



Efektivitas Jus Buah Bit Dan Kurma Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan

Ani Kurniati¹, Kismi Asih Adethia², Eka Falentina Tarigan³, Elni Arizona Hutagaol⁴, Evi Safitri⁵

¹⁻⁵ STIKes Mitra Husada Medan

Email korespondensi: anikurniati866@gmail.com

No HP: 08121287754

ARTICLE INFO

Article History:

Received:

3 Juni 2023

Accepted:

1 Agustus

Published :

31 Agustus 2023

Kata Kunci:

Jus Buah Bit;

Kurma;

Anemia;

Kehamilan

Keywords:

Beetroot Juice;

Dates;

Anemia;

Pregnancy

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan salah satu penyebab tidak langsung dari kasus kematian ibu, dimana anemia merupakan keadaan yang timbul sebelum atau selama hamil yang diperburuk oleh kehamilan yang fisiologis. Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9 % pada tahun 2019. **Tujuan:** Untuk mengetahui Efektivitas Jus Buah Bit dan Kurma Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023. **Metode:** Jenis penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif design dengan penelitian quasi eksperimen kuantitatif dengan rancangan *pretest posttest nonequivalent with control group* yaitu suatu penelitian yang dilakukan dengan memberikan sebuah perlakuan untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang timbul akibat perlakuan yang diberikan untuk membandingkan hasil pemberian jus buah bit dan kurma pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan suatu kelompok kontrol yang diberikan intervensi konvensional dalam mengurangi anemia pada kehamilan. **Hasil:** Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji Mann-Whitney pada kedua kelompok didapatkan hasil untuk *P Value* = 0,000 artinya $p < 0,05$, menyatakan bahwa Jus Buah Bit dan Kurma efektif Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023. **Kesimpulan:** Jus Buah Bit dan Kurma efektif Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023. Diharapkan bagi Pimpinan Puskesmas Namu Trasi agar bekerjasama dengan tenaga kesehatan dalam melakukan sosialisasi manfaat buah bit dan kurma untuk mencegah terjadinya anemia khususnya pada ibu hamil.

ABSTRACT

Background: Anemia is an indirect cause of maternal death, where anemia is a condition that occurs before or during pregnancy which is exacerbated by a physiological pregnancy. Based on data from the Indonesian Health Profile for 2021, the incidence of anemia in pregnant women in Indonesia is still relatively high, namely 48.9% in 2019. **Purpose:** To determine the effectiveness of beet juice and dates to treat anemia in pregnancy at the Namu Trasi Health Center, Sei Bingai

*District Langkat Regency in 2023. **Method:** This type of research uses a quantitative research type design with quasi-experimental quantitative research with a nonequivalent pretest posttest control group design, namely a study conducted by giving treatment to find out the symptoms or effects that arise as a result of the treatment given to compare the results of giving beet juice and dates in the treatment group compared to the control group which provided conventional interventions in reducing anemia in pregnancy. **Results:** Based on the results of bivariate analysis with the Mann-Whitney test in both groups, the results obtained for P Value = 0.000, meaning $p < 0.05$, stated that beet juice and dates are effective for treating anemia in pregnancy at the Namu Trasi Health Center, Sei Bingai District, Langkat Regency 2023. **Conclusion:** Beetroot and Dates Juice is Effective for Overcoming Anemia in Pregnancy at the Namu Trasi Health Center, Sei Bingai District, Langkat Regency in 2023. It is hoped that the Namu Trasi Health Center Leaders will work together with health workers in socializing the benefits of beets and dates to prevent incidents anemia especially in pregnant women.*

PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin dibawah 11 gram % pada trimester satu dan tiga atau kadar dibawah 10,5 gram % pada trimester kedua. Anemia pada ibu hamil dapat berdampak buruk pada ibu maupun bayi yang akan dilahirkan. Anemia meningkatkan resiko komplikasi perdarahan antepartum dan postpartum yang jika tidak tertangani dengan baik akan akan berakibat fatal, sebab ibu hamil dengan anemia tidak dapat mencegah terjadinya kehilangan darah (Ernawatik, 2017).

Anemia pada ibu hamil merupakan suatu masalah yang dapat mengancam keadaan ibu dan janin yang ada dalam rahim ibu. Anemia pada kehamilan, merupakan masalah yang sudah mengglobal. Dilihat dari besaran masalahnya, Anemia adalah penyebab kedua terkemuka didunia dari kecatatan dan dengan demikian salah satu masalah kesehatan masyarakat paling serius (WHO, 2015) Berdasarkan data badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 melaporkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di negara berkembang adalah 51 % dan dinegara maju adalah 14 % . Diketahui prevalensi anemia pada wanita hamil di Asia sebesar 48,2% (Kemenkes RI , 2016). Kejadian anemia pada ibu hamil di Provinsi Sumatera Utara yaitu 15 – 39 % dan kejadian Anemia pada ibu hamil di Kabupaten Langkat yaitu 37,25 %. Dari lima penyebab AKI terbesar di Indonesia tersebut empat diantaranya merupakan dampak yang terjadi apabila ibu hamil mengalami anemia yaitu perdarahan, infeksi, partus lama/ macet, dan abortus (World Healath Organization, 2023).

Anemia merupakan salah satu penyebab tidak langsung pertama dari kasus kematian ibu, karena anemia merupakan suatu keadaan yang timbul sebelum atau selama hamil yang di perburuk oleh kehamilan yang fisiologis (Willy Astriana, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ikeu Tanziha, dkk dengan judul Faktor Resiko Anemia Ibu Hamil Di Indonesia bahwa 38,2 % ibu hamil di Indonesia mengalami anemia , berdasarkan Uji chi-square menunjukkan bahwa usia, pendidikan, jumlah kelahiran, frekuensi kehamilan, jarak kehamilan dan antenatal care tidak berhubungan dengan anemia. Faktor resiko utama penyebab anemia kehamilan di Indonesia adalah status gizi (Tanziha et al., 2016).

Kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9 % pada tahun 2019. Kondisi ini menyatakan bahwa anemia cukup tinggi dan menunjukkan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (severe public health problem) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40 %. Anemia bukan hanya berdampak pada ibu, melainkan juga pada bayi yang dilahirkan. Bayi yang dilahirkan kemungkinan besar mempunyai cadangan zat besi yang sedikit atau bahkan tidak mempunyai persediaan sama sekali, sehingga mengakibatkan anemia pada bayi yang dilahirkan. Dampak anemia pada ibu hamil dapat diamati dari besarnya angka kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin serta peningkatan resiko terjadinya berat badan lahir rendah (Profil Kesehatan Indonesia, 2021).

Upaya untuk mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan dapat diberikan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mempercepat peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil salah satunya yaitu dengan mengkonsumsi Jus Buah Bit. Buah bit dapat mencegah terjadinya anemia. Diantara semua buah, bit adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat nya yaitu 108 mg/100 gram (Mesi Setiana, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Wening dkk mengevaluasi efektivitas buah bit dan kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester

Il di wilayah Puskesmas Karangawen II Kabupaten Demak membagi 38 ibu hamil yang anemia kedalam dua kelompok. Penelitian dilakukan saat Trimester II karena fisiologinya pada Trimester II terjadi proses hemodilusi yaitu pecahnya sel darah merah dan keluarnya hemoglobin ke plasma. 18 orang ibu hamil diberikan intervensi buah bit dan 18 orang ibu hamil diberikan intervensi buah kurma. Kadar hb ibu hamil trimester II sebelum diberikan kurma nilai mean 9,961 dan setelah diberikan kurma nilai mean menjadi 11, 139. Kadar Hb ibu hamil trimester II yang diberikan intervensi buah bit nilai meannya 10,050 dan setelah diberikan buah bit nilai meannya menjadi 10,500. Terdapat perbedaan kadar hemoglobin ibu hamil trimester II sebelum dan sesudah diberikan intervensi baik pada kelompok yang diberikan buah bit maupun pada kelompok yang diberikan buah kurma (Eka Cahya et al., 2021).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat pada bulan November dan Desember Tahun 2022, pada bulan November 2022 dari 51 ibu hamil terdapat 37,25 % atau 19 orang yang mengalami anemia dan pada bulan Desember 2022 dari 51 ibu hamil terdapat 23,52 % atau 12 orang yang mengalami anemia. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Jus Buah Bit dan Kurma Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023” karena apabila anemia tidak dicegah dapat terjadi peningkatan angka kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin serta peningkatan resiko terjadinya berat badan lahir rendah.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini peneliti menggunakan tipe atau jenis kuantitatif design dengan penelitian quasi eksperimen kuantitatif dengan rancangan *pretest posttest nonequivalent with control group* yaitu suatu penelitian yang dilakukan dengan memberikan sebuah perlakuan untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang timbul akibat perlakuan yang diberikan untuk membandingkan hasil pemberian jus buah bit dan kurma pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan suatu kelompok kontrol yang diberikan intervensi konvensional dalam mengurangi anemia pada kehamilan. Lokasi yang dipilih sebagai tempat penelitian yaitu Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat pada bulan Mei Tahun 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat pada bulan Februari Tahun 2023. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 56 orang ibu hamil yaitu 28 kelompok intervensi dan 28 kelompok kontrol diambil dengan tehnik pengambilan sampel *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan pengambilan data sekunder yaitu data ibu hamil yang berada di Puskesmas Namu Trasi kemudian pengambilan data primer langsung dilakukan kepada responden meliputi pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikannya intervensi. Pemberian jus buah bit 300 gr dan kurma 200 gr ditambah dengan air secukupnya hingga 250 ml kemudian diblender dengan disaring ampasnya kemudian dimasukkan botol dan dikonsumsi selama 2 minggu dengan pemberian 1 kali per hari pada pagi hari oleh kelompok intervensi dan kelompok kontrol diberikan metode konvensional yaitu konsumsi tablet Fe selama 2 minggu 1 kali per hari. Nomor izin penelitian 964/STIKes-MHM/I/IV/2023.

HASIL PENELITIAN

A. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Kondisi Anemia Pada Kelompok Kontrol di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat

No	Variabel	F	Persentase (%)	Mean	Variabel	F	Persentase(%)	Mean
Kondisi Anemia					Kondisi Anemia			
1.	Tidak Anemia	4	14,3	1,86	Tidak Anemia	5	17,9	1,82
2.	Anemia	24	85,7		Anemia	23	82,1	
Total		28	100			28	100	

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi kondisi anemia pada kelompok kontrol pretest mayoritas ibu hamil mengalami anemia yaitu 24 (85,7 %) dengan mean 1,86 dan pengukuran saat posttest mayoritas tetap mengalami anemia yaitu 23 (82,1 %) dengan mean 1,82. Tidak terjadi dampak positif yang signifikan pada kelompok kontrol dilihat dari nilai meannya.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kondisi Anemia Pada Kelompok Intervensi di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat

No	Variabel	F	Persentase (%)	Mean	Variabel	F	Persentase(%)	Mean
Kondisi Anemia					Kondisi Anemia			
1.	Tidak Anemia	4	14,3	1,86	Tidak Anemia	19	67,9	1,32
2.	Anemia	24	85,7		Anemia	9	32,1	
Total		28	100			28	100	

Berdasarkan table 2 distribusi frekuensi kondisi anemia pada kelompok intervensi pretest mayoritas ibu hamil mengalami anemia yaitu 24 (85,7 %) dengan mean 1,86 dan pengukuran saat posttest mayoritas ibu hamil tidak mengalami anemia yaitu 19 (67,9 %) dengan mean 1,32. Berdasarkan nilai mean dari 1,86 mean pretest dan 1,32 mean posttest dapat disimpulkan terjadi dampak positif yang signifikan pada kelompok intervensi yang mendapatkan jus buah bit dan kurma sehingga frekuensi ibu hamil yang mengalami anemia berkurang drastis dibandingkan pada saat pretest. Berdasarkan hasil uji normalitas data dengan uji Kolmogorof Smirnof bahwa nilai $P = 0,000$ artinya $<$ dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga untuk uji bivariat dilakukan uji Mann-Whitney.

B. Analisis Bivariat

Tabel 3 Efektivitas Jus Buah Bit dan Kurma Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023

Kondisi Anemia	N	Mean	Mean Rank	Nilai P
Kelompok Kontrol	56	1,57	21.50	0,000
Kelompok intervensi	56	1,50	35.50	

Tabel 3 merupakan Efektivitas Jus Buah Bit dan Kurma Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023. Dilakukan uji Mann-Whitney pada kedua kelompok didapatkan hasil untuk $P Value = 0,000$ artinya $p < 0,05$, menyatakan bahwa Jus Buah Bit dan Kurma efektif Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Efektivitas Jus Buah Bit dan Kurma Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji Mann-Whitney pada kedua kelompok didapatkan hasil untuk *P Value* = 0,000 artinya $p < 0,05$, menyatakan bahwa Jus Buah Bit dan Kurma efektif Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meli R dan Novita dalam upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan nonfarmakologi yaitu pemberian jus buah bit dan kurma dengan menggunakan metode penelitian Quasy Eksperiment dengan Pretest Posttest with Control Group Design pada 40 ibu hamil yang mengalami anemia pada bulan Januari dan Februari 2022, diperoleh hasil menunjukkan rata - rata kadar Hb pada kelompok intervensi pretest 10,240 gr% dan posttest 12,460 gr%. Rata-rata kadar Hb pada kelompok kontrol pretest 10,325 gr% dan posttest 10,965 gr%. Jus buah bit dan kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan nilai *p value* 0,000 ($p < 0,005$). Jus buah bit dan kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil (Romayanti et al., n.d.).

Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Wening dkk mengevaluasi efektivitas buah bit dan kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II di wilayah Puskesmas Karangawen II Kabupaten Demak membagi 38 ibu hamil yang anemia kedalam dua kelompok, 18 orang ibu hamil diberikan intervensi buah bit dan 18 orang ibu hamil diberikan intervensi buah kurma. Kadar hb ibu hamil trimester II sebelum diberikan kurma nilai mean 9,961 dan setelah diberikan kurma nilai mean menjadi 11, 139. Kadar Hb ibu hamil trimester II yang diberikan intervensi buah bit nilai meannya 10,050 dan setelah diberikan buah bit nilai meannya menjadi 10,500. Terdapat perbedaan kadar hemoglobin ibu hamil trimester II sebelum dan sesudah diberikan intervensi baik pada kelompok yang diberikan buah bit maupun pada kelompok yang diberikan buah kurma (Eka Cahya et al., 2021).

Folat yang terkandung di dalam buah bit juga bermanfaat untuk pembentukan darah merah. Buah bit merupakan obat alami yang ampuh untuk anemia dan memperkuat daya tahan tubuh. Kandungan didalam folat yang terdapat di buah bit adalah 43 mg. Kurma mengandung zat besi, protein, karbohidrat dan lemak yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin sehingga dapat mencegah terjadinya anemia. zat besi sendiri bertanggung jawab dalam pembentukan sel darah merah dan hemoglobin yang sangat dibutuhkan untuk memasok oksigen serta nutrisi ke tubuh ibu hamil dan janin (Rahadian A, 2018).

Menurut asumsi peneliti karena terdapat zat besi, protein, karbohidrat dan lemak yang terdapat dalam buah kurma dipadukan dengan buah bit yang memiliki kandungan folat sampai 43 mg yang juga sangat bermanfaat untuk pembentukan darah merah yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin sehingga dapat mencegah terjadinya anemia. Tidak ada hambatan yang cukup berarti yang didapatkan selama penelitian karena petugas kesehatan dan responden cukup kooperatif dalam membantu terlaksananya penelitian.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Distribusi frekuensi kondisi anemia pada kelompok kontrol pretest mayoritas ibu hamil mengalami anemia yaitu 24 (85,7 %) dengan mean 1,86 dan pengukuran saat posttest mayoritas tetap mengalami anemia yaitu 23 (82,1 %) dengan mean 1,82. Tidak terjadi dampak positif yang signifikan pada kelompok kontrol dilihat dari nilai meannya. Distribusi frekuensi kondisi anemia pada kelompok intervensi pretest mayoritas ibu hamil mengalami anemia yaitu 24 (85,7 %) dengan mean 1,86 dan pengukuran saat posttest mayoritas ibu hamil tidak mengalami anemia yaitu 19 (67,9 %) dengan mean 1,32. Berdasarkan nilai mean dapat disimpulkan terjadi dampak positif yang signifikan pada kelompok intervensi yang mendapatkan jus buah bit dan kurma sehingga frekuensi ibu hamil yang mengalami anemia berkurang drastis dibandingkan pada saat pretest. Untuk analisis bivariat dilakukan uji Mann-Whitney pada kedua kelompok didapatkan hasil untuk *P Value* = 0,000 artinya $p < 0,05$, menyatakan bahwa Jus Buah Bit dan Kurma efektif Untuk Mengatasi Anemia Pada Kehamilan di Puskesmas Namu Trasi Kecamatan Sei Bingai Kabupaten Langkat Tahun 2023.

SARAN

Diharapkan bagi Pimpinan Puskesmas Namu Trasi agar bekerjasama dengan tenaga kesehatan dalam melakukan sosialisasi manfaat buah bit dan kurma untuk mencegah terjadinya anemia khususnya pada ibu hamil. Diharapkan bagi institusi Agar lebih meningkatkan mutu pendidikan dalam proses pembelajaran teori maupun praktik. Agar mahasiswa dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang manfaat buah bit dan kurma untuk mencegah terjadinya anemia khususnya pada ibu hamil. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian sejenis dengan skala penelitian yang lebih luas untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Shwyeh, H. A. (2019). Date Palm (Phoenix Dactylifera L.) Fruit As Potential Antioxidant And Antimicrobial Agents. *Journal Of Pharmacy & Bioallied Sciences*, 11(1), 1. https://doi.org/10.4103/Jpbs.Jpbs_168_18
- Andree Wijaya Setiawan, M. (2015). Ekstraksi Betasianin Dari Kulit Umbi Bit (Beta Vulgaris) Sebagai Pewarna Alami Extraction Of Betacyanin From Beet (Beta Vulgaris) Peel For Natural Dyes. In *Juli & Desember* (Vol. 27, Issue 1).
- Astuti Nomia Yuni. (2017). *Hubungan Kepatuhan Dan Tata Cara Minum Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta*.
- Eka Cahya, W., Listya Fitriani, A., Aldy Mandaty, F., & Karya Husada Semarang, S. (2021). Efektivitas Buah Kurma Dan Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Wilayah Puskesmas Karangawen Ii Kabupaten Demak. *Jurnal Surya Muda*, 3(2), 65–75.
- Ernawatik. (2017). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Di Puskesmas Karanganyar Naskah Publikasi*.
- Kirom B. (2015). *Mengenal Anemia Pada Kehamilan*. Pustaka Reka Cipta.
- Marmi. (2015). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Pustaka Pelajar.
- Mesi Setiana, E. (2022). *Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dengan Anemia Di Rs M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara*.
- Natalia E Yuni. (2017). *Kelainan Darah*. www.nuhamedika.gu.ma.
- Notoatmojo Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Profil Kesehatan Indonesia. (2021). *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Rahadian A. (2018). *Kematian Ibu Dan Upaya -Upaya Penanggulangannya* (Pkbi).

- Romayanti, M., Novita,), ;, Tinggi, S., Kesehatan, I., & Nusantara, A. (N.D.). *Wellness And Healthy Magazine Efektifitas Pemberian Jus Buah Bit Dan Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia*. <https://doi.org/10.30604/Well.221422022>
- Siti F. (2016). *Gizi Dan Kesehatan Untuk Ibu Hamil. Kajian Teori Dan Aplikasinya*. Erlangga.
- Sjahriani, T., & Faridah, V. (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil* (Vol. 5, Issue 2).
- Tanziha, I., Rizal, M., Damanik, M., Juntra Utama, L., Rosmiati, R., & I. (2016). *Faktor Risiko Anemia Ibu Hamil Di Indonesia (Anemia Risk Factors Among Pregnant Women In Indonesia)*.
- Utami, N. R., Ipa, A., Nur Rochimiwati, S., Kajian Gizi, C., Gizi, J., & Kesehatan Kemenkes, P. (2018). *Pendapatan Keluarga Dengan Kurang Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil* (Vol. 25). Pendapatan Keluarga.
- Widya Juliarti. (2017). Hubungan Faktor Penyebab Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Melur. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *Viii*(1), 25–28.
- Willy Astriana. (2017). Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Ditinjau Dari Paritas Dan Usia. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, *2*(2), 123–130. <http://ejournal.stikesaisyah.ac.id/index.php/jika/>
- World Health Organization. (2023). *Nutrition Landscape Information System (Nlis)*. Nutrition And Nutrition-Related Health And Development Data.