

## Efektifitas Konsumsi Brownies Tempe Dan Jus Jeruk Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil

Anjelika Maretmi<sup>1</sup>, Ika Avrulina Haryono<sup>2</sup>, Hairiana Kusvitasari<sup>3</sup>, Adriana Palimbo<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Sari Mulia

Email Penulis Korespondensi: [anjelikamrtmi@gmail.com](mailto:anjelikamrtmi@gmail.com)

### Article History:

Received Nov 11<sup>st</sup>, 2025

Accepted Nov 19<sup>th</sup>, 2025

Publish Apr 13<sup>rd</sup>, 2026

### Abstrak

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan resiko komplikasi kehamilan dan persalinan, seperti perdarahan postpartum dan kelahiran premature. Konsumsi makanan yang kaya akan zat besi dan vitamin C dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Mengetahui Efektifitas Konsumsi Brownies Tempe Dan Jus Jeruk Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong. Penelitian ini menggunakan pendekatan one-grup *pretest-posttest*, polulasi penelitian sebanyak 15 responden ibu hamil yang mengalami anemia. Intrument penelitian menggunakan lembar observasi *pretest-posttest*, responden diberikan intervensi berupa brownies tempe dan jus jeruk selama 7 hari. Analisis data menggunakan uji paried *t-test* setelah dilakukan uji normalitas *Shapiro- Wilk*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi brownies tempe dan jus jeruk dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil secara signifikan ( $p < 0,05$ ). Rata-rata kadar hemoglobin sebelum intervensi adalah 9,63 gr/dl dan setelah intervensi adalah 11,13 gr/dl. Konsumsi brownies tempe dan jus jeruk efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil di UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program pencegahan anemia pada ibu hamil.

**Kata kunci :** Anemia, ibu hamil, brownies tempe, jus jeruk, hemoglobin.

### Abstract

*Anemia in pregnant women can increase the risk of pregnancy and childbirth complications, such as postpartum hemorrhage and premature birth. Consumption of foods rich in iron and vitamin C can help increase hemoglobin levels. To determine the effectiveness of consumption of tempe brownies and orange juice on hemoglobin levels in pregnant women at UPTD Peskesmas Rwat Inpatient Halong. This study used a one-group pretest-posttest approach with 15 pregnant women respondents who experienced anemia. Respondents were given an intervention in the from tempe brownies and orange juice for 7 days. Data analysis using paried t-test after Shapiro-wilk normality test. The results showed that consumption of tempe brownies and orange juice can significantly increase hemoglobin levels in pregnant women ( $p < 0,05$ ). The intervention was 9,63 gr/dl and after the intervention was 11,13 gr/dl. Consumption of tempe brownies and orange juice effectively increases hemoglobin levels in pregnant womwn at UPTD Puskesmas Rawat Inpatient Halong. The results of this study can be that basis for the development of anemia prevention programs in pregnant women.*

**Keywords :** Anemia, Pregnant women, tempe brownies, orange juice, hemoglobin

## 1. PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), anemia dapat terjadi jika tubuh kekurangan sel darah merah atau konsentrasi hemoglobinya terlalu rendah. Kementerian Kesehatan (2019) mendefinisikan anemia sebagai kondisi yang ditandai dengan kadar hemoglobin yang rendah atau menurun dalam darah. Jika tubuh tidak memiliki jumlah sel darah merah yang cukup, kondisi ini dapat berkembang yang dikenal sebagai anemia. Faktor-faktor seperti jenis kelamin, tempat tinggal, lingkungan, dan tahap kehamilan semuanya berdampak pada kebutuhan fisiologis seseorang. Ketika kadar hemoglobin seseorang berada di bawah kisaran normal untuk usia dan jenis kelaminnya, hal itu disebut anemia (Hatini, 2019).

Asupan zat besi yang rendah, penyerapan zat besi yang terhambat, kebutuhan zat besi yang meningkat, dan kehilangan zat besi merupakan faktor yang menyebabkan defisiensi zat besi. Kehilangan zat besi dapat terjadi melalui saluran pencernaan, kulit, urin, menstruasi atau bahkan dapat terjadi perdarahan karena infeksi cacing dalam usus. Hemoglobin, ferritin, dan C Reactive Protein (C-RP) adalah tiga biomarker yang akan diteliti untuk menilai status zat besi (Widyantini & Widyantari, 2021).

Resiko anemia pada ibu hamil cenderung meningkat dengan bertambahnya usia. Orang yang berisiko memiliki anak lebih muda dari 20 tahun atau lebih tua dari 34 tahun, sedangkan mereka yang berada dalam rentang usia sehat adalah mereka yang berusia antara 20 dan 34 tahun. Ibu hamil di usia yang lebih muda biasanya memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah dan risiko anemia yang relatif tinggi jika dibandingkan dengan wanita usia lebih tua. Hal ini antara lain disebabkan oleh anemia pada kehamilan karena menurunnya cadangan zat besi dalam tubuh.

Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa pada tahun 2019, angka kematian ibu di Indonesia mencapai 125 per 100.000 kelahiran hidup (2020). Meskipun mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, angka ini masih melebihi target yang telah ditetapkan. Kematian yang terjadi selama kehamilan atau pasca melahirkan akibat sebab apa pun yang berkaitan dengan kehamilan atau perawatannya (selain cedera akibat kecelakaan) didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Waktu segera setelah melahirkan menyumbang sekitar 90% dari kematian ibu. Infeksi (11%), eklamsia (24%), dan perdarahan (28%), merupakan penyebab langsung kematian ibu. Beberapa penyebab tidak langsung meliputi anemia (40% kasus) dan kekurangan energi kronis (KEK) (57% kasus).

AKI di Kalimantan Selatan tahun 2020 sebanyak 224/100.000 kelahiran hidup. AKI Kabupaten Balangan pada tahun 2021 terdapat 7 kasus dari 309/100.000 kelahiran hidup dan tahun 2022 sebanyak 3 kasus. Tahun 2023 AKI di Kabupaten Balangan meningkat menjadi 4 orang. AKI di UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong tahun 2020 ada 1 orang, tahun 2021-2022 : 0, dan tahun 2023 meningkat 2 orang.

Berdasarkan laporan Riskesdas pada tahun 2018 hampir setengah (48,9%) tercatat ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 1.072 orang (9,97%) di Kalimantan Selatan mengalami penurunan prevalensi anemia pada tahun 2022 (Dinkes Kalsel, 2022).

Anemia pada masa kehamilan dapat dipicu oleh kekurangan zat besi, infeksi, defisiensi asam folat, atau kelainan hemoglobin. Faktor-faktor seperti paritas, usia, tingkat pendidikan, dan jarak antar kehamilan juga berperan dalam perkembangan anemia pada ibu hamil. Hermawati (2021) mencatat bahwa frekuensi pemeriksaan antenatal (ANC), konsumsi zat besi, pengetahuan kesehatan reproduksi, dan kebiasaan makan merupakan faktor tambahan yang memengaruhi perkembangan anemia pada ibu hamil. Penyebab anemia yang paling umum saat hamil adalah kurangnya kandungan zat besi pada asupan makanan. Menurut Hermawati (2021) asupan zat besi yang tidak mencukupi serta penyerapan yang tidak optimal akan mengakibatkan kekurangan zat besi.

Jeruk manis merupakan salah satu sumber nutrisi yang baik karena tidak hanya mengandung zat besi, melainkan juga beragam zat gizi lainnya seperti karbohidrat, folat, magnesium, kalsium, vitamin B6, dan fosfor (Winarni dkk., 2020). Kandungan vitamin C pada jeruk berperan dalam mempermudah penyerapan zat besi melalui pembentukan kompleks disaluran pencernaan.

Konsumsi buah yang kaya vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi non-heme hingga empat kali lebih tinggi. Hal ini berdampak besar pada penyerapan zat besi. Ketersediaan vitamin C memiliki dampak yang signifikan terhadap penyerapan zat besi. Perubahan bentuk besi ( $Fe^{3+}$ ) menjadi ferrous ( $Fe^{2+}$ ) yang berlangsung di usus halus merupakan langkah penting dalam proses penyerapan. Keasaman lambung membuat proses reduksi ini semakin sulit. Penambahan vitamin C ke dalam makanan dapat meningkatkan penyerapan zat besi sekitar 30% (Altmasier, 2019). Ibu hamil yang anemia mungkin mendapati bahwa mengonsumsi jeruk membantu meningkatkan kadar hemoglobin mereka daripada mengonsumsi suplemen zat besi (Winarni dkk., 2020).

Tempe merupakan pilihan makanan sehat karena mengandung zat besi, isoflavon, dan peptida bioaktif, yang semuanya membantu produksi sel darah merah. Penderita anemia seringkali mengalami kerusakan oksidatif pada sel darah merah mereka namun, kandungan isoflavone dalam tempe memiliki kualitas antioksidan yang berperan melindungi sel-sel ini (Brown dkk., 2021).

Bagi mereka yang menderita anemia, menambahkan tempe ke dalam brownies merupakan cara yang baik untuk meningkatkan asupan zat besi mereka. Menurut Ragatul (2016), brownies tempe mengandung 13,11% karbohidrat, 7,88% protein, 20,07% lemak, dan 77,86% zat besi per 100 gram. Selama periode empat minggu, ibu hamil penderita anemia yang mengonsumsi brownies tempe mengalami peningkatan kadar hemoglobin, menurut hasil riset yang dilakukan oleh Mansyur dan Wahyuni (2016). Rahmawati dkk. (2022) menemukan bahwa mengonsumsi tempe selama delapan minggu dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan.

Menurut laporan KIA UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong pada bulan Januari – Mei tahun 2025 dari 155 ibu hamil terdapat 39 orang yang mengalami komplikasi maternal berupa anemia. Anemia ringan (10-10,9 gr/dl) dialami oleh 26 ibu hamil atau 15,12%, anemia tingkat sedang (7-9,9 gr/dl) berjumlah 29 ibu hamil atau 16,86%, serta kategori anemia berat (<7 gr/dl) berjumlah 1 orang atau 0,58 %. Anemia pada trimester III dialami oleh 56 ibu hamil (36,2%). Jumlah ibu hamil yang mengalami anemia pada trimester I sebanyak 20 orang (7,75%), sedangkan pada trimester III terdapat 48 orang (32,29%).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian langsung tentang “Efektivitas Konsumsi Brownies Tempe Dan Jus Jeruk Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong”

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan intervensi untuk melihat efektivitas konsumsi brownies tempe dan jus jeruk terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil. Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Penelitian ini telah dilakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong. Populasi yang di gunakan dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester II-III yang mengalami anemia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong dengan jumlah 155 orang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 15 orang ibu hamil yang di cek kadar Hb nya, pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yang dibentuk menjadi kelompok eksperimen dengan diberikan brownies tempe dan jus jeruk yang selama 7 hari.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar observasi *pretest* dan *posttest* yang sudah valid dan reliabel didadopsi dari peneliti sebelumnya dan GCHb *Easy Touch* yaitu alat yang digunakan untuk mengukur kadar hemoglobin. Untuk melihat pengaruh antar variabel dilakukan analisis dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* dan apabila data tidak berdistribusi normal maka digunakan uji *Wilcoxon*.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1) Hasil

Tabel 1. Kadar Hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian intervensi brownis tempe dan jus jeruk di UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong

No	Inisial Responden	HB sebelum (gr/dl)	Sesudah( gr/dl)
1	Ny. S	9,2	10,3
2	Ny. M	8,7	10,2
3	Ny. A	10,5	12,1
4	Ny. M	10,7	11,9
5	Ny. A	9,8	10,7
6	Ny. Y	9,6	10,9
7	Ny. M	9,8	11,0
8	Ny. P	10,2	12,1
9	Ny. W	9,0	11,3
10	Ny. K	10,8	11,5
11	Ny. M	9,4	10,7
12	Ny. L	8,9	10,1
13	Ny. S	9,2	11,3
14	Ny. A	9,0	11,1
15	Ny. F	9,7	11,8

Tabel 2. Statistik Deskriptif

Variabel	Mean	Median	Min-Maks
Hb Sebelum	9,6333	9,6000	8,70 – 10,80
Hb Sesudah	11,1333	11,1000	10,10 – 12,10

Tabel 3. Uji Normalitas

Variabel	Sig. (p)	Keterangan
Hb Sebelum	0,335	Data berdistribusi normal
Hb Sesudah	0,508	Data berdistribusi normal

Tabel 4. Paired Sampel Test

Pasangan Variabel	Mean Difference	atolic	df	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Hb Sebelum - Sesudah	-1,50000	-11,789	14	0,000	Terdapat perbedaan yang signifikan

Penelitian ini menemukan bahwa semua 15 ibu hamil yang berpartisipasi mengalami anemia berdasarkan kadar hemoglobin mereka sebelum intervensi. Kadar hemoglobin sebelum intervensi berkisar antara 8,7–10,8 g/dL, dengan rata-rata 9,63 g/dL. Anemia terjadi pada 15 responden (100%) sebelum intervensi, namun setelah intervensi, kadar hemoglobin meningkat pada 15 responden sesudah diberikan intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 ibu hamil yang anemia dan diberi brownies tempe dan jus jeruk selama tujuh hari, 9 di antaranya (60%) membaik dan tidak lagi anemia, sedangkan 6 di antaranya (40%) tetap anemia. Meskipun anemia berlanjut, kadar hemoglobin mereka meningkat dari 9,3 g/dl menjadi 11,13 g/dl. Karena jumlah zat besi yang dibutuhkan tubuh menentukan besarnya peningkatan kadar Hb, hal ini menunjukkan bahwa efektivitas brownies tempe dan jus jeruk dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia bergantung pada durasi dan konsumsi makanan penutup tersebut.

Nilai signifikansi untuk kedua variabel—kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi—masing-masing adalah 0,335 dan 0,508, menurut uji normalitas. Berdasarkan hasil ini, dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik karena nilai signifikansi lebih besar dari  $\alpha = 0,05$ , yang menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini mengikuti distribusi normal.

Hasil uji T berpasangan yang membandingkan efek anemia ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi konsumsi brownies tempe dan jus jeruk menunjukkan nilai  $p 0,000 < \alpha 0,05$ . Ini berarti hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, yang menunjukkan bahwa konsumsi makanan ini berpengaruh terhadap kadar hemoglobin ibu hamil di UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong tahun 2025.

Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Simatupang (2021) di Puskesmas Medan Deli, yang menemukan bahwa 85% ibu hamil trimester II mengalami anemia ringan dengan kadar Hb rata-rata 9,5 gr/dL. Studi lain oleh Fitriani (2020) juga menunjukkan bahwa 60% ibu hamil yang tidak mendapatkan intervensi gizi mengalami kadar Hb  $< 10$  gr/dL. Serta sejalan dengan penelitian Rina Yunarti (2018) menunjukkan bahwa konsumsi brownies tempe dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri. Penelitian lain oleh Divyana (2024) menunjukkan bahwa pemberian nugget tempe selama 7 hari pada ibu hamil meningkatkan kadar Hb rata-rata 0,9 gr/dL, sedangkan pada kelompok kontrol hanya 0,6 gr/dL.

Anemia selama kehamilan meningkatkan risiko perdarahan pascapersalinan, yang dapat berakibat fatal jika tidak ditangani dengan cepat dan tepat (Adriani, 2019). Anemia selama kehamilan dapat disebabkan oleh kekurangan zat besi, infeksi, defisiensi asam folat, atau kondisi darah (Hermawati, 2021). Menurut (Priyanto & Irawati, 2020 ; Riza, 2023), anemia pada kehamilan dapat menyebabkan infeksi, perdarahan postpartum, persalinan prematur, perdarahan antepartum, dan bagi bayi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan intrauterine, BBLR, kelahiran prematur bahkan kematian perinatal.

Pendekatan non-farmakologis untuk anemia gizi selama kehamilan adalah dengan mengonsumsi brownies selama empat minggu; hal ini akan meningkatkan kadar hemoglobin (Mansyur & Wahyuni, 2016). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil dapat memenuhi kebutuhan nutrisinya dengan mengonsumsi tempe. Salah satu jenis makanan fermentasi adalah tempe, yang terbuat dari kedelai atau komponen lain yang difermentasi dengan jamur *Rhizophora* (Murray, 2020). Buah jeruk merupakan buah yang mudah didapatkan, dan juga memiliki kandungan zat besi, Vitamin C, kalsium, B6, magnesium, folat, fosfor dan karbohidrat (Winanr et al., 2020).

Tempe mengandung zat besi non-heme, protein, dan isoflavon yang berperan dalam proses hematopoiesis atau pembentukan sel darah merah. Untuk tujuan yang sama, vitamin C dalam jus jeruk membantu tubuh menyerap zat besi non-heme dengan lebih baik. Secara teoritis, vitamin C bertindak sebagai agen pereduksi, mengubah zat besi ferri menjadi bentuk fero yang lebih mudah diserap (Gibney dkk., 2019). Untuk membantu pertumbuhan dan penyerapan janin, ibu hamil membutuhkan sekitar 27 mg zat besi dan 85 mg vitamin C setiap hari (WHO, 2018).

Untuk meningkatkan kemampuan tubuh menyerap zat besi non-heme dari makanan seperti tempe, vitamin C sangat penting. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh Gibney dkk. (2019), yang menyatakan bahwa vitamin C memiliki kemampuan untuk mengubah zat besi ferri menjadi zat besi fero, yang lebih mudah diserap di usus halus. Dalam konteks penelitian ini, pemberian jus jeruk sebagai sumber vitamin C secara bersamaan dengan brownies tempe memperkuat efektivitas intervensi dalam meningkatkan kadar hemoglobin.

Teori nutrisi dan penelitian sebelumnya lainnya yang menunjukkan bahwa tempe efektif meningkatkan kadar hemoglobin memberikan dukungan keseluruhan untuk hasil penelitian ini. Karena zat besi dan vitamin C bekerja sama untuk membantu penyerapan dan sintesis hemoglobin, mengonsumsi tempe dengan jus jeruk memberikan hasil yang lebih baik. Inovasi dalam bentuk olahan seperti brownies juga berkontribusi dalam meningkatkan penerimaan konsumsi tempe oleh ibu hamil, sehingga menjadikan intervensi ini layak dipertimbangkan sebagai upaya non-farmakologis dalam menanggulangi anemia kehamilan.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, peneliti berasumsi bahwa efektivitas konsumsi brownies tempe dan jus jeruk dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil tidak hanya dipengaruhi oleh kandungan gizi, tetapi juga oleh tingkat penerimaan dan kepatuhan konsumsi yang lebih tinggi dibandingkan intervensi berbentuk tablet atau suplemen. Produk berbentuk makanan ringan seperti brownies tempe lebih menarik secara sensorik, memiliki rasa yang disukai, serta mudah dikonsumsi tanpa menimbulkan efek samping seperti mual atau konstipasi, yang kerap dikeluhkan pada suplemen zat besi oral.

Peneliti juga berasumsi bahwa penggunaan bahan lokal seperti tempe dan jeruk memiliki keberlanjutan secara ekonomi dan budaya, karena mudah diperoleh, murah, dan dapat dibuat sendiri di rumah. Dengan demikian, intervensi ini memiliki potensi untuk diadopsi dalam program pencegahan anemia berbasis masyarakat, khususnya di wilayah dengan keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan atau suplementasi medis.

Berdasarkan hal tersebut, pengaruh konsumsi brownies tempe dan minum jus jeruk terhadap kadar hemoglobin ibu hamil, makanan ini dapat dianggap sebagai produk intervensi gizi yang berpotensi membantu ibu hamil menghindari atau mengatasi anemia dengan meningkatkan asupan zat besi (Fe).

## 4. KESIMPULAN

Terhadap pengaruh pemberian brownies tempe dan jus jeruk terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil di UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong tahun 2025. UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong diharapkan untuk membust program pelatihan pemanfaatan berbahan dasar tempe dan jeruk yang dapat disajikan dalam bentuk minuman yang dapat dikonsumsi sehari-hari sebagai upaya dalam mencegah dan mengatasi anemia. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadikan rujukan referensi terkait pemanfaatan tempe dan jeruk yang dapat membantu mencegah dan mengatasi anemia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, I. D. P. A., Meles, D. K., Wurlina, ., Zakaria, S., & Suwasanti, N. (2017). Efek Anti Diabetes Buah Pare (*Momordica charantia* Linn.) Terhadap Kadar Glukosa Darah, Sel Penyusun Pulau Langerhans dan Sel Leydig pada Tikus Putih Hiperglikemia. *Acta VETERINARIA Indonesiana*, 4(2), 43–50. <https://doi.org/10.29244/avi.4.2.43-50>
- Aeni, Q. (2016). Studi Kemampuan Pati Biji Alpukat (*Persea Americana Mill*) Pregelatinasi Sebagai Bahan Penghancur Pada Tablet Paracetamol Kempa Langsung. *Universitas Islam Negeri Alaudin*, 37–38.
- Agung Nugroho. (2017). Buku Ajar: Teknologi Bahan Alam. In *Lambung Mangkurat University Press*.
- Allen, L. V., & Ansel, H. C. (2014). Ansel's pharmaceutical dosage forms and drug delivery systems: Tenth edition. In *Ansel's Pharmaceutical Dosage Forms and Drug Delivery Systems: Tenth Edition*.
- Ansel, H. C. (2013). Pengantar Bentuk Sediaan Farmasi, ed IV. In *Alih Bahasa Ibrahim, F. Jaka rta: UI Press*.
- Post, B. (2021). UPDATE Covid-19 Kalsel: Sembuh 3 Pasien, Penambahan Positif 1 Orang - Banjarmasinpost.co.id.<https://banjarmasin.tribunnews.com/2021/11/22/update-covid-19-kalsel-sem-buh3-pasien-penambahan-positif-1-orang>.
- Khaira, Nisaul, Sri Raudhati, and Irma Fitria. "ASUHAN KEBIDANAN PADA KEHAMILAN DENGAN ANEMIA RINGAN." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ibu dan Anak* 4.1 (2024): 17-24.
- Mardiana, M., Nurjannah, N., & Hidayah, N. (2024, September). P Patwal Bu Risti (Pantau Dan Kawal Ibu Hamil Risti ) Melalui Kader PKK Di Desa Halong Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Halong . In *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh (Vol. 3, No. 1, pp. 301-309)*.
- Kurniasari, L., Sari, Y. M., & Nurzia, N. (2022). Efektivitas Konsumsi Tempe Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia
- Yulianti, et al l. "Hubungan Kepatuhan Minum Tablet (FE) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Wasah Tahun 2024. *Seroja Husada : Hurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 228-240.
- Diana, D.P.Y., & Hidayah, N. (2024, September). P'PATWAL BU RISTI'Pantau dan Kawal Ibu Hamil Risiko Tinggi melalui pemberdayaan kadar di desa Halong Uptd Puskesmas Rawat Inap Halong. "Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh. Vol. 3 No. 1. 2024.
- Amalia, D. A., & Nancy, O. (2024). Pengaruh Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Terhadap Status Gizi Dan Berat Badan Lahir Rendah Pada Bayi Di Puskesmas Cikupa . *Jurnal JKFT*, 9 (1) , 28-38
- World Health Organization. (2018). *WHO Recommendations Of Antenatal Care For a Positive Pregnancy Exsperince*.



# Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)

Volume X ; Nomor X ; Tahun ; Halaman 520-527

E-ISSN : 2622-7487 ; P-ISSN : 2622-7482

Amirudin. (2019). *Determinan Kesehatan Ibu dan Anak*. Penerbit Nuha Medika Yogyakarta

Lidya Kurniasari, Yesi Mustika Sari, Nia Nurzia. *Pengaruh pemberian jus jeruk (Citrus Reticulata) terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di puskesmas Sangeti Muoaro Jambi*

MLA Aruan, Larsia Yolivia, at al. "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN ANENIMIA PADA IBU HAMIL." *Gestsempena Health Science Journal* 4.1 (2025) : 66-77.

MLA Dewi, Hangggari Shinta, Adriana Palimbo, and Husda Oktaviannor. "Pengaruh pemberian labu kuning terhadap anemia remaja putri di wilayah kerja UPT Puskesmas Sapala." *Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)* 12.2 (2023): 168-175.