

# Efektivitas Buah Kurma terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi

Sri Martani Puji Rahayu<sup>1)</sup>, \*Riyen Sari Manullang<sup>2)</sup>, Tetty Rina Arintonang<sup>3)</sup>, Astrid Farmawati Sianipar<sup>4)</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Kebidanan, STIKes Medistra Indonesia

**Correspondence Author:** Riyen Sari Manullang, [riyen88@gmail.com](mailto:riyen88@gmail.com)

**DOI:** <https://doi.org/10.37012/jik.v16i2.2512>

## Abstrak

**Latar Belakang :** Ibu hamil berisiko tinggi mengalami anemia. Anemia pada kehamilan bisa berdampak terhadap terganggunya proses kehamilan dan persalinan. Salah satu intervensi yang bisa mengatasi anemia yaitu dengan cara terapi nutrisi berupa konsumsi buah kurma. **Tujuan Penelitian :** Mengetahui efektivitas buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi Tahun 2024. **Metode Penelitian :** Rancangan penelitian menggunakan *Quasy-eksperiment* dengan *one group pretest-posttest with control*. Populasi sebanyak 42 orang dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dan didapatkan sampel sebanyak 15 orang kelompok buah kurma dan 15 orang kelompok kontrol. Analisa data berupa univariat dan bivariat menggunakan uji *Mann Whitney*. **Hasil Penelitian :** Karakteristik ibu hamil pada kelompok buah kurma paling banyak usia 20-35 tahun (86,6%), pendidikan SMP (53,3%), pekerjaan IRT (60%) dan paritas multipara (86,6%). Sedangkan ibu hamil pada kelompok kontrol paling banyak usia 20-35 tahun (80%), pendidikan SMP (53,3%), pekerjaan IRT (46,6%) dan paritas multipara (73,3%). Kadar hemoglobin sebelum pemberian buah kurma dengan mean 9,75 dan setelah pemberian buah kurma dengan mean 11,08. Kadar hemoglobin sebelum pemberian kelompok kontrol dengan mean 9,81 dan setelah kelompok kontrol dengan mean 9,89. Buah kurma efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia dengan *p-value*  $0,001 < 0,05$ . **Kesimpulan :** Buah kurma efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

**Kata Kunci:** Anemia, Buah Kurma, Ibu Hamil.

## Abstract

**Background :** Pregnant women are at high risk of experiencing anemia. Anemia in pregnancy can have an impact on disrupting the process of pregnancy and childbirth. One intervention that can overcome anemia is through nutritional therapy in the form of consuming dates. **Methods :** The research design used in this study was quasi-experimental with pre and post-experimental design type one group pre test post test. **Purpose :** To determine the effectiveness of dates on hemoglobin levels in pregnant women with anemia at Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi 2024. **Method:** The research design used quasi-experiment with one group pretest-posttest with control. The population was 42 people using a purposive sampling technique and a sample of 15 people from the date group and 15 people from the control group were obtained. Data analysis was univariate and bivariate using the Mann Whitney test. **Result:** The characteristics of pregnant women in the date palm group were mostly age 20-35 years (86.6%), junior high school education (53.3%), housewife occupation (60%) and multiparous parity (86.6%). Meanwhile, most pregnant women in the control group were aged 20-35 years (80%), had junior high school education (53.3%), housewife occupation (46.6%) and were multiparous (73.3%). Hemoglobin levels before administering date juice had a mean of 9.75 and after administering date had a mean of 11.08. Hemoglobin levels before administration in the control group had a mean of 9.81 and after the control group had a mean of 9.89. Dates are effective in increasing hemoglobin levels in pregnant women with anemia with a *p-value* of  $0.001 < 0.05$ . **Conclusion :** Dates are effective in increasing hemoglobin levels in pregnant women with anemia.

**Keywords :** Anemia, Dates, Pregnant Women

## PENDAHULUAN

Kematian ibu hamil dapat disebabkan secara langsung maupun tidak langsung. Penyebab tidak langsung 4,1% diantaranya anemia, kurang energi kronik (KEK), 4 terlalu (terlalu muda, terlalu tua, terlalu sering dan terlalu banyak) dan status sosial ekonomi. Penyebab kematian langsung antara lain karena eklampsia 12,9%, komplikasi aborsi 1,1%, sepsis post partum 9,6% dan perdarahan 45 (Saifuddin, 2018)

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan kemungkinan perdarahan pasca persalinan. Jika anemia sudah terjadi sejak awal kehamilan, hal ini dapat menyebabkan persalinan prematur. Kekurangan zat besi pada ibu hamil sangat berbahaya karena ibu membutuhkan energi lebih untuk melahirkan, dan selama proses persalinan, darah akan keluar dalam jumlah banyak. Kondisi anemia ini bisa memperburuk keadaan ibu dan meningkatkan risiko kematian.(Saifuddin, 2018). Prevalensi anemia pada ibu hamil yang disebabkan oleh kekurangan zat besi diperkirakan berkisar antara 35-75%, dan angka ini cenderung meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan (Amirudin, 2019). Selama kehamilan, perubahan fisiologis menyebabkan penurunan kadar hemoglobin secara perlahan hingga mencapai sekitar minggu ke-30 (trimester III). Anemia akibat kekurangan zat besi lebih sering ditemukan di negara berkembang daripada di negara maju, dengan prevalensi mencapai 36%, atau sekitar 1,4 miliar orang dari populasi global 3,8 miliar. Di negara maju, prevalensinya hanya sekitar 8%, atau sekitar 100 juta orang dari populasi 1,2 miliar. Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil berkisar antara 20-80%.(Riswan, 2019).

Prevalensi ibu hamil yang berisiko mengalami anemia akibat kekurangan zat besi berkisar antara 35-75%, dan angka ini semakin meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan(Amirudin, 2019). Perubahan fisiologis selama kehamilan menyebabkan penurunan kadar hemoglobin secara bertahap hingga sekitar minggu ke-30 (trimester III). Anemia defisiensi zat besi lebih banyak terjadi di negara berkembang dibandingkan di negara maju, dengan prevalensi mencapai 36% atau sekitar 1,4 miliar orang dari populasi global 3,8 miliar. Di negara maju, prevalensinya hanya sekitar 8%, atau sekitar 100 juta orang dari populasi 1,2 miliar. Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil berkisar antara 20-80%.(Riswan, 2019) Wanita hamil memiliki kondisi yg sangat mudah mengalami kondisi kekurangan darah. Menurut faktor penyebab, kondisi ini dapat diakibatkan tingginya asupan Fe yang dibutuhkan ibu selama masa kehamilan yang makin besar. Secara medis, anemia merujuk pada kondisi di mana jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah tingkat normal.(Riswan, 2019).

Pengobatan kekurangan zat besi melalui pengobatan dilakukan melalui program pelayanan kesehatan yang mencakup intervensi gizi, salah satunya dengan memberikan tablet tambah darah yang mengandung zat besi. Strategi asuhan 90 hari tablet zat besi ini bertujuan untuk mencegah dan mengatasi anemia pada masa kehamilan (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Pemberian zat besi berupa tablet Fe 60 mg dianjurkan untuk semua ibu hamil selama trimester kedua dan ketiga (Sukarni, 2019).

Penanganan anemia secara nonfarmakologis yaitu dengan cara terapi nutrisi. Nutrisi yang baik adalah cara terbaik untuk mencegah anemia jika sedang hamil atau mencoba menjadi hamil. Makan makanan yang tinggi kandungan zat besi seperti: sayuran berdaun hijau, daging merah sereal, telur, kacang tanah, kurma, buah-buahan seperti jambu biji dan jeruk (Wasnidar, 2018). Terapi nutrisi yang bisa mengatasi anemia pada kehamilan diantaranya adalah mengonsumsi buah kurma (Briawan, 2018).

Berdasarkan penelitian Safitri (2021) mengenai konsumsi buah kurma meningkatkan kadar hemoglobin didapatkan bahwa upaya dalam meningkatkan hemoglobin yaitu dengan mengonsumsi kurma ajwa 5 butir ( $\pm$  100 gr) setiap hari dan di konsumsi selama 7 hari berturut-turut (Safitri dan Julaecha, 2021). Penelitian Pratiwi dan Yuyun (2024) mengenai pemberian kurma ajwa terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III didapatkan hasil bahwa pemberian kurma berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia (Pratiwi, 2024). Penelitian Yuviska (2019) mengenai pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia didapatkan hasil bahwa kurma bisa meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil (Yuviska, 2021)

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh penelitian di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi diperoleh data tahun 2021 terdapat 352 ibu hamil dan yang mengalami anemia trimester III sebanyak 48 orang (13,6%), tahun 2022 terdapat 320 ibu hamil dan yang mengalami anemia trimester III sebanyak 62 orang (19,4%).

## **METODE PELAKSANAAN**

Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi-experimental* dengan *pre* dan *post-experimental design* tipe *two group pre test post test*. *Quasi-experimental* merupakan eksperimen yang mempunyai pelakuan (*treatments*) dan dampak (*outcome measures*). Pada penelitian ini dilakukan untuk menganalisis efektivitas buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi Tahun 2024. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus - September 2023. Responden penelitian diberikan perlakuan dengan mengonsumsi kurma ajwa 5 butir selama 7 hari. Populasi di penelitian ini

yaitu wanita hamil dengan masalah zat besi di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi terhitung selama periode Maret 2024 dengan jumlah populasi 42 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Adapun dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling total sampling.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penilaian efektivitas buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia menggunakan kuisisioner *pre-test* dan *post-test*.

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi Tahun 2024**

Karakteristik	Kelompok Buah Kurma		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
<b>Umur</b>				
<20 tahun	1	6,7	2	13,3
20-35 tahun	13	86,6	12	80,0
> 35 tahun	1	6,7	1	6,7
<b>Total</b>	15	100	15	100
<b>Pendidikan</b>				
SD	1	6,7	1	6,7
SMP	8	53,3	8	53,3
SMA	4	26,7	6	40,0
Perguruan Tinggi	2	13,3	0	0
<b>Total</b>	15	100	15	100
<b>Pekerjaan</b>				
Buruh				
Ibu Rumah Tangga	1	6,7	0	0
Karyawan	9	60,0	7	46,6
Wiraswasta	1	6,7	4	26,7
<b>Total</b>	15	100	15	100
<b>Paritas</b>				
Primipara	1	6,7	3	20
Multipara	13	86,6	11	73,3
Grandemultipara	1	6,7	1	6,7

Sumber :Kuisisioner Sri Martani (2023).

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa ibu hamil pada kelompok buah kurma paling banyak usia 20-35 tahun sebanyak 13 orang (86,6%), pendidikan SMP sebanyak 8 orang (53,3%), pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 9 orang (60%) dan paritas multipara sebanyak 13 orang (86,6%). Sedangkan ibu hamil pada kelompok kontrol paling banyak usia 20-35 tahun sebanyak 12 orang (80%), pendidikan SMP sebanyak 8 orang (53,3%), pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 7 orang (46,6%) dan paritas multipara sebanyak 11 orang (73,3%).

**Tabel 2 : Kadar Hemoglobin Sebelum dan Setelah Pemberian Buah Kurma pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi Tahun 2024**

Kadar Hemoglobin	Mean	Median	Min	Max
Sebelum Pemberian buah Kurma	9,75	9,80	8,6	10,5
Setelah Pemberian buah Kurma	11,08	11,20	10,3	11,9

Sumber :Kuisisioner Sri Martani (2023).

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa kadar hemoglobin sebelum pemberian buah kurma dengan mean 9,75, median 9,80, nilai minimum 8,6 dan nilai maksimum 10,5. Sedangkan kadar hemoglobin setelah pemberian buah kurma dengan mean 11,08, median 11,20, nilai minimum 10,3 dan nilai maksimum 11,9.

**Tabel 3 : Kadar Hemoglobin Sebelum dan Setelah Kelompok Kontrol pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi Tahun 2024**

Kadar Hemoglobin	Mean	Median	Min	Max
Sebelum Pemberian Kelompok Kontrol	9,81	9,70	8,8	10,6
Setelah Pemberian Kelompok Kontrol	9,89	9,90	9,1	10,9

Sumber :Kuisisioner Sri Martani (2023).

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa kadar hemoglobin sebelum pemberian kelompok kontrol dengan mean 9,81, median 9,70, nilai minimum 8,8 dan nilai maksimum 10,6. Sedangkan kadar hemoglob.

**Tabel 4: Peningkatan Kadar Hemoglobin Sebelum dan Setelah Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi Tahun 2024**

Kelompok	Kadar Hemoglobin					
	Meningkat		Tidak Meningkat		Total	
	f	%	f	%	f	%
Kelompok Buah Kurma	15	100	0	0	15	100
Kelompok Kontrol	7	46,7	8	53,3	15	100

Sumber :Kuisisioner Sri Martani (2023).

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil bahwa pada kelompok intervensi buah kurma kadar hemoglobin seluruhnya meningkat sebanyak 15 orang (100%) dan pada kelompok kontrol kadar hemoglobin lebih dari setengahnya tidak meningkat sebanyak 8 orang (53,3%).

**Tabel 5 : Efektivitas Buah Kurma terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Karang Mulya Kabupaten Bekasi Tahun 2024**

Kadar Hemoglobin	Mean Sebelum	Mean Setelah	Mean Peningkatan Kadar Hb	<i>p-value</i>
Kelompok Intervensi Buah Kurma	9,75	11,08	1,33	0,001
Kelompok Kontrol	9,81	9,89	0,08	

Sumber :Kuisisioner Sri Martani (2023).

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi buah kurma dengan mean 1,33 sedangkan pada kelompok kontrol dengan mean 0,08. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin lebih baik pada kelompok intervensi buah kurma dibandingkan pada kelompok kontrol.

Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *Mann Whitney* didapatkan *p-value* 0,001 <0,05 maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, artinya Buah kurma efektif menambah zat besi pada wanita hami dengan anemia di PKM Karang Mulya Kabupaten Bekasi tahun 2024.

## Pembahasan

Faktor risiko terjadinya anemia pada ibu hamil diantaranya yaitu umur berisiko (umur <20 tahun atau umur >35 tahun), pendidikan rendah, pekerjaan dengan penghasilan rendah, dan paritas grandemultipara (Yulianti, 2021). Hasil penelitian Yulianti (2021) mengenai pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil didapatkan hasil bahwa karakteristik responden dengan umur 20-35 tahun (82,3%), pendidikan SMP (61,3%), ibu tidak bekerja (66,1%) dan ibu dengan paritas multipara (72,9%) (Yulianti, 2021).

Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat, dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia hamil disebut *potencial danger to mother and child anemia* (potensi membahayakan ibu dan anak). Kerena itulah anemia memerlukan perhatian serius dan semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada masa yang akan datang (Yulianti, 2021).

Secara fisiologis pada kehamilan relatif terjadi anemia karena ibu hamil mengalami hemodelusi (pengenceran) dengan peningkatan volume 30 % sampai 40 % yang puncaknya pada kehamilan 32 sampai 34 minggu. Jumlah peningkatan sel darah 18 % sampai 30 % dan hemoglobin sekitar 19 % (Manuaba, 2019). Akibat kekurangan zat besi selama kehamilan dapat bervariasi, mulai dari keluhan ringan hingga gangguan serius pada kehamilan, seperti abortus, persalinan prematur atau immatur, serta masalah selama proses persalinan seperti atonia, persalinan lama, dan perdarahan. Anemia juga dapat menyebabkan gangguan pada masa nifas, seperti sub involusi rahim, penurunan daya tahan tubuh terhadap infeksi, stres, serta produksi ASI yang

rendah. Selain itu, anemia dapat memengaruhi janin, dengan risiko dismaturitas, mikrosomi, berat badan lahir rendah (BBLR), kematian perinatal, dan masalah lainnya. (Rukiyah, 2017). Secara nonfarmakologi, penanganan anemia bisa dilakukan dengan terapi nutrisi. Nutrisi yang baik adalah cara terbaik untuk mencegah anemia jika sedang hamil atau mencoba menjadi hamil. Makan makanan yang tinggi kandungan zat besi seperti: sayuran berdaun hijau, daging merah sereal, telur, kacang tanah dan kurma (Wasnidar, 2018). Buah dengan nama latin *phoenix dactylifera* ini memiliki banyak vitamin (B6 dan B12) yang sangat baik pada proses regenerasi sel darah merah. Zat yang berperan dalam proses awal pembentukan zat *heme* yaitu Vit. B6 dan asam amino dan glisin, serta dalam proses pengolahan globin Vit. B6 dan B12 yang selanjutnya berperan, proses gabungan zat *heme* dan globin inilah yang kemudian menghasilkan zat besi pada darah (Nurbaity, 2022).

Zat besi yang tinggi pada kurma sehingga membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia. Kurma merupakan sumber zat besi yang sangat baik. Zat besi adalah komponen dari hemoglobin di dalam sel darah merah yang menentukan daya dukung oksigen darah (Sephia, 2020). Penelitian Yulianti (2021) mengenai pemberian kurma ajwa terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III didapatkan hasil bahwa pemberian kurma berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia dengan  $p\ value\ 0,003 < 0,05$  (Yulianti, 2021)

Berdasarkan teori dan hasil penelitian di atas, dikaitkan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa pemberian kurma bisa meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil terbukti dengan mean kadar hemoglobin sebelum intervensi sebesar 9,75 dan setelah dilakukan intervensi mengonsumsi buah kurma, kadar hemoglobin meningkat menjadi 11,08. Menurut peneliti adanya peningkatan kadar hemoglobin tersebut dikarenakan pada buah kurma mengandung berbagai kandungan gizi terutama zat besi yang bisa meningkatkan kadar hemoglobin.

Hasil penelitian Safitri (2021) didapatkan bahwa dengan konsumsi kurma ajwa 5 butir setiap hari dan di konsumsi selama 7 hari berturut-turut bisa meningkatkan hemoglobin dengan rata-rata peningkatan hemoglobin sebesar 1,5 gr/dl (Safitri dan Julaecha, 2021). Penelitian Yuviska (2019) mengenai pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia didapatkan hasil bahwa kurma bisa meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan  $p\text{-value}\ 0,000 < 0,05$  (Yuviska, 2021).

## SIMPULAN

Buah kurma efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin dengan rata-rata peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1,33 gr/dl selama 7 hari mengonsumsi buah kurma. Buah kurma efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia dengan *p-value*  $0,001 < 0,05$ . Ibu hamil yang mengonsumsi kurma tidak merasa mual karena rasa kurma tidak bau dan tidak terlalu manis. Selain itu juga ada pengaruh adat istiadat dan budaya yaitu ibu hamil percaya adanya gangguan hantu atau jin dalam kehamilan sementara kurma ajwa merupakan kurma nabi yang dipercaya masyarakat dengan mengonsumsi kurma ajwa maka bisa dijauhkan dari gangguan makhluk halus karena dilindungi Allah SWT. selama kehamilan.

## REFERENSI

- Amirudin, S. (2019). *Surveilans Kesehatan Masyarakat*. Trans Info Media.
- Briawan, D. (2018). *Anemia: Masalah Gizi pada Wanita* (EGC (ed.)).
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pencegahan dan Penanggulangan Anemia*.
- Manuaba. (2019). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. EGC.
- Nurbaity, D. T. (2022). Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Midwifery Journal*, 2(1), 31–36. <http://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/MJ/article/view/3391>
- Pratiwi, Y. (2024). Pemberian Buah Kurma Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 5(1), 48. <https://doi.org/10.33490/b.v5i1.1103>
- Riswan, E. (2019). Strategi dalam Penanggulangan Pencegahan Anemia pada Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Widya*, 3(1).
- Rukiyah, Y. (2017). *Asuhan Kebidanan IV (Patologi Kebidanan)*. Trans Info Media.
- Safitri dan Julaecha. (2021). Konsumsi Buah Kurma Meningkatkan Kadar Hemoglobin. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(1), 127–134. <http://publikasi.ildikti10.id/index.php/endurance/article/view/149/52>
- Saifuddin. (2018). *Ilmu Kebidanan*. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sephia, E. D. (2020). Pengaruh Pemberian Sari Kurma (*Phoenix dactylifera*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 377–381.
- Sukarni, I. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Nuha Medika.
- Wasnidar. (2018). *Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil, Konsep dan Penatalaksanaan*. Rineka Cipta.

- Yulianti, I. T. (2021). Pemberian Kurma Ajwa Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Human Care Journal*, 6(2), 370. <https://doi.org/10.32883/hcj.v6i2.1245>
- Yuviska, dan D. (2021). Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 3(2), 45–50. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v3i2.651>