



Asuhan kebidanan kehamilan dengan anemia ringan di TPMB Nur Asmah Kabupaten Aceh Barat

Pregnancy midwifery care with mild anemia at TPMB Nur Asmah, West Aceh

Putri Ayu¹, Evi Zahara^{2*}, Rina Julianti³, Nanda Norisa⁴

¹⁻⁴Prodi Kebidanan Meulaboh Poltekkes Kemenkes Aceh

*E-mail: zaharaevi@yahoo.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci:

Asuhan Kebidanan; Hamil; Anemia Ringan

Keywords:

Midwifery care; Pregnancy Mild anemia

History:

Submitted 27/04/2025

Revised 30/04/2025

Accepted 07/05/2025

Published 01/06/2025

Penerbit



ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia pada ibu hamil akan meningkatkan risiko komplikasi abortus, persalinan premature, perdarahan antepartum, rentan terserang infeksi, gangguan kontraksi baik primer maupun sekunder, retensio plasenta, luka persalinan yang sukar sembuh, sepsis puerperalis dan gangguan involusi uteri. Sedangkan pada janin dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin, BBLR, asfiksia perinatal, kelainan kongenital, anemia pada janin hingga kematian janin pada kandungan, panjang badan lahir lebih pendek dan premature. **Tujuan:** untuk memberikan asuhan kebidanan pada Ny. E dengan anemia ringan. **Metode:** Rancangan penelitian ini berupa studi kasus dengan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian ini adalah Ny. E umur 32 tahun G1POA0 yang mengalami anemia, penelitian dilakukan selama 10 hari di bulan Januari 2025. **Hasil:** Hasil penelitian didapatkan bahwa asuhan kebidanan berupa pemberian tablet Fe dan sari kurma dalam jangka waktu 10 hari terbukti dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hingga mencapai batas normal. **Kesimpulan:** asuhan kebidanan pada kasus anemia ringan dengan pemberian tablet Fe dan sari kurma dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil mencapai normal

ABSTRACT

Background: Anemia in pregnant women will increase the risk of abortion complications, premature labor, antepartum hemorrhage, susceptibility to infection, primary and secondary his disorders, placental retention, labor wounds, and difficult to heal, puerperal sepsis and uterine involution disorders. While in the fetus it can cause Intrauterine Growth Restriction, Low Birth Weight, perinatal asphyxia, congenital abnormalities, fetal anemia to intra uterine fetal death (IUFD), Low Birth Length and premature. **Purpose:** to provide midwifery care to Mrs. E with mild anemia. **Method:** The design of this study is a case study with a qualitative approach. The subject of this study was Mrs. E aged 32 years G1POA0 with anemia, the study was conducted for 10 days in January 2025. **Results:** The results of the study showed that midwifery care in the form of providing Fe tablets and date palm juice for a period of 10 days was proven to increase Hb levels in mothers to reach normal limits. **Conclusion:** Midwifery care in cases of mild anemia by administering Fe tablets and date palm juice can increase Hb levels in pregnant women to normal.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan keadaan tidak mencukupinya eritrosit untuk mengantarkan kebutuhan oksigen jaringan yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Anemia pada kehamilan ditegakkan apabila kadar hemoglobin <11 g/dl atau hematokrit <33%. Apabila kekurangan oksigen dalam jaringan akan menyebabkan fungsi jaringan terganggu yang mengakibatkan menurunnya konsentrasi, berkurangnya produktivitas, serta daya tahan tubuh menurun (Wibowo et al., 2021).

Anemia pada ibu hamil akan meningkatkan risiko komplikasi abortus, persalinan premature, perdarahan antepartum, rentan terserang infeksi, gangguan his baik primer maupun sekunder, retensio plasenta, luka persalinan, dan sukar sembuh, sepsis puerperalis dan gangguan involusi uteri (Sembiring & Kadir, 2021). Sedangkan pada janin dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam Rahim, berat badan lahir rendah (BBLR), asfiksia neonatal, kelainan kongenital, anemia pada janin hingga kematian janin pada rahim, pendarahan, melahirkan bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), Panjang Badan Lahir Rendah (PBLR) dan premature (Aryanto et al., 2021).

Hasil RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (Darmawan, 2019). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 27,7% ibu hamil mengalami anemia paling tinggi pada kelompok umur 35-44 sebesar 39,6%, diikuti

kelompok umur 25-34 sebesar 31,4% (Kementerian Kesehatan, 2022).

Anemia akan memberikan dampak jangka pendek dan jangka Panjang. Dampak jangka pendek seperti menurunnya produktivitas, kebugaran dan daya tahan tubuh sedangkan jangka Panjang menyebabkan risiko perdarahan, melahirkan BBLR dan premature yang selanjutnya meningkatkan risiko terjadinya stunting, AKI dan AKB (Fauzianty et al., 2022).

Salah satu indikator masalah Kesehatan di Indonesia yang paling besar disebabkan oleh tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) (Kementerian Kesehatan, 2023). Hal tersebut masih banyak ditemukan di Indonesia salah satunya di Aceh yang disebabkan oleh kejadian perdarahan post partum dan BBLR (Dinas Kesehatan Aceh, 2019).

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun 2022 sebanyak 3.572 dan pada tahun 2023 yaitu 4.482 (Kementerian Kesehatan, 2022). Berdasarkan data Provinsi Aceh pada tahun 2021 AKI mengalami peningkatan yang signifikan yaitu sebesar 223 per 100.000 (Hanif et al., 2023). Jumlah AKI di Kabupaten Aceh Barat pada tahun 2022 AKI melonjak cukup signifikan sebesar 236,48 per 100.000 kelahiran hidup atau 8 kasus disebabkan oleh perdarahan post partum.

Penyebab anemia secara umum disebabkan oleh 3 hal yakni kekurangan asupan zat gizi yang dikategorikan dalam zat besi, asam folat, vitamin B12, dan protein, sehingga mengganggu pembentukan hemoglobin; pola konsumsi Masyarakat Indonesia berisiko menderita anemia, kekurangan zat besi karena kurang asupan pangan sumber zat besi; keluarnya darah dalam jumlah

banyak atau perdarahan akut biasanya disebabkan oleh kecelakaan, maupun kronis yang disebabkan oleh perdarahan akibat kecacingan (cacing menghisap darah dan merusak dinding usus) dan pendarahan akibat malaria yang menyebabkan sel darah merah rusak (hemolysis); Fakto keturunan (penyakit thalassemia yang menyebabkan sel darah merah rusak) (Saku et al., n.d.).

Faktor penyebab anemia pada ibu hamil adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya mengkonsumsi makanan bergizi yang dapat memenuhi kebutuhan ibu dan bayinya selama kehamilan. zat gizi yang sangat penting bagi ibu hamil adalah zat besi, jika asupan ibu kurang akan meningkatkan resiko terjadinya anemia, yang berakibat pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin (Laturake et al., 2022). Untuk mencegah anemia setiap ibu hamil diharapkan mendapatkan TTD minimal 90 tablet selama kehamilan (Kementrian Kesehatan, 2022).

Berdasarkan Sunarti Upaya pencegahan yang baik dapat menurunkan angka kelahiran bayi BBLR, hendaknya dilakukan secara komprehensif meliputi aspek promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif secara terpadu (Sunarti, 2019).

Berdasarkan Audrias telah melakukan penelitian tentang pemberian sari kurma dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu. Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya, berbentuk cair, kental, berwarna hitam dan terasa manis serta mengandung zat besi. Dan dari hasil penelitian tersebut terbukti ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan Hb pada ibu (Audrias et al., 2021).

Pelayanan Antenatal (ANC) pada kehamilan minimal 6 kali yaitu 2 kali

pada trimester 1, 1 kali di trimester 2, dan 3 kali di trimester 3. Ibu hamil minimal 2 kali diperiksa oleh dokter, 1 kali pada trimester 1 dan 1 kali pada trimester 3 (Kunjungan antenatal ke 5) (Bradshaw & Carter, 2022). Kunjungan ANC bagi Wanita hamil wajib dilakukan sesuai dengan standar yang telah dibuat agar ibu hamil terhindar dari masalah selama kehamilan salah satunya anemia. Dengan melakukan ANC seorang Wanita hamil juga akan mendapatkan obat-obatan yang dibutuhkan selama kehamilan (Harahap et al., 2023; Sari et al., 2022). Berdasarkan hasil wawancara pada ibu hamil ibu E didapatkan hasil jika ibu mengalami anemia ringan dengan Hb 10 gr/dl dikarenakan tidak mengkonsumsi tablet Fe sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian studi kasus pada Ny E Dengan Anemia Ringan Di TPMB Nur Asmah Kabupaten Aceh Barat”

METODE

Penelitian ini menggunakan studi kualitatif dengan rancangan studi kasus yang dilatarbelakangi asuhan kebidanan dengan masalah Anemia ringan. Pengumpulan data dilakukan dengan cara, wawancara, observasi, pemeriksaan fisik yang didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu hamil yaitu Ny. E G1P0A0, usia kehamilan 36 minggu, janin hidup tunggal presentasi kepala dan mengalami anemia ringan. Observasi dilakukan selama 10 hari di bulan Januari 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kunjungan kehamilan pertama dilaksanakan tanggal 22 Januari 2025. Hasil pengkajian data subjektif didapatkan ibu E umur 32 tahun G1P0A0, mengeluh susah tidur

dikarenakan sering sakit pinggang dan sering BAK pada malam hari. Ibu mengatakan sudah melakukan pemeriksaan kehamilan sebanyak 7 kali selama hamil. Ibu jarang mengkonsumsi tablet Fe meski mendapatkan tablet Fe dari bidan. Sudah mendapatkan TT1 dan TT2 di TPMB, tidak ada makanan pantangan dan makan 3 kali sehari dengan komposisi nasi, sayur, ikan/daging/telur, buah namun ibu tidak pernah minum susu. HPHT: 13-05-2024.

Hasil pengkajian data objektif menunjukkan: TTV dalam batas normal, BB 61 Kg, LILA 26, konjungtiva pucat, TFU 32 cm, Kepala belum masuk PAP, DJJ 142 x/menit, TBBJ 3100 gram, Hb 10 gr/dL.

Berdasarkan data subjektif dan objektif maka analisa Ny E G1POA0 gravida 36 minggu 2 hari dengan anemia ringan.

Selanjutnya dilakukan penatalaksanaan untuk mengatasi masalah berupa:

1. Edukasi menggunakan media leaflet tentang anemia cara mengatasi dan dampak bagi ibu dan janin.
2. Menganjurkan ibu mengkonsumsi 1 tablet Fe setiap hari dan mengkonsumsi sari kurma 2 kali 1 sendok makan setiap hari.
3. Menganjurkan ibu tetap melanjutkan makan sayur dan buah serta makanan yang kaya akan zat besi seperti hati ayam, daging merah tanpa lemak, kerrang, sereal dan roti, bayam, brokoli serta kacang-kacangan.
4. Memberitahukan ibu tentang Tanda bahaya kehamilan trimester III dan ketidaknyamanan fisiologis pada kehamilan trimester III.

5. Menginformasikan kepada ibu akan dilakukan kunjungan ulang 10 hari yang akan datang

Asuhan kebidanan ke dua dilakukan pada tanggal 31 Januari 2025. Hasil pengkajian data subjektif didapatkan ibu sudah bisa tidur nyenyak meskipun keluhan nyeri pinggang dan sering BAK di malam hari masih dialami ibu. Ibu sudah mengkonsumsi 1 tablet Fe setiap hari secara teratur dan sari kurma 2 kali 1 sendok makan setiap hari. Ibu mengkonsumsi makanan seperti biasa tanpa pantangan.

Hasil pengkajian data objektif menunjukkan TTV dalam batas normal, BB 62,5 Kg, LILA 27 cm, konjungtiva merah muda. TFU 32 Cm, kepala sudah masuk PAP, DJJ 137 x/menit, TBBJ 3255 gram. Hasil pemeriksaan Hb 12,6 gr/dL.

Berdasarkan data subjektif dan objektif tersebut maka analisa Ny E G1POA0 gravida 37 minggu 4 hari normal.

Penatalaksanaan yang dilakukan pada kasus Ny E adalah:

1. Menganjurkan ibu untuk tetap mengkonsumsi tablet Fe dengan dosis 1 tablet per hari serta sari kurma 2 kali 1 sendok makan setiap hari.
2. Menganjurkan ibu untuk olah raga ringan seperti jalan di pagi hari.
3. Menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup dan tidak melakukan pekerjaan yang berat.
4. Edukasi tentang tanda -tanda mulai persalinan, persiapan persalinan
5. Menganjurkan ibu ke TPMB atau fasilitas kesehatan lainnya jika ada tanda-tanda persalinan.

Pemberian tablet Fe dengan dosis 1 tablet per hari di sertai dengan pemberian sari kurma dengan dosis 2 kali 1 sendok makan setiap hari dapat meningkatkan Hb dari 10 gr/dl menjadi 12,6 gr/dl pada Ny E dalam waktu 10 hari.

Hasil ini di dukung oleh penelitian Widowati dimana pemberian sari kurma selama 10 hari pada 11 responden menunjukkan peningkatan kadar hemoglobin dari 9,6 menjadi 10,6 gr/dl yang artinya ada pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan minuman sari kurma pada ibu hamil (Widowati et al., 2019).

Temuan kami juga didukung oleh penelitian lainnya yang dilakukan intervensi selama 14 hari dengan membandingkan kasus Ny. S yang mendapatkan intervensi berupa sari kurma dan tablet Fe dan Ny. R mendapatkan intervensi tablet Fe saja. Hasilnya menunjukkan peningkatan kadar Hb Ny. S lebih tinggi yaitu 1,4 gr/dL dibandingkan Ny. R yaitu sebesar 0,8 gr/dL. Kombinasi sari kurma dan tablet Fe lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb dibandingkan dengan pemberian tablet Fe saja pada ibu hamil yang mengalami anemia sangat dimungkinkan karena mengkonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh dari gangguan Kesehatan. Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Solihati, 2024).

Tablet Fe mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental dalam bentuk Ferro Sulfat, Ferro Fumarat, atau Ferro Gluconat dan Asam Folat sebesar 0,400 mg (Ummah, 2019). Dengan mengkonsumsi tablet Fe rutin setiap hari dapat mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil (Shofiana et al., 2018).

Kurma merupakan makanan yang mengandung tinggi energi dan serat, selain itu juga mengandung kalium, mangan, fosfor, besi, belerang, kalsium juga magnesium yang sangat baik untuk dikonsumsi. Kurma dengan komposisi ideal didalamnya seperti karbohidrat, triptofan, omega- 3, vitamin C, vitamin B6, Ca²⁺, Zn, dan Mg dapat mendukung meningkatkan kadar Hb (Widowati et al., 2019).

Terjadi Peningkatan kadar hemoglobin setelah mengonsumsi kurma, dikarenakan di dalam kurma memiliki kandungan Fe dan vitamin C yang membantu penyerapan Fe saat proses absorpsi di lambung. Pembentukan hemoglobin dapat meningkat saat konsumsi Fe yang mencukupi. Zat besi yang dikonsumsi dioksidasi oleh hefaestin dan ceruloplasmin menjadi zat besi feri (Fe³⁺) sebagai bentuk ion yang berikatan dengan transferin di plasma. Zat besi pada plasma ditargetkan ke mitokondria untuk dimasukkan ke dalam cincin porfirin untuk membentuk molekul heme. Proses tersebut terjadi dengan bantuan enzim-enzim salah satunya ferrochelataze yang merupakan enzim yang dalam mitokondria yang berperan mengkatalis penyisipan Fe ke dalam protoporphyrin IX dan membentuk molekul heme. Setiap molekul heme bergabung dengan rantai polipeptida panjang, yaitu globin yang disintesis oleh ribosom, membentuk hemoglobin. Pemindahan Fe ke plasma akan ditingkatkan oleh hepsidin apabila kekurangan zat besi dan eritropoeisis tidak efisien (Amaris, 2022).

Anemia pada ibu hamil sangat penting untuk dicegah. Upaya pencegahan dilaksanakan melalui penerapan konsumsi makanan bergizi seimbang, konsumsi Tablet Tambah

Darah (TTD) dan fortifikasi (Arisani, 2023). Untuk meningkatkan penyerapan zat besi sebaiknya TTD dikonsumsi bersama dengan: Buah-buahan sumber vitamin C (jeruk, pepaya, mangga, jambu biji dan lain-lain). Sumber protein hewani, seperti hati, ikan, unggas dan daging. Hindari mengonsumsi TTD bersamaan dengan: Teh dan kopi karena mengandung senyawa fitat dan tanin yang dapat mengikat zat besi menjadi senyawa yang kompleks sehingga tidak dapat diserap (Ummah, 2019).

Anemia dalam kehamilan dapat disebabkan karena defisiensi zat besi, dan diketahui kebutuhan zat besi ibu hamil meningkat dua kali lipat dari sebelumnya. Sehingga ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi tablet Fe yang mengandung zat besi dan makanan dan minuman lainnya yang banyak mengandung zat besi, seperti kurma atau sari kurma, daging, ikan, telur, kacang-kacangan, sayuran hijau seperti bayam dan buah-buahan (Ma'mum et al., 2020; Syahputra et al., 2024).

Hasil penelitian didapatkan bahwa sari kurma terbukti dapat meningkatkan hemoglobin pada ibu hamil Ny. E. Untuk membantu anemia pada ibu hamil diperlukan. Upaya perawatan yang baik dan benar seperti mengonsumsi tablet Fe setiap hari serta didampingi dengan mengonsumsi sari kurma dan lain sebagainya yang mengandung zat besi dan vitamin C.

KESIMPULAN DAN SARAN

Study kasus Ny E umur 32 tahun G1P0A0 gravida 36-37 mg dengan anemia ringan yang diberikan tablet Fe dan sari kurma dalam jangka waktu 10 hari terbukti dapat meningkatkan kadar Hb sebanyak 2,6 mg/dL yaitu dari 10 mg/dL menjadi 12,6 mg/dL. Diharapkan kepada

semua tenaga Kesehatan khususnya bidan agar dapat menerapkan asuhan pemberian tablet Fe disertai pemberian sari kurma pada kasus anemia dalam kehamilan guna mencapai peningkatan kadar hb mencapai batas normal dengan durasi waktu yang lebih singkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaris, A. F. (2022). Pengaruh Pemberian Kurma (*Phoenix dactylifera*) terhadap Kadar Hemoglobin pada Pasien Anemia. *Jurnal Riset Kedokteran*, 123–134. <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.1538>
- Arisani. (2023). *Cegah Anemia Dalam kehamilan*.
- Aryanto, E., Sugiarto, A. D., Darmawan, P. H., & Pande, N. P. Y. A. (2021). Gambaran anemia pada kehamilan trimester III di bagian obstetri dan ginekologi RSUD Waikabubak, Nusa Tenggara Timur periode 2019–2020. *Intisari Sains Medis*, 12(2), 463–467. <https://doi.org/10.15562/ism.v12i2.1010>
- Audrias, A., Maternity, D., Yuliasari, D., & Mariza, A. (2021). Pemberian Sari Dapat Meningkatkan Kadar Hb Pada Ibu. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 772–779. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.4888>
- Bradshaw, A., & Carter, C. G. (2022). An exploratory study of expectant mothers' knowledge, attitudes and beliefs about infant vaccination. In *Qualitative Health Communication* (Vol. 1, Issue 2). <https://doi.org/10.7146/qhc.v1i2.130396>
- Darmawan, D. (2019). profil kesehatan Indonesia 2019. In *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2019). Dinas Kesehatan Aceh. *Profil Kesehatan Aceh 2019*, 6, 85.

- Fauzianty, A., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Husada, M. (2022). *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Strategi Penurunan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil : A Qualitative Study*. 2(3).
- Hanif et al. (2023). Profil Kesehatan Aceh 2022. *Enabling Brestfeeding*, 1–10.
- Harahap, M. S. L., Veri, N., Fazdria, Arly, S., & Nurhayati. (2023). Pembelajaran kelas ibu hamil terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang pencegahan anemia dan Kurang Energi Kronis (KEK). *SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, 4(2), 287–292. <https://doi.org/10.30701/ijc.1535>
- Kementrian Kesehatan. (2016). *Profil Kesehatan*.
- Laturake, R., Nurbaya, S., & Hasnita. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(4), 51–61.
- Ma'mum, N. F., Kridawati, A., & Ulfa, L. (2020). Pengaruh Penambahan Sari Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia di Klinik Fistha Nanda Tahun 2020. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 4(2), 201–215. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v4i2.1027>
- Saku, B., Anemia, P., Ibu, P., Dan, H., & Putri, R. (n.d.). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu H amil Dan Remaja Putri*.
- Sari, S. I. P., Harahap, J. R., & Helina, S. (2022). Anemia Kehamilan. In *Taman Karya*.
- Sembiring, J. B., & Kadir, D. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Melalui Edukasi Manfaat Jus Buah Bit untuk Pencegahan Anemia di Desa Kuala Air Hitam. *Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 198–205. <https://doi.org/10.37478/abdika.v1i4.1324>
- Shofiana, F. I., Widari, D., & Sumarmi, S. (2018). Pengaruh Usia, Pendidikan, dan Pengetahuan Terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil di Puskesmas Maron, Kabupaten Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 2(4), 356. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i4.2018.356-363>
- Solihati. (2024). Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Y Kabupaten Garut Tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(kadar hemoglobin), 7843–7857.
- Sunarti, S. (2019). Sebuah Upaya Ibu Hamil Dalam Mencegah Bayi Berat Lahir Rendah Di Wilayah UPTD Kesehatan Kecamatan Sukorejo. *Jurnal Keperawatan Malang*, 4(2), 67–75. <https://doi.org/10.36916/jkm.v4i2.91>
- Syahputra, A., Veri, N., & Lajuna, L. (2024). Literature review: Terapi komplementer untuk peningkatan kadar hemoglobin pada remaja dengan anemia. *Femina Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 4(2), 334–344.
- Ummah, M. S. (2019). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Wibowo, N., Rima, I., & Rabbania, H. (2021). *Pada Kehamilan*.
- Widowati, R., Kundaryanti, R., & Lestari, P. P. (2019). Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Al-Azhar Indonesia Seri Sains Dan Teknologi*, 5(2), 60–65.