

ASUHAN KEBIDANAN COMPREHENSIVE PADA IBU HAMIL ANEMIA RINGAN DENGAN PEMBERIAN INTERVENSI JUS BUAH BIT DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS JAYA BARU KOTA BANDA ACEH TAHUN 2025

Alfitri Wahyuni^{1*}, Rizki Swastika Renjani², Mira Andriani³, Ulfa Hayati⁴

^{1,4} Universitas Ubudiyah Indonesia

*Korespondensi Penulis: alfitri@uuu.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Anemia ringan pada ibu hamil trimester ketiga merupakan manifestasi penurunan kadar hemoglobin yang dapat berdampak buruk pada keselamatan maternal dan luaran neonatal. Terapi komplementer alternatif pangan lokal yang potensial adalah pemberian jus buah bit (*Beta vulgaris*). Tujuan: Kajian ilmiah ini bertujuan untuk mengimplementasikan dan mengevaluasi asuhan kebidanan komprehensif *Continuity of Care* (CoC) pada ibu hamil dengan anemia ringan melalui pemberian intervensi jus buah bit di UPTD Puskesmas Jaya Baru Banda Aceh. Metode: Desain kajian berupa studi kasus komprehensif dengan pendekatan manajemen asuhan kebidanan holistik. Subjek studi kasus adalah seorang ibu hamil trimester III dengan anemia ringan (kadar Hb awal < 11 gr/dL). Intervensi utama yang diaplikasikan adalah pemberian jus buah bit segar dosis terukur secara rutin selama periode asuhan kebidanan antenatal, dikombinasikan dengan edukasi kepatuhan konsumsi tablet Fe. Hasil: Setelah pelaksanaan asuhan kebidanan yang intensif dan berkesinambungan serta konsumsi jus buah bit secara teratur, diperoleh hasil peningkatan kadar hemoglobin ibu menuju batas normal. Gejala subjektif klinis berupa kelemahan fisik, pusing, dan konjungtiva pucat berangsur membaik secara signifikan, dan kehamilan serta persalinan dapat berjalan lancar tanpa penyulit patologis. Kesimpulan: Pendampingan asuhan kebidanan berkesinambungan (CoC) disertai intervensi jus buah bit efektif memperbaiki kadar hemoglobin dan status klinis ibu hamil dengan anemia ringan. **Kata kunci:** asuhan kebidanan, anemia ringan, jus buah bit, hemoglobin, ibu hamil.

Comprehensive Midwifery Care For Pregnant Women With Mild Anemia Utilizing Beetroot Juice Interventions In The Working Area Of UPTD Jaya Baru Public Health Center Banda Aceh

Abstract

*Background: Mild anemia during the third trimester of pregnancy is a biological manifestation of decreased hemoglobin levels that can negatively jeopardize maternal safety and neonatal outcomes. A potential alternative complementary local food therapy is the administration of fresh beetroot (*Beta vulgaris*) juice. Objectives: This scientific case study aims to execute and evaluate comprehensive Continuity of Care (CoC) midwifery care for a pregnant woman experiencing mild anemia through regular beetroot juice interventions at the Jaya Baru Public Health Center, Banda Aceh. Methods: The study applied a comprehensive case study model with a holistic midwifery care management approach. The case study subject was a third-trimester pregnant woman diagnosed with mild anemia (initial Hb level < 11 g/dL). The key intervention introduced was the regular consumption of fresh beetroot juice at measured dosages during the antenatal care period, combined with compliance monitoring of iron tablet consumption. Results: Following the implementation of extensive, continuous midwifery care and regular beetroot juice intake, a significant increase in the mother's hemoglobin level toward the reference range was*

accomplished. Subjective clinical complaints such as physical fatigue, dizziness, and conjunctival pallor gradually improved, and both pregnancy and labor proceeded smoothly without pathological disorders. Conclusion: Continuous midwifery care (CoC) combined with dietary beetroot juice intervention is highly effective in upgrading hemoglobin levels and structural clinical health status in pregnant women with mild anemia.

Keywords: *midwifery care, mild anemia, beetroot juice, hemoglobin, pregnant women.*

PENDAHULUAN

Kesehatan ibu hamil dan janin merupakan salah satu indikator utama keberhasilan pembangunan sektor kesehatan di Indonesia. Salah satu masalah kesehatan reproduksi yang masih memerlukan perhatian serius dan penanganan holistik adalah kejadian anemia pada masa kehamilan. Anemia dalam kehamilan ditandai dengan penurunan konsentrasi hemoglobin (Hb) di dalam sel darah merah, yang secara fisiologis mengakibatkan terganggunya kapasitas fungsional darah untuk mentransportasikan oksigen secara adekuat ke seluruh jaringan maternal maupun menuju janin melalui sirkulasi utero-plasenta. Pada trimester ketiga kehamilan, kebutuhan zat besi meningkat secara drastis seiring dengan pertumbuhan janin yang sangat cepat serta peningkatan volume plasma maternal (hemodilusi).

Ketidakseimbangan antara asupan nutrisi makro dan mikro dengan peningkatan kebutuhan fisiologis tersebut memicu terjadinya anemia defisiensi besi ringan hingga sedang. Dampak buruk dari anemia ringan yang tidak tertangani dengan komprehensif sangat luas, meliputi kelemahan fisik kronis pada ibu, peningkatan kerentanan terhadap penyakit infeksi, risiko perdarahan antepartum maupun pascapersalinan, persalinan prematur, solusio plasenta, serta risiko luaran neonatal yang merugikan seperti Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), asfiksia neonatorum, dan peningkatan risiko stunting sejak dalam rahim. Oleh karena itu, diperlukan strategi intervensi antenatal yang bermutu tinggi dan

terintegrasi secara personal. Dalam rangka menekan angka morbiditas maternal dan neonatal akibat anemia, model pelayanan kesehatan berbasis asuhan kebidanan yang berkesinambungan atau Continuity of Care (CoC) diakui secara global sebagai standar emas filosofis praktik kebidanan holistik. Melalui asuhan CoC, seorang bidan memberikan pendampingan yang intensif dan berkelanjutan dari masa kehamilan trimester ketiga, proses persalinan, masa nifas, hingga pelayanan bayi baru lahir dan keluarga berencana.

Model asuhan ini tidak hanya berfokus pada pemantauan tanda-tanda vital klinis, melainkan juga memfasilitasi terbangunnya kemitraan emosional yang kuat antara bidan dan klien, sehingga bidan mampu mendeteksi secara dini adanya penyimpangan fisiologis atau tanda bahaya dan segera memberikan solusi intervensi kebidanan mandiri berbasis bukti ilmiah yang kuat (evidence-based midwifery). Selain pemberian suplemen tablet tambah darah (tablet Fe) yang merupakan program wajib dari pemerintah, pemanfaatan terapi nutrisi komplementer berbasis pangan lokal menjadi pendekatan inovatif yang sangat potensial untuk menunjang efektivitas pemulihan kadar hemoglobin.

Buah bit (*Beta vulgaris*) dikenal sebagai sayuran akar yang kaya akan senyawa bioaktif fungsional. Buah bit mengandung konsentrasi zat besi non-heme dosis tinggi, asam folat, vitamin C yang memicu optimalisasi penyerapan besi di usus, serta senyawa nitrat anorganik dan antioksidan betalain yang berperan aktif dalam merangsang

sumsum tulang belakang untuk melakukan eritropoiesis (proses pembentukan sel darah merah baru). Beberapa studi uji klinis terdahulu membuktikan bahwa pemberian jus buah bit segar secara konsisten memberikan kontribusi signifikan terhadap kenaikan kadar hemoglobin serta peningkatan stamina pada kelompok wanita dengan masalah anemia.

Di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jaya Baru Kota Banda Aceh, angka penemuan ibu hamil dengan keluhan anemia ringan masih kerap terjadi dan memerlukan pola intervensi gizi mandiri yang murah, aman, dan mudah diakses oleh masyarakat setempat. Berdasarkan latar belakang pemikiran tersebut, dirumuskan masalah mengenai bagaimana efektivitas pelaksanaan asuhan kebidanan komprehensif (CoC) pada ibu hamil dengan anemia ringan melalui optimalisasi pemberian intervensi diet jus buah bit di Puskesmas Jaya Baru. Sejalan dengan perumusan masalah tersebut, tujuan utama dari kajian naskah ilmiah ini adalah untuk menganalisis, mendokumentasikan secara mendalam, serta mengevaluasi dampak klinis nyata dari penerapan asuhan kebidanan terpadu berkesinambungan dan pemberian intervensi jus buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin dan status kesehatan maternal secara keseluruhan.

Tinjauan teoritis kehamilan sehat tanpa anemia membutuhkan keterlibatan metabolisme mikronutrien yang stabil. Berdasarkan regulasi kesehatan nasional, prevalensi anemia harus ditekan hingga di bawah ambang batas kritis. Masalah utama di lapangan sering kali terletak pada rendahnya akseptabilitas ibu hamil terhadap suplemen besi oral konvensional karena efek samping mual dan konstipasi. Oleh karena itu, pengenalan buah bit sebagai asupan substitusi fungsional memberikan dimensi baru dalam penatalaksanaan asuhan mandiri. Kajian mendalam

mengenai struktur fungsional Beta vulgaris mendasari integrasi terapi komplementer ini ke dalam standar operasional asuhan kebidanan profesi secara berkelanjutan.

METODE

Kajian naskah ilmiah ini disusun menggunakan desain studi kasus komprehensif berbasis Continuity of Care (CoC) dengan menerapkan metodologi manajemen asuhan kebidanan holistik yang terintegrasi. Lokasi pelaksanaan studi kasus bertempat di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jaya Baru Kota Banda Aceh. Waktu pengumpulan data dan pendampingan asuhan kebidanan dilakukan secara intensif dalam kurun waktu asuhan yang direncanakan. Subjek utama dalam studi kasus klinis ini adalah seorang ibu hamil trimester III dengan keluhan klinis anemia ringan yang dibuktikan secara laboratorium melalui hasil pengukuran kadar hemoglobin (Hb) awal berada di bawah 11 gr/dL.

Teknik pengumpulan data primer dilakukan secara komprehensif melalui metode triangulasi data, yang meliputi: (1) Anamnesis mendalam atau wawancara terstruktur terkait riwayat kesehatan, riwayat obstetri, pola makan, tingkat aktivitas fisik, serta kepatuhan konsumsi tablet tambah darah; (2) Pemeriksaan fisik umum secara head-to-toe guna mengobservasi manifestasi klinis anemia; (3) Pemeriksaan kebidanan khusus mencakup palpasi abdomen Leopold untuk memantau kesejahteraan janin; dan (4) Pemeriksaan laboratorium penunjang berupa pengukuran kadar hemoglobin (Hb) secara periodik (preintervensi dan post-intervensi) menggunakan alat digital Hb meter eksternal yang telah dikalibrasi secara resmi.

Intervensi mandiri kebidanan yang diberikan berupa pemberian jus buah bit segar dengan dosis terukur sebanyak 100-200 ml per hari yang dikonsumsi

secara konsisten setiap pagi hari setelah makan, dikombinasikan dengan edukasi gizi dan pemantauan kepatuhan minum tablet Fe pada malam hari guna mencegah interaksi penghambatan zat gizi. Analisis data dilakukan secara deskriptif komparatif-evaluatif dengan membandingkan status klinis subjektif pasien, tampilan fisik konjungtiva, serta grafik nilai kenaikan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi asuhan kebidanan diberikan, untuk menguji efektivitas klinis dari terapi nutrisi komplementer tersebut bagi perbaikan kondisi kesehatan ibu.

Etika penelitian dalam studi kasus ini dijunjung tinggi dengan menerapkan prinsip autonomi melalui lembar persetujuan tindakan (informed consent) yang ditandatangani oleh subjek sebelum asuhan kebidanan dimulai. Kerahasiaan data pasien (confidentiality) dijamin sepenuhnya dengan menyamarkan identitas asli pada laporan publikasi. Seluruh instrumen diagnostik yang digunakan, termasuk alat tes hemoglobin saku, dipastikan telah melalui verifikasi standar operasional untuk meminimalkan bias pengukuran faktual di lapangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian asuhan kebidanan awal pada ibu hamil di UPTD Puskesmas Jaya Baru, diperoleh data subjektif di mana ibu mengeluhkan gejala tubuh terasa lemas, cepat lelah saat melakukan aktivitas rumah tangga ringan, serta sering mengalami pusing atau pening saat berubah posisi secara mendadak. Pada pemeriksaan fisik objektif, ditemukan tampilan konjungtiva mata kanan dan kiri yang tampak pucat, sedangkan tanda-tanda vital dan pemeriksaan obstetri menunjukkan kondisi dalam batas normal.

Hasil pemeriksaan laboratorium penunjang laboratorium awal mengonfirmasi bahwa kadar hemoglobin (Hb) ibu berada pada angka 10,1 gr/dL, sehingga menegaskan diagnosis asuhan

kebidanan berupa kehamilan trimester III dengan masalah anemia ringan. Menindaklanjuti diagnosis tersebut, peneliti mengimplementasikan rencana asuhan kebidanan komprehensif yang berpusat pada penatalaksanaan anemia melalui intervensi nutrisi komplementer. Ibu diberikan demonstrasi cara pembuatan jus buah bit yang higienis serta edukasi mengenai takaran konsumsi harian yang tepat.

Pendampingan asuhan kebidanan dilakukan melalui kunjungan rumah berkala guna memantau kepatuhan konsumsi jus buah bit dan tablet Fe, memberikan dukungan psikologis, serta melakukan evaluasi terhadap tandatanda bahaya kehamilan. Proses pemantauan berkesinambungan ini memperlihatkan perubahan adaptif yang positif pada pola perilaku kesehatan subjek. Pada minggu kedua intervensi, intensitas keluhan sakit kepala berkurang secara signifikan, dan kapasitas fungsional fisik ibu dalam menjalani aktivitas harian mengalami peningkatan.

Faktor pendukung utama keberhasilan asuhan ini adalah tingginya motivasi internal ibu untuk melahirkan bayi yang sehat serta dukungan penuh dari lingkungan keluarga terdekat. Secara fisiologis, asimilasi zat besi non-heme yang terkandung di dalam jus buah bit dipicu oleh lingkungan lambung yang asam, di mana eksistensi vitamin C mempercepat reduksi ion feri menjadi fero yang bioavailabilitasnya lebih tinggi bagi sel enterosit usus. Pembentukan kompleks fero-askorbat ini mencegah pembentukan senyawa tidak larut seperti fitat atau tanin yang umum dijumpai dalam diet harian, sehingga mengeliminasi hambatan absorpsi gizi sistemik.

Keunggulan asuhan Continuity of Care dalam studi kasus ini terletak pada kesinambungan evaluasi objektif. Bidan tidak hanya bertindak sebagai penyedia layanan klinis, tetapi juga sebagai pendidik dan mitra emosional yang

mengurai kecemasan maternal menghadapi persalinan. Pendekatan holistik ini meminimalkan fragmentasi asuhan maternal yang sering menjadi pemicu utama keterlambatan penanganan komplikasi obstetri di tingkat pelayanan primer. Berikut adalah ringkasan perkembangan status klinis objektif dan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) ibu sebelum dan sesudah diberikan asuhan intervensi jus buah bit:

Waktu Evaluasi Asuhan	Kadar Hemoglobin (Hb)	Status Manifestasi Klinis
Sebelum Intervensi (Pre-test)	10,1 gr/dL	Badan lemas, sering pusing, konjungtiva mata pucat.
Setelah Intervensi (Post-test)	11,4 gr/dL	Tubuh bugar, keluhan pusing hilang, konjungtiva merah muda.

Dalam bagian pembahasan lebih mendalam, mekanisme fisiologis di balik peningkatan kadar hemoglobin pada subjek studi kasus ini berkaitan erat dengan profil nutrisi makro dan mikro yang sangat kaya di dalam buah bit (Beta vulgaris). Kandungan zat besi di dalam buah bit bertindak sebagai substrat utama bagi sintesis gugus heme. Efektivitas penyerapan zat besi ini diperkuat oleh kandungan alami vitamin C di dalam buah bit yang menjaga zat besi tetap dalam bentuk fero yang mudah diserap oleh mukosa usus halus. Selain itu, tingginya kadar asam folat (vitamin B9) di dalam buah bit memegang peranan krusial dalam replikasi DNA sel-sel progenitor eritrosit selama proses eritropoiesis, mencegah terjadinya kegagalan pematangan sel darah merah.

Peran betalain sebagai antioksidan alami poten dalam buah bit juga berkombinasi melindungi integritas dinding sel darah merah dari kerusakan akibat stres oksidatif yang lazim meningkat selama masa kehamilan

trimester ketiga. Dengan terlindunginya eritrosit dari lisis prematur, masa hidup sel darah merah menjadi lebih optimal, yang secara tidak langsung berkontribusi mempertahankan konsentrasi hemoglobin darah sirkulasi dalam rentang fisiologis normal. Hasil evaluasi asuhan kebidanan klinis yang positif ini sejalan dengan teori patologi kehamilan dan prinsip manajemen nutrisi antenatal komplementer.

Integrasi asuhan kebidanan berbasis Continuity of Care (CoC) yang berkesinambungan terbukti mampu mengoptimalkan tingkat kepatuhan ibu hamil terhadap terapi yang diberikan. Hubungan kemitraan yang harmonis antara bidan dan ibu hamil mereduksi hambatan komunikasi, sehingga mempermudah proses transfer informasi kesehatan gizi. Penggunaan intervensi jus buah bit terbukti aman, tidak menimbulkan efek samping gastrointestinal yang merugikan, serta menjadi intervensi komplementer yang efektif mendampingi program suplemen tablet Fe nasional guna menurunkan prevalensi anemia kehamilan secara masif. Ditinjau dari perspektif psikososial, kehadiran bidan secara kontinu melalui kunjungan rumah menumbuhkan rasa aman bagi ibu hamil.

Beban emosional trimester ketiga yang sering kali diwarnai oleh kecemasan menghadapi persalinan dapat diredam melalui konseling kebidanan yang empatik. Hal ini berdampak tidak langsung pada stabilisasi fungsi neuroendokrin maternal, yang mendukung efisiensi utilisasi zat gizi mikro tubuh termasuk zat besi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pelaksanaan asuhan kebidanan komprehensif pada ibu hamil dengan anemia ringan di UPTD Puskesmas Jaya Baru, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1. Pelaksanaan asuhan kebidanan secara

berkesinambungan (Continuity of Care) dari masa kehamilan hingga persalinan telah berhasil diaplikasikan sesuai dengan manajemen kebidanan terpadu standar operasional pelayanan. 2. Pemberian intervensi gizi berupa jus buah bit secara rutin terbukti efektif secara signifikan dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah ibu hamil dari kategori anemia ringan menjadi normal. 3. Terjadi perbaikan kondisi klinis objektif dan subjektif maternal secara bermakna, ditandai dengan hilangnya keluhan pusing, peningkatan stamina tubuh, serta konjungtiva yang kembali berwarna merah muda. 4. Pendampingan asuhan CoC terbukti meningkatkan kedekatan emosional dan tingkat kepatuhan ibu hamil terhadap program terapi gizi komplementer dan konsumsi suplemen Fe. 5. Terapi komplementer berbasis jus buah bit (*Beta vulgaris*) terbukti dapat ditoleransi dengan sangat baik tanpa laporan keluhan efek samping pencernaan pada subjek asuhan.

SARAN

Beberapa saran aplikatif yang diajukan berdasarkan kesimpulan studi kasus ini adalah: 1. Bagi Institusi UPTD Puskesmas Jaya Baru: Diharapkan dapat mensosialisasikan pemanfaatan jus buah bit sebagai salah satu pilihan terapi pendamping (komplementer) gizi lokal yang ekonomis dan efektif bagi penanganan ibu hamil dengan anemia ringan di wilayah kerja puskesmas melalui program kelas ibu hamil. 2. Bagi Institusi Pendidikan: Laporan naskah ilmiah ini dapat dijadikan tambahan khazanah referensi bacaan pustaka ilmiah bagi civitas akademika mengenai penerapan evidencebased midwifery dalam pengelolaan anemia kehamilan. 3. Bagi Ibu Hamil dan Masyarakat: Disarankan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya pemenuhan gizi kaya zat besi dan antioksidan alami seperti jus buah bit sejak

dini guna mendeteksi dan mencegah risiko anemia kehamilan secara mandiri di rumah. 4. Bagi Peneliti Selanjutnya: Perlu dikembangkan riset eksperimental lanjutan dengan sampel yang lebih besar untuk membandingkan efektivitas berbagai variasi dosis konsumsi jus buah bit terhadap status hematologi ibu hamil serta mengeksplorasi kombinasinya dengan sumber pangan lokal lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abolfotouh, M. A., Banimustafa, A. A., Mahfouz, A. A., Al-Assiri, M. H., Al-Juhani, A. F., & Alaskar, A. S. (2015). Using the health belief model to predict breast self examination among Saudi women. *BMC Public Health*, 15(1), 1163.
- Ahmadian, M., Carmack, S., Samah, A. A., Kreps, G., & Saidu, M. B. (2016). Psychosocial Predictors of Breast Self-Examination among Female Students in Malaysia: A Study to Assess the Roles of Body Image, Self-efficacy and Perceived Barriers. *APJCP*, 17(3), 1277-1284.
- American Cancer Society. (2016). *Cancer Facts & Figures 2016*. Dipetik Juli 20, 2016, dari www.cancer.org
- Brain, N. P. (2005). An Application of Extended HBM to the Prediction of BSE Among Women With Family History of BC. *BJ. Kratzke, C., Vilchis, H., & Amatya, A.* (2013). Breast Cancer Prevention Knowledge, Attitudes, and Behaviors Among College Women and Mother-Daughter Communication. *J Community Health*, 38(4), 560-568.
- Lancet. (2002). Breast cancer and breastfeeding: collaborative reanalysis of individual data from 47 epidemiological studies in 30 countries, including 50302 women with breast cancer and 96973 women without the disease. *ACP J*

- Club, 360(9328), 187-195.
- Noroozi, A., Jomand, T., & Tahmasebi, R. (2010). Determinants of Breast Self-Examination Performance Among Iranian Women: An Application of the Health Belief Model. *J Canc educ*, 1-10.
- Pratiwi, A. M., & Fatimah. (2019). *Patologi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. Sarwono, P. (2012).
- Ginekologi dan Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Singh, A., Tiwari, S., & Sharma, R. (2019). Impact of Beetroot Juice Supplementation on Hemoglobin and Iron Status in Adolescent Girls. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 13(4), 15–19.
- Suharno, S. (2015). *Anemia Gizi: Diagnosis dan Penanggulangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sunil, T., Hurd, T., Deem, C., Nevarez, L., Guidry, J., Rios, R., et al. (2014). Breast Cancer Knowledge, Attitude and Screening Behaviors Among Hispanics in South Texas Colonias. *J Community Health*, 39(1), 60-71.
- Taylor, D., Bury, M., Campling, N., Carter, S., Garfield, S., Newbould, J., et al. (2007). A Review of the use of the Health Belief Model (HBM), the Theory of Reasoned Action (TRA), the Theory of Planned Behaviour (TPB) and the Trans-Theoretical Model (TTM) to study and predict health related behaviour change.
- NHS. Umeh, K., & Jones, L. (2010). Mutually Dependent Health Beliefs Associated With Breast Self-examination in British Female University Students. *Journal of American College Health*, 59(2), 126-131.
- Varney, H. (2012). *Varney's Midwifery* (5th ed.). Boston: Jones & Bartlett Learning.
- Wahyuni, S., & Indrawati, R. (2020). Kandungan Antioksidan Buah Bit dan Perannya terhadap Kesehatan. *Jurnal Gizi dan Pangan Indonesia*, 14(1), 12–18.
- Wiknjosastro, H. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Winarno, F.G. (2013). *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta: Gramedia.
- World Health Organization. (2012). *Guideline: Daily iron and folic acid supplementation in pregnant women*. Geneva: WHO.
- Yanti, N. L. P. E., & Marhaeni, A. A. I. N. (2018). Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(2), 112-119.