

PENGARUH PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ANEMIA

Suci Alf Liani ¹⁾, Septi Tri Aksari ²⁾, Yuli Sya'baniah Khomsah ³⁾,
Dahlia Arief Rantauni ⁴⁾

STIKes Serulingmas Cilacap

Alamat: Jalan Raya Maos No. 505, Maos, Cilacap, Jawa Tengah 53272

SUBMISSION TRACK

Submitted : 27 September 2026
Accepted : 30 September 2026
Published : 1 Oktober 2026

KEYWORDS

Anemia, Ibu Hamil, Hemoglobin, Sari Kurma, Terapi Komplementer

KORESPONDENSI

Phone: 0857425001909

E-mail: sucialfilianiss@gmail.com

A B S T R A C T

Anemia during pregnancy is an important health problem because reduced hemoglobin levels may affect maternal and fetal conditions. Date palm extract may be used as a complementary intervention to support nutritional intake. This case study aimed to describe the change in hemoglobin level in a pregnant woman with anemia after receiving date palm extract. A descriptive case study was conducted on a 23-year-old pregnant woman, G1P0A0, at 36 weeks of gestation. The intervention consisted of date palm extract administered at a dose of one spoon twice daily for six days, starting on July 2, 2026. Hemoglobin levels were assessed before and after the intervention. The initial hemoglobin level was 9.4 g/dL immediately before the intervention, and increased to 15.4 g/dL after six days. Therefore, the hemoglobin level increased by 6.0 g/dL from the pre-intervention measurement to the post-intervention measurement. Date palm extract may be considered a complementary approach to support nutritional intake in pregnant women with anemia. However, findings from a single case cannot establish causality, and other factors affecting hemoglobin levels should be considered.

A B S T R A K

Anemia pada kehamilan merupakan suatu masalah kesehatan yang perlu diperhatikan karena penurunan kadar hemoglobin dapat memengaruhi kondisi ibu dan janin. Salah satu upaya tambahan yang dapat diberikan sebagai pendamping pemenuhan nutrisi adalah sari kurma. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia setelah pemberian sari kurma. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif pada seorang ibu hamil usia 23 tahun G1P0A0 dengan usia kehamilan 36 minggu. Intervensi berupa pemberian sari kurma sebanyak 2 × 1 sendok per hari selama 6 hari, mulai 2 Juli 2026. Pemeriksaan kadar hemoglobin dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar hemoglobin 9,4 g/dL sebelum pemberian sari kurma, dan meningkat menjadi 15,4 g/dL setelah intervensi selama 6 hari. Terdapat peningkatan kadar hemoglobin sebesar 6,0 g/dL dari sebelum intervensi sampai setelah intervensi. Sari kurma dapat dipertimbangkan sebagai terapi tambahan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil dengan anemia, namun hasil pada satu kasus tidak dapat membuktikan hubungan sebab-akibat.

2026 All right reserved This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses fisiologis yang disertai banyak perubahan pada tubuh ibu. Salah satu perubahan tersebut adalah peningkatan kebutuhan nutrisi untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan janin. Peningkatan kebutuhan itu mengakibatkan ibu hamil memerlukan asupan nutrisi yang lebih baik, khususnya zat besi yang penting untuk pembentukan hemoglobin. Jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi, ibu bisa mengalami anemia. Anemia pada kehamilan adalah kondisi yang perlu diperhatikan karena dapat berhubungan dengan berbagai

masalah selama kehamilan dan persalinan. Hemoglobin berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh. Ketika kadar hemoglobin menurun, kemampuan darah mengangkut oksigen juga bisa berkurang. World Health Organization merilis pedoman terbaru mengenai batas kadar hemoglobin untuk mendefinisikan anemia dan menekankan pentingnya pengukuran hemoglobin yang akurat dalam pelayanan kesehatan (World Health Organization, 2024; Hermawan *et al.*, 2021).

Penanganan anemia pada wanita hamil dilakukan berdasarkan penyebab dan kondisi wanita. Pemenuhan zat besi dengan tablet tambah darah, perbaikan pola makan, dan pemantauan kadar hemoglobin adalah bagian penting dalam penatalaksanaan. Selain terapi utama tersebut, makanan yang mengandung berbagai zat gizi dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk mendukung kebutuhan nutrisi. Salah satu bahan pangan yang banyak digunakan adalah buah kurma (*Phoenix dactylifera*). Kurma mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Sari kurma adalah bentuk olahan yang dapat dikonsumsi dengan mudah. Kandungan mineral, termasuk zat besi, menjadi salah satu alasan sari kurma digunakan sebagai terapi pendamping dalam upaya meningkatkan pembentukan hemoglobin (Auliani dan Handayani, 2025; Shilhah *et al.*, 2023).

Penelitian Yunitasari *et al.* (2021) melaporkan bahwa pemberian sari kurma kepada ibu hamil anemia menyebabkan peningkatan kadar hemoglobin yang lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi, selisih rata-rata peningkatan kadar hemoglobin dilaporkan sebesar 1,5636 g/dL, sementara kelompok kontrol sebesar 0,7364 g/dL. Hasil tersebut menunjukkan adanya potensi sari kurma sebagai pendukung dalam memenuhi kebutuhan nutrisi ibu hamil dengan anemia.

Penelitian Auliani dan Handayani (2025) juga menunjukkan hasil yang searah. Penelitian tersebut melibatkan 20 ibu hamil trimester II dan III yang mengalami anemia ringan. Pemberian sari kurma dilakukan selama 14 hari dan rata-rata kadar hemoglobin meningkat dari 9,8 g/dL menjadi 11,2 g/dL. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Temuan tersebut mendukung penggunaan sari kurma sebagai terapi tambahan, meskipun dosis, lama pemberian pemberian, karakteristik responden, dan desain penelitian berbeda dengan studi ini.

Studi kasus ini dilakukan pada seorang ibu hamil usia 23 tahun G1P0A0 dengan usia kehamilan 36 minggu. Pada pemeriksaan awal, kadar hemoglobin ibu tercatat sebesar 9,4 g/dL. Kondisi ini menjadi dasar untuk memberikan intervensi tambahan berupa sari kurma dengan tetap memperhatikan penanganan anemia selama kehamilan. Intervensi diberikan sebanyak 2 × 1 sendok per hari selama 6 hari mulai Kamis, 2 Juli 2026 sampai Selasa, 7 Juli 2026. Sari kurma yang digunakan memiliki kandungan gula alami berupa glukosa 38,5 g dan fruktosa 35,5 g, protein 2,35 g, lemak 0,43 g, vitamin A, vitamin B1, vitamin B2, niasin, asam folat, biotin, vitamin C, serta berbagai mineral seperti kalsium, besi, magnesium, kalium, natrium, fosfor, klorida, sulfur, mangan, tembaga, zinc, dan kobalt.

Berdasarkan penjelasan tersebut, diperlukan dokumentasi tentang perubahan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma pada ibu hamil dengan anemia. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kurma pada ibu hamil usia 23 tahun G1P0A0 dengan usia kehamilan 36 minggu.

KAJIAN TEORITIS

Anemia pada Kehamilan

Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin lebih rendah dari batas yang diterapkan untuk populasi tertentu. Selama kehamilan, perubahan fisik seperti peningkatan volume plasma dapat mengakibatkan perubahan kadar hemoglobin. Selain faktor

fisiologis tersebut, kebutuhan zat besi yang lebih banyak selama kehamilan menyebabkan ibu lebih mudah terkena anemia jika asupan dan cadangan zat besi tidak cukup (World Health Organization, 2024).

Anemia saat kehamilan bisa memengaruhi kondisi ibu, terutama saat persalinan. Ibu yang mengalami anemia lebih cepat merasa lelah dan memiliki kemungkinan lebih besar mengalami pendarahan pascapersalinan. Anemia juga dapat meningkatkan risiko proses persalinan yang lama serta masalah akibat kurangnya kemampuan darah dalam membawa oksigen (Subratha, 2022)

Zat besi memiliki peran penting dalam pembentukan hemoglobin. Hemoglobin adalah protein dalam sel darah merah yang mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh bagian tubuh. Kekurangan zat besi dapat menghalangi pembentukan hemoglobin dan menyebabkan penurunan kadar hemoglobin. Oleh karena itu, pemenuhan zat besi selama kehamilan merupakan hal penting dalam mencegah dan mengatasi anemia (Rahmawati, Meiranny dan Tiyas, 2021; Auliani dan Handayani, 2025)

Penatalaksanaan anemia pada ibu hamil tidak hanya berfokus pada konsumsi makanan tertentu. Ibu tetap memerlukan pemeriksaan dan pemantauan oleh tenaga kesehatan, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai rekomendasi, serta pola makan yang bervariasi. Terapi komplementer sebaiknya diposisikan sebagai pendukung dan bukan sebagai pengganti terapi utama (Erowati, Yolahumaroh dan Marlina, 2023; Rahayu *et al.*, 2024).

Sari Kurma sebagai Terapi Komplementer

Kurma (*Phoenix dactylifera*) adalah buah yang mengandung energi dan berbagai zat gizi. Sari kurma yang dipakai dalam kasus ini mengandung gula alami berupa glukosa 38,5 g dan fruktosa 35,5 g. Kandungan makronutrien terdiri dari protein 2,35 g dan lemak 0,43 g. Selain itu, terdapat vitamin A, vitamin B1, vitamin B2, niasin, asam folat, biotin, dan vitamin C. Kandungan mineral yang tertera pada produk mencakup kalsium, zat besi, magnesium, kalium, natrium, fosfor, klorida, sulfur, mangan, tembaga, seng, dan kobalt. Zat besi adalah mineral yang terkait dengan pembentukan hemoglobin. Protein diperlukan dalam berbagai proses biologis, sementara karbohidrat dan lemak menjadi sumber energi. Dengan demikian, kandungan zat gizi dalam sari kurma dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi ibu saat hamil (Murhadi dan Hayati, 2023).

Penelitian tentang sari kurma pada ibu hamil menunjukkan hasil yang mendukung potensinya sebagai terapi komplementer. Auliani dan Handayani (2025) menemukan rata-rata kadar hemoglobin meningkat sebesar 1,4 g/dL setelah pemberian selama 14 hari. Penelitian Yunitasari *et al.* (2021) juga menemukan perbedaan peningkatan kadar hemoglobin antara kelompok intervensi dan kontrol. Meskipun demikian, hasil penelitian tersebut tidak bisa langsung disamakan dengan studi kasus ini karena perbedaan desain, jumlah responden, dosis, dan lama intervensi.

Sari kurma dapat dimanfaatkan sebagai sumber nutrisi tambahan untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III, terutama pada ibu yang anemia. Kandungan gizi dalam kurma, seperti besi dan beberapa vitamin serta mineral, berperan dalam membantu pembentukan hemoglobin. Pemberian tablet Fe bersama konsumsi sari kurma mempengaruhi peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III (Dahlan dan Ardi, 2021).

METODE PENELITIAN

Studi ini menggunakan metode studi kasus deskriptif. Pendekatan studi kasus digunakan untuk menjelaskan pemberian intervensi tambahan berupa sari kurma dan perubahan kadar hemoglobin pada seorang ibu hamil dengan anemia. Studi dilakukan pada ibu

hamil berusia 23 tahun G1P0A0 dengan usia kehamilan 36 minggu. Subjek studi kasus adalah seorang ibu hamil dengan kadar hemoglobin yang menunjukkan anemia. Data diperoleh melalui anamnesis, observasi, pemeriksaan kadar hemoglobin, dan dokumentasi. Pemeriksaan kadar hemoglobin dilakukan pada pemeriksaan awal, pemeriksaan sebelum intervensi, dan pemeriksaan setelah intervensi.

Intervensi yang diberikan berupa sari kurma sebanyak 2×1 sendok per hari selama 6 hari, mulai Kamis, 2 Juli 2026 sampai Selasa, 7 Juli 2026 dengan menggunakan *Hemoglobin Analyzer*. Pemberian sari kurma dilakukan sebagai terapi komplementer untuk mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu. Ibu tetap diarahkan untuk mengikuti penanganan anemia dan anjuran tenaga kesehatan. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kurma. Perubahan kadar hemoglobin dihitung berdasarkan selisih nilai pemeriksaan sebelum intervensi dan setelah intervensi. Karena studi hanya melibatkan satu responden tanpa kelompok pembandingan, hasil tidak dimaksudkan untuk melakukan uji efektivitas secara statistik atau membuktikan hubungan sebab-akibat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Studi kasus dilakukan pada ibu hamil umur 23 tahun G1P0A0 dengan usia kehamilan 36 minggu. Pada pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kurma menunjukkan kadar hemoglobin 9,4 g/dL. Berdasarkan hasil tersebut, ibu diberikan intervensi komplementer berupa sari kurma. Pemberian sari kurma dilakukan sebanyak 2×1 sendok per hari selama 6 hari mulai tanggal 2 Juli 2026 sampai 7 Juli 2026. Setelah intervensi selesai, dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin kembali dan diperoleh hasil 15,4 g/dL.

Table 1. Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Intervensi

Waktu Pemeriksaan (g/dL)	Kadar Hb	Keterangan
Sebelum Pemberian Sari Kurma	9,4	Ibu mengeluhkan pusing dan lemas
Setelah Pemberian Sari Kurma	15,4	Ibu mengatakan keluhan pusing dan lemas sudah tidak dirasakan

Berdasarkan table 1, kadar hemoglobin pada pemeriksaan awal 9,4 g/dL sebelum pemberian sari kurma. Setelah pemberian sari kurma 12 sendok selama 6 hari, kadar hemoglobin naik menjadi 15,4 g/dL. Dengan demikian, terdapat peningkatan sebesar 6,0 g/dL jika dibandingkan antara pemeriksaan sebelum intervensi dan pemeriksaan setelah intervensi.

Pembahasan

Hasil studi kasus menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma. Kadar hemoglobin sebelum intervensi sebesar 9,4 g/dL dan setelah intervensi menjadi 15,4 g/dL. Selisih kedua pemeriksaan tersebut adalah 6,0 g/dL. Perubahan ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada ibu setelah periode pemberian sari kurma. Secara teoritis, sari kurma mempunyai kandungan zat gizi yang dapat membantu pemenuhan kebutuhan nutrisi. Zat besi merupakan mineral yang diperlukan dalam pembentukan hemoglobin, sedangkan protein dibutuhkan dalam berbagai proses biologis. Kandungan karbohidrat dan lemak dapat memenuhi kebutuhan energi. Pemenuhan kebutuhan

zat gizi yang baik adalah bagian dari usaha menjaga status gizi ibu selama kehamilan (Rahmawati, Meiranny dan Tiyas, 2021; Rismayani dan Maulani, 2023).

Temuan pada kasus ini sejalan dengan penelitian Auliani dan Handayani (2025), yang dilakukan pada 20 ibu hamil trimester II dan III dengan anemia ringan. Penelitian tersebut memberikan sari kurma selama 14 hari dan menemukan rata-rata kadar hemoglobin meningkat dari 9,8 g/dL menjadi 11,2 g/dL. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Penelitian tersebut mendukung bahwa sari kurma berpotensi menjadi pendamping suplementasi zat besi pada ibu hamil dengan anemia.

Hasil penelitian Murhadi dan Hayati (2023), juga menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma pada ibu hamil dengan anemia. Pada penelitian tersebut, rata-rata kadar hemoglobin meningkat dari 9,60 g/dL sebelum pemberian sari kurma menjadi 11,00 g/dL setelah pemberian selama 6 hari, dengan peningkatan sebesar 1,4 g/dL. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kurma. Pemberian sari kurma dalam penelitian tersebut dilakukan sebanyak 2 kali sehari selama 6 hari, sehingga memiliki kesesuaian dengan intervensi yang diberikan pada ibu.

Namun, hasil studi kasus ini perlu ditafsirkan dengan hati-hati. Peningkatan kadar hemoglobin sebesar 6,0 g/dL dalam waktu 6 hari adalah perubahan yang cukup besar dan tidak bisa langsung dinyatakan sepenuhnya sebagai akibat pemberian sari kurma. Kadar hemoglobin bisa dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk konsumsi tablet tambah darah, asupan makanan, status hidrasi, kondisi kesehatan, waktu pemeriksaan, dan metode pemeriksaan yang digunakan. Penelitian Murhadi dan Hayati (2023), juga menjelaskan bahwa asupan makanan dan konsumsi tablet Fe dapat menjadi faktor yang memengaruhi perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Selain itu, studi kasus ini hanya melibatkan satu responden dan tidak memiliki kelompok kontrol. Oleh karena itu, hasil yang diperoleh hanya mencerminkan perubahan kadar hemoglobin pada ibu dan tidak bisa digeneralisasikan kepada seluruh ibu hamil dengan anemia. Perbedaan hasil juga dapat terjadi karena kondisi masing-masing responden dan faktor lain yang ada selama pemberian intervensi.

Dari sisi pelayanan kebidanan, sari kurma dapat dianggap sebagai terapi komplementer yang mendukung pemenuhan nutrisi ibu hamil. Pemberian sari kurma tidak menggantikan tablet tambah darah atau pemeriksaan dan penatalaksanaan oleh tenaga kesehatan. Ibu hamil dengan anemia tetap membutuhkan pemantauan kadar hemoglobin, pemenuhan kebutuhan zat besi dan nutrisi, serta kepatuhan terhadap terapi yang diberikan. Penanganan anemia dapat dilakukan dengan memberikan suplemen tambah darah serta upaya nonfarmakologis, salah satunya melalui konsumsi kurma (Murhadi dan Hayati, 2023).

Secara keseluruhan, ada kesesuaian antara hasil kasus dan penelitian Murhadi dan Hayati (2023), yang menunjukkan peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma. Namun, besar perubahan pada kasus ini lebih tinggi dibandingkan dengan peningkatan rata-rata yang dicatat dalam penelitian tersebut. Oleh karena itu, peningkatan kadar hemoglobin pada kasus ini tidak bisa dipastikan hanya disebabkan oleh pemberian sari kurma. Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan lebih banyak responden, kelompok pembanding, pengukuran berulang, serta pengendalian faktor-faktor yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin.

KESIMPULAN

Berdasarkan studi kasus pada ibu hamil umur 23 tahun G1P0A0 dengan usia kehamilan 36 minggu, kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kurma adalah 9,4 g/dL. Setelah diberikan sari kurma sebanyak 12 sendok selama 6 hari mulai 2 Juli 2026 sampai 7 Juli 2026, kadar hemoglobin menjadi 15,4 g/dL.

Terdapat peningkatan kadar hemoglobin sebesar 6,0 g/dL antara pemeriksaan sebelum intervensi dan setelah intervensi. Sari kurma dapat dipertimbangkan sebagai terapi komplementer untuk mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil dengan anemia (Murhadi dan Hayati, 2023; Auliani dan Handayani, 2025).

SARAN

Bagi ibu hamil, pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan perlu dipertahankan melalui konsumsi makanan yang beragam dan bergizi serta kepatuhan terhadap konsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan. Sari kurma dapat digunakan sebagai salah satu pilihan terapi komplementer apabila sesuai dengan kondisi ibu.

Bagi tenaga kesehatan, edukasi mengenai nutrisi, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, pemantauan kadar hemoglobin, dan penggunaan terapi komplementer dapat diberikan secara individual sesuai kondisi ibu. Hasil pemeriksaan hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi perlu didokumentasikan dengan baik.

REFERENSI

- Auliani, G. F. dan Handayani, S. (2025) "Pemberian Sari Kurma terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia," *Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Kesehatan*, 3(September), hal. 62–70.
- Dahlan, F. M. dan Ardi, K. (2021) "The Effect Of Fe Tablet And Date Palm On Improving Hemoglobin Level Among Pregnant Women In The Third Semester," 5(2).
- Erowati, D., Yolahumaroh dan Marlina, Y. (2023) "Pengaruh Video Edukasi Tablet Tambah Darah dan Gizi Ibu Hamil terhadap Pengetahuan, Kepatuhan, dan Kadar Hemoglobin," *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(April), hal. 542–548.
- Hermawan, D. et al. (2021) "PENGARUH KONSUMSI BUAH KURMA (PHOENIX DACTYLIFERA) DAN TABLET Fe TERHADAP KENAIKAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA," *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(3), hal. 555–561.
- Murhadi, T. dan Hayati, Z. I. (2023) "Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Kluet Utara Kabupaten Aceh Selatan," *Jurnal Penelitian Progresif*, 2(1), hal. 17–22. doi: 10.5281/zenodo.7673091.
- Organization, W. H. (2024) Guideline on haemoglobin cutoffs to define anaemia in individuals and populations.
- Rahayu, P. et al. (2024) "Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah dan Buah Kurma Sukari (Phoenix dactylifera) terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemiadi Puskesmas Karang Rejo," *Jurnal Penelitian Inovatif*, 4(3), hal. 1323–1330.
- Rahmawati, A., Meiranny, A. dan Tiyas, E. D. S. (2021) "Efektivitas pemberian sari kurma dan madu dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia," *Jurnal Ilmiah*, 16 No. 2, hal. 479–487.
- Rismayani dan Maulani, N. (2023) "EFEKTIVITAS PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HB PADA IBU HAMIL DI BPM WILAYAH KERJA KOTA BENGKULU," 11(1), hal. 97–102.
- Shilbah, S. Y. et al. (2023) "Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah, Asupan Zat Besi, Vitamin C dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil," *Jurnal Gizi*, 4(1), hal. 10–17.
- Subratha, H. F. A. (2022) "ANEMIA DALAM KEHAMILAN DENGAN KEJADIAN PERDARAHAN POST PARTUM," *Jurnal Bimtas*, 5, hal. 1–6.
- Susanto, R. (2025) "PENDEKATAN TRANSDISIPLINER DALAM LAYANAN

KESEHATAN HOLISTIK.”

Yunitasari, A. et al. (2021) “Pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil,” 1(4), hal. 261–268.