemia by Providing Pocket Books. *Community Professional Service Journal, Volume. 3*, 33–39.
- Dina, D., Junaedi, & Zafira. (2025). Efek Pemberian Multi Mikronutrien Suplemen (MMS) dan Garam Beryodium pada Ibu Hamil terhadap Berat Badan Bayi Baru Lahir di Kabupaten Majene. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan, 8*(1), 186–197. <https://ejournal.stikesbbmajene.ac.id/index.php/jptk>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2024). *PROFIL KESEHATAN PROVINSI JAWA TAHUN 2023* (Vol. 11, Issue 1). DINKES JAWA TIMUR. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Esem, O., & Pay, F. S. (2023). Analisis Penyebab Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Maternitas Kebidanan, 8*(2), 1–14.
- Faidlil, M. R., Pangestuti, D., Pane, A. H., & Diba, F. (2025). HUBUNGAN USIA , ANTENATAL CARE , STATAUS GIZI IBU HAMIL DENGAN KEJADIAN BANGKA THE. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis, 14*(1), 161–170. <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/ibnunafis/article/view/873/541>
- Fajrin, F. I., Nikmah, K., & Agustina, L. (2022). Pemahaman Anemia Dalam Kehamilan Melaluikelas Ibu Hamil. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 6*(5), 6–9. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i5.10055>
- Fakhriza, I., Karnasih, G. A., & R, D. A. (2024). Hubungan Ukuran Lingkar Lengan Atas Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Literature Review. *Jember Maternal and Child Health Journal, 1*(2). <https://ojs.poltekkes-malang.ac.id/index.php/JMJ/article/view/4939/811>
- Faresa, N., & Susanti, R. (2024). Asuhan Kebidanan Continuity of Care pada Ny “ T ” Usia 33 Tahun dengan Anemia Ringan. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, 3*(2), 2508–2515. <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/1061>
- Fauzi, M., Rimbawan, Khomsan, A. K., Briawan, D. B., Achadi, E. L., Santika, O., Harmiko, M. P., Hasan, M., Hapsari, K. F., Rahmawati, N. D. R., Riyanti, T., Tamimi, K., Fadly, K.

- F., Mahmudah, L., Yumeida, T., Sugiharto, M., Sari, Y. R., Putra, K. W. D., Adhi, E. K. A., ... Asri, E. (2024). *Petunjuk Teknis Pemberian MMS Multivitamin Ibu Hamil Tahun 2024* (H. N. Nurlita & S. Christanti, Eds.). Kementerian Kesehatan RI.
- Febrianti, L. D., & Zakiyah, Z. (2022). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN ADAPTASI PERUBAHAN PSIKOLOGI PADA IBU HAMIL. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 23–31.
- Fibrila, F., Agusman, F., Mendrofa, M., & Suryantara, B. (2025). LITERATURE REVIEW : PENGARUH INDEKS MASSA TUBUH DAN ANEMIA TERHADAP KEJADIAN KOMPLIKASI KEHAMILAN. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 9(Research & Learning in Nursing Science), 1362–1370. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/41335/26413>
- Fitria, Novian, N. W., Winingsih, G. A. M., & Purnami, N. W. A. (2025). Pengaruh Yoga Prenatal Terhadap Intensitas Nyeri Pinggang Pada Primigravida Trimester III. *MEDIA PUBLIKASI PENELITIAN KEBIDANAN*, 8(1), 43–49. <https://journal.alpropublication.com/index.php/mppk/article/view/99/89>
- Gayatri, S. W., Kartika, I. D., & Safitri, A. (2022). Analisis Perbandingan Pemeriksaan Hemoglobin Menggunakan Alat Hb Meter Dengan Alat Spektrofotometer Pada Ibu Hamil. | *Sri Wahyuni Gayatri Alami Journal*, 6(2), 56–62. <https://doi.org/10.24252/alami.v6i2.33243>
- Gustanela, O., & Pratomo, H. (2021). Faktor Sosial Budaya yang Berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil (A Systematic Review). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(1), 25–32. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i1.1894>
- Hamdani, M. (2021). *ASUHAN KEBIDANAN KOMUNITAS* (A. MAFTUHI, Ed.; EDISI E-BO). CV. TRANS INFO MEDIA.
- Hanif, F., Prata, R. M. K., Munthe, N. B. G., Erniawati, Widiyastuti, N. E., Suminar, E. R., & Annisaa, S. (2024). *Buku Ajar Etika dan Hukum Kebidanan* (F. Haniffa, Ed.; Cetakan ke). MAHAKARYA CITRA UTAMA. <https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=rk8SEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA126&dq=Prinsip+ini+menghargai+hak+individu+untuk+menentukan+pilihan+mengenai+pengobatan+mereka+sendiri.+Tenaga+medis+kebidanan+perlu+menyampaikan+informasi+yang+jelas+dan+objektif+kepa>

- Hardiansyah, A., Khasanah, A. N., & Hayati, N. (2024). *Hubungan Konsumsi Zat Besi , Kadar Hemoglobin , dan Status Gizi Terhadap Kebugaran Jasmani Remaja Putri di MA Al-Irsyad Gajah Correlation between Iron Consumption , Hemoglobin Level , and Nutritional Status on the Physical Fitness of Young Women at MA Al-*. 8(3), 350–355. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3.2024.350-355>
- Hartati, D., Purnamasari, D. A., Masyita, G., & Maihartati, T. (2024). Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kalirang Kabupaten Kutai Timur: Studi Restropektif. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 5(1), 34–43. <https://doi.org/10.24252/asjn.v5i1.45763>
- Hidayati, Y. (2023). Analisis Faktor Risiko Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri di SMP Negeri 31 Padang. *PLEXUS MEDICAL JOURNAL*, 3(4), 172–191. <http://scholar.unand.ac.id/122718/>
- Himawati, S., & Arifah, S. (2023). Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 1: 22 Juli*, 1669–1673. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.910>
- Kartikasari, M. C., Masito, Mustakim, & KK, I. F. J. (2023). FAKTOR- FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI POLIKLINIK IBU DAN ANAK. *Mahakam Nursing Journal*, 3(2), 22–23. <file:///C:/Users/Ami/Downloads/336-Article Text-2443-1-10-20240402.pdf>
- Kementerian Kesehatan, 2023. (2023). *BUKU KESEHATAN IBU DAN ANAK KESEHATAN ANAK (DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN MASYARAKAT 2023, Ed.)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kotarumalos, S. S., & Hermanses, S. S. (2024). FAKTOR PEMICU SERING BUANG AIR KECIL DAN DAMPAKNYA TERHADAP Program Studi D-III Kebidanan Ambon , Poltekkes Kemenkes Maluku Faktor Pemicu Sering Buang Air Kecil Dan Dampaknya Terhadap Kualitas Tidur Ibu | 79 hormonal dan fisik . Pada trimester pertama , p. *Jurnal Kebidanan (JbD)*, 4(2), 79–91. [file:///C:/Users/Ami/Downloads/562-Article Text-2553-1-10-20241229 \(1\).pdf](file:///C:/Users/Ami/Downloads/562-Article Text-2553-1-10-20241229 (1).pdf)
- Laili, F. J., Setiawati, E., & Zakiah, Z. (2024). Deteksi Dini Anemia dengan Pemeriksaan HB dan Pemberian Edukasi Pencegahan Anemia pada Remaja Putri SMK PGRI Banjarbaru.

Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat, 5(1), 17–22.
<https://doi.org/10.37402/abdimaShip.vol5.iss1.264>

Lestari, Y. D., Maulidia, N., & Firdaus, I. (2024). Indeks Massa Tubuh Pra Hamil, Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan Dan Kadar Gula Darah Ibu Hamil Trimester Iii Terhadap Berat Badan Bayi Baru Lahir. *Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 6797–6805.
<https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.35963>

Lisni, Hasriwati, & Wahyuni, S. (2024). Pelatihan Pengenalan dan Penanganan Tanda- Tanda Bahaya Kehamilan pada Ibu Hamil dan Keluarga dalam Upaya Menurunkan Kasus Kematian Ibu di Puskesmas Bebesen Kabupaten Aceh Tengah. *Compromise Journal: Community Professional Service Journal*, 2(4), 7.
<file:///C:/Users/Ami/Downloads/qaz.pdf>

Lubis, D. P. U., Meilani, M., & Wulandari, R. P. W. (2023). *PENINGKATAN QUALITY OF LIFE PADA IBU HAMIL* (S. S. Putra, Ed.; cetakan pe). K - MEDIA.
<https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=YQbfEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA25&dq=menyatakan+bahwa+pengetahuan+selama+kehamilan+sangat+penting+karena+b+erperan+dalam+membentuk+perilaku+ibu+hamil+dalam+mengambil+keputusan+dan+menjaga+kesehatannya+nyeri+pi+nggang>

Lumula, S. S. (2024). SKRIPSI MENGONSUMSI TABLET FE PADA AWAL DAN AKHIR TRIMESTER II DI PUSKESMAS DULUPI Oleh : SRI SUSANTI LUMULA. *SRI SUSANTI LUMULA*.

Mardiyanti, I., Handayani, N., Anggasari, Y., Andriani, R. A. D., & Karmila, H. N. (2024). Pemberdayaan Ibu Hamil Dalam Optimalisasi Deteksi Kehamilan Risiko Tinggi Melalui Pemeriksaan Triple Eliminasi. *Abdi Wiralodra : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 1–17. <https://doi.org/10.31943/abdi.v6i1.128>

Mardliyana, N. E., S, R. I., Ainiyah, N. H., & Anifah, F. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (N. E. Mardliyana & I. M. Puspita, Eds.; Cetakan ke). Penerbit Rena Cipta Mandiri.
<https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=wZ2fEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Perubahan+hematologi+yang+berhubungan+dengan+kehamilan+ditandai+dengan+meningkatnya+sirkulasi+darah+menuju+plasenta+dan+janin,+serta+peningkatan+kebutuhan+suplai+darah+untuk+mendu>

- Marleni, R., Ekasari, D. J., Roza, N. R., Fahnawal, T. M., Wartiman, M., Mariyana, Aryaneta, Y., Fitri, A. Y., & Sulistyawati, T. R. (2023). ASUHAN KEBIDANAN PEMERIKSAAN FISIK PADA Ny. A IBU HAMIL DENGAN POST DATE DI PUSKESMAS BALOI PERMAI. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 13(2), 124–134. <https://doi.org/10.37776/zkeb.v13i2.1145>
- Maryati, & Fitriani, W. N. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Tempat Praktik Mandiri Bidan Maryati. *Indonesian Journal of Midwifery Scientific*, 2(2), 30–40.
- Maulana, F. (2024). *DUA GARIS AWAL KEHIDUPAN, A - Z, PERMASALAHAN, MITOS & SERBA-SERBI KEHAMILAN* (R. K. Agata, Ed.; EDISI DIGI). PT ELEX MEDIA KOMPUTINDO.
https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=ZYf3EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=apa+saja+keluhan+hamil+muda&ots=AmMDG5gnz2&sig=2uSsdU2I-i0THN0wbx_T7HnezPs&redir_esc=y#v=onepage&q=apa+saja+keluhan+hamil+muda&f=false
- Meiriska, I. putri, & Anggraini, D. (2025). Pendekatan Laboratorium Dalam Identifikasi Dini Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal of Public Health Science*, 2(2), 144–152. <https://doi.org/10.70248/jophs.v2i2.2283>
- Meliyani A; dkk. (2022). THE ASSOCIATION BETWEEN FE INTAKE AND IRON DEFICIENCY ANAEMIA IN PREGNANT WOMEN IN SELUMA DISTRICT. *JNPH*, 10(2), 225–232.
- Mikawati, Masturoh, Qonitun, U., Suratmi, Tambunan, H., Setyorini, D. S., Widiastuti, Y. P., & Nurfa'izah, D. A. (2024). UPAYA PROMOTIF DAN PENCEGAHAN ANEMIA PADA KEHAMILAN. In A. Ma'Mun (Ed.), *PT Nuansa Fajar Cemerlang* (Cetakan Pe, Vol. 3, Issue 1). PT Nuansa Fajar Cemerlang. [https://doi.org/10.1016/s2667-0267\(23\)00003-6](https://doi.org/10.1016/s2667-0267(23)00003-6)
- Mulya, I. K., & Kusumastuti, I. (2022). Peran Bidan, Peran Keluarga dan Persepsi Ibu Terhadap Perilaku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 2(1), 244–252. <https://doi.org/10.53801/sjki.v2i1.62>

- Munthe, J., Adethia, K., Simbolon, M. L., & Damanik, L. P. U. (2021). *BUKU AJAR ASUHAN KEBIDANAN BERKESINAMBUNGAN (CONTINUITY OF CARE)* (P. CHANIAGO, Ed.; EDISI E-BO). CV. TRANS INFO MEDIA.
- Murlina, Hardiningsih, E. F., Masyita, G., & Risnawati. (2023). Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Kampung Bugis. *Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia*, 2(5), 840–854.
- Murniati, I. A. M., Birgita, M., & Warkula, G. B. (2024). FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA ANEMIA DEFISIENSI ZAT BESI PADA IBU HAMIL. *JURNAL KESEHATAN TAMBUSAI*, 5(September), 1–64. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/33248/23003>
- Nandatari, S., Insan, Y. N., & Widardo, W. (2020). Hubungan Anemia pada Ibu Hamil dengan Kejadian Persalinan Prematur di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Smart Medical Journal*, 3(2), 68. <https://doi.org/10.13057/smj.v3i2.37849>
- Nasrudin, Riyani, I., Mochtar, S., Makmum, A., Syamsu, R. F., Irianta, T., Dewi, A. S. D., Hamsah, M., Asmi, Muh. N., Avisha, M., Ulfa, N., Satria, A., Hilman, F., Musa, A. U., & Ashlihati, M. (2025). Kegiatan Pengabdian Penyuluhan Kesehatan , Perawatan Antenatal , dan. *Kegiatan Pengabdian Penyuluhan Kesehatan, Perawatan Antenatal, Dan Pemeriksaan USG Obstetri Dasar Terbatas Pada Ibu Hamil*, 6(1). <https://jurnal.fk.umi.ac.id/index.php/jpki/article/view/330/205>
- Ningrum, W. M., Purnamasari, K. D., Rohmah, S., & Departement, M. (2024). KEARIFAN LOKAL KAGALUHAN : MENGGALI PRAKTIK TRADISIONAL KESEHATAN IBU MELAHIRKAN DI KAMPUNG NAGA KAGALUHAN LOCAL WISDOM : EXPLORING TRADITIONAL MATERNAL. *Journal of Midwifery and Public Health*, 4(2), 7. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25157/jmph.v4i2.16293>
- Ningsih, D. R., Nurhartanto, A., Kustiani, A., Gizi, P. S., Kesehatan, F., Indonesia, U. M., Lampung, K. B., & Lampung, P. (2024). Hubungan Antara Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Non Rawat Inap Indraloka Jaya Kecamatan Way Kenanga Kabupaten Tulang Bawang Barat. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinarity*, 2(2), 911–917. <file:///C:/Users/Ami/Downloads/3853-23260-1-PB.pdf>

- Nur, S., Aisyah, Q., & Azka, A. (2024). Employment Status, Diet, and Adherence to Consuming Iron Tablets on Anemia in Pregnant Women. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 81–88. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JGKP/article/view/21379>
- Nuraeni, I., Novryanthi, D., & Mustopa, S. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggaleng Kota Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 4(1), 130–148. <https://doi.org/10.55606/jikki.v4i1.2963>
- Nurjanah, M. H. N., Tilarso, D. P., & Rahmawati, S. E. (2023). Gambaran Kadar Hemoglobin Menggunakan Metode Pengukuran Hematology Analyzer Pada Ibu Hamil Desa Sumberdadi Kabupaten Tulungagung. *Indonesian Journal of Biomedical Science and Health*, 3(1), 32–38. <http://e-journal.ivet.ac.id/index.php/IJBSH>
- Nurjanah, N. A. L., Hilinti, Y., & Iswari, I. (2025). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester II dan III di BPM Maya Kab. Batubara. *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*, 3(1), 16–23. <https://doi.org/10.57213/tjghpsr.v3i1.607>
- Oktaviana, P. O., Yanuarini, T. A. Y., & Aisyah, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Dalam Kehamilan: Literature Review. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 11(1), 1–12. <https://doi.org/10.35328/kebidanan.v11i1.2100>
- Panyya, P. A., & Lubis, I. D. (2022). Pemeriksaan Tanda Vital Tubuh Manusia Pada Kaum Ibu di Kelurahan Sitirejo I Kecamatan Medan Kota - Kota Medan. *Jurnal Implementa Husada*, 3(2), 5. <https://doi.org/10.30596/jih.v3i2.11883>
- Pratiwi, L., Liswanti, Y., Nawangsari, H., Dayaningsih, D., Fitriani, H., Alfiani, F., & Yulistianingsih, A. (2022). *ANEMIA PADA IBU HAMIL* (H. WIJAYANTI, Ed.; CETAKAN PE). CV. JEJAK.
- Prihadianto, D. G., Purwati, K., & Al'ayubi, A. A. (2025). PERBANDINGAN AKURASI TAKSIRAN BERAT JANIN MENGGUNAKAN RUMUS DARE DAN RISANTO DALAM MENENTUKAN PERKIRAAN BERAT BAYI LAHIR DI PRAKTIK BIDAN MANDIRI X TAHUN 2024. *ZONA KEDOKTERAN*, 15(2), 146–157. <file:///C:/Users/Ami/Downloads/PERBANDINGAN+AKURASI+TAKSIRAN+BERAT>

+JANIN+MENGGUNAKAN+RUMUS+DARE+DAN+RISANTO+DALAM+MENE
NTUKAN+PERKIRAAN+BERAT+BAYI+LAHIR+DI+PRAKTIK+PIDAN+MANDI
RI+X+TAHUN+2024.pdf

Primadevi, I., Anisah, A., Arti, W., & Dewi, D. C. (2024). Edukasi Sari Kacang Hijau Untuk Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Sukapura Kecamatan Sragi Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2024. *JOURNAL OF HUMAN AND EDUCATION*, 4(4), 361–370.

Puskesmas Arosbaya (2025).

PUTRI, A. U. (2024). ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PADA IBU HAMIL TM II DENGAN ANEMIA RINGAN DI PMB L’ KOTA BENGKULU TAHUN 2024. *Αγαν*, 15(1), 37–48.

Rahmawati, V. Y., Puspasari, J., Fitria, D., Anggraini, P., Adella, F., & Sukmawati. (2024). Gemoy (Gerakan Monitoring Debay): Optimalisasi Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemantauan Gerak Janin. *Service Quality (Jurnal Pengabdian Masyarakat)*, 1(2), 65–72. <https://doi.org/10.33377/sqj.v1i2.228>

Ramadhani, K. W., & Refsi, D. (2025). Seroja Husada Seroja Husada. *SEROJA HUSADA JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 2, 618–624. <https://jurnal.researchideas.org/index.php/husada/article/view/400/386>

Safinatunnaja, B., Abdiani, B. T., & Hidayati, K. (2024). Anemia pada Ibu Hamil Trimester III : Studi Kasus Anemia in the Third Trimester of Pregnant Women : A Case Study. *An Idea Health Journal*, 4(03), 195–199. <https://www.ihj.ideajournal.id/index.php/IHJ/article/view/388/137>

Safrudin, E. L., & Putri, T. O. (2024). *Laporan Kasus MP IV_Enjela Trisia*.

Sahidah, A. E., Hermanti, Fauziah. F., & Purwatiningsih, D. (2024). Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ibu Hamil Ny.N Dengan Anemia Di Pmb Rungkut Surabaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 0231, 1–7. <https://www.nersmid.unmerbaya.ac.id/index.php/nersmid/article/view/234/159>

Salsaabila, P., Yushida, Sulastri, Asmanidar, & Norisa, N. (2025). Asuhan Kebidanan Kehamilan Dengan Indikasi Sakit Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester 3. *JURNAL OF INNOVATION RESEARCH AND KNOWLWDGW*, 4(12), 1–23. <https://mail.bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/view/10214/8062>

- Salsabil, A. F., Rahmadhani, R., Rimayanti, U., & Rahman, A. (2024). Hubungan Anemia dalam Kehamilan dengan Kejadian Perdarahan Postpartum. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 1–12. <https://www.jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/5160/4016>
- Sari, D. M. S., Hermawan, D. H., Sahara, N. S., & Nusri, T. M. (2022). Hubungan Antara Usia Dan Paritas Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Seputih Banyak. *Malahayati Nursing Journal*, 4(5), 1315–1327. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i5.6412>
- Sari, N. M., Pasi, H., Siregar, GF. G., & Sitepu, S. A. (2025). HUBUNGAN PERTAMBAHAN BERAT BADAN IBU SELAMA HAMILDENGAN KEJADIAN BAYI BERAT LAHIR RENDAH DI PUSKESMASHUTA RAKYAT KEC.SIDIKALANG KAB. DAIRI. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, Vol. 7 No. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1687/>
- Seriana, I., & Yusnaini. (2021). Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Involusi Uterus. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 61–66.
- Setiati, N. W., & Oktaviani, N. (2020). Hubungan Kejadian Anemia pada Ibu Bersalin dengan Lamanya Persalinan DI Wilayah Kerja Puskesmas Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2019. *Dies Natalis Unriyo Productive*, 417–423. <https://prosiding.respati.ac.id/>
- Sihaloho, E., Dalimunthe, S. Y., Simamora, M. K., & Ristiani. (2024). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Pinggang. *Ilmu Kesehatan Dan Kebidanan Nusantara (JIKKN)*, 1(1), 49–54. <https://teewanjournal.com/index.php/jikkn/article/view/832/82>
- Sinaga, L., Nadia, F., Rahayu, A. O. S., & Aifa, W. E. (2025). Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Ruang Poli KIA Puskesmas Sedinginan Kabupaten Rokan Hilir. *Indonesia Research Journal on Education*, 5, 233–239. <https://irje.org/irje/article/view/2451/1775>
- Sipayung, R., Oktobriariani, R. R., Jubaedah, A., Oktya, T., Lestari, N. C. A., Nur, H., Barkinah, T., Utami, S. W., Deananda, Rostianingsih, D., & Wahyuni, R. (2024). *ANEMIA PADA KEHAMILAN* (Setia S Putra, Ed.). Penerbit K Media. https://www.google.co.id/books/edition/Anemia_Pada_Kehamilan/0uE8EQAAQBAJ?h

l=id&gbpv=1&dq=gejala+umum+anemia+dalam+kehamilan&pg=PA72&printsec=frontcover

- Siregar, Y. A., Ahmad, H., & Hadi, A. J. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Rawat Inap Batangtoru Kabupaten Tapanuli Selatan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(7), 1432–1438. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i7.3706>
- Sistia, F. (2023). Gizi Ibu di Indonesia: Analisis Lanskap and Rekomendasi. In F. Dini, Irmawati, Elsa (Ed.), *UNICEF Indonesia*. KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA. [https://www.unicef.org/indonesia/media/21766/file/Gizi Ibu di Indonesia - Analisis Lanskap dan Rekomendasi.pdf.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/21766/file/Gizi%20Ibu%20di%20Indonesia%20-%20Analisis%20Lanskap%20dan%20Rekomendasi.pdf.pdf)
- SKI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) DALAM ANGKA DATA AKURAT KEBIJAKAN TEPAT. *Kemenkes RI*, 1–68. https://drive.google.com/file/d/1rjNDG_f8xG6-Y9wmhJUnXhJ-vUFevVJC/view
- Susnaningtyas, V., & Lisca, S. M. (2024). Hubungan Kunjungan Anc, Emesis Gravidarum Dan Pola Makan Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Majasari Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 8(1), 1–11. www.e-journal.ibi.or.id
- Syahra, F. K. (2024). *HUBUNGAN KARAKTERISTIK IBU, PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN ZAT BESI, DAN SUPLEMENTASI GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI KOTA BANDAR LAMPUNG*. 15(1), 37–48. <https://digilib.unila.ac.id/78416/3/3>. SKRIPSI TANPA PEMBAHASAN.pdf
- Tirtasari, S. (2024). UPAYA PENURUNAN JUMLAH KASUS KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELUKNAGA DENGAN DIAGNOSIS KOMUNITAS. @*Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP* 2024, 8, 1717–1725. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/25830/20039>
- Triharini, M., Armini, N. K. A., Pradanie, R., Fifai, A., & Muniroh, L. (2025). *MENCEGAH ANEMIA PADA IBU HAMIL - Membangun Persepsi Positif Merawat Kehamilan Melalui Gizi Seimbang* (D. E. Suharto, Ed.; CETAKAN KE). Airlangga University Press. https://books.google.co.id/books?id=4j1oEQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

- Tsabitha, A. D., Novianti, Suriyati, Purnama, Y., & Asmariyah. (2022). Pengaruh Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava*) Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin (Hb) Ibu Hamil Di Kota Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 10(2), 101–107. <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i2.3140>
- Voukelatou, P., Vrettos, I., & Kalliakmanis, A. (2025). Gejala neurologis sebagai satu-satunya manifestasi B 12 defisiensi pada pasien muda dengan hematokrit , MCV , apusan darah tepi dan kadar homosistein normal. *Oxford Medical Case Reports*, 302–304. https://watermark.silverchair.com/omw091.pdf?token=AQECAHi208BE49Ooan9kkhW_Ercy7Dm3ZL_9Cf3qfKAc485ysgAAA1MwggNPBgkqhkiG9w0BBwagggNAMIIDPAIBADCCAzUGCSqGSIb3DQEHATAeBglghkgBZQMEAS4wEQQMiq7sIQg85Ti779NBAgEQgIIDBvdy3u0kZKYq3TycXAxNu8Xxrpyvvg7sjB9GE9vGzOOrh75r
- Wasono, H. A., Husna, I., Zulfian, & Mulyani, W. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Beberapa Wilayah Indonesia. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(1), 59–66. <https://doi.org/10.33024/jmm.v5i1.3891>
- WHO. (2024). *HUBUNGAN STATUS GIZI DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNG ENIM*. 6, 1290–1303.
- Widiastuti, D., Hapisah, Suhwardi, & Laili, F. J. (2025). Analisis Faktor Komplikasi Kehamilan Pada Ibu Hamil Primigravida Dengan Anemia Di Puskesmas Serongga Tahun 2023. *URNAL PENELITIAN MULTIDISIPLIN BANGSA*, 1(8), 1462–1466. <https://ejournal.amirulbangunbangsapublishing.com/index.php/jpnmb/article/view/269/212>
- Yorita, E., Yanniarti, S., & Mizawati, A. (2023). Efektifitas Program Antenatal Gizi Kia Terpadu (Gikatera) Terhadap Pertumbuhan Dan Kesejahteraan Janin Pada Ibu Tm Iii Di Kabupaten Seluma. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(1), 51–58. <https://doi.org/10.37676/jnph.v11i1.4081>
- Yuliani, M., & Kartikawati, S. L. (2024). ANALISIS KARAKTERISTIK DAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE DENGAN KADAR HAEMOGLOBIN PADA WUS (WANITA USIA SUBUR) CALON PENGANTIN. *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8, 5896–5902. <file:///C:/Users/Ami/Downloads/lira10,+128.+37440-Article+Text-125866-1-6-20241129+5896+-+5902.pdf>