

Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb.
Dr. Sri Sumarni, Bdn., M.Mid.
Dr. Irmawati, S.Kp., Ns., M.Kes.



TEH BAYAM MERAH

(Amaranthus tricolor L.)

*Sebagai Terapi Alternatif Pendamping
Tablet Tambah Darah untuk Pencegahan dan
Penanganan Anemia pada Remaja Puteri*

TEH BAYAM MERAH (AMARANTHUS TRICOLOR L)

**Sebagai Terapi Alternatif Pendamping Tablet Tambah Darah
Untuk Pencegahan Dan Penanganan Anemia
Pada Remaja Puteri**

**Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb.
Dr. Sri Sumarni, Bdn., M.Mid.
Dr. Irmawati, S.Kp., Ns., M.Kes.**



PENERBIT KBM INDONESIA

adalah penerbit dengan misi memudahkan proses penerbitan buku-buku penulis di tanah air Indonesia, serta menjadi media *sharing* proses penerbitan buku.

TEH BAYAM MERAH (AMARANTHUS TRICOLOR L)
Sebagai Terapi Alternatif Pendamping Tablet Tambah Darah
Untuk Pencegahan Dan Penanganan Anemia Pada Remaja Puteri

Copyright @2025 By Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb. dkk

All right reserved

Penulis

Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb.

Dr. Sri Sumarni, Bdn., M.Mid.

Dr. Irmawati, S.Kp., Ns., M.Kes.

Desain Sampul

Aswan Kreatif

Tata Letak

Husnud Diniyah

Editor

Dr. Muhamad Husein Maruapey, Drs., M.Sc.

Background isi buku di ambil dari <https://www.freepik.com/>

Official

Depok, Sleman-Jogjakarta (Kantor)

Penerbit KBM Indonesia

Anggota IKAPI/No. IKAPI 279/JTI/2021

081357517526 (Tlpn/WA)

Website

<https://penerbitkbm.com>

www.penerbitbukumurah.com

Email

naskah@penerbitkbm.com

Distributor

<https://penerbitkbm.com/toko-buku/>

Youtube

Penerbit KBM Sastrabook

Instagram

@penerbit.kbmindonesia

@penerbitbukujogja

ISBN: 978-634-202-313-6

Cetakan ke-1, April 2025

14 x 21 cm, vi + 83 halaman

Isi buku diluar tanggungjawab penerbit
Hak cipta merek KBM Indonesia sudah terdaftar di DJKI-
Kemenkumham dan isi buku dilindungi undang-undang.

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa seizin penerbit karena beresiko sengketa hukum

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

- i. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
- ii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- iii. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- iv. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan

EC002025041266, 23 April 2025

Pencipta

Nama

Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb., Dr. Sri Sumarni, Bdn.,
M.Mid. dkk

Alamat

Dusun III Komp SD Impres, Kel. Ujung Serdang, Tanjung Morawa,
Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara, 20362

Kewarganegaraan

Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama

Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang

Alamat

Jl. Tirta Agung, Pedalangan, Banyuwani, Kota Semarang, Jawa
Tengah, 50268

Kewarganegaraan

Indonesia

Jenis Ciptaan

Buku

Judul Ciptaan

TEH BAYAM MERAH (AMARANTHUS TRICOLOR L) Sebagai
Terapi Alternatif Pendamping Tablet Tambah Darah Untuk
Pencegahan Dan Penanganan Anemia Pada Remaja Putri

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama
kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah
Indonesia

23 April 2025, di Kota Adm. Jakarta Pusat

Jangka waktu perlindungan

Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan terwujud pertama
kali dilakukan Pengumuman

Nomor Pencatatan

000881527

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang
Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

dan
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Dumasasongko, SH., MH.
NIP. 196912261994031001



Diselamatkan:

1. Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat permohonan, Menteri berwenang untuk meniadakan surat pencatatan permohonan.
2. Surat Pencatatan ini tidak dapat digunakan sebagai alat bukti yang sah dalam proses hukum yang berkaitan dengan Hak Kekayaan Intelektual, Badan Sber dan Sanksi Negara.
3. Surat Pencatatan ini dapat dibuktikan keasliannya dengan memindai kode QR pada dokumen ini dan informasi akan ditampilkan dalam browser.

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb.	Dusun III Komp SD Impres, Kel. Ujung Serdang Tanjung Morawa, Kab. Deli Serdang
2	Dr. Sri Sumarni, Bdn., M.Mid.	Jl. Kalipepe Dalam II/1, Kel. Podakpayung Banyumanik, Kota Semarang
3	Dr. Irmawati, S.Kp., Ns., M.Kes.	Jl. Tusam Raya No. 238, Kel. Pedalangan Banyumanik, Kota Semarang



KATA PENGANTAR

II
Segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan nikmat-Nya, sehingga dapat menyelesaikan penulisan buku yang berjudul "Teh Bayam Merah (*Amaranthus Tricolor L*) sebagai terapi alternatif pendamping tablet tambah darah untuk pencegahan dan penanganan anemia pada remaja putri"

Buku ini berisi penjelasan terkait dengan Masa Remaja, Anemia, Bayam Merah, Profil Darah dan Pembuatan Teh Bayam Merah. Buku ini diharapkan dapat memberikan solusi untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri. Dengan cara menggunakan bahan alam.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada yang mendukung dan memberikan arahan sehingga buku ini terbit.

- Dr. Sri Sumarni, Bdn., M.Mid yang telah memberikan bimbingan, arahan serta masukan dalam penyusunan buku ini.
- Dr. Irmawati, S.Kp., Ns., M.Kes yang telah memberikan bimbingan, arahan serta masukan dalam penyusunan buku ini.

- Ibu, Bapak, Suami yang telah memberikan dukungan moral, material dan spiritual sehingga penyusunan buku ini selesai.
- Semua pihak yang telah membantu dan memberi dukungan dalam menyelesaikan penyusunan buku ini.

Semarang, Maret 2024

Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb

DAFTAR ISI



KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
BAB 2 REMAJA	9
A. Pengertian Remaja	9
B. Tahap Remaja	10
C. Ciri-Ciri Khas Perkembangan Remaja	12
BAB 3 ANEMIA	15
A. Pengertian Anemia	15
B. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Anemia	16
C. Klasifikasi Anemia	19
D. Gejala Anemia	21
E. Penyebab Anemia	21
F. Diagnosis Anemia	23
G. Dampak Anemia	24
H. Patofisiologi Anemia	25

I. Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Remaja -----	26
BAB 4 PROFIL DARAH -----	31
A. Hemoglobin -----	31
B. Hematokrit -----	35
C. Eritrosit -----	38
D. Feritin -----	41
BAB 5 BAYAM MERAH -----	43
A. Pengertian Bayam Merah -----	43
B. Klasifikasi Tanaman Bayam Merah -----	44
C. Ciri Tanaman Bayam Merah -----	45
D. Kandungan Bayam Merah -----	46
E. Manfaat Tumbuhan Bayam Merah -----	47
BAB 6 TABLET TAMBAH DARAH -----	49
Pengertian Tablet Tambah Darah -----	49
BAB 7 TEH BAYAM MERAH -----	53
A. Pembuatan Teh Bayam Merah -----	53
B. Evaluasi Mutu Sediaan Teh Bayam Merah -----	55
C. Pengaruh Teh Bayam Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri dengan Anemia ----	56
D. Pengaruh Teh Bayam Merah Terhadap Kadar Hematokrit Pada Remaja Putri dengan Anemia -----	60
E. Pengaruh Teh Bayam Merah Terhadap Jumlah Eritrosit Pada Remaja Putri dengan Anemia -----	62
F. Standar Operasional Prosedur (SOP) Pembuatan dan Penyeduhan Teh Bayam Merah -----	64

G. Standar Operasional Prosedur (SOP) Pemberian Tablet Fe -----	65
BAB 8 PENUTUP-----	67
DAFTAR PUSTAKA -----	69
BIOGRAFI PENULIS -----	79

DAFTAR PUSTAKA



1. Dara S, Arora S. Adolescent health problems and strategies to improve them. *Int J Community Med Public Heal*. 2023;10(7):2645–51.
2. Kushnadi FN. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *J Med Hutama*. 2021;03(01):1293–8.
3. Camaschella C. Iron deficiency. *Am Soc Hematol*. 2019;133(1):30–9.
4. Owaidah T, Al-Numair N, Al-Suliman A, Zolaly M, Hasanato R, Al Zahrani F, et al. Iron Deficiency and Iron Deficiency Anemia Are Common Epidemiological Conditions in Saudi Arabia: Report of the National Epidemiological Survey. *Hindawi Anemia*. 2020;2020:1–8.
5. 2018 KKR. Hasil Utama Riskesdas 2018. Riskesdas 2018. 2018;1–200.
6. Nurhayati L, Marhamah E, Fuady A, Berliana N, Olivia P. Pengetahuan Anemia Dan Tablet Fe Terhadap Kepatuhan Minum Tablet Fe. *J Keperawatan Karya Bhakti*. 2024;10(1):45–53.

7. Putra JA, Rahayu KD, Kartika W, Mangku IK. Strategi penting dalam mencegah anemia: penyuluhan kesehatan untuk kehidupan yang lebih sehat pada remaja putri di Kelurahan Karangwaru, Kecamatan Tegalrejo, Yogyakarta. *J-ABDI J Pengabdian Kpd Masy*. 2024;3(11):2221–30.
8. Dwi Astuti UK. Pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2020;11(2):314–27.
9. Resmi DC, Setiani FT. Literatur Review: Penerapan Terapi Non Farmakologis Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia. *J Ilm Kesehat*. 2020;10(2):44–53.
10. Asiyah S, Ngatining. *Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kejadian Anemia Pada Remaja*. Semin Publ Ilm Kesehat Nas [Internet]. 2023;02(01):486–92. Available from: <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKesNas/index.php/MOO>
11. Septiasari Y. Differences of Hemoglobin Adolescent Princesses Getting With Not Getting Additional Blood Tablets Government. *J Ilm Kesehat*. 2020;9(2):88–93.
12. Rahayu P, Farahdiba I, Ariyanti R, Yulianti I, Permatasari AE. Pengaruh Pemberian Tablet Tambah Darah dan Buah Kurma Sukari (*Phoenix dactylifera*) terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemiadi Puskesmas Karang Rejo. *J Penelit Inov*. 2024;4(3):1323–30.
13. Norlita W, Isnaniar, Hardiyanti R. Tingkat Kepatuhan Remaja Putri dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di SMK Abdurrah Pekanbaru. *J Kesehat As-Shiha* [Internet]. 2023;45–61. Available from:

<https://ejurnal.umri.ac.id/index.php/JKU/index>

14. Putri A, Anjelin R. *Pengaruh Bayam Merah Dalam Peningkatan Status Anemia Di Puskesmas Kota Jambi*. Pharmacon J [Internet]. 2023;1(1). Available from: <https://ojs.stikeskeluargabunda.ac.id/index.php/pharmaconjurnal>
15. Endang Sari, Mekar Zenni Redhia HZS. *The Effect of Red Spinach Juice on Hemoglobin Levels in Pregnant Women : A Randomized Controlled Trial*. Sriwij J Obstet Gynecol [Internet]. 2024;92–102. Available from: <https://ojs.stikeskeluargabunda.ac.id/index.php/pharmaconjurnal>
16. Adriana Bangun FS. Pengaruh Pemberian Ekstrak Bayam Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Di Klinik Vina Medan. *J Matern Kebidanan*. 2021;6(1):87–93.
17. Mariati, Mizawati A, Maigoda TC. The Effect of Red Spinach Juice + Fe Tablets on Increased Hemoglobin Levels in Pregnant Women. *J Penelit Pendidik IPA*, <http://jppipa.unram.ac.id/index.php/jppipa/index>. 2023;9(12):11325–32.
18. Bangun A. Pengaruh Pemberian Ekstrak Bayam Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Jurusan Kebidanan Universitas Audi Indonesia. *Ebidance Based J*. 2022;3(1):87–96.
19. Murhadi, Eriska S, Nur M, Rizal S. The Effect Of Addition Of Mint Leaf (*Mentha piperita* L.) And Stevia Leaf (*Stevia rebaudiana*) On The Sensory Characteristics Of Moringa (*Oleifera*) Tea. *J Agroindustri Berkelanjutan*. 2023;2(2):264–71.
20. Dodik Briawan QR. *Anemia Masalah Gizi pada Remaja*

- Wanita*. In: Penerbit Buku Kedokteran. 2016. p. 1–95.
21. Crone EA, Fuligni AJ. *Self and others in adolescence*. Annu Rev Psychol <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050937>. 2020;71:447–69.
 22. Sitorus MEJ, Simanjuntak GV, Tarigan FL. Sosialisasi Tentang Penyakit Menular pada Kader Posyandu Remaja Lembaga Pembinaan Khusus Kelas 1 Medan. *J Abdimas Mutiara*. 2022;3(1):26–35.
 23. UMAMI DI. *Psikologi Remaja*. 2019. 297 p.
 24. Proverawati A. *Anemia dan Anemia Kehamilan*. In: Nuha Medika. 2011. p. 1–62.
 25. Sinaga E, Saribanon N, Suprihatin et al. *Manajemen kesehatan menstruasi* [Internet]. Universitas nasional IWW-ASH global. <https://www.researchgate.net/publication/338375869>. 2017. 1–181 p. Available from: [http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-erna-Buku Kesehatan Menstruasi.pdf](http://repository.unas.ac.id/1323/1/B3-erna-Buku%20Kesehatan%20Menstruasi.pdf)
 26. Rati Astuti E. *Literature Review: Factor Causes Anemia In Adolescent Women*. Jambura J Heal Sci Res <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index> [Internet]. 2023;5(2):550–61. Available from: <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
 27. Pantaleon MG. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. *CHMK Heal J*. 2019;3(3):69–76.
 28. Kusudaryati DPD, Prananingrum R. Hubungan Asupan Protein Dan Status Gizi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia. *Profesi (Profesional Islam Media Publ Penelit*. 2018;16(1):37–42.

29. Almtsier S. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. In: PT Gramedia Pustaka Utama. 2010. p. 133–259.
30. Suryani D, Hafiani R, Junita R. Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu. *J Kesehat Masy Andalas* <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/>. 2015;10(1):11–8.
31. Muhammad Irsan Kabila Irwan, Nurfachanti Fattah AIA. Faktor Risiko Infeksi Kejadian Kecacingan pada Anak Usia Sekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Panambungan Makassar. *J Mhs Kedokteran* [https://fmj.fkUniversitasMuslimIndonesiaFakt.2023;3\(4\):278–89](https://fmj.fkUniversitasMuslimIndonesiaFakt.2023;3(4):278–89).
32. Mentari D, Nugraha G. *Mengenal Anemia Patofisiologi, Klasifikasi dan Diagnosis*. In: Badan Riset Dan Inovasi Nasional. 2023. p. 1–318.
33. Atikah Rahayu, Fahrini Yulidasari, Andini Octaviana Putri LA. Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja Putri. In: Buku Referensi Penerbit CV Mine. 2019. p. 1–120.
34. Nugraha G. *Memahami Anemia secara Mendasar*. In: Badan Riset Dan Inovasi Nasional. 2023. p. 1–12.
35. Dini Latief, Endang Achadi D. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. 1–92 p.
36. Kumalasari D, Kameliawati F, Mukhlis H, Kristanti DA. *Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja*. *Wellness Heal Mag* <http://wellness.journalpress.id/index.php/wellness/>. 2019;1(2):187–92.

37. Siti Rofiah, Sri Widatiningsih, Tuti Sukini, Ayuningtyas FH. *Remaja Sehat Bebas Anemia*. In: Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang. 2021. p. 1–20.
38. Kemenkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia 28 Tahun 2019 Tentang *Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. 2019. p. 1–33.
39. Andika Aliviameita P. *Buku Ajar Hematologi*. UMSIDA Press. 2019. 1–53 p.
40. Tambunan H, Maritalia D. *Perbandingan Hasil Pemeriksaan Kadar Hemoglobin dengan Metode Sahli dan Metode Digital*. *J Penelit Kesehat Suara Forikes* <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF> [Internet]. 2023;Vol 14(April):41–3. Available from: <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>
41. Purba E, Nurazizah. Prevalensi Anemia Pada Ibu Hamil dengan Menggunakan Metode Sahli dan Metode Cyanmethemoglobin. *Excell Midwifery J*. 2019;2(2):9.
42. Cakrawati, Sri Sumarni S. Pengaruh Pemberian Biji Labu Kuning Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin. *Malahayati Helath Student J*. 2024;4(8):3180–91.
43. Rahmadaniah I, Rahmadayanti AM. Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Anemia Dan Screening Kadar Hemoglobin (Hb) di Kelas SMA N 11 Palembang. *J Kesehat Abdurrahman Palembang*. 2021;10(2):1–8.
44. Meilanie ADR. *Different of Hematocrit Value Microhematocrit Methods and Automatic Methods in Dengue Hemorrhagic Patients With Hemoconcentration*. *J Vocat Heal Stud* www.e-journal.unair.ac.id/index.php/JVHS. 2019;3:67–71.

45. Saleh R, Dwiwana A, Parno. Pengaruh Variasi Waktu Centrifugasi Terhadap Hasil Pemeriksaan Hematokrit Metode Makro Pada Mahasiswa Program Studi D-III Analis Kesehatan. *J Media Laboran* [Internet]. 2019;9(2):39–43. Available from: <https://uit.e-journal.id/MedLAB/article/view/583/427>
46. Kemenkes RI 2011. *Pedoman Interpretasi Data Klinik*. Kementerian Kesehat RI. 2011;(January):1–83.
47. Fadillah N, Afriansyah MA, Sukeksi A, Santosa B. Efek Homogenisasi Spesimen Darah Metode Inversi Terhadap Nilai Hematokrit. *J Anal Kesehat*. 2023;12(1):52–7.
48. Rosita L, Cahya AA, Arfira F athiya R. *Hematologi Dasar*. In: Universitas Islam Indonesia. 2019. p. 1–113.
49. Anugrah Rais MD, Arif F, Arifuddin MF, Muhammad M, Kaswar AB, Prima Putra K. *Metode Otomatis untuk Menghitung Sel Darah Merah Menggunakan Image Processing*. *J Embed Syst Secur Intell Syst* <https://ojs.unm.ac.id/JESSI/index>. 2022;3(2):102.
50. Dwi Aries Saputro SJ. *Pemberian Vitamin C Pada Latihan Fisik Maksimal dan Perubahan Kadar Hemoglobin dan Jumlah Eritrosit*. *J Sport Sci Fitness* <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>. 2015;4(3):32–40.
51. Puspitaningrum T, Rambert GI, Wowor MF. Gambaran kadar feritin pada pasien penyakit ginjal kronik stadium 5 non dialisis. *J e-Biomedik*. 2016;4(1).
52. Dignass A, Karima Farrag, Stein J. *Review Article. Limitations of Serum Ferritin in Diagnosing Iron Deficiency in Inflammatory Conditions*. *HindaqiInternatioanl J Chronic Dis* <https://doi.org/101155/2018/9394060>. 2018;1–13.

53. Pontoh S, Mayulu N, Engka JN. Hubungan Kadar Ferritin Dan Asupan Protein Pada Ibu Hamil Trimester Ii-Iii Di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *J e-Biomedik*. 2015;3(3).
54. Rusdi PHN, Oenzil F, Chundrayetti E. Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava.L*) Terhadap Kadar Hemoglobin dan Ferritin Serum Penderita Anemia Remaja Putri. *J Kesehat Andalas*.<http://jurnal.fk.unand.ac.id>. 2018;7(1):74–9.
55. Sepbrie Mulia Bingah Pranata, Suparti. *Growth of Red Spinach (Amaranthus tricolor L.) Hydroponically Using POC Tomatoes and Moringa Leaves*. Bioeduscience, <http://journal.uhamka.ac.id/index.php/bioeduscience>. 2023;7(2):200–8.
56. Rumimper EA, Posangi J, Wuisan J. Uji Efek Perasan Daun Bayam Merah (*Amaranthus tricolor*) Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Tikus Wistar (*Rattus norvegicus*). *J e-Biomedik*. 2014;2(2):2–4.
57. Shariff, S. Dwiratna BMY. Crystallography in agriculture : green and red spinach (*Almaranthus tricolor*) grownn on soil and hydroponic. *Eart Enviromental Sci*. 2019;1–13.
58. RI KK. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*. In: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 201AD. p. 1–136.
59. Dagadkhair R. A., Shinde D. B., Shelke S. A., Kale K. B. *Vegetables & its Health Benefits* [Internet]. 2020. 1–131 p. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Ganesh_Shelke6/publication/343054070_Potato_and_its_Health_Benefits/links/5f13d4b9299bf1e548c35ca4/Potato-and-its-Health-Benefits.pdf#page=60

60. Sab'ngatun, Ropitasari. *Dokumentasi Kebidanan*. Sekaringtyas.R, editor. Yogyakarta: Deepublish; 2022.
61. Atik NS, Susilowati E, Kristinawati. Gambaran Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMK Wilayah Dataran Tinggi. *J Indones Kebidanan*. 2022;6(2):61–8.
62. Astuti WT, Marhamah E, Anwar MA. Faktor–Faktor yang Mempengaruhi Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu–Ibu yang Mempunyai Balita Di R 0W3 Desa Rejosari Kecamatan Pringsurat Kabupaten Temanggung. *Jurnal Keperawatan Akademi Keperawatan Tujuhbelas Karanganyar Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2016.
63. Dondi et al. Konsumsi Teh Bayam Merah Sebagai Upaya Meningkatkan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester 2 (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Kabupaten Jayapura). *Gema Kesehat*. 2019;11(1):31–40.
64. Patimah S, Rahmandari F, Kurnia H. Perbandingan Pemberian Jus Bayam Merah Dan Jus Bayam Hijau Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri. *J Bidan Komunitas*. 2022;5(1):23–31.
65. Nurfauzia S, Rowawi R, Supriadi H, Wijayanegara H, Deborah A, Herawati Y, et al. Pengaruh Pemberian Teh Celup Bayam Merah (*Amaranthus Tricolor L*) Untuk Meningkatkan Hemoglobin dan Hematokrit pada Ibu Hamil Trimester. *J Kebidanan*. 2021;5(2).
66. Dondi S, Putri ARA. Konsumsi Teh Bayam Merah Sebagai Upaya Meningkatkan Kadar HB pada Ibu Hamil Trimester 2 (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Kabupaten Jayapura). *Gema Kesehat*. 2020;11(1):31–40.
67. Amanda F, Subhan F, Andika G, Prihandono DS. Perbedaan Nilai Hematokrit Metode Mikrohematokrit

- Menggunakan Darah Kapiler pada Posisi Duduk dan Berbaring. *J Univ Pahlawan Tuanku Tambusai*. 2023;4(4):6462–8.
68. Suhada RI. Efektivitas Sayur Bayam terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di SMP 3 Kalasan, Sleman, Yogyakarta. *J Pangan dan Gizi*. 2019;9(1):16.
69. Rohmatika D, Wulandari IS. Analisis Dampak Terapi Kombinasi Jus Bayam Hijau, Jambu dan Madu terhadap Kadar Hemoglobin dan Prestasi Belajar Mahasiswa. *J Kebidanan Indones*. 2019;10(1):86.
70. Afriansyah F, Bastian B, Sari I, Juraijin D. Perbedaan Darah Segera Diperiksa, Dilakukan Penyimpanan pada Suhu 20°C-25°C dan 4°C-8°C Selama 6 Jam terhadap Jumlah Eritrosit. *J Indones Med Lab Sci*. 2021;2(2):108–14.
71. Pancawati Ariami, Farida, Jubair. Kandungan Teh Bayam Merah (*Amaranthus Tricolor L*) dan Taksisitas Akut pada Tikus Putih Strain Wistar. *J Anal Med Bio Sains*. 2018;5(2):114–24.
72. Nurhayati Panjaitan M. Pengaruh Rebusan Bayam Merah terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri di Kelurahan Losung Kecamatan Padangsidempuan Selatan Kota Padangsidempuan Tahun 2020. *J Kesehat Ilm Indones*. 2021;6(1):80.

BIOGRAFI PENULIS



Bd. Annie Cristyana Purba, M.Tr.Keb.

Lahir di Medan, 24 September 1995. Penulis menempuh pendidikan Sekolah Dasar di SDN 105324 Tanjung Morawa (2000-2006). Kemudian melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP N 1 Tanjung Morawa (2006-2009), serta pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA N 1 Tanjung Morawa (2009-2012). Menamatkan pendidikan D-III di Poltekkes Kemenkes Medan (2012-2015), D-IV Kebidanan di Institut Kesehatan Helvetia (2015-2016), Profesi Bidan di Deli

Husada Medan (2022-2023) dan melanjutkan pendidikan Magister Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Semarang (2023-2025).

Penulis pernah bekerja yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan RI melalui program Nusantara Sehat Individual sebagai Bidan Pelaksana sebanyak 2x di Jambi (2017-2019) dan di Padang (2020-2022), Lalu bekerja di Rs. Regina Maris Medan (2022-2023) dan sekarang ASN di Puskesmas Pargarutan, Kab. Tapanuli Selatan, Sumut (2023-Sekarang).



Dr. Sri Sumarni, Bdn., M.Mid.

Lahir di Sragen, Jawa Tengah pada tanggal 29 Juli 1973. Awal karir penulis sebagai guru di Sekolah Perawat Kesehatan (SPK Kariadi Semarang) tahun 1997 yang selanjutnya konversi menjadi Akademi Kebidanan Depkes Semarang. Penulis meraih gelar Master of Midwifery (Magister Kebidanan) dari Australian Catholic University dari negeri Kangguru pada tahun 2004. Gelar Doktor diraih pada tahun 2020 dari program Strata 3 Doktor Ilmu Kedokteran Kesehatan, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro di awal masa pandemi Covid 19 menyerang Indonesia. Penulis telah selesai menempuh Pendidikan Profesi Bidan di tahun 2022. Pengalaman penulis sebagai Sekretaris Jurusan Kebidanan, Ketua Prodi D III Kebidanan Semarang, dan Ketua Prodi Kebidanan Program Magister Terapan, Program Pascasarjana di di Poltekkes Kemenkes Semarang menuntut penulis untuk memberi teladan dalam proses menulis. Pengalaman mengajar di bidang Kehamilan, Persalinan, Kegawatdaruratan Maternal Neonatal, Metode Penelitian, Pengembangan Proposal, serta sebagai pembimbing Laporan Tugas Akhir, Skripsi maupun Tesis menstimulasi penulis untuk selalu berkarya. Penulis sering menjadi narasumber kegiatan ilmiah

baik kuliah pakar, workshop, seminar nasional, dan international conference hingga menghantarkan penulis sering menyabet *best oral presentation*. Pengalaman penelitian penulis di area antenatal care, intrapartum, postpartum, dan kesehatan reproduksi. Publikasi penulis telah tercantum di jurnal yang terindeks baik nasional yang terindeks di sinta dan internasional di scopus. Penulis juga aktif berorganisasi sebagai Pengurus Daerah Ikatan Bidan Indonesia (IBI) Jawa Tengah sebagai divisi Advokasi, Hubungan Luar Negeri, dan Sie organisasi sejak tahun 2008 sampai sekarang. Pengalaman sebagai asesor LAM PTKes bidang kebidanan dan penyuluh antikorupsi nasional, semakin memacu penulis dalam membagikan ilmu untuk dapat dimanfaatkan seoptimal mungkin. Penulis juga aktif sebagai pengurus Ikatan Alumni Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Regional Wilayah Semarang Raya (IKAMESRA) sejak 2023. Penulis aktif dalam mendarmabaktikan ilmunya di bidang kebidanan menghantarkan penulis menjadi anggota Kolegium Kebidanan sejak tahun 2024.



Dr. Irmawati, S.Kp, Ns, M.Kes.

Lahir pada tanggal 30 Oktober 1974. Penulis Sehari-hari aktif sebagai dosen di Program Pascasarjana Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang. Penulis menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan di Akademi Karya Husada Semarang (1993-1996), Pendidikan Sarjana Keperawatan di Universitas Diponegoro Semarang (**UNDIP**) (2001-2003), Pendidikan Profesi Keperawatan di **UNDIP** (2004-2005), Magister Kesehatan Masyarakat di **UNDIP** (2007-2009), dan jenjang doctoral di **UNDIP** (2020-2023) dengan predikat *cumlaude*. Penulis aktif dalam kegiatan penelitian dan publikasi serta keanggotaan dan afiliasi professional di international.