

## Efektivitas Pemberian Tablet Fe dan Jus Tomat Terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil

Mayang Wulan✉, Sri Juliani, Nuriah Arma, Mila Syari

Prodi D4 Kebidanan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

✉Email korespondensi: mayangwulan@helvetia.ac.id



### ARTICLE INFO

#### Article History:

Received: 2021-06-24

Accepted: 2021-08-16

Published: 2021-08-31

#### Kata Kunci:

Jus Tomat  
(*Lycopersium  
esculentum*);  
Hemoglobin;  
Anemia;

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Ibu hamil mengalami anemia, tidak ada yang pernah mengonsumsi jus tomat selama masa kehamilan dikarenakan belum mengetahui manfaat dari jus tomat serta belum pernah dilakukan penyuluhan mengenai penanganan peningkatan kadar Hb dengan menggunakan jus tomat. Tujuan Penelitian: untuk mengetahui Efektivitas Pemberian Tablet Fe dan Jus Tomat Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. **Metode penelitian:** *Quasi Eksperimen one grup design dengan rancangan pre dan post design*. Jumlah populasi sebanyak 30 responden dan sampel menggunakan *Purposive Sampling* yaitu sebanyak 20 responden. Data yang digunakan dengan menggunakan data primer dan sekunder. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat menggunakan non parametrik dengan uji wilcoxon. **Hasil:** Sebanyak 20 orang (100%) ibu hamil mengalami anemia ringan sebelum pemberian tablet Fe dan jus tomat dan setelah diberikan tablet Fe dan jus tomat 15 orang (75%) mengalami anemia ringan, dari uji Wilcoxon yang telah dilakukan, diketahui Asym.Sig, (2-tailed) bernilai 0.000 **Kesimpulan:** ada pengaruh pemberian tablet Fe dan jus tomat terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Diharapkan kepada ibu hamil untuk menambah pengetahuan tentang manfaat makanan yang mengandung vitamin C terutama buah tomat yang bermanfaat terhadap penyakit anemia dalam kehamilan dan dapat menjaga kesehatan khususnya selama masa kehamilan.

#### Keywords:

Tomato Juice  
(*Lycopersium  
Esculentum*),  
Hemoglobin,  
Anemia;

### ABSTRACT

**Introduction:** Pregnant women are anemic. No one has ever consumed tomato juice during pregnancy because they do not know the benefits of tomato juice. There has never been any counseling regarding the handling of increased Hb levels using tomato juice. The aim this research is to determine the effectiveness of giving Fe tablets and tomato juice to increase hemoglobin levels in pregnant women in the working area of the West Delitua Sub-district Health Center. **Methods:** Quasi experiment one group design with pre and post-design. The total population is 30 respondents, and the sample using purposive sampling is as many as 20 respondents. The data used are primary and secondary. Data analysis using univariate and bivariate using non-parametric with Wilcoxon test. **Results:** A total of 20 pregnant women (100%) experienced mild anemia before giving Fe tablets and tomato juice, and after being given Fe tablets and tomato juice, 15 people (75%) experienced mild anemia from the Wilcoxon test that has carried out, it knows that Asym.Sig, (2-tailed) is 0.000. **Conclusion:** There is an effect of giving fe tablets and tomato juice on increasing hemoglobin levels in pregnant women in the Work Area of the West Delitua Sub-district Health Center. I hope that pregnant women will increase their knowledge about the benefits of foods containing vitamin C, especially tomatoes, which are beneficial for anemia and can maintain health, especially during pregnancy.



## PENDAHULUAN

Pada trimester III, anemia dapat menyebabkan terjadinya partus premature, pendarahan ante partum, gangguan pertumbuhan janin dalam rahim, asfiksia intrapartum sampai kematian, gestosis dan mudah terkena infeksi, dan dekompensasi kordis hingga kematian ibu. Bahaya anemia pada ibu hamil saat persalinan, dapat menyebabkan gangguan his primer, sekunder, janin lahir dengan anemia, persalinan dengan tindakan-tindakan tinggi karena ibu cepat lelah dan gangguan perjalanan persalinan perlu tindakan operatif ([Kementerian Kesehatan R.I., 2016](#)).

Anemia pada populasi ibu hamil menurut kriteria yang ditentukan WHO yakni sebesar 37,1% dan prevalensinya hampir sama antara ibu hamil diperkotaan (36,4%) dan perdesaan (37,8%). Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Asia sebesar 48,2%, Afrika 57,1%, Amerika 24,1% dan Eropa 25,1%. Di negara-negara berkembang ada sekitar 40% kematian ibu berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Kebanyakan anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan pendarahan akut, bahkan, jarak keduanya saling berinteraksi. Hal ini menunjukkan angka tersebut mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (*severe public health problem*) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40%, dan prevalensi anemia pada ibu hamil di Asia sebesar 48,2% ([WHO, 2015](#)).

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019, hasil Riskesdas 2018 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Angka ini mengalami peningkatan yang cukup tinggi dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2013 yaitu 37,1% ([Kementrian Kesehatan RI, 2020](#)). Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, survei anemia yang dilaksanakan di 4 kabupaten/ kota di Sumatera Utara, yaitu Kota Medan, Binjai, Kabupaten Deli Serdang dan Langkat tahun 2015, diketahui bahwa 40,50% wanita menderita anemia. Keadaan ini mengindikasikan bahwa anemia gizi besi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat ([Dinas Kesehatan Sumatera Utara, 2019](#)). Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Medan tahun 2016, telah dilakukan survey anemia pada tahun 2005 di 4 kab/kota di Sumatera Utara, yaitu Kota Medan, Binjai, Kabupaten Deli Serdang dan Langkat, diketahui bahwa 40,50% pekerja wanita menderita anemia. Untuk mencegah anemia, setiap ibu hamil diharapkan mendapatkan tablet tambah darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan ([Dinas Kesehatan Sumatera Utara, 2017](#)).

Suplementasi zat besi adalah pemberian zat besi folat yang berbentuk tablet. Tiap tablet 200 mg ferro sulfat dan 0,25 mg asam folat, diberikan oleh pemerintah kepada ibu hamil untuk mengatasi anemia gizi besi. Pemberian zat besi dimulai setelah rasa mual dan muntah hilang yaitu memasuki usia kehamilan 16 minggu, dikonsumsi satu tablet sehari selama minimal 90 hari ([Wati, 2019](#); [Sitorus, 2019](#)). Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 bahwa wanita yang saat hamil diberikan tablet Fe atau sirup tambah darah yang mengalami peningkatan 13 persen (76% pada SDKI 2012 dibandingkan dengan 86% pada SDKI 2017). Provinsi dengan cakupan tertinggi pemberian tablet tambah darah (TTD) pada ibu hamil adalah Sulawesi Utara (100,1%), sedangkan provinsi dengan cakupan terendah adalah Sulawesi Selatan (1,7%) ([Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional, 2017](#)).

Berdasarkan hasil *World Healtiests Food Rattng*, dalam *The George Mateljen Foundation*, sumber zat besi tidak hanya didapatkan dari mengkonsumsi tablet zat

besi (Fe). Ibu hamil dapat mendapatkan zat besi dari berbagai makanan yang mengandung zat besi, diantaranya yaitu buah tomat. Buah tomat memiliki kandungan zat besi sebesar 0,5 mg per 100 gramnya selain itu buah tomat mengandung vitamin C sebesar 40 mg yang dapat membantu penyerapan zat besi dalam darah. Manfaat zat besi yang terdapat dalam buah tomat adalah meningkatkan kadar hemoglobin, meningkatkan fungsi otak, mencegah anemia, dan meningkatkan sistem imun (The George Mateljan Foundation, 2010). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian Tablet Fe dan jus tomat terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil di Puskesmas Pembantu Delitua Barat.

## METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment Design* (rancangan eksperimen semu) dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group control dengan pre dan post design*. Lokasi penelitian di Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan penelitian ini pada bulan Mei 2020 sampai dengan selesai. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas pembantu Delitua Barat sebanyak 30 orang.

Variabel independent dalam penelitian ini adalah tablet Fe dan jus tomat dan variabel dependen adalah kadar Hb. Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan kriteria Inklusi: 1. Bersedia menjadi responden 2. Jarak Tempuh Kurang dari 1 km. Maka dari hasil pendataan dengan memenuhi kriteria inklusi yaitu didapat sampel dalam penelitian sebanyak 20 orang yang sesuai kriteria di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Jus tomat dengan menggunakan 75 gram buah tomat, 175 ml rebusan air dan 1 sendok gula pasir dikonsumsi 1 kali sehari setiap hari, 1 tablet Fe pada malam hari dan 1 gelas jus sesuai takaran selama 7 hari berturut-turut oleh ibu hamil trimester III, Kadar Hemoglobin dinilai sebelum dan sesudah mengonsumsi tablet Fe dan jus tomat menggunakan alat Easy Touch GCHb. Skala Pengukuran normal: >11 g/dl, ringan: 9 g/dl-10 g/dl, sedang :7 g/dl- 8 g/dl. Metode pengumpulan data menggunakan lembar observasi untuk mengetahui peningkatan kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan Tablet Fe dan Jus Jomat. Analisa data menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* dan uji *wilcoxon*

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Penelitian ini untuk mengetahui mengetahui perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah mengonsumsi tabler Fe dan jus tomat di Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 20 sampel dan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur dan Paitas Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
<b>Umur</b>		
20-35 Tahun	19	95,0
>35 Tahun	1	5,0
<b>Paritas</b>		
Primigravida	5	25,0
Multigravida	15	75,0

Berdasarkan Tabel 1. distribusi frekuensi responden berdasarkan umur ibu hamil yang mengalami anemia di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Diketahui bahwa dari 20 orang ibu hamil (100%) mayoritas ibu hamil yang berumur 20-35 tahun sebanyak 19 orang (95%). Distribusi frekuensi responden berdasarkan paritas ibu hamil yang mengalami anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Diketahui bahwa dari 20 orang ibu hamil (100%) mayoritas ibu hamil yang primigravida sebanyak 5 orang (25%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Anemia Pada Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Tablet Fe dan Jus Tomat

Anemia pada Ibu Hamil	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Ringan	20	100,0	15	75,0
Sedang	0	0,0	5	25,0
Total	20	100,0	20	100,0

Berdasarkan Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Anemia Pada Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Pemberian Tablet Fe Dan Jus Tomat Di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat sebanyak 20 orang (100%) ibu hamil mengalami anemia ringan sebelum pemberian tablet Fe dan jus tomat dan setelah diberikan tablet Fe dan jus tomat 15 orang (75%) mengalami anemia ringan.

Tabel 3. Efektivitas Pemberian Tablet Fe Dan Jus Tomat Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil

		n	Z	P-Value
<i>Anemia Post Test</i>	Negative Ranks	0		
<i>Anemia Pre Test</i>	Positive Ranks	20		0,000
	Ties	0	-3.922	
	Total	20		

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan bahwa selisih (*negative*) dari pemberian tablet Fe dan jus tomat secara rutin selama tujuh hari dari hasil *pretest* dan *posttest*, disini terdapat 0 nilai *negative* (n) yang artinya tidak terdapat responden (ibu hamil) mengalami penurunan kadar hb, mean rank atau rata – rata penurunan tersebut sebesar 0,00 %. Selisih (*positif*) antara hasil dari pemberian tablet Fe dan jus tomat secara rutin selama tujuh hari *pretest* dan *posttest* terdapat 20 nilai *positif* (n) yang artinya seluruh responden (ibu hamil) mengalami peningkatan kadar hb, dengan nilai rata – rata peningkatan sebesar 10,50%.

Berdasarkan output statistics dari uji Wilcoxon yang telah dilakukan, diketahui Asym.Sig, (2-tailed) bernilai 0,000, karena nilai  $p < 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Artinya terdapat perubahan berupa peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat efektivitas pemberian tablet Fe dan jus tomat terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil di wilayah kerja puskesmas pembantu delitua barat.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada efektivitas pemberian tablet Fe dan jus tomat terhadap peningkatan Kadar Hb pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan

bahwa kadar Hb pada kelompok intervensi sebelum pemberian tablet Fe dan jus tomat rata – rata ibu hamil mengalami anemia tingkat ringan yang sangat tidak baik dalam masa kehamilan, sedangkan setelah pemberian tablet Fe dan jus tomat terdapat peningkatan, pemberian tablet Fe dan jus tomat diberikan selama 7 hari yang di konsumsi secara berturut–turut dan diukur kembali tingkat kadar hemoglobinnya. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan setelah pemberian tablet Fe dan jus tomat pada 20 responden, 5 diantaranya tidak mengalami peningkatan kadar Hb, hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya umur, paritas, serta ibu yang kurang mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin serta zat besi. Dimana 3 orang ibu hamil memiliki usia >30 tahun dan umumnya paritas multigravida (ibu yang telah melahirkan lebih dari 2 kali) dimana hal ini sejalan dengan teori bahwasanya semakin sering seorang wanita melahirkan maka semakin besar resiko kehilangan darah dan berdampak pada penurunan kadar Hb dan 2 diantaranya berusia 20-30 tahun dan termasuk primigravida (ibu yang baru pertama kali hamil) sehingga ibu belum memiliki pengalaman untuk menjaga kesehatan selama kehamilan dari kehamilan sebelumnya karena baru pertama kali hamil. Dari 20 responden 15 diantaranya mengalami peningkatan kadar Hemoglobin sehingga dapat kesimpulan bahwa ada pengaruh pemberian tablet Fe dan jus tomat terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rizki et. al (2017) hasil penelitian didapatkan uji *Chi-Square* diperoleh  $p < 0,05$ , artinya terdapat hubungan yang bermakna antara suplementasi tablet Fe dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III.

Anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai penurunan kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dl selama masa kehamilan pada trimester I dan III dan kurang dari 10 g/dl selama masa *postpartum* dan trimester II. Anemia defisiensi besi mempunyai dampak negative terhadap kesehatan ibu maupun janinnya, antara lain risiko prematuritas, peningkatan morbiditas, dan mortalitas fetomaternal (Retnorini et al., 2017). Hal senada disampaikan pula oleh allen, perkembangan plasenta, berat badan lahir rendah (BBLR) dan prematuritas, kesakitan dan kematian wanita hamil, kesehatan bayi, hipoksia dan stres merupakan efek negatif dari ADB pada wanita hamil (Parulian, 2018).

Ibu hamil yang mengalami anemia merasa lelah, kurang bertenaga dan pusing. Untuk mengatasi anemia dapat dilakukan penanganan dengan mengkonsumsi tablet Fe dan dikombinasikan dengan jus tomat yang kaya akan vitamin c (Himawati et al., 2019). Sesuai dengan teory Guyton (2008), bahwa vitamin C memiliki fungsi sebagai absorpsi dan metabolisme besi, vitamin c mereduksi besi menjadi feri dan fero dalam usus halus sehingga mudah untuk di absorpsi. Vitamin c menghambat pembentukan hemosiderin yang sulit dibebaskan oleh besi apabila diperlukan. Absorpsi besi dalam bentuk nonhem meningkat 4 kali lipat apabila terdapat vitamin c (Amini, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lustiani (2019) hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar hemoglobin pada ibu hamil pada kelompok yang diberikan jus dan yang tidak diberikan jus. Berdasarkan hasil *t-test* menunjukkan nilai yang signifikan p value sebesar 0,003, hal ini menunjukkan bahwa jus bayam hijau, tomat dan madu efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. Selain itu intervensi tersebut, menyarankan ibu mengonsumsi makanan pangan sumber zat besi dan asam folat dapat menurunkan risiko kejadian anemia (Elviyaningsih et al., 2018; Suastira et al., 2018).

## SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat efektivitas pemberian tablet fe dan jus tomat terhadap peningkatan kadar hb pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Saran bagi ibu hamil yang cenderung mengalami anemia dapat menggunakan pengobatan alami seperti mengkonsumsi jus tomat yang dikombinasikan dengan tablet Fe yang dapat mengurangi anemia pada ibu hamil.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amini, A. (2017). *Hubungan Konsumsi Fe, Vitamin C, Protein, Kafein dan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswa Asrama Kebidanan Aisyiyah Pontianak* [Universitas Muhammadiyah Pontianak]. <http://repository.unmuhpnk.ac.id/568/>
- Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional. (2017). *Survei Demografi Kesehatan Indonesia 2017*. <https://www.bps.go.id/statictable/2020/10/21/2111/laporan-survei-demografi-dan-kesehatan-indonesia.html>
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2017). *Profil Dinas Kesehatan Sumatera Utara tahun 2016*.
- Dinas Kesehatan Sumatera Utara. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Tahun 2018*.
- Elviyaningsih, S., Rafika, & Putu Candriasih. (2018). Hubungan Umur dan Konsumsi Makanan Mengandung Zat Besi dengan Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Talise Palu. *Jurnal Bidan Cerdas*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.33860/jbc.v1i1.37>
- Himawati, F., Sudirman, S., & Yani, A. (2019). *Pengaruh Tingkat Pendidikan terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil*. <https://doi.org/10.31227/osf.io/3rcej>
- Kementerian Kesehatan R.I. (2016). Buku Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. In *Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Menteri Kesehatan Republik Indonesia Jakarta*. <https://promkes.kemkes.go.id/buku-pedoman-pencegahan-dan-penanggulangan-anemia-pada-remaja-putri-dan-wanita-usia-subur>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan R.I. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Lustiani, I. (2019). Pengaruh Terapi Jus Bayam Hijau, Tomat, dan Madu Terhadap Kadar Haemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Curug Kota Serang-Banten Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 3(2). <https://ejournal.stikessalsabilaserang.ac.id/index.php/JIKD/article/view/61>
- Parulian, I. (2018). Strategi dalam Penanggulangan Pencegahan Anemia pada Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Widya*, 4(3), 1–9. <https://e-journal.jurwidyakop3.com/index.php/jurnal-ilmiah/article/view/255>
- Retnorini, D. L., Widatiningsih, S., & Masini, M. (2017). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 8. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i12.1908>
- Rizki, F., Lipoeto, N. I., & Ali, H. (2017). Hubungan Suplementasi Tabet Fe Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Air Dingin Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 502–506. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/729>
- Sitorus, F. S. (2019). *Efektifitas Pemberian Smoothie Bayam Dan Tomat Dengan Tablet Fe Terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Di Klinik Elivin Jln Rawa I Kec. Medan Denai Tahun 2018* [Poltekkes Kemenkes Medan]. <http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/jspui/handle/123456789/654>
- Suastira, Sumiaty, & Ansar. (2018). Konsumsi Pangan Sumber Zat Besi dan Asam Folat dengan Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Tawaeli. *Jurnal Bidan Cerdas*, 1(1), 9–15. <https://doi.org/10.33860/jbc.v1i1.40>
- The George Mateljan Foundation. (2010). *The World Healthiest Foods Spinach*. <http://www.whfoods.com/genpage.php?tname=foodspice&dbid=43>
- Wati, I. (2019). *Efek Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) dan Teh Daun Kelor (Moringa Oleifera*

*Tea) pada Ibu Hamil terhadap Berat Badan Bayi Lahir, Panjang Badan, Berat Plasenta dan Lama Kehamilan [Universitas Hasanuddin].*  
<http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/2675/>  
WHO. (2015). *Woman And Pregnand Of Amnesia*.