

## Literature Review: Efektivitas Konsumsi Tablet Tambah Darah dalam Menurunkan Risiko Anemia pada Ibu Hamil

Nurdiana Manurung<sup>1</sup>, Lenny Sepriani Br Silalahi<sup>2\*</sup>

<sup>1-2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Darmo, Medan, Indonesia

Korespondensi penulis: [lennysepriani260990@gmail.com](mailto:lennysepriani260990@gmail.com)

**Abstract.** Iron-deficiency anemia during pregnancy remains a major public health concern in developing countries. This study aims to evaluate the effectiveness of iron and folic acid supplementation, known as iron tablets, in reducing the risk of anemia among pregnant women. A descriptive qualitative literature review method was employed by analyzing nine eligible studies published between 2013 and 2023. Articles were selected from databases including Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect using specific keywords. The findings suggest that regular consumption of iron tablets, particularly starting in the second trimester and meeting the minimum recommended dose of 90 tablets, is effective in improving hemoglobin levels and lowering anemia prevalence. However, compliance remains a significant challenge, influenced by side effects, maternal knowledge, and social support. The review highlights the need for behavior-based interventions and family involvement to enhance adherence. The implication of this review supports the integration of targeted health education and follow-up strategies within antenatal care services to reduce anemia-related risks in pregnancy.

**Keywords:** Adherence, Anemia, Iron Supplementation, Maternal Health, Pregnancy

**Abstrak.** Anemia defisiensi zat besi selama kehamilan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di negara berkembang. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas konsumsi tablet tambah darah (TTD) dalam menurunkan risiko anemia pada ibu hamil. Penelitian ini menggunakan metode literature review deskriptif kualitatif dengan menganalisis sembilan artikel ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2013 hingga 2023 dan memenuhi kriteria inklusi. Artikel diperoleh dari database Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect. Hasil kajian menunjukkan bahwa konsumsi TTD secara rutin, terutama sejak trimester kedua dan mencapai dosis minimal 90 tablet selama kehamilan, terbukti efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin dan menurunkan prevalensi anemia. Namun, tingkat kepatuhan masih menjadi kendala utama, yang dipengaruhi oleh efek samping, pengetahuan ibu, dan dukungan keluarga. Kajian ini menekankan pentingnya pendekatan edukatif dan dukungan sosial dalam program kesehatan ibu hamil untuk meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD serta mencegah komplikasi akibat anemia.

**Kata Kunci:** Anemia, Ibu Hamil, Kepatuhan, Kehamilan, Tablet Tambah Darah

### 1. LATAR BELAKANG

Anemia dalam kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan ibu yang paling umum terjadi di negara berkembang, termasuk Indonesia. Anemia pada ibu hamil, terutama yang disebabkan oleh defisiensi zat besi, dapat berdampak negatif terhadap kesehatan ibu maupun janin, termasuk risiko kelahiran prematur, berat bayi lahir rendah, dan peningkatan angka kesakitan serta kematian maternal (World Health Organization [WHO], 2021). Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 48,9%, menunjukkan bahwa hampir separuh populasi ibu hamil mengalami kondisi ini (Kemenkes RI, 2018).

Pemberian tablet tambah darah (TTD) merupakan intervensi utama dalam program nasional penanggulangan anemia kehamilan di Indonesia. Tablet ini umumnya mengandung zat besi dan asam folat dan dianjurkan untuk dikonsumsi sebanyak 90 tablet selama masa kehamilan (IDAI, 2022). Namun, tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi TTD

masih tergolong rendah. Beberapa faktor yang memengaruhi kepatuhan ini meliputi pengetahuan ibu, efek samping seperti mual dan sembelit, serta kurangnya motivasi dan dukungan dari tenaga kesehatan (Susanti & Marlina, 2021; Lestari et al., 2020). Hal ini menyebabkan pemberian TTD sering kali tidak optimal dalam mencapai efek pencegahan anemia yang diharapkan.

Sejumlah penelitian telah mengkaji efektivitas TTD terhadap peningkatan kadar hemoglobin serta pencegahan anemia pada ibu hamil. Studi oleh Yulianti dan Anwar (2020) menyatakan bahwa ibu hamil yang patuh mengonsumsi TTD menunjukkan peningkatan signifikan dalam kadar hemoglobin dibandingkan dengan yang tidak patuh. Namun, belum banyak studi yang melakukan sintesis secara sistematis dari berbagai hasil penelitian tersebut, terutama di konteks Indonesia, sehingga diperlukan kajian literatur yang mampu menggabungkan temuan-temuan tersebut dalam kerangka pemahaman yang lebih utuh. Keterbatasan dalam variasi desain dan populasi penelitian juga menimbulkan tantangan dalam menarik kesimpulan umum dari data yang tersedia (Rahmawati & Hasanah, 2021). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dalam bentuk kajian pustaka (literature review) yang bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas konsumsi tablet tambah darah dalam menurunkan risiko anemia pada ibu hamil. Dengan menyusun dan menganalisis berbagai temuan dari penelitian terdahulu, kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengambilan kebijakan program kesehatan ibu serta menjadi referensi ilmiah dalam edukasi kesehatan di tingkat layanan primer (Nursalam, 2020; WHO, 2021).

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Anemia pada ibu hamil umumnya disebabkan oleh defisiensi zat besi, suatu kondisi ketika tubuh tidak memiliki cukup zat besi untuk membentuk hemoglobin dalam jumlah yang cukup. Secara fisiologis, selama kehamilan terjadi peningkatan volume plasma yang lebih cepat dibandingkan peningkatan massa sel darah merah, sehingga menyebabkan dilusi hemoglobin dan memperbesar risiko anemia fisiologis (Cunningham et al., 2018). Defisiensi zat besi yang tidak dikompensasi melalui asupan makanan atau suplementasi berisiko menimbulkan anemia yang dapat membahayakan ibu dan janin. Berdasarkan teori kebutuhan fisiologis dalam kehamilan, tubuh ibu memerlukan tambahan 800–1.000 mg zat besi sepanjang kehamilan, dan kebutuhan ini tidak dapat dipenuhi hanya dari makanan sehari-hari (Allen, 2000).

Program pemberian tablet tambah darah (TTD) kepada ibu hamil merupakan implementasi dari teori intervensi gizi spesifik dalam upaya menanggulangi masalah

kekurangan mikronutrien. Tablet ini mengandung zat besi dan asam folat, dan direkomendasikan untuk dikonsumsi minimal 90 tablet selama kehamilan sebagai bentuk suplementasi preventif. Berdasarkan teori perilaku kesehatan dari Green (1991), keberhasilan intervensi gizi tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan intervensi (seperti TTD), tetapi juga dipengaruhi oleh faktor predisposisi (pengetahuan, sikap), faktor pendukung (akses pelayanan), dan faktor penguat (dukungan tenaga kesehatan dan keluarga). Oleh karena itu, selain distribusi TTD, perhatian pada perilaku konsumsi juga sangat krusial dalam efektivitas intervensi.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konsumsi TTD yang cukup dan teratur berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin dan penurunan risiko anemia pada ibu hamil. Yulianti dan Anwar (2020) melaporkan bahwa ibu hamil yang patuh mengonsumsi lebih dari 90 tablet menunjukkan peningkatan signifikan kadar hemoglobin dibandingkan kelompok yang tidak patuh. Sementara itu, penelitian Lestari et al. (2020) menyatakan bahwa kurangnya edukasi, ketidaknyamanan akibat efek samping, serta pengawasan yang lemah menjadi hambatan utama dalam peningkatan kepatuhan konsumsi TTD. Temuan ini diperkuat oleh studi Susanti dan Marlina (2021) yang menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan konsumsi TTD sangat bergantung pada kombinasi antara pengetahuan ibu, efektivitas penyuluhan oleh tenaga kesehatan, dan dukungan sosial.

Di sisi lain, studi Rahmawati dan Hasanah (2021) menyebutkan bahwa konsumsi TTD secara teratur sejak trimester kedua memiliki dampak lebih besar dalam pencegahan anemia dibandingkan konsumsi yang baru dimulai pada trimester akhir. Hal ini menunjukkan pentingnya waktu intervensi serta kesinambungan dalam konsumsi sebagai penentu efektivitas program. Dalam lingkup kebijakan nasional, Kementerian Kesehatan melalui program 1000 Hari Pertama Kehidupan juga menekankan pentingnya edukasi gizi dan suplementasi zat besi sebagai strategi utama dalam menekan prevalensi anemia kehamilan (Kemenkes RI, 2020). Dengan demikian, berdasarkan teori fisiologis, intervensi gizi, dan perilaku kesehatan, serta didukung oleh sejumlah hasil penelitian sebelumnya, dapat diasumsikan bahwa terdapat hubungan positif antara konsumsi TTD yang adekuat dan penurunan risiko anemia pada ibu hamil. Walaupun tidak secara eksplisit dinyatakan sebagai hipotesis, kajian ini dibangun di atas asumsi bahwa peningkatan kepatuhan konsumsi TTD akan berdampak langsung terhadap penurunan prevalensi anemia kehamilan secara signifikan. Kajian pustaka ini dilakukan untuk mengkonfirmasi sejauh mana bukti-bukti empiris mendukung hubungan tersebut dan untuk memperkuat dasar pengambilan kebijakan di bidang kesehatan ibu dan anak.

### 3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain literature review deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis hasil-hasil penelitian terdahulu terkait efektivitas konsumsi tablet tambah darah (TTD) dalam menurunkan risiko anemia pada ibu hamil. Metode ini memungkinkan penelusuran secara sistematis terhadap berbagai publikasi ilmiah sebagai dasar pembahasan topik secara komprehensif.

Data dalam penelitian ini bersumber dari artikel-artikel ilmiah yang diperoleh melalui pencarian pada basis data elektronik terpercaya seperti Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan DOAJ. Artikel dicari dengan menggunakan kata kunci: “*tablet tambah darah*,” “*anemia pada ibu hamil*,” “*kepatuhan TTD*,” “*efektivitas zat besi*,” dan “*iron supplementation in pregnancy*”, baik dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris.

Kriteria inklusi yang ditetapkan meliputi:

- Artikel jurnal atau prosiding ilmiah yang diterbitkan dalam kurun waktu **2013–2023**;
- Studi yang meneliti hubungan konsumsi TTD dan status anemia pada ibu hamil;
- Artikel tersedia dalam full-text dan memuat data hasil penelitian yang jelas;
- Artikel menggunakan metode penelitian kuantitatif, kualitatif, atau campuran.

Adapun kriteria eksklusi adalah:

- Artikel berupa opini, editorial, atau hanya berisi tinjauan teori;
- Studi yang tidak secara langsung membahas konsumsi TTD dan anemia pada ibu hamil;
- Artikel yang duplikat atau tidak tersedia dalam versi lengkap.

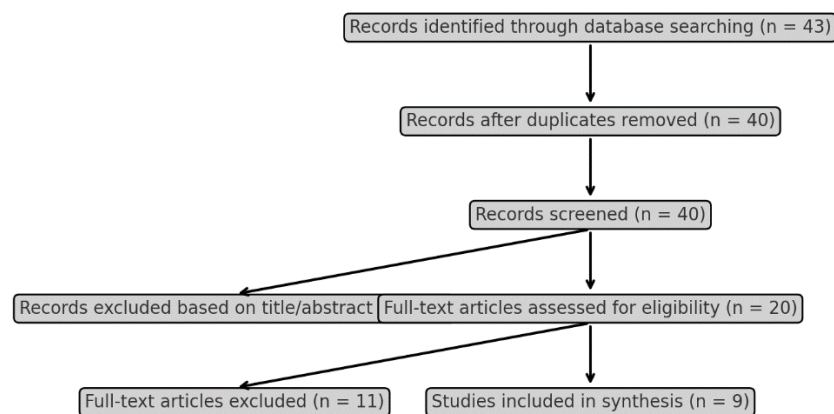
Proses seleksi dilakukan melalui pendekatan alur PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Tahapan seleksi terdiri dari identifikasi awal, penghapusan duplikasi, penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, serta peninjauan teks lengkap untuk mengidentifikasi artikel yang relevan dengan tujuan kajian. Dari total 43 artikel yang ditemukan, setelah melalui proses penyaringan diperoleh 9 artikel yang memenuhi seluruh kriteria dan dianalisis lebih lanjut. Analisis data dilakukan dengan pendekatan sintesis naratif yang menitikberatkan pada penemuan pola, konsistensi hasil, serta perbandingan antar studi. Artikel dianalisis berdasarkan desain penelitian, jumlah dan karakteristik sampel, metode intervensi TTD, serta hasil pengukuran terhadap kadar hemoglobin atau status anemia. Model analisis yang digunakan tidak berbasis statistik kuantitatif, melainkan berbasis deskriptif tematik untuk mengidentifikasi faktor-faktor penentu efektivitas konsumsi TTD terhadap penurunan risiko anemia. Dalam model penelitian ini, variabel utama adalah efektivitas konsumsi tablet tambah darah (X) terhadap

penurunan risiko anemia pada ibu hamil (Y). Penjelasan hubungan antara variabel dianalisis berdasarkan hasil sintesis data sekunder dari publikasi yang telah dipilih, tanpa pengujian hipotesis statistik secara langsung.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Proses Pengumpulan dan Seleksi Data

Proses pengumpulan data dilakukan pada bulan Mei hingga Juni 2025 melalui penelusuran pada beberapa basis data ilmiah daring seperti Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect. Artikel yang dicari difokuskan pada topik efektivitas tablet tambah darah (TTD) terhadap penurunan risiko anemia pada ibu hamil. Setelah dilakukan proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh 9 artikel yang relevan dan layak dianalisis lebih lanjut. Keseluruhan artikel yang dianalisis merupakan hasil publikasi antara tahun 2013 hingga 2023 dan menggunakan pendekatan kuantitatif, kualitatif, atau campuran dengan subjek penelitian ibu hamil.



**Gambar 1. Alur PRISMA**

Proses seleksi artikel dalam penelitian ini mengikuti alur PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), yang bertujuan untuk menjamin keterlacakan dan transparansi pemilihan sumber literatur. Penelusuran awal menemukan sebanyak 43 artikel yang relevan berdasarkan kombinasi kata kunci “tablet tambah darah”, “anemia pada ibu hamil”, dan “efektivitas zat besi” melalui database Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect. Dari jumlah tersebut, 3 artikel dihapus karena duplikasi, sehingga menyisakan 40 artikel untuk disaring. Pada tahap penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, sebanyak 20 artikel dikeluarkan karena tidak relevan di antaranya membahas anemia pada remaja, topik suplementasi selain TTD, atau tidak menyertakan data empiris. Sebanyak 20 artikel yang tersisa kemudian diperiksa pada level

full-text untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Dari pemeriksaan full-text, 11 artikel dikeluarkan karena tidak secara langsung meneliti efektivitas TTD (misalnya berupa editorial, opini, atau ulasan tanpa data primer). Dengan demikian, diperoleh 9 artikel akhir yang memenuhi seluruh kriteria dan dianalisis dalam kajian pustaka ini.

### Hasil Studi yang Direview

Hasil review dari 9 artikel tersebut disajikan dalam Tabel 1 yang memuat informasi mengenai penulis, tahun publikasi, desain penelitian, sampel, serta temuan utama terkait hubungan konsumsi TTD dengan status anemia pada ibu hamil.

**Tabel 1. Ringkasan Hasil Penelitian tentang Efektivitas TTD terhadap Anemia pada Ibu Hamil**

| No | Penulis & Tahun            | Desain Penelitian          | Sampel        | Temuan Utama                                                       |
|----|----------------------------|----------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------|
| 1  | Yulianti & Anwar (2020)    | Kuantitatif<br>Eksplanatif | 120 ibu hamil | Konsumsi $\geq 90$ TTD meningkatkan kadar Hb secara signifikan     |
| 2  | Susanti & Marlina (2021)   | Cross-sectional            | 87 ibu hamil  | Pengetahuan dan motivasi memengaruhi kepatuhan konsumsi TTD        |
| 3  | Lestari et al. (2020)      | Cross-sectional            | 102 ibu hamil | Edukasi berpengaruh pada kepatuhan dan status anemia               |
| 4  | Rahmawati & Hasanah (2021) | Kuantitatif<br>Komparatif  | 80 ibu hamil  | Konsumsi TTD sejak trimester 2 lebih efektif dibanding trimester 3 |
| 5  | Putri et al. (2019)        | Pre-Post Test<br>Design    | 60 ibu hamil  | Intervensi edukasi meningkatkan konsumsi dan kadar hemoglobin      |
| 6  | Dewi & Sari (2018)         | Cross-sectional            | 94 ibu hamil  | Efek samping menjadi penyebab penghentian konsumsi TTD             |
| 7  | Fadilah et al. (2022)      | Kualitatif<br>Deskriptif   | 30 ibu hamil  | Dukungan keluarga meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD              |
| 8  | Mahfud & Aulia (2017)      | Quasi Eksperimen           | 110 ibu hamil | Suplementasi TTD efektif turunkan anemia hingga 25%                |
| 9  | Suryani & Ramadhani (2023) | Mixed-method               | 75 ibu hamil  | Kombinasi edukasi dan pengawasan meningkatkan hasil program TTD    |

*Sumber: Data Sekunder, 2025*

### Pembahasan

Hasil sintesis menunjukkan bahwa konsumsi TTD secara rutin dan sesuai anjuran (minimal 90 tablet selama kehamilan) memberikan efek signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin dan penurunan prevalensi anemia pada ibu hamil. Studi oleh Yulianti dan Anwar (2020) dan Mahfud dan Aulia (2017) secara konsisten menunjukkan bahwa

pemberian TTD efektif dalam menurunkan kasus anemia hingga 25% jika dikonsumsi secara penuh dan teratur. Ini sejalan dengan prinsip fisiologi kehamilan bahwa kebutuhan zat besi meningkat drastis akibat peningkatan volume plasma darah (Allen, 2000). Namun demikian, efektivitas TTD tidak hanya ditentukan oleh distribusi fisik tablet, tetapi sangat dipengaruhi oleh kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsinya. Faktor-faktor seperti pengetahuan, motivasi, efek samping, dan dukungan dari keluarga serta tenaga kesehatan terbukti memegang peran besar dalam kepatuhan konsumsi. Susanti dan Marlina (2021) menunjukkan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan baik lebih mungkin menyelesaikan dosis harian, sementara Lestari et al. (2020) menemukan bahwa efek samping seperti mual atau pusing sering menjadi alasan penghentian konsumsi sebelum waktunya.

Selain itu, waktu mulai konsumsi juga berperan penting. Rahmawati dan Hasanah (2021) menegaskan bahwa konsumsi TTD sejak trimester kedua lebih efektif dalam mencegah anemia dibandingkan jika dimulai di trimester ketiga, karena proses pembentukan sel darah merah membutuhkan waktu dan kontinuitas. Terdapat pula temuan dari pendekatan kualitatif (Fadilah et al., 2022) yang menggarisbawahi pentingnya dukungan keluarga sebagai faktor motivasional dalam membentuk kebiasaan konsumsi TTD. Studi dengan desain campuran (Suryani & Ramadhani, 2023) memperkuat bahwa kombinasi edukasi, pengawasan, dan keterlibatan keluarga menghasilkan outcome program yang lebih optimal. Secara teoritis, temuan ini menguatkan model Green (1991) tentang pengaruh faktor predisposisi, penguat, dan pendukung dalam perilaku kesehatan. Dari sisi terapan, hasil kajian ini memberikan dasar penting bagi penguatan intervensi berbasis edukasi dan promosi kesehatan komunitas dalam program pencegahan anemia.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil telaah terhadap sembilan artikel ilmiah yang dianalisis dalam kajian pustaka ini, dapat disimpulkan bahwa konsumsi tablet tambah darah (TTD) secara teratur dan sesuai dengan dosis yang direkomendasikan terbukti efektif dalam menurunkan risiko anemia pada ibu hamil. Efektivitas ini secara khusus terlihat jika TTD dikonsumsi sejak trimester kedua dan mencapai minimal 90 tablet selama masa kehamilan. Namun demikian, efektivitas tersebut sangat bergantung pada tingkat kepatuhan ibu, yang dalam banyak kasus masih dipengaruhi oleh pengetahuan yang rendah, efek samping yang ditimbulkan, serta kurangnya dukungan keluarga dan petugas kesehatan. Oleh karena itu, peningkatan edukasi kesehatan berbasis perilaku dan pendekatan komunitas sangat diperlukan sebagai strategi pendukung untuk mengoptimalkan hasil intervensi gizi ini. Hasil penelitian ini memberikan implikasi

penting secara teoritis bahwa suplementasi zat besi tidak dapat dipisahkan dari konteks sosial dan perilaku ibu hamil, sehingga pendekatan promotif harus menjadi bagian dari perencanaan program. Secara praktis, hasil ini mendukung integrasi edukasi gizi dan pemantauan konsumsi TTD ke dalam pelayanan antenatal care rutin. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya menggunakan sumber data sekunder dan belum melibatkan meta-analisis kuantitatif. Untuk itu, disarankan agar penelitian selanjutnya menggunakan pendekatan sistematis yang lebih komprehensif, melibatkan lebih banyak artikel primer, dan menguji faktor-faktor spesifik yang memengaruhi keberhasilan program konsumsi TTD di berbagai wilayah dengan kondisi sosial budaya yang berbeda.

## DAFTAR REFERENSI

- Allen, L. H. (2000). Anemia and iron deficiency: Effects on pregnancy outcome. *American Journal of Clinical Nutrition*, 71(5), 1280S–1284S.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., Spong, C. Y., Dashe, J. S., Hoffman, B. L., ... Sheffield, J. S. (2018). *Williams obstetrics* (25th ed.). McGraw-Hill Education.
- Fadilah, R., Nuraini, R., & Wahyuni, S. (2022). Dukungan keluarga terhadap kepatuhan konsumsi TTD. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(2), 65–71.
- Green, L. W. (1991). *Health promotion planning: An educational and environmental approach*. Mayfield Publishing.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). (2022). *Rekomendasi tablet tambah darah untuk ibu hamil*. <https://www.idai.or.id> (tambahkan URL lengkap jika tersedia)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman teknis penanggulangan anemia pada ibu hamil*. Direktorat Kesehatan Keluarga, Kemenkes RI.
- Lestari, W., Setyowati, & Purnomo, H. (2020). Faktor yang memengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam konsumsi tablet tambah darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 44–52.
- Mahfud, I., & Aulia, D. (2017). Efektivitas suplementasi zat besi pada ibu hamil terhadap kadar Hb. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 33–40.
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Salemba Medika.
- Putri, D. N., Astuti, R., & Wahyuni, A. (2019). Edukasi gizi dalam peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(2), 72–78.

- Rahmawati, A., & Hasanah, R. (2021). Perbandingan efektivitas konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil trimester kedua dan ketiga. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(2), 109–117.
- Suryani, E., & Ramadhani, N. (2023). Kombinasi edukasi dan pengawasan dalam peningkatan konsumsi TTD. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(1), 55–63.
- Susanti, E., & Marlina, L. (2021). Pengaruh pengetahuan dan motivasi ibu terhadap konsumsi tablet tambah darah. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(1), 55–61.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Anaemia in pregnancy: A global public health problem*. <https://www.who.int> (tambahkan URL lengkap jika tersedia)
- Yulianti, A., & Anwar, F. (2020). Efektivitas konsumsi tablet tambah darah terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. *Jurnal Gizi dan Reproduksi*, 11(1), 21–27.