

**HUBUNGAN KONSUMSI TEH DENGAN KEJADIAN ANEMIA  
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DIPUSKESMAS  
LIMBOTO KABUPATEN GORONTALO**

**Yanti Eyato<sup>1\*</sup>, Cut Mutiya Bunsal<sup>2</sup>, Helly M. Katuuk<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>*Mahasiswa Prodi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Manado*

<sup>2,3</sup>*Dosen Prodi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Manado*

Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Manado, Indonesia

**ABSTRAK**

Anemia merupakan penurunan jumlah sel darah merah sehingga tidak dapat memenuhi fungsi untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer yang ditandai dengan menurunnya kadar hemoglobin di bawah batas normal. Salah satu contoh faktor yang dapat menyebabkan anemia adalah teh yang mengandung senyawa tannin. Anemia pada ibu hamil adalah kondisi dengan kadar hemoglobin dalam darah <11 gr/dl pada trimester 1 dan 3 atau kadar Hb (Hemoglobin) <10,5gr/dl pada trimester 2, selama kehamilan wanita hamil mengalami peningkatan plasma darah hingga 20%-30%, sel darah 18% tetapi Hb (Hemoglobin) hanya bertambah 19% akibatnya frekuensi anemia pada kehamilan cukup tinggi. Tujuan penelitian mengetahui apakah ada hubungan konsumsi teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Limboto.

**Metode penelitian:** penelitian dilakukan dengan menggunakan metode deskriptif analitik yang bersifat *cross sectional*. Sampel diambil berdasarkan jumlah responden sebanyak 40 orang dengan menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Analisis data di uji menggunakan Uji *Chi-square*.

**Hasil penelitian:** dari hasil uji statistic dam *Chi-square* dan berdasarkan *statistic continuity person* diperoleh nilai  $p=0,001$  ( $\alpha<0,05$ ), maka dapat disimpulkan ada hubungan antara konsumsi teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Limboto.

**Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan konsumsi teh dengan kejadian anemia. Saran: perlu meningkatkan kebutuhan gizi terutama unsur zat besi dan mencegah konsumsi teh setelah makan dan sebelum makan.

**Kata Kunci:** konsumsi teh, anemia, ibu hamil

**ABSTRACT**

Anemia is a decrease in the number of red blood cells so that they cannot fulfill their function to carry adequate amounts of oxygen to peripheral tissues, which is characterized by a decrease in hemoglobin levels below normal limits. One example of the factors that can cause anemia is tea containing tannin compounds. Anemia in pregnant women is a condition with hemoglobin levels in the blood <11 gr / dl in the 1st and 3rd trimesters or Hb (Hemoglobin) levels <10.5gr / dl in the 2nd trimester, during pregnancy pregnant women experience an increase in blood plasma up to 20% -30% , 18% blood cells but Hb (Hemoglobin) only increased 19% as a result the frequency of anemia in pregnancy is quite high. The purpose of this study was to determine whether there

was a relationship between tea consumption and the incidence of anemia in pregnant women trimester III at Limboto Community Health Center.

**Research method:** the study was conducted using a cross sectional analytic descriptive method. Samples were collected based on the number of respondents as many as 40 people using purposive sampling. Data collection was carried out by running a questionnaire. Data analysis was tested using the Chi-square test.

**The results:** from the results of the Chi-square dam statistical test and based on the continuity person statistic, the value of  $p = 0.001$  ( $\alpha < 0.05$ ) is obtained, it can be concluded that there is a relationship between tea consumption and the incidence of anemia in pregnant women at the Limboto Community Health Center.

**Conclusion:** This study shows that there is a relationship between tea consumption and anemia. Suggestion: pregnant women need to increase their nutritional needs, especially iron and prevent tea consumption after meals and before meals.

**Keywords:** tea consumption, anemia, pregnant women

---

## PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan utama di masyarakat yang sering terjadi di seluruh dunia, terutama di Negara yang sedang berkembang seperti Indonesia. Rata-rata penduduk dunia yang mengalami peningkatan sekitar dari 30% atau sekitar 2,20 miliar penduduk dunia mengidap penyakit anemia dan biasanya berada di daerah tropis, Prevalensi anemia secara global yaitu mencapai sekitar 51% (Suryani, dkk 2015).

Anemia pada kehamilan memiliki faktor yang berhubungan dengan paritas, jarak kehamilan, umur, frekuensi antenatal care (ANC), status gizi, tingkat pengetahuan, status ekonomi dan tingkat pendidikan. Kehamilan di usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun akan menyebabkan karena di usia kurang dari 20 tahun secara biologis belum optimal baik dari faktor fisik dan psikis begitupun dengan usia lebih dari 35 tahun akan mengalami penurunan daya tahan tubuh dan serta penyakit yang sering terjadi di usia ini adalah anemia (Ariyani, 2016).

Pada saat kehamilan, penyebab anemia merupakan kebutuhan oksigen meningkat akibatnya sel darah merah meningkat sekitar 20-30%. Namun dalam peningkatan ini tidak sebanding dengan penambahan volume plasma yang progresif yaitu sekitar 40-45% sehingga dapat terjadi pengenceran darah

yang dapat menyebabkan penurunan konsentrasi hemoglobin dan dapat mengalami anemia selama proses kehamilan. Ibu hamil membutuhkan 2kali lipat zat besi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan untuk perkembangan janin (Shanker, 2016).

Data dari WHO (2010), secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sekitar 41,8%. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia meningkat di bandingkan dengan tahun 2013, pada tahun 2013 sebanyak 37,1% ibu hamil yang mengalami anemia sedangkan pada tahun 2018 meningkat menjadi 48,9% ibu hamil yang mengalami anemia (Risksedes, 2018).

Keadaan anemia disebabkan peningkatan resiko kematian pada saat melahirkan, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, janin dan ibu mudah terkena infeksi, keguguran dan meningkatkan resiko bayi lahir premature. Perkiraan Afrika dan Asia anemia berkontribusi lebih dari 115000 kematian ibu dan 591.000 kematian perinatal secara global setiap tahunnya. Konsekuensi morbiditas terkait dengan anemia kronis yang memperpanjang hilangnya produktivitas dari kapasitas gangguan kerja, gangguan kognitif dan peningkatan kerentanan terhadap infeksi,

yang juga memberikan beban ekonomi (Kemenkes, 2017)

Pada tahun 2012 Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia sebanyak 359 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Hal ini menunjukkan penurunan jika di lihat berdasarkan hasil survey penduduk tersensus (SUPAS) pada tahun 2015 menjadi 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2016).

Dampak anemia dalam kehamilan pada ibu hamil yang tidak segera di tangani adalah dapat menyebabkan abortus, partus prematurus, inersia uteri, partus lama, atonia uteri, dan perdarahan sampai syok. Selain itu, anemia dalam kehamilan ini juga berdampak pada janin yaitu janin dapat mengalami keguguran, IUFD (Intra Uteri Fetal Distress), kematian janin waktu lahir, BBLR, kematian perinatal, prematuritas, cacat kongital, IQ tidak optimas, bayi mudah terinfeksi, dan menderita gizi buruk. Kejadian anemia ibu hamil ini di pengaruhi oleh usi ibu hamil, pendidikan, pekerjaan, jumlah paritas, status gizi, jarak kehamilan dan frekuensi antenatal care (ANC) (Rahmawati, 2017).

Upaya pemerintah dalam menurunkan AKI dan AKB dengan menggunakan SDG's. SDG's adalah sebuah kesepakatan untuk pembangunan baru MDG's masa berlaku 2015-2030. Target SDG's pada tahun 2030 salah satunya adalah mengurangi kematian ibu hingga di bawah 70 per 100.000 kelahiran hidup dan mengakhiri kematian bayi dan balita melalui proporsi kelahiran di tangani oleh tenaga kesehatan yang terampil, terlatih dalam persalinan di pelayanan fasilitas kesehatan (Kemenkes, 2017)

Di daerah Provinsi Gorontalo target nasional adalah menurunkan AKI menjadi 102/100.000 KH, namun hingga saat ini AKI di Indonesia berdasarkan survey demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2007 AKI mencapai 228/100.000 KH meningkat di tahun 2012 AKI di Indonesia meningkat

sangat signifikan menjadi 359/100.000 KH. Kematian ibu hamil di Provinsi Gorontalo tahun 2016 sebanyak 61 orang dari jumlah kelahiran hidup sebanyak 20.222 bayi lahir hidup. Jika di konfersikan dengan perhitungan angka, di peroleh AKI tahun 2016 mencapai 301,7/100.000. angka ini sangat tinggi di bandingkan dengan target nasional yang di tetapkan pada tahun 2016 yaitu 102/100.000 (Dinkes Gorontalo, 2016).

Teh telah menjadi minuman yang populer di dunia setelah air mineral yang paling sering di konsumsi oleh masyarakat. Bagi semua masyarakat Indonesia teh adalah minuman yang segar dan minuman paling sering di minati oleh semua kalangan. Tidak hanya pada dewasa, remaja dan orang tua saja begitupun dengan ibu hamil mengkonsumsi dan merasakam kesegaran teh untuk menghilangkan rasa mual dan merasakan kenyamanan pada ibu hamil. Selain teh mengandung banyak manfaat bagi kesehatan, kandungan teh juga mengandung zat tannin yang dapat menghambat penyerapan zat besi sehingga dapat menyebabkan anemia bagi beberapa konsumen terutama pada wanita dan ibu hamil (Sekarsari, 2017).

Menurut penelitian yang berasal dari daerah Lampung Utara sebanyak 45,7% ibu hamil yang sering mengkonsumsi teh mengalami anemia sedangkan hasil uji statistic dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil (Septiawan,2015).

Berdasarkan survey awal yang di lakukan di Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo di temukan data pada tahun 2019 dari bulan januari sampai desember terdapat ibu trimester I sebanyak 155 dan di trimester III 97 orang. Dari data tersebut ada ibu hamil yang melakukan pemeriksaan kehamilan sebanyak 13 orang yang mengalami anemia dan terdapat 6 orang yang mengalami perdarahan pada saat melahirkan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif analitik yang bersifat cros sectional (potong lintang) di mana data yang menyangkut variabel bebas dengan variabel terikat akan di kumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Setiadi, 2015).

Populasi penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan ANC di Puskesmas

Limboto dengan jumlah 50 orang.

Sampel di tentukan pada jumlah responden dengan jumlah populasi dan memenuhi kriteria inklusi dengan menggunakan *purposive sampling* di dapatkan sampel orang 40.

## HASIL

Tabel.5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur.

Umur	F	%
20-25	16	40.0
26-30	19	47.5
31-35	5	12.5
Total	40	100.0

Tabel. 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pendidikan (Sumber: Data Primer, 2020)

(Sumber: Data Primer, 2020)

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Limboto (n=40)

(Sumber: Data Primer, 2020)

## PEMBAHASAN

Pendidikan	F	%
SD	6	15.0
SMP	4	10.0
Paritas	F	%
SMA	20	50.0
Primigravida	18	45.0
Multigravida	10	25.0
Total	40	100.0
Total	40	100.0

Tabel. 5.3. Distribusi frekuensi responden

berdasarkan paritas.

(Sumber: Data Primer, 2020)

## ANALISA UNIVARIAT

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan konsumsi teh pada ibu hamil di Puskesmas Limboto (n=40)

Konsumsi teh pada ibu hamil	Banyaknya Responden	
	Frequency (f)	Percent (%)
Sering	30	75.0
Kadang-kadang	10	25.0
Total	40	100.0

Penelitian ini berjudul Hubungan Konsumsi Teh dengan

Kejadian anemia pada ibu hamil	Banyaknya Responden	
	Frequency (f)	Percent (%)
Anemia	27	67.0
Tidak anemia	13	32.5
Total	40	100.0

Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Limboto. Penelitian ini telah di laksanakan pada tanggal 18 Agustus-7 September dengan responden sebanyak 40 ibu hamil. Penelitian ini menggunakan *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional*.

Berdasarkan tabel 5.6 dari hasil tabulasi silang Hubungan Konsumsi Teh dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. Hasil uji *chi square* di dapatkan adanya 1 sel yang dimiliki nilai frekuensi (*expected count*) kurang dari 5 maka pembacaan hasil di lanjutkan *Fisher Exact Test* di dapatkan nilai  $p=0.001$  yang menunjukkan bahwa  $p$  value lebih kecil dari nilai  $\alpha 0.05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan konsumsi teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil di puskesmas limboto. Sedangkan nilai odd ratio (OR) =16.000 yang artinya ibu hamil yang sering mengkonsumsi teh dapat berpeluang 16 kali terhadap kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Limboto dibandingkan yang kadang-kadang mengkonsumsi teh. Penelitian ini di dukung dengan penelitian yang di lakukan oleh Yudi Septiawan di program studi Ilmu Keperawatan Mitra Lampung (2015) hubungan kebiasaan minum teh dengan

kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Kotabumi II Kabupaten Lampung Utara, menunjukkan bahwa 56 responden (61.5%) tidak memiliki kebiasaan minum teh dan 62 responden (68.1%) tidak menderita anemia. Ada kolerasi antara kebiasaan minum teh dan kasus anemia trimester II ibu hamil di Puskesmas Kotabumi II Lampung Utara tahun 2015 ( $p$ -value 0,44: OR 2,785) peneliti ini menyarankan ibu hamil untuk meningkatkan gizi mereka terutama penyerapan unsur besi dan mencegah teh langsung sebelum dan sesudah makan karena menahan penyerapan zat besi dalam darah.

Hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2020 terdapat ibu hamil yang sering mengkonsumsi teh tetapi tidak mengalami anemia sebanyak 6 responden. Walaupun ibu hamil sering mengkonsumsi teh tetapi ibu hamil masih mengimbangi dengan cara mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti daging, tahu dan kacang-kacangan, selain itu juga ibu teratur dalam mengkonsumsi tablet Fe, hal ini yang menyebabkan anemia pada ibu hamil bisa terkontrol. Peneliti berasumsi bahwa walaupun ibu sering mengkonsumsi teh tapi tetap mengimbangi pola makan dengan makan-makanan yang mengandung zat besi dan teratur dalam mengkonsumsi tablet Fe, anemia pada ibu hamil akan terkontrol. Hal ini sejalan dengan dengan pendapat (Almatseir, 2010) sumber baik besi adalah makanan hewani seperti daging, ayam dan ikan, sumber baik lainnya adalah telur, kacang-kacangan, sayuran hijau dan

beberapa jenis buah. Pada umumnya zat besi di dalam daging, ayam, ikan mempunyai biologic tinggi. Besi dalam kacang-kacangan mempunyai ketersediaan biologic sedang dan zat besi di dalamnya Sebagian besar sayuran terutama yang mengandung oksalat tinggi.

Sedangkan terdapat ibu hamil yang mengkonsumsi teh dengan kadang-kadang tetapi mengalami anemia sebanyak 2 responden. Faktor jarak kehamilan sangat berpengaruh untuk mencegah terjadinya anemia karena jika semakin sering wanita melahirkan akan lebih besar beresiko kehilangan darah dan berdampak pada penurunan kadar hemoglobin. Seorang wanita yang melahirkan lebih dari 2 kali dan terjadi kehamilan lagi keadaan kesehatannya akan mulai menurun dan akan mengakibatkan anemia. Peneliti berasumsi bahwa faktor terjadinya anemia pada ibu hamil juga bisa dipengaruhi oleh paritas, karena pengaturan jarak kehamilan yang baik untuk ibu hamil minimal lebih dari 3 tahun disebabkan karena disaat itulah kondisi ibu sudah Kembali normal dan kehamilan yang kurang dari 3 tahun dapat menyebabkan anemia dan perdarahan ketika melahirkan. Hal ini sejalan dengan pendapat Amirudin (2015) jarak kehamilan yang berdekatan adalah kurang dari 9 bulan hingga 24 bulan. Jarak kehamilan terlalu dekat sangat berbahaya karena organ-organ reproduksi belum kembali seperti keadaan sebelum hamil, selain itu kondisi ibu juga belum memungkinkan untuk menerima kehamilan berikutnya dan dapat

menyebabkan perdarahan saat melahirkan.

Berdasarkan dari hasil distribusi frekuensi responden berdasarkan umur yang terbanyak adalah 26-30 tahun dengan responden 19. Hal ini disebabkan karena usia reproduksi terbaik berada pada usia rentang 26-30 tahun sehingga populasi ibu hamil yang menderita anemia defisiensi besi paling banyak di temukan pada usia ini. Diusia lebih dari 35 tahun mempunyai resiko untuk anemia karena di usia inilah alat reproduksi ibu hamil sudah menurun dan kekuatan untuk mengejan saat melahirkan sudah berkurang sehingga anemia pun dapat terjadi dan kejadian anemia pada ibu hamil di usia kurang dari 20 tahun dapat menyebabkan anemia karena disaat hamil ibu membutuhkan zat besi lebih banyak untuk keperluan pertumbuhan diri dan pertumbuhan bayi dalam kandungan. Peneliti berasumsi bahwa umur ibu hamil yang kurang dari 20 tahun beresiko terkena anemia karena pada saat itulah ibu membagi pertumbuhan untuk dirinya sendiri dan untuk pertumbuhan bayinya sehingga dapat menyebabkan anemia dan di usia lebih dari 35 tahun alat reproduksi ibu sudah tidak berfungsi dengan baik sehingga dapat menyebabkan anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Ariska (2015) peneliti menyimpulkan bahwa umur ibu yang kurang dari 20 tahun kurang baik karena organ reproduksi belum siap atau ibu hamil belum dewasa sehingga perlu untuk memperhatikan lingkungan pertumbuhan janin dan di samping

itu juga akan terjadi kompetisi makanan antar janin dan ibunya sendiri yang masih dalam proses pertumbuhan dan adanya pertumbuhan hormonal yang terjadi selama kehamilan. Sedangkan ibu hamil lebih dari 35 tahun cenderung mengalami anemia disebabkan karena pengaruh alat reproduksi sudah tidak berfungsi dengan baik dan berkurangnya cadangan zat besi dalam tubuh akibat masa fertilisasi, semakin tinggi usia ibu hamil akan menimbulkan anemia defisiensi besi.

Berdasarkan dari hasil distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan yang terbanyak adalah SMA dengan 20 responden. Tingkat pendidikan akan mempengaruhi pola pikir yang baik akan mendorong seseorang untuk memperhatikan masalah Kesehatan seperti ANC acara tepat dan teratur, hal ini disebabkan pendidikan SMA belum cukup untuk pengetahuan tentang anemia meskipun ibu mengerti tentang anemia namun masih banyak ibu yang tidak mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mengakibatkan anemia pada ibu. Menurunnya tingkat pendidikan di Indonesia pada tahun 2011 menurut UNPD juga berdampak pada rendahnya pengetahuan ibu akan pentingnya mendapat pelayanan kesehatan yang mencegah terjadinya anemia. Peneliti berasumsi bahwa semakin rendah pendidikan ibu akan semakin berpengaruh untuk perkembangan janinnya dan akan lebih mengerti tentang anemia dan semakin tinggi pendidikan ibu hamil akan baik untuk

perkembangan janinnya sehingga dapat mencegah terjadinya anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Wiradewi Lestari (2017) Gambaran Karakteristik Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di RSUP Sanglah. Hasil ini menunjukkan bahwa dari 25 responden yang memiliki jumlah terbanyak adalah responden yang tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 19 responden (76.0%), kemudian di ikuti oleh responden dengan tingkat pendidikan SMP dengan 5 responden (20.0%), kemudian di ikuti dengan tingkat perguruan tinggi (S1) yaitu sebanyak 1 responden (4.0%) dan 0 responden (0.0%) dengan tingkat pendidikan SD. Hal ini sejalan dengan penelitian ini menunjukkan hal yang sama yaitu ibu dengan tingkat pendidikan SMA lebih sering menderita anemia defisiensi besi dibandingkan dengan ibu hamil di tingkat pendidikan lain.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ariyani, R. (2016). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Kabupaten Sukoharjo. <http://eprints.ums.ac.id/42421/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>. Diakses pada tanggal 15 Juli 2020 Pukul 09:30 WITA.
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. (2016). Angka Kematian Ibu di Provinsi Gorontalo 2016. <http://pusdatin.kemendes.go.id>. Diakses pada tanggal 09 Mei 2020 pukul 19:25 WITA.

- Kementrian Kesehatan. (2016). Penurunan Angka Kematia Ibu. <http://Scholar.unand.ac.id>. Diakses pada tanggal 11 Mei 2020 pukul 11:47 WITA.
- Kementrian Kesehatan. (2017). Indikator Kesehatan SDG's Indonesia. <http://ictohtcsindonesia.com/wp-content/uploads/2017/05/Dra-Ermalena-INDIKATOR-KESEHATAN-SDG's-DI-INDONESIA.pdf>
- Mariza, A. (2016). *Hubungan Pendidikan dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Animia Pada Ibu Hamil di BPS T Yohan Way Halim Bandar Lampung Tahun 2015*. Jurnal Kesehatan Holistik. Vol 10 (1) : 5-8
- Rahmawati. (2017). Dasar-dasar Kebidanan. Jakarta : PT. Prestasi Pustakarya.
- Sekarsari. (2017). Diet dan Nutrisi. Diakses pada tanggal 2 juni 2020 pukul 12:00 WITA.
- Septiawan, Y. Dkk. (2015). Hubungan Kebiasaan Minum Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II Di Puskesmas Kotabumi II Kabupaten Lampung Utara. Jurnal Kesehatan. Vol 6 (2) : 117-122.
- Setiadi. (2015). Konsep & Penulisan Dokumentasi Asuhan Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Shanker. (2016). Hubungan Asupan Asam Folat, Zink, Vitamin A Ibu Hamil Terhadap Berat Badan Lahir di Kabupaten Padang Pariaman. Jurnal Kesehatan Andalas.
- Suryani, Dkk. (2015). Analisa Pola Makan dan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri Kota Bengkulu. Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas, 10(1), 11-18.