

**PENGARUH PEMBERIAN BUAH PEPAYA TERHADAP PENYERAPAN
TABLET FE PADA IBU HAMIL YANG ANEMIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS MESKOM**

ERIKA OKTAVIANTI¹, ARY OKTORA SRI R², HIRZA RAHMITA³, LISVIAROSE⁴

Program Studi SI Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan,
Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru.

E-mail : erikaoktavianti01@gmail.com¹, ary.oktora@ikta.ac.id², hirza.rahmita@ikta.ac.id³,
lisviarose@ikta.ac.id⁴

Abstrak: Anemia merupakan salah satu penyebab tidak langsung terjadinya perdarahan terbanyak pada ibu bersalin. Prevalensi anemia pada kehamilan di Kabupaten Bengkalis adalah sebesar 16,90%. Tablet Fe berguna untuk meningkatkan kadar Hb. Salah satu cara untuk meningkatkan kerja Fe dengan mengonsumsi buah pepaya yang mengandung vitamin C. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Buah Pepaya terhadap Penyerapan Tablet Fe Pada Ibu Hamil yang Anemia. Jenis penelitian eksperimen dengan rancangan *two group pretest dan posttest design*. Penelitian dilakukan bulan Desember - Januari 2025 di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom. Populasi 20 ibu hamil anemia. Penelitian ini menggunakan rumus *sampel eksperimen* dengan jumlah sampel 20 orang. Teknik pengambilan sampel *Accidental Sampling*. Instrumen yang digunakan Hb digital dan lembar observasi. Pengolahan data uji statistic *T- Test*. Uji – *T-Test Dependen* digunakan yaitu *uji paired Samples Test*. Rata-rata kadar Hb sebelum diberikan tablet Fe 9,60 gr/dl, setelah diberikan tablet Fe 12,11 gr/dl. Rata-rata kadar Hb sebelum diberikan tablet Fe dan buah pepaya 10,01 gr/dl, setelah diberikan tablet Fe dan buah pepaya 12,76 gr/dl. Pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kenaikan kadar Hb dengan *p value* = 0,000. Pengaruh pemberian tablet Fe dan buah pepaya dengan *p value* = 0,000. Perbedaan efektivitas pemberian tablet Fe dengan pemberian tablet Fe dan buah pepaya dengan *p value* = 0,031. Disimpulkan bahwa pemberian tablet Fe dan buah pepaya lebih efektif dibandingkan pemberian tablet Fe saja. Diharapkan dapat mengobati atau meringankan masalah ibu hamil yang mengalami anemia dengan pemberian buah pepaya dan tablet Fe.

Kata Kunci : Tablet Fe, Buah Pepaya, dan Kadar Hb

Abstract: Anemia is one of the indirect causes of the most bleeding in women giving birth. The prevalence of anemia in pregnancy in Bengkalis Regency is 16.90%. Fe tablets are useful for increasing Hb levels. One way to increase the work of Fe is by consuming papaya fruit which contains vitamin C. The aim of this research is to determine the effect of giving papaya fruit on the absorption of Fe tablets in pregnant women with anemia. Type of experimental research with a *two group pretest and posttest design*. The research was conducted in December - January 2025 in the Meskom Community Health Center Working Area. Population of 20 anemic pregnant women. This research uses an experimental sample formula with a sample size of 20 people. *Accidental Sampling* sampling technique. The instruments used were digital Hb and observation sheets. *T-Test* statistical test data processing. The *Dependent T-Test* used was the *Paired Samples Test*. The average Hb level before being given Fe tablets was 9.60 gr/dl, after being given Fe tablets 12.11 gr/dl. The average Hb level before being given Fe tablets and papaya fruit was 10.01 gr/dl, after being given Fe tablets and papaya fruit was 12.76 gr/dl. The effect of giving Fe tablets on increasing Hb levels with *p value* = 0.000. Effect of giving Fe tablets and papaya with *p value* = 0.000. The difference in the effectiveness of giving Fe tablets compared to giving Fe tablets and papaya with *p value* = 0.031. It was concluded that giving Fe tablets and papaya was more effective than giving Fe tablets alone. It is hoped that it can treat or alleviate the problems of pregnant women who experience anemia by giving papaya fruit and Fe tablets.

Keywords : Papaya fruit; Fe Tablets; Anemia; Hemoglobin; Pregnant mother

A. Pendahuluan

Anemia pada ibu hamil yaitu suatu kondisi dimana kadar hemoglobin ibu hamil kurang dari 11,0g/dL pada trimester I dan III dan kurang dari 10,5 g/dL pada trimester II (Pratami, 2016). Adapun gejala anemia pada ibu hamil yaitu lemah, letih, lesu, lunglai, lelah, pucat, penglihatan berkunang-kunang dan mudah mengantuk (Lisnamawati, 2019).

Menurut *World Health Organization* WHO 2020 prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia telah mengalami penurunan sebanyak 4,5% selama 19 tahun terakhir, dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2019. Anemia defisiensi zat besi lebih cenderung di negara yang sedang berkembang dari pada negara yang sudah maju (Abdullah, 2018). Kejadian anemia di Indonesia pada ibu hamil cenderung mengalami peningkatan. Hasil Risesdas tahun 2022 juga menunjukkan bahwa 84,6% ibu hamil yang berumur kurang dari 25 tahun mengalami anemia dan 57,6% ibu hamil yang berumur lebih dari atau sama dengan 35 tahun mengalami anemia (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan Hasil Risesdas 2022 menunjukan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (Kemenkes, 2022). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil di Daerah Provinsi Riau terus mengalami kenaikan pada tahun 2021 sebesar 15,84% dan pada tahun 2022 sebesar 16,5%. Data Puskesmas Meskom tahun 2022 menunjukkan bahwa kasus anemia pada ibu hamil sebesar 65 (7,28%) orang (Profil Kesehatan, 2022).

Anemia selama kehamilan jelas merupakan masalah serius karena dapat berdampak negatif baik pada ibu hamil maupun proses persalinan. Anemia pada ibu hamil meningkatkan banyak risiko seperti kelahiran prematur atau berat badan lahir rendah (BBLR), risiko perdarahan sebelum dan selama persalinan, yang dapat menyebabkan kematian bagi ibu dan janin jika ibu mengalami anemia berat. (Sotomayor-Beltran et al., 2018).

Kasus anemia pada ibu hamil terutama disebabkan oleh tubuh yang kurang menyerap zat besi karena kurangnya asupan zat besi. Pola makan dapat diartikan dengan perilaku atau cara seseorang memilih dan mengkonsumsi makanan yang dimakannya sehari-hari, termasuk jenis, jumlah dan frekuensi makanan tergantung dari faktor sosial budaya dimana ibu hamil tersebut tinggal (Ariyanti, 2022).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Risesdas) 2021 bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami kejadian anemia. Faktor resiko yang mempengaruhi kejadian perdarahan pasca persalinan pada kehamilan salah satunya karena anemia dalam kehamilan (Manuaba, 2016).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkalis tahun 2023 dari 17.317 ibu hamil, terdapat 2.927 ibu hamil dengan anemia dengan persentase 16,90 % (Dinas Kesehatan Kabuapten Bengkalis, 2023). Sementara di Puskesmas Meskom sendiri pada tahun 2023 terdapat 70 orang ibu hamil dengan anemia dan Periode Januari – Oktober 2024 didapatkan 159 Ibu hamil yang melakukan ANC, 53 ibu hamil diantaranya mengalami Anemia (Puskesmas Meskom, 2024).

Buah pepaya yang digunakan dalam penelitian ini adalah buah papaya dengan jenis California, alas an pengambilan buah pepaya California karena kandungan vitamin C lebih tinggi dibandingkan dengan pepaya lokal. Vitamin C pada buah pepaya jenis California sebesar 78 mg dalam 100 gr, sedangkan pada pepaya lokal sebesar 72 mg dalam 100 gr. Selain itu juga, ketersediaan buah pepaya jenis California banyak dijual dipasarkan dibandingkan dengan pepaya local (Angelia, 2017).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 Oktober 2024 di Puskesmas Meskom didapatkan hasil 10 orang ibu hamil mengalami anemia, Hasil wawancara ibu hamil yang anemia tersebut hanya mengkonsumsi tablet Fe untuk mengatasi anemianya dan tidak ada mengkonsumsi makanan khusus untuk mengatasi anemia yang sedang di alami. Peneliti melakukan anamnesa singkat kepada ibu hamil diperoleh 3 dari 5 ibu hamil tidak mengetahui khasiat buah papaya untuk mencegah anemia. Berdasarkan data - data tersebut peneliti merasa tertarik dalam melakukan penelitian tentang pemberian buah pepaya pada ibu hamil dengan anemia dengan judul tugas akhir “Pengaruh Pemberian Buah Pepaya

terhadap Penyerapan Tablet Fe Pada Ibu Hamil yang Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom Kecamatan Bengkalis Kabupaten Bengkalis Tahun 2024”.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen dengan rancangan penelitian adalah *Two group pretest-posttest with control group design* adalah metode eksperimen yang digunakan untuk membandingkan hasil penelitian pada dua kelompok yang berbeda yang mana salah satu kelompok menjadi kelompok kontrol. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom bulan Desember – Januari tahun 2025. Variabel Independen dalam penelitian ini adalah Pemberian tablet Fe, pemberian tablet Fe dan pepaya dan variabel dependen kadar hemoglobin. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil anemia di Puskesmas Meskom di bulan Oktober – November 2024 berjumlah 20 ibu hamil anemia. Teknik pengambilan Sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *Accidental Sampling*. Jumlah sampel eksperimen yaitu 20 sampel. Kemudian hasil data tersebut di analisis menggunakan uji univariat yaitu mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti baik dari jenis data numerik maupun kategori dan Analisis Bivariat penelitian ini dilakukan dengan komputerisasi menggunakan uji statistic *T- Test*. Uji – *T-Test Dependen* digunakan yaitu uji *paired Samples Test* untuk melihat pengaruh dari intervensi yang diberikan.

C. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Tabel 1
Rata-rata kadar Hb responden sebelum dan sesudah diberikan Tablet Fe di Puskesmas Meskom.

	N	Mean	SD	Min	Max
Sebelum diberikan tablet Fe	10	9,60	0,5676	8,70	10,40
Sesudah diberikan tablet Fe	10	12,11	0,5300	11,50	12,80

Berdasarkan table I di atas diketahui bahwa rata-rata kadar Hb responden sebelum diberikan Tablet Fe adalah 9,60 gr/dl dengan nilai minimal 8,70 gr/dl dan nilai maksimal 10,40 gr/dl. Dan rata-rata kadar Hb responden setelah diberikan tablet Fe adalah 12,11 gr/dl dengan nilai minimal 11,50 gr/dl dan nilai maksimal 12,80 gr/dl.

Tabel 2
Rata-rata kadar Hb responden sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe dan buah pepaya di Puskesmas Meskom.

	N	Mean	SD	Min	Max
Sebelum diberikan tablet Fe dan buah pepaya	10	10,01	0,5152	9,30	10,70
Sesudah diberikan tablet Fe dan buah pepaya	10	12,76	0,7662	11,50	13,70

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui bahwa rata-rata kadar Hb responden sebelum diberikan tablet Fe dan buah pepaya adalah 10,01 gr/dl dengan nilai minimal 9,30 gr/dl dan nilai maksimal 10,70 gr/dl. Dan rata-rata kadar Hb responden setelah diberikan tablet Fe dan buah pepaya adalah 12,76 gr/dl dengan nilai minimal 11,50 gr/dl dan nilai maksimal 13,70 gr/dl.

2. Analisis Bivariat

Tabel 3

Peningkatan kadar Hb ibu hamil setelah diberikan Tablet Fe di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom Kecamatan Bengkalis Kabupaten Bengkalis

	N	Mean $\pm$ SD	Perbedaan Mean $\pm$ SD	IK 95%	P
Kadar Hb sebelum diberikan tablet Fe	10	9,60 $\pm$ 0,5676	2,51 $\pm$ 0,88	1,87 – 3,14	0.000
Kadar Hb sesudah diberikan tablet Fe	10	12,11 $\pm$ 0,5300			

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa *uji paired sampel t test* pada responden yang telah dilakukan pemeriksaan kadar Hb sebelum dan pemeriksaan kadar Hb sesudah pemberian tablet Fe didapatkan p value adalah 0,000 ($p < 0.05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa Terdapat pengaruh pemberian tablet Fe untuk meningkatkan kadar Hb ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom.

Tabel 4

Peningkatan kadar Hb ibu hamil yang telah diberikan Tablet Fe dan Buah Pepaya di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom Kecamatan Bengkalis Kabupaten Bengkalis

	N	Mean $\pm$ SD	Perbedaan Mean $\pm$ SD	IK 95%	P
kadar Hb sebelum diberikan tablet Fe	10	10,01 $\pm$ 0,5152	2,75 $\pm$ 0,81	2,16 – 3,33	0.000
kadar Hb sesudah diberikan tablet Fe	10	12,76 $\pm$ 0,7662			

Tabel 4 di atas menunjukkan bahwa *uji paired sampel t test* pada ibu hamil yang telah dilakukan pemeriksaan kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe dan buah pepaya didapatkan p value adalah 0,000 ($p < 0.05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa Ha diterima, terdapat pengaruh pemberian tablet Fe dan buah pepaya terhadap kenaikan kadar Hb ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui peningkatan kadar Hb ibu hamil setelah diberikan tablet Fe adalah 2,51 gr/dl dan peningkatan kadar Hb ibu hamil setelah diberikan tablet Fe dan buah pepaya adalah 2,75 gr/dl. Didapatkan nilai p value 0,031 $< 0,05$, berarti H_a diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan efektifitas pemberian tablet Fe dengan konsumsi tablet Fe dan buah pepaya. Dengan demikian pemberian tablet Fe dan buah pepaya lebih efektif dari pada pemberian tablet Fe saja terhadap kenaikan kadar Hb ibu hamil.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aisyah, Estuning dan Dwi pada tahun 2016, di Desa Keniten Kabupaten Kediri tentang pengaruh pemberian vit C pada konsumsi tablet Fe untuk peningkatan kadar Hb pada ibu hamil, dengan hasil penelitian efek

Fe terhadap Hb pada ibu hamil usia 16-32 mg rata-rata peningkatan sebesar 0,2 gr%, sementara kadar Hb dengan vitamin C untuk peningkatan kadar Hb pada ibu hamil 16-32 mg mengalami peningkatan 1,1 gr% dengan waktu pemberian selama 1 minggu.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ersila dan Dwi pada tahun 2016 di Pakajangan Pakalongan, dari hasil penelitian didapatkan data dengan menggunakan uji t independen, diperoleh nilai p 0,045 ($<0,05$) bahwa ada pengaruh terhadap pemberian tablet Fe dan buah pepaya untuk kenaikan kadar Hb ibu hamil. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Piatun dan Euis pada tahun 2018 di Kabupaten Sumedang, dari hasil penelitian didapatkan nilai p 0,034, bahwa penyerapan Fe dengan mengkonsumsi buah pepaya lebih efektif dibandingkan mengkonsumsi tablet Fe saja.

Buah pepaya matang sangat unggul dalam hal betakaroten (276 mikrogram/100 g), selain itu sumbangan vitamin yang sangat menonjol adalah vitamin C (62-78 mg/100 g) dan folat (38 mikrogram/100 g) kadar serat per 100 gram buah masak 1,8 gram. Satu potong pepaya berukuran 100 mg bisa menyumbangkan vitamin C sekitar 100 mg. Dalam proses penyerapan tablet Fe dibutuhkan vitamin C untuk membantu kerja tablet Fe, agar tablet Fe yang dikonsumsi dalam tubuh bereaksi dengan baik. Dalam proses penyerapannya, dibutuhkan sekitar 100 gr vitamin C (Angelia, 2017).

Vitamin C berfungsi untuk membantu penyerapan zat besi hingga 30%. Ketika kebutuhan zat besi yang besar maka vitamin C sangat dibutuhkan untuk membantu proses penyerapan zat besi. Asam organik seperti asam askorbat (vitamin C) dapat membantu penyerapan besi dengan cara mereduksi feri menjadi fero yang mudah diserap 3-6 kali (Angelia, 2017).

Dari hasil penelitian di atas juga dapat dibuktikan bahwa konsumsi tablet Fe dan buah pepaya lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb. Di dalam buah pepaya mengandung vitamin C yang berfungsi untuk meningkatkan penyerapan Hb. Vitamin C yang terdandung dalam buah pepaya yang menyebabkan penyerapan tablet Fe menjadi lebih baik, sehingga konsumsi tablet Fe yang beriringan dengan buah pepaya pada ibu hamil lebih efektif dibandingkan konsumsi tablet Fe saja, meskipun keduanya sama-sama dapat meningkatkan kadar Hb.

Peneliti berasumsi bahwa efektifnya peningkatan kadar Hb responden yang mengkonsumsi tablet Fe dan buah pepaya dikarenakan buah pepaya yang mengandung vitamin C yang dapat mempercepat penyerapan tablet Fe, hal itu dibuktikan oleh hasil penelitian yang telah dilakukan pada ibu hamil yang patuh dalam meminum tablet Fe dan buah pepaya yang mengandung vitamin C 100 mg. sehingga dengan mengkonsumsi tablet Fe dan buah pepaya, Penyerapan Fe lebih bagus, dan peningkatan kadar Hb juga menjadi lebih bagus.

D. Penutup

Simpulan

1. Rata – rata kadar Hb responden sebelum diberikan Tablet Fe adalah 9,60 gr/dl dan rata- rata kadar Hb responden setelah diberikan tablet Fe adalah 12,11 gr/dl.
2. Rata – rata kadar Hb responden sebelum diberikan tablet Fe dan buah pepaya adalah 10,01 gr/dl dan rata- rata kadar Hb responden setelah diberikan tablet Fe dan buah pepaya adalah 12,76 gr/dl.
3. Terdapat pengaruh pemberian tablet Fe terhadap kenaikan kadar Hb ibu hamil dengan p value adalah 0,000 ($p < 0,05$).
4. Terdapat pengaruh pemberian tablet Fe dan buah pepaya terhadap kenaikan kadar Hb ibu hamil dengan p value 0,000 ($p < 0,05$).
5. Ada Pengaruh Pemberian Buah Pepaya terhadap Penyerapan Tablet Fe Pada Ibu Hamil yang Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Meskom Kecamatan Bengkalis Kabupaten Bengkalis dengan p value 0,031 ($p < 0,05$).

Saran

1. Bagi IKTA Al Insyirah Pekanbaru

Bagi institusi pendidikan terkait, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan atau materi penyuluhan mahasiswa pada saat kegiatan pengabdian kepada masyarakat, serta dapat menambah bahan bacaan dan literatur tentang penanganan anemia pada ibu hamil.

2. Bagi Puskesmas Meskom

Hendaknya pengelola program puskesmas terutama pengelola program kesehatan ibu dan anak lebih meningkatkan pelayanannya terutama dalam memberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan kepada masyarakat khususnya kepada ibu hamil tentang pentingnya mengkonsumsi tablet Fe didampingi buah-buahan yang mengandung vitamin A dan C, sehingga ibu hamil terhindar dari anemia selama kehamilan.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengobati atau meringankan masalah ibu hamil yang mengalami anemia dengan pemberian buah pepaya dan tablet Fe pada ibu hamil

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan tambahan informasi bagi yang akan meneliti tentang anemia dengan variabel lainnya, dan juga penggunaan waktunya yang lebih efisien serta melakukan observasi secara langsung kepada responden.

Daftar Pustaka

Darah dengan dan tanpa Vitamin C Terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Usia Kehamilan 16-32 Minggu Di Desa Keniten Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri. Vol. 3 No 1. Hal 80-81. Diakses melalui Jurnal Kesehatan pada tanggal 28 Desember 2024.

Asbar, A. (2021). *Hubungan Anemia Dalam Kehamilan Dengan Kejadian Perdarahan Postpartum Karena Atonia Uteri Di Rsup Dr Wahidin Sudirohusodo Pada Tahun 2015-2020* (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).

Astria, W. (2017). *Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia.* Jurnal Ilmu Kesehatan, 2(2), 123-130.

Emut, Siti, dan Endon. (2016) *Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Perubahan Kadar Hb pada ibu hamil di Puskesmas Mojo Kabupaten Kediri.* Diakses melalui jurnal pada 3 Januari 2025.

Ersila dkk, 2016. *Efektifitas Pemberian Tablet Zat Besi ditambah Pepaya (carica pepaya terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada ibu hamil Anemia di Stikes Muhammadiyah Pekajangan Tahun 2016.* Vol 5 No4. Hal 78-82.

Darmawati, D. (2019). *Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar.* Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan, 4(1)..

Falista, H. N. (2017). *Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Mengkonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester II Di Puskesmas Kedungmundu* (Doctoral Dissertation, Muhammadiyah University of Semarang).

Farhan, K., & Dhanny, D. R. (2021). *Anemia Ibu Hamil dan Efeknya pada Bayi.* Muhammadiyah Journal of Midwifery, 2(1), 27-33.

Fauziah, S., Tampubolon, R., & De Fretes, F. (2020). *Identifikasi Faktor-Faktor Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II Di Puskesmas Wilayah Kerja Kabupaten Semarang.* Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 5(2)

Harna, S. P. M., & Dewanti, L. P. (2020). *Program Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil Melalui Media Aplikatif di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat.* Jurnal Pengabdian Masyarakat Abdimas, 2(6), 77-81.

Hidayati, N., Ruhayani, W., & Aina, Q. (2021). *Pengaruh Kombinasi Jus Buah Pepaya (Carica Papaya L) Dan Sari Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Pada Pembuatan Permen Jelly Terhadap Organoleptik, Kandungan Zat Besi Dan Vitamin C.* Infokes, 11(2), 515-521.

Idayu, N. (2021). *Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Cina Kabupaten Bone* (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).

- Irmawati & Rosdianah. (2020). *Buku Referensi: Sari Kurma Dapat Meningkatkan Hemoglobin Ibu Hamil*, Gowa.
- Lasamahu, J. F. (2021). *Identifikasi Faktor-faktor Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Kecamatan Amahai Kabupaten Maluku Tengah (Doctoral dissertation)*.
- Mahmudah, N. (2022). *Karakteristik Ibu Hamil dengan Anemia di PMB Istri Utami*. JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama, 9(2), 214-224.
- Mardiana, F. (2020). *Pengaruh Konsumsi Buah Pepaya terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia yang Mendapat Suplementasi Tablet Fe Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisayong*. Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan, 4(1), 65-78.
- Namangdjabar, O. L., Weraman, P., & Miron, I. D. (2022). *Faktor Risiko Terjadinya Anemia pada Ibu Hamil*. Journal of Telenursing (JOTING), 4(2), 568-574.
- Nugraha, P. A., & Yasa, A. A. G. W. P. (2022). *Anemia Defisiensi Besi: Diagnosis Dan Tatalaksana*. Ganesha Medicine, 2(1), 49-56.
- Pasmawati, P., & Hatma, R. D. (2019). *Determinan Anemia Ibu Hamil Trimester II dan III di Indonesia (Analisis Data Riset Kesehatan Dasar)*. Jurnal Kesehatan, 10(1), 127-133
- Piatun Khodijah Upus.(2016). *Efektifitas Penyerapa Fe dengan Pepaya terhadap kenaikan Hb di MTS. An-Nur Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang*. Diakses melalui jurnal tanggal 02 Januari 2025.
- .Pokar, J., & Saudah, N. (2022). *Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Leting Kabupaten Kepulauan Aru (Doctoral dissertation, STIKES BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO)*.
- Prawirohardjo. (2018). *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Purwaningsih S. (2019). *Analisis Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Ketidak-patuhan Ibu Hamil dalam Meng-konsumsi Tablet Besi*. <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/jnc>. Diakses pada tanggal 19 Agustus 2024.
- Purwati, Tamtomo D., Sulaeman E. D. 2016 *Context, Input, Process, Product Analysis in the Implementation of Iron Supplementation Program in Banyumas, Central Java*. Journal of Health Policy and Management Vol 1(2): 120-127
- Purwati, Alfi Noviyana, 2018. *Keterlibatan Kader Posyandu Dalam pemantauan Konsumsi Tablet Fe pada pencegahan Anemia Ibu Hamil di Kabupaten Banyumas*. Jurnal Infokes Vol 8 (2); 1-6
- Putri, G. S. Y., Sulistiawati, S., & Laksana, M. A. C. (2022). *Analisis faktor-faktor risiko anemia pada ibu hamil di Kabupaten Gresik tahun 2021*. Jurnal Riset Kebidanan Indonesia, 6(2).
- Ramadanty dan Eka, 2019. *Pengaruh Pemberia Zat Besi (Fe) terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Anemia*. Vol 1. No 2, Juli 2017. Diakses melalui jurnal pada tanggal 02 Jnauari 2025.
- Rachmawati, F. 2017. *Kepatuhan konsumsi tablet zat besi pada ibu hamil dan faktor yang mempengaruhi*. Sumatera Utara: Universitas Sumatera Utara.
- Rahmawati, D. & Mursiyam, S.W. 2018. *Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet besi di desa sokaraja tengah, kecamatan sokaraja, kabupaten banyumas*. Jurnal Keperawatan Soederman.
- Rosmaria, R., Ruwayda, R., & Angraini, E. (2022). *Efektivitas Pemberian Pisang Ambon (Musa Auminata Cavendish) dan Pepaya (Carica Papaya Linn) Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Ibu Hamil*. Jurnal Ilmiah Obsgin: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-Issn: 1979-3340 e- ISSN: 2685-7987, 14(1), 109-116.
- Sari, L. P., & Djannah, S. N. (2020). *Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil: Compliance With Tablet Fe Consumption In Pregnant Women*. Quality: Jurnal Kesehatan, 14(2), 113-118.
- Sjahriani, T., & Faridah, V. (2019). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil*. Jurnal Kebidanan, 5(2), 106-115.
- Sitepu, S. A. (2022). *Pengaruh Pemberian Jus Pepaya Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Yang Mendapatkan Suplementasi Tablet Fe Di Klinik*

- Pratama Rawat Inap Bunda Patimah Medan*. Jurnal Kajian Kesehatan Masyarakat, 2(2), 10-16.
- Sulfianti, 2021. *Asuhan Kebidanan pada Persalinan*. 224
- Susanti., & Ulpawati. (2022). *Buku Referensi: Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Buku Pintar Ibu Hamil, Purbalingga*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Vera Iriani. (2020). *Perbedaan kadar hemoglobin pada kelompok ibu hamil yg di berikan Telur Ayam Ras Rebus dan Buah Pepaya (Carica Papaya L) di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo*.
- Wibowo N., Irwinda., & Rabbania. (2021). *Buku Referensi : Anemia Defisiensi Besi Pada Kehamilan, Jakarta*.
- Zulaikah, S. (2022). *Hubungan Usia Ibu Dan Paritas Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Temayang Kabupaten Bojonegoro* (Doctoral dissertation, ITS Kes Insan Cendekia Medika).