

Article

PENGARUH KOMBINASI SARI KACANG HIJAU DAN PISANG AMBON TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL ANEMIA DI PUSKESMAS RAWASARI KOTA JAMBI

Suryani, Ika Murtiyarini, Tri Sutarty*, Pauline Kusmaryati

Departemen Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Jambi

SUBMISSION TRACK

Received: August 20, 2024

Final Revision: September 07, 2024

Available Online: September 11, 2024

KEYWORDS

Green Bean Juice, Banana Ambon, Hemoglobin In Pregnant Women, Anemia

CORRESPONDENCE

Email: trisutarty168@gmail.com

A B S T R A C T

The Jambi City Health Service in 2022 reported that out of 1047 the number of anemic pregnant women in Jambi City was the highest at the Putri Ayu Health Center with 138 (13.1%) pregnant women, followed by the Kenali Besar Health Center with 115 (10.9%) pregnant women, and the Rawasari Health Center with 115 (10.9%) pregnant women. 55 (5.3%) pregnant women were anemic. This research is a pre-experimental study with a one group pretest posttest design which aims to determine the effect of a combination of green bean juice and Ambon banana on the hemoglobin levels of anemic pregnant women at the Rawasari Community Health Center, Jambi City in 2024. The population in this study were all anemic pregnant women who visited the In the Rawasari Health Center, Jambi City, from March to April 2024 there were 32 pregnant women. Samples were taken by total sampling. This research was conducted from March to July 2024. Data analysis was carried out univariately and bivariately using the t test. Research results The average hemoglobin level before being given a combination of green bean juice and Ambon banana was 9,975 g% and after the intervention it increased to 10,919 g%. The results of the analysis show the effect of a combination of green bean juice and Ambon banana on the hemoglobin levels of anemic pregnant women at the Rawasari Community Health Center, Jambi City in 2024, obtained p -value = 0.000 ($p < 0.05$). The combination of green bean juice and Ambon banana can increase the hemoglobin levels of anemic pregnant women. It is hoped that the Community Health Center will apply it to ANC services and provide knowledge to pregnant women about how to increase the hemoglobin levels of anemic pregnant women, namely with non-pharmacological treatment by administering a combination of green bean juice and Ambon banana.

I. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu mata rantai yang berkesinambungan yang terdiri dari ovulasi (pematangan sel) lalu pertemuan ovum (sel telur) dan spermatozoa (sperma) terjadilah pembuahan dan pertumbuhan zigot kemudian bernidasi (penanaman) pada uterus dan pembentukan plasenta dan tahap akhir adalah tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm. Masa kehamilan ini dimulai dari terjadinya konsepsi hingga lahirnya janin (Biswas & Baruah, 2014). Lama kehamilan berlangsung hingga 40 minggu atau 9 bulan 7 hari dan dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan ini dibagi menjadi 3 trimester, trimester pertama dimulai dari konsepsi sampai kehamilan 3 bulan, trimester kedua dari 4 bulan sampai kehamilan 6 bulan, dan trimester ketiga dimulai dari 7 bulan sampai 9 bulan (Abu-Hasira, 2007)

Seiring bertambahnya usia kehamilan masalah yang sering terjadi pada ibu hamil yaitu anemia kehamilan, hiperemesis gravidarum, abortus, kehamilan ektopik, kehamilan ektopik terganggu (KET), Kehamilan servikal, Kehamilan ovarial, Mola hidatidosa, Perdarahan antepartum dan Preeklampsia. Masalah pada kehamilan ini merupakan komplikasi kehamilan adalah kegawatdaruratan obstetri yang dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi (Elsharkawy et al., 2022; Teye et al., 2015).

Anemia masih merupakan masalah kesehatan yang kompleks pada wanita Indonesia. Penyebab paling umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan gizi dalam tubuh serta faktor lain seperti penyakit infeksi, cacingan, dan penyakit kronis. Zat gizi yang bersangkutan adalah protein, zat besi (Fe), piridoksin (Vit. B6), Vitamin B12, Vitamin C, Asam folat, dan Vitamin E. Anemia gizi disebabkan oleh kekurangan konsumsi atau karena gangguan absorbs.

Penyebab paling umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi atau yang dikenal dengan anemia defisiensi zat besi. Kebutuhan zat besi ibu hamil meningkat sehingga dibutuhkan tambahan 700-800 mg, antara lain 500 mg untuk meningkatkan hemopoitisis, 300 mg untuk

kebutuhan janin untuk proses hemopoisis selama dalam kandungan, 200 mg untuk cadangan kehilangan karena perdarahan pascapartus. Atau bisa dibilang dibutuhkan tambahan zat besi sekitar 30-60 mg per hari. Sejumlah kecil zat besi ditemukan pada buah-buahan, sayuran, biji-bijian, dan daging pada menu makanan sehari-hari (Nurdin et al., 2024; Pramesti et al., 2024)

Dampak ibu hamil yang menderita anemia memiliki kemungkinan akan mengalami perdarahan postpartum. Frekuensi perdarahan post partum (5-15%) dari seluruh persalinan, penyebab atonia uteri memiliki angka presentasi paling tinggi dari yang lainnya (50-60%), retensio plasenta (16-17%), sisa plasenta (23-24%), laserasi jalan lahir (4-5%), dan kelainan pembekuan darah (0,5-0,6%) sedangkan persentase perdarahan karena anemia selama kehamilan (15-20%). Mengingat besarnya dampak buruk dari Anemia Defisiensi Zat Besi pada wanita hamil dan janin, oleh karena itu perlu kiranya perhatian yang cukup terhadap masalah ini (Nurdin et al., 2024)

Anemia yang terjadi pada ibu hamil juga dapat membahayakan janin yang dikandungnya. Ancaman yang dapat ditimbulkan oleh anemia pada janin adalah risiko terjadinya kematian intra-uteri, risiko terjadinya abortus, berat badan lahir rendah, resiko terjadinya cacat bawaan, peningkatan resiko infeksi pada bayi hingga kematian perinatal, atau tingkat intelegasi bayi rendah (Bintia et al., 2023)

Dinas Kesehatan Kota Jambi tahun 2021 melaporkan dari 1080 jumlah ibu hamil anemia di Kota Jambi tertinggi berada di Puskesmas Putri Ayu sebanyak 171 (15,8%) ibu hamil diikuti Puskesmas Kenali Besar sebanyak 136 (12,6%) ibu hamil, di Puskesmas Rawasari sebanyak 70 (6,5%) ibu hamil yang anemia. Tahun 2022 dari 1047 jumlah ibu hamil anemia di Kota Jambi tertinggi berada di Puskesmas Putri Ayu sebanyak 138 (13,1%) ibu hamil diikuti Puskesmas Kenali Besar sebanyak 115 (10,9%) ibu hamil, di Puskesmas Rawasari sebanyak 55 (5,3%) ibu hamil yang anemia (Dinas Kesehatan Kota Jambi, 2022).

Penanganan pada anemia kehamilan dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologi anemia dalam kehamilan dapat dicegah

dengan mengkonsumsi suplemen zat besi sebanyak 90 tablet selama kehamilan dimana setiap suplemen zat besi mengandung 60 mg. Selama kehamilan tubuh akan mendapatkan zat besi sebanyak 1.080 mg, sementara kebutuhan seorang wanita hamil terhadap zat besi sebesar 800 mg yang terdiri dari 300 mg yang dibutuhkan untuk janin dan 500 mg untuk menambah masa hemoglobin maternal. Sedangkan untuk penanganan nonfarmakologi yaitu dengan rutin mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi zat besi dan vitamin C yaitu sayuran-sayuran berwarna hijau seperti bayam, sawi, dan kangkung kemudian kacang-kacangan, daging merah segar, telur ayam, hati ayam, ikan-ikan, susu, tomat, kentang, kurma, dan sereal serta untuk memaksimalkan penyerapannya dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin C

Berdasarkan fenomena-fenomena di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia di Puskesmas Rawasari Kota Jambi

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain *pra eksperiment* dalam bentuk rancangan *one grup pretest-posttest* untuk mengetahui pengaruh kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia di Puskesmas Rawasari Kota Jambi

Lokasi penelitian dilakukan di Puskesmas Rawasari Kota Jambi pada Januari s/d Juli 2024. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil anemia yang berkunjung ke Puskesmas Rawasari Kota Jambi pada bulan Maret s/d April 2024 berjumlah 32 ibu hamil dengan kriteria Ibu hamil yang mengalami anemia, ibu hamil yang bersedia menjadi responden. Sedangkan ibu yang memiliki kriteria seperti alergi kacang hijau, ibu yang tidak suka kacang hijau dan ibu yang tidak suka pisang dikeluarkan dari penelitian.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer adalah data yang didapat secara langsung melalui

lembar observasi di lapangan atau melakukan pengukuran. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan alat ukur Hb digital. Pengumpulan data dilakukan dengan cara peneliti mengukur kadar hemoglobin menggunakan alat ukur HB sebagai *pre test*, lalu dicatat di lembar observasi. Selanjutnya ibu hamil anemia diberikan kombinasi sari kacang hijau kemasan sebanyak 250 cc sebanyak 2 kotak dan diminum 2 kali (pagi dan sore) dan pisang ambon 2 buah dikonsumsi 2 kali (pagi dan sore) selama 7 hari berturut, anjuran ini telah terbukti dalam penelitian Sari, dkk, (2022) dan Enny & Sitti (2021). Setelah perlakuan kemudian kadar hemoglobin diukur kembali menggunakan alat ukur HB (*posttest*), kemudian hasilnya didokumentasikan di lembar observasi. Peneliti dibantu oleh dua orang enumerator yang telah diberi penjelasan mengenai instrumen dan cara pengumpulan data.

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independent dengan variabel dependent. Uji statistik yang digunakan adalah *uji t test*. Untuk kemaknaan hasil perhitungan statistik digunakan batas kemaknaan 0,05, apabila *p-value* < 0,05 artinya terdapat hubungan yang bermakna (H_0 ditolak), dan sebaliknya *p-value* lebih hubungan (H_0 diterima).

III. HASIL

Tabel 1. Distribusi Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Sebelum Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon

No	Kadar Hemoglobin	f	%
1	9.0	3	9.4
2	9.2	3	9.4
3	9.3	1	3.1
4	9.4	1	3.1
5	9.7	3	9.4
6	9.8	1	3.1
7	9.9	1	3.1
8	10.0	6	18.8
9	10.1	1	3.1
10	10.2	2	6.3
11	10.5	4	12.5
12	10.6	1	3.1
13	10.7	2	6.3
14	10.8	1	3.1
15	10.9	2	6.3

Hasil analisis didapatkan sebelum diberikan kombinasi sari kacang hijau dan

pisang ambon sebagian besar responden 6 (18,8%) dengan kadar hemoglobin 10,0 g%.

Tabel 2. Distribusi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Sebelum Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon

Variabel	Rata-rata	Minimal	Maksimal
Kadar Hemoglobin sebelum Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon	9.975	9	10.9

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebelum diberikan kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon rata-rata kadar hemoglobin pada ibu

hamil adalah 9.975 g%. Kadar hemoglobin terendah adalah 9 g% dan kadar hemoglobin tertinggi 10.9 g%.

Tabel 3. Distribusi Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Sesudah Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon

No	Kadar Hemoglobin	f	%
1	9.7	2	6.3
2	9.9	1	3.1
3	10.1	2	6.3
4	10.2	2	6.3
5	10.5	6	18.8
6	10.7	2	6.3
7	10.8	2	6.3
8	10.9	1	3.1
9	11.0	3	9.4
10	11.1	1	3.1
11	11.2	1	3.1
12	11.3	2	6.3
13	11.5	1	3.1
14	11.7	3	9.4
15	12.4	2	6.3
14	13.3	1	3.1

Hasil analisis didapatkan sesudah diberikan kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon sebagian besar responden 6 (18,8%) dengan kadar hemoglobin 10,5 g%.

Tabel 4. Distribusi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Sesudah Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon

Variabel	Rata-rata	Minimal	Maksimal
Kadar Hemoglobin Sesudah Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon	10.919	9.7	13.3

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sesudah diberikan kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon rata-rata kadar hemoglobin pada ibu

hamil adalah 10.919 g%. Kadar hemoglobin terendah adalah 9.7 g% dan kadar hemoglobin tertinggi 13.3 g%.

Tabel 5. Uji Normalitas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia

Kadar Hemoglobin	Shapiro-Wilk		
	Statistik	df	Sig
Sebelum Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon	0.942	32	0.085
Sesudah Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon	0.939	32	0.070

Bedasarkan hasil uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji normalitas *shapiro-wilk* karena jumlah responden yang diteliti <50 responden. Uji normalitas data pada variabel sebelum diberikan kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon dengan nilai signifikansi uji *shapiro-wilk* 0,085 ($p > 0,05$) dan sesudah diberikan

kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon dengan nilai signifikansi uji *shapiro-wilk* 0,070 ($p > 0,05$). Nilai signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$ maka data berdistribusi normal. Jika data berdistribusi normal maka digunakan *uji t*.

Tabel 6. Pengaruh Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia

Variabel	Rata-rata	Selisih	p-value
Kadar Hemoglobin Sebelum Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon	9.975		
Kadar Hemoglobin Sesudah Diberikan Kombinasi Sari Kacang Hijau Dan Pisang Ambon	10.919	0.944	0,000

Intervensi pemberian kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon rata-rata kadar hemoglobin sebelum 9.975 gr% dan sesudah 10.919 gr%. Berdasarkan analisis diperoleh $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$), maka secara statistik ada pengaruh kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon

terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia di Puskesmas Rawasari Kota Jambi

IV. PEMBAHASAN

Hasil penelitian pemberian kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon rata-rata kadar hemoglobin sebelum 9.975 gr%

dan sesudah 10.919 gr%. Berdasarkan analisis diperoleh $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$), maka secara statistik ada pengaruh kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia di Puskesmas Rawasari Kota Jambi tahun 2024.

Kacang hijau mengandung zat-zat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah sehingga dapat mengatasi efek penurunan hemoglobin. Jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7 mg per 100 gram kacang hijau. Vitamin C dalam kacang hijau dapat meningkatkan absorpsi zat besi nonheme sampai empat kali lipat. Vitamin C dengan zat besi mempunyai senyawa ascorbat besi kompleks yang larut dan mudah diabsorpsi. Peranan vitamin C dalam proses penyerapan zat besi yaitu dengan mereduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi ferro (Fe^{2+}) dalam usus halus sehingga mudah diabsorpsi, proses reduksi tersebut akan menjadi semakin besar apabila pH di dalam lambung semakin meningkat sehingga dapat meningkatkan penyerapan zat besi hingga 30% (Ardiani et al., 2023)

Pisang banyak mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air, yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan Hb dalam sel darah merah. Vitamin B6 dalam buah pisang mampu menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Dalam buah pisang terkandung 467 mg kalium, dan setiap harinya ibu hamil memerlukan 2000 mg kalium. Kram kaki merupakan salah satu gejala yang tidak menyenangkan selama kehamilan sehingga perlu meningkatkan asupan kalium. Dengan mengonsumsi 2 buah pisang tiap hari sangat bermanfaat bagi ibu hamil, gunanya untuk membantu mengatasi anemia (Ardiani et al., 2023)

Hemoglobin merupakan suatu unsur protein majemuk yang mengandung unsur non-protein yaitu heme. Sintesis heme dalam memproduksi hemoglobin dibantu oleh piridoksin atau vitamin B6. Vitamin B6 dapat dijumpai pada daging dan buah-buahan. Buah pisang merupakan salah satu buah yang memiliki kandungan vitamin B6 yang cukup sebesar (Muchtadi, 2009). Pada 100 gram saji pisang ambon (1 buah) mengandung 73,8 g air, zat besi 0,5

mg, vitamin C 9 mg, B1 0,05 mg, B2 0,8 mg, B6 0,1 mg dan fosfor 28 mg selain itu buah pisang ambon memiliki tekstur yang lembut dan memiliki rasa yang manis (Yuviska & Armiyanti, 2019)

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu menyatakan bahwa penyerapan zat besi total pada 100 gram pisang matang adalah 0,86 mg (Garcia, et al., 2015). Besi nonheme yang terdapat dalam pisang ambon ketika berada dalam lambung akan diabsorpsi oleh vitamin C (9 mg). di dalam lambung akan terjadi perubahan besi feri menjadi fero sehingga mudah diserap oleh tubuh. Dalam sirkulasi darah akan diikat menjadi transferin selanjutnya akan bersenyawa dengan profirin membentuk heme, selanjutnya heme akan bersenyawa dengan globulin dan membentuk hemoglobin. Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya menyimpulkan bahwa dengan mengonsumsi 2 buah pisang tiap hari sangat bermanfaat bagi ibu hamil, gunanya untuk membantu mengatasi anemia (Yuviska & Armiyanti, 2019).

Pada penelitian ini telah didukung oleh teori bahwa pisang ambon memberikan manfaat pada ibu hamil dalam meningkatkan kadar hemoglobin. Proses penyerapan besi membutuhkan vitamin C yang membantu dalam absorpsi besi dan membantu melepaskan besi dari tempat penyimpanannya. Pisang ambon yang mengandung vitamin C berguna untuk membantu penyerapan besi sehingga absorpsi akan lebih banyak dalam usus. Vitamin C atau asam askorbat memiliki sifat berbentuk serbuk atau hablur, berwarna putih agak kekuningan, larut baik dalam air, sukar larut dalam ethanol dan tidak larut dalam kloroform. Sensitif terhadap cahaya sehingga bila terkena cahaya akan berubah warna menjadi gelap. Mudah teroksidasi. Sifatnya asam. Cara kerjanya sebagai reduktan, vitamin C mereduksi cupri (Cu^{2+}) menjadi cuprus (Cu^{+}) dan ion ferri (Fe^{3+}) menjadi ion ferrous (Fe^{2+}) yang akan berpengaruh terhadap penyerapannya di usus halus dan dengan demikian memberikan efek yang menguntungkan (Jourkesh., 2011). Ini berarti pisang ambon yang dikonsumsi oleh kelompok eksperimen setiap hari telah memenuhi kebutuhan

vitamin C 100% yaitu lebih dari 10,74mg dalam setiap harinya (Kholidah, 2009)

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Achmad Abdul (2019) menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil trimester III sebelum diberikan pisang ambon sebesar 9,333 gr/dl dan setelah diberikan pisang ambon sebesar 10,933 gr/dl perbedaan sebesar 1,9 gr/dl dan terdapat pengaruh yang signifikan pemberian pisang ambon dengan kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan pisang ambon.

Hasil studi menunjukkan terjadi peningkatan kadar Hb dengan pemberian buah pisang ambon dan sari kacang hijau 2 kali sehari pagi dan sore bersamaan dengan mengkonsumsi tablet Fe. Tablet Fe merupakan tablet mineral yang diperlukan oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah. Hal tersebut sesuai dengan teori bahwa salah satu terapi untuk meningkatkan kadar Hb bagi ibu hamil trimester III dengan anemia dengan pemberian buah pisang dan sari kacang hijau yang merupakan makanan terbaik karena mengandung vitamin yang diperlukan oleh ibu hamil. Buah pisang cukup memenuhi asupan zat besi pasien anemia dan juga untuk menambah energi (Nurdin et al., 2024)

Adanya pengaruh pemberian kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil, artinya mengkonsumsi sari kacang hijau dan

pisang ambon secara rutin menambah asupan zat besi yang tentunya akan semakin meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Sari sari kacang hijau adalah salah satu jenis minuman khusus yang berfungsi untuk pengobatan dan merawat kesehatan tubuh yang mengandung zat besi berfungsi meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh khususnya yang diperlukan ibu hamil. Ibu hamil yang mengalami keluhan dan ketidaknyamanan akibat dari efek samping tablet tambah darah dianjurkan dengan konsumsi sari kacang hijau dan pisang ambon, tetapi walaupun mengkonsumsi sari kacang hijau dan pisang ambon tablet Fe harus diminum juga. Sari kacang hijau dan pisang ambon merupakan bahan pangan yang mudah didapat dan harga terjangkau, jadi ibu hamil tidak perlu susah lagi untuk mengkonsumsi makanan yang dapat meningkatkan hemoglobin ini.

V. KESIMPULAN

Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon adalah 9.975 g%. Rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon adalah 10.919 g%. Ada pengaruh kombinasi sari kacang hijau dan pisang ambon terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia di Puskesmas Rawasari Kota Jambi

DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Hasira, A. W. M. (2007). *Iron Deficiency Anemia among Pregnant Women in Nablus District; Prevalence, Knowledge*.
- Ardiani, Y., SiT, S., Keb, M., Andriani, D., & Keb, S. S. T. M. (2023). Pemberian Jus Buah Naga untuk Meningkatkan Kadar HB pada Ibu Hamil. *Altafani: Jurnal Abdimas*, 1(1), 6–11.
- Bintia, S. E., Rahmawati, A., & Wulandari, R. C. L. (2023). Terapi Komplementer Diet Nutrisi untuk Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil: Literature Review. *REAL in Nursing Journal*, 6(1), 66–77.
- Biswas, M., & Baruah, R. (2014). Maternal anaemia associated with socio-demographic factors among pregnant women of Boko-Bongaon Block Kamrup, Assam. *Indian Journal of Basic and Applied Medical Research*, 3(2), 712–721.
- Elsharkawy, N. B., Abdelaziz, E. M., Ouda, M. M., & Oraby, F. A. (2022). Effectiveness of health information package program on knowledge and compliance among pregnant women with anemia: a randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2724.
- Kholidah, L. N. (2009). *Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Konsumsi Pisang*

Ambon (Family Musaceae) Di Wilayah Kerja Puskesmas Prambon Sidoarjo.
UNIVERSITAS AIRLANGGA.

- Nurdin, A., Fitria, U., & Kurnia, R. (2024). Analisis literatur: intervensi efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. *Public Health Journal*, 1(2).
- Pramessti, N. D., Lindayani, E., & Sukaesih, N. S. (2024). Pengaruh Pepaya dan Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia: Scoping Review. *Jurnal Ners*, 8(2), 1297–1305.
- Taye, B., Abeje, G., & Mekonen, A. (2015). Factors associated with compliance of prenatal iron folate supplementation among women in Mecha district, Western Amhara: a cross-sectional study. *Pan African Medical Journal*, 20(1).
- Yuviska, I. A., & Armiyanti, L. (2019). Perbedaan Pemberian Jus Kacang Hijau dan Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin. *Jurnal Kebidanan*, 5(1), 52–60.