



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 4 Tahun 2024 Page 5053-5062

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Efektivitas Pemberian Telur Ayam dan Hati Ayam untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di Ruang PKPR Puskesmas Cilandak Tahun 2023

Eka Meilani<sup>1✉</sup>, Shinta Mona Lisca<sup>2</sup>, Ratna Wulandari<sup>3</sup>

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: [ekameilani1234@gmail.com](mailto:ekameilani1234@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Latar Belakang: World Health Organization (WHO) dalam world health statistics tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2020 berkisar sebanyak 29.9 %. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Tujuan: Mengetahui efektivitas telur ayam dan ati ayam untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri di Ruang PKPR Puskesmas Cilandak tahun 2023. Metodologi: Jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Sampel yang digunakan sebanyak 2 orang dengan menggunakan teknik purposive sampling. Hasil Penelitian: Nn A sebelum diberikan telur ayam rebus hasil penilaian kadar Hb didapatkan nilai 11 gr%, hari ke 7 dilakukan penilaian ulang didapatkan kadar Hb sebesar 11,6 gr/dl dan pada hari ke 14 dilakukan penilaian ulang dari kadar Hb didapatkan nilai 12,1 gr%. Nn D sebelum diberikan Hati ayam didapatkan nilai kadar Hb sebesar 11,2, hari ke 7 dilakukan penilaian ulang kadar Hb sebesar 11,8 gr/dl dan pada hari ke 14 dilakukan penilaian ulang dari kadar Hb didapatkan nilai 12,3 gr%. Kesimpulan: Pemberian hati ayam lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb dibandingkan dengan pemberian telur ayam, dengan perbedaan kadar Hb 0,1. Saran: Diharapkan bidan maupun tenaga kesehatan lainnya dapat menyampaikan kepada remaja putri tentang penanganan anemia dengan alternatif pemberian hati ayam dan telur ayam sesuai dengan prosedur sehingga dapat mempercepat peningkatan kadar Hb.

Kata Kunci: *Anemia, Remaja, Hati Ayam*

## Abstract

Background: The World Health Organization (WHO) in its 2021 world health statistics shows that the prevalence of anemia in women of reproductive age (15-49) in the world in 2020 is around 29.9%. The incidence of anemia in adolescent girls in developing countries is around 53.7% of all adolescent girls. Objective: To determine the effectiveness of chicken eggs and chicken liver to increase hemoglobin levels in adolescent girls in the PKPR Room of the Cilandak Health Center in 2023. Methodology: Type of qualitative research with a case study approach. The sample used was 2 people using purposive sampling technique. Research Results: Ms. .1 gr%. Ms D, before being given chicken liver, obtained an Hb level of 11.2, on the 7th day the Hb level was reassessed at 11.8 gr/dl and on the 14th day the Hb level was reassessed and the Hb level was reassessed at 12.3 gr%. Conclusion: Giving chicken liver is more effective in increasing Hb levels compared to giving chicken eggs, with a difference in Hb levels of 0.1. Suggestion: It is hoped that midwives and other health workers can convey to young women about treating anemia with the alternative of giving chicken liver and chicken eggs according to procedures so that it can accelerate the increase in Hb levels.

Keywords: *Anemia, Teenagers, Chicken Liver*

## PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah normal (<12 gr/dl) (WHO, 2020)<sup>2</sup>. Anemia ditandai dengan gejala letih, lesu, pucat, tidak bertenaga, kurang selera makan dan tangan dan kaki dingin. Kejadian anemia merupakan masalah yang paling banyak ditemukan pada remaja, remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rentan menderita anemia.

World Health Organization (WHO) dalam *world health statistics* tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2020 berkisar sebanyak 29.9 %. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan (Kemenkes) pada tahun 2020 prevalensi anemia pada wanita di Indonesia yaitu sebesar 23,9%, yang terbagi dari prevalensi anemia pada wanita umur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan umur 15-25 tahun sebesar 18,4%. Remaja putri memiliki risiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra.

Prevalensi anemia tahun 2020 pada remaja di DKI Jakarta sebanyak.<sup>1</sup> Pada penelitian yang dilakukan oleh Muhayati dan Ratnawati tahun 2019 di salah satu SMA di Jakarta Selatan, sebanyak 53,2% remaja putri mengalami anemia.

Penyebab anemia pada remaja putri karena banyak faktor, diantaranya disebabkan oleh remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa

pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja.

Dampak anemia yang dialami remaja putri akan membuat remaja merasa lemas, bisa menurunkan kemampuan daya ingat sehingga prestasi akademik tidak optimal dan juga dapat berdampak lebih serius, mengingat mereka adalah para calon ibu yang akan hamil dan melahirkan bayi, sehingga mempengaruhi kesehatan ibu, melahirkan bayi prematur dan berat bayi lahir rendah (BBLR).

Pencegahan dan penanganan masalah anemia pada remaja ada dua cara yaitu farmakologis dan non farmakologis. Cara farmakologis yaitu bisa dengan mengonsumsi Fe 1 kali/minggu dengan dosis 60 mg. Dan non farmakologis yaitu asupan makanan yang mengandung zat besi salah satunya adalah terdapat pada telur dan hati ayam.

Telur adalah salah satu sumber protein hewani yang memiliki rasa yang lezat, mudah dicerna, dan bergizi tinggi. Telur merupakan bahan pangan yang sangat baik untuk anak-anak yang sedang tumbuh dan memerlukan protein dalam jumlah cukup banyak. Telur juga sangat baik dikonsumsi oleh ibu yang sedang hamil, ibu yang menyusui dan remaja putri. Zat makanan pada putih telur yang terbanyak adalah protein albumin dan paling sedikit adalah lemak. Putih telur banyak mengandung protein albumin.

Kandungan zat gizi yang terdapat pada telur adalah Riboflavin (Vitamin B2), vitamin D, vitamin E, Pantothemic Acid (Vitamin B5), vitamin B12, vitamin A, zat besi adalah mineral penting yang menghasilkan hemoglobin. Zat gizi ini diketahui memiliki sejumlah manfaat, di antaranya: Membawa oksigen ke jaringan di tubuh, zat besi Fosfor dan Folat. Zat besi penting dalam membantu otot menyimpan dan menggunakan oksigen. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan berkurangnya pasokan oksigen ke jaringan dan organ tubuh sehingga dapat menimbulkan kelelahan, sakit kepala, insomnia, dan hilangnya nafsu makan. Satu butir telur besar terbukti mengandung 0,9 mg zat besi. Kebanyakan zat ini ditemukan di bagian kuning telur. Satu sajian dua telur dapat menghasilkan 14 persen kebutuhan zat besi harian.

Selain telur hati ayam juga mengandung beragam vitamin dan mineral yang bermanfaat memenuhi kebutuhan nutrisi harian dan menunjang kesehatan tubuh serta mencegah anemia. Beberapa kandungan zat gizi hati ayam yang tak kalah penting, antara lain: Protein, Zinc, Tembaga, Zat besi, Folat, Vitamin A, Vitamin B2, Vitamin B3, Vitamin B5, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin C, Vitamin E, Fosfor, Selenium, Kolin. Hati ayam adalah jaringan yang tinggi kandungan zat besi, vitamin A, hingga kolesterol yang bermanfaat untuk mencegah anemia, menjaga kesehatan

otak, hingga memperkuat sistem kekebalan tubuh. Hati ayam termasuk asupan yang tinggi protein dan rendah kalori. Dalam 100 gram hati ayam mengandung 185 kalori, 26 gram protein, dan 8 gram lemak.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurlinda, dkk tahun 2022 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian hati ayam terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri. Penelitian Makansing, N tahun 2019 menunjukkan bahwa ada pengaruh mengonsumsi telur ayam kampung dan telur ayam ras terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri. Setelah diberikan telur ayam kampung kadar Hb meningkat 2,4gr/dl dengan p value 0,001, begitu juga dengan kelompok kontrol setelah diberikan telur ayam ras terjadi peningkatan 1,95gr/dl dengan p value 0,001.

Remaja putri yang dilakukan pemeriksaan hemoglobin di wilayah kerja Suku Dinas Kesehatan Jakarta Selatan bersama Tim UKS periode bulan Juli sampai dengan bulan November 2023 ada 18.250 jiwa, dengan hasil tidak anemia ada 12.025 jiwa atau 65,89 % sedangkan yang anemia ada 6225 jiwa atau 34,11 %, untuk data yang ada di wilayah kerja Puskesmas Cilandak sudah dilakukan pemeriksaan hemoglobin pada remaja putri di sekolah SMP dan SMA sebanyak 1128 jiwa dengan hasil pemeriksaan tidak anemia sebanyak 769 jiwa 68,17% dan yang anemia 359 jiwa atau 31,83%. Kunjungan remaja di ruang PKPR Puskesmas Cilandak periode Juli sampai Desember sebanyak 1025 jiwa, terdapat 128 atau 12,48% dengan diagnosis anemia, angka ini lebih meningkat karena ada program skrining yang dilakukan oleh Tim UKS pemeriksaan Hemoglobin ke sekolah dan dilakukan rujukan ke Puskesmas untuk pemeriksaan selanjutnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melaksanakan asuhan kebidanan melalui penyusunan laporan SCLR dengan judul "Efektivitas Pemberian Telur Ayam Dan Hati Ayam untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Ruang PKPR Puskesmas Cilandak Tahun 2023"

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kuantitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam.<sup>17</sup> penelitian kuantitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan

perilaku individu secara mendasar. Peneliti mencoba menguji respon yang muncul pada pasien dalam upaya mempercepat proses kenaikan kadar hemoglobin. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendasar dan menyeluruh tentang efektivitas pemberian telur ayam dan hati ayam terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja di Puskesmas Cilandak Tahun 2023.

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami anemia di Puskesmas Cilandak Jakarta selatan tahun 2023 sebanyak 10 orang. Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018).

Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami anemia yaitu sebanyak 2 orang sebagai partisipan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Perbandingan Kasus I dan Kasus II

Tabel 1. Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 dan kasus 2

No.	Intervensi	Kadar Hb (gr/dl)		
		K1	K2	K3
1	Kasus II (telur ayam rebus)	11	11,6	12,1
2	Kasus III (Hati ayam rebus)	11,2	11,8	12,3

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pada kasus II yaitu yaitu pasien yang diberikan intervensi rebusan telur ayam diketahui hasil pemeriksaan Hb pada kunjungan kel-1 sebesar 11 gr/dl, kunjungan kel-2 sebesar 11,6 gr/dl dan kunjungan kel-3 sebesar 12,1 gr/dl. Sedangkan pada kasus III yaitu pasien yang diberikan intervensi Hati ayam diketahui hasil Hb pada kunjungan kel-1 sebesar 11,2gr/dl, kunjungan kel-2 sebesar 11,8 gr/dl dan kunjungan kel-3 sebesar 12,3gr/dl. Berdasarkan hasil pengkajian, pemberian telur rebus dan hati ayam sama-sama efektif dalam meningkatkan kadar Hb namun pemberian hati ayam lebih efektif dengan selisih Hb sebesar 0,1 pada kunjungan hari kel 3.

### Pembahasan

#### Efektivitas Pemberian Telur Ayam terhadap Peningkatan Kadar Hb

Berdasarkan hasil pengkajian pada Nn. A usia 14 tahun dengan anemia ringan Hb 11 gr/dl, dilakukan penanganan non farmakologis telur ayam rebus (50 gr) yaitu (50 gr) sebagai intervensi, dengan mengkonsumsi telur ayam selama 14 hari

berturut-turut untuk dikonsumsi setiap hari 1 butir telur. Pada hari ke 7 dievaluasi hasil penilainya kadar Hb 11,6 gr/dl dan pada hari ke 14 dievaluasi hasil penilainya kadar Hb didapatkan nilai 12,1 gr/dl,

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rilita Sari, dkk (2020) menunjukkan bahwa ada pengaruh konsumsi telur terhadap peningkatan kadar Hb pada remaja putri yang mengalami anemia di Kelurahan Tanjung Ratu Lampung Tengah, dengan nilai p value 0,001, dengan nilai Hb 11,7 gr/dl dan setelah dilakukan penelapuran telur didapatkan nilai maksimum 12,0 gr/dl.

Telur merupakan sumber protein yang murah dan mudah diperoleh selain itu kandungan asam amino esensialnya, hampir setara dengan yang berasal dari air susu ibu. Berbagai vitamin juga terdapat dalam telur, yaitu vitamin A, D, serta vitamin B kompleks termasuk B12. Telur juga menyimpan zat-zat mineral lainnya seperti zat besi, kalsium, fosfor, sodium dan magnesium. Telur sama sekali tidak mengandung karbohidrat meskipun memiliki kalori 59 kalori (248 kJ). Oleh sebab itu telur dapat dijadikan salah satu alternatif guna meningkatkan kadar Hb darah pada remaja putri yang rentan mengalami anemia (Tarwodo, 2020).

Zat-zat gizi yang berperan dalam pembentukan sel darah merah adalah protein, berbagai vitamin dan mineral. Vitamin tersebut antara lain asam folat, vitamin C, sedangkan mineral ialah Fe. Yang paling menonjol dan berperan dalam pembentukan darah adalah asam folat, vitamin C, Fe dan juga protein (Seldilaoetama, 2019)

Adapun mekanisme penelapuran telur sebagai protein ini adalah untuk mengatur proses metabolisme dalam bentuk hormon dan enzim sebagai mekanisme pertahanan tubuh dalam melawan berbagai zat toksik dan mikroba lain, serta dapat memelihara jaringan dan sel tubuh manusia. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sri Karyati tentang pengaruh konsumsi telur terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di Kudus diperoleh hasil yang mengatakan Ada perbedaan Konsumsi telur terhadap kenaikan kadar Hb antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan yaitu meningkat dari 10,5 gr/dl menjadi 11,6 gr/dl (Karyati, 2019)

Sejalan dengan penelitian Rohimah dan Haryati (2019) yang menjelaskan bahwa Telur Ayam merupakan zat besi heme. Kandungan zat besi heme lebih mudah diserap dan tidak mengganggu penelapurannya. Telur juga merupakan sumber protein yang murah dan mudah diperoleh selain itu kandungan asam amino esensialnya, hampir setara dengan yang berasal dari air susu ibu. Berbagai vitamin juga terdapat dalam telur yaitu vitamin A, D serta vitamin B kompleks termasuk B12. Telur juga

menyimpan zat-zat mineral lainnya seperti zat besi, kalsium, fosfor, sodium dan magnesium sehingga dapat menaikkan kadar Hb pada manusia jika dikonsumsi rutin sesuai aturan yang telah direkomendasikan yaitu 1 kali 1 butir sehari dan selama 14 hari (Karyati, 2019).

Menurut asumsi penelitian berdasarkan hasil diatas, bahwa, rata-rata kadar hemoglobin meningkat pada saat setelah penelitian. adanya peningkatan ini dikarenakan telur mengandung protein dan zat besi yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin, adapun komposisi dalam telur ini adalah vitamin A, D, serta vitamin B kompleks termasuk B12. telur juga menyimpan zat-zat mineral lainnya seperti zat besi, kalsium, fosfor, sodium dan magnesium..

#### Efektivitas Hati ayam Terhadap peningkatan kadar Hb

Berdasarkan hasil pengujian pada Nn D usia 14 tahun dengan anemia ringan Hb 11,2 gr/dl, dilakukan penanganan non farmakologis hati ayam rebus (30 gr) sebagai intervensi, dengan mengkonsumsi hati ayam selama 14 hari berturut-turut untuk dikonsumsi setiap hari 1 buah. Pada hari ke 7 dievaluasi hasil penilaian kadar Hb didapatkan nilai 11,8 gr/dl dan hari ke 14 dievaluasi hasil penilaian Kadar Hb didapatkan nilai 12,3 gr/dl.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwandari (2022) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konsumsi hati ayam terhadap kadar hemoglobin dengan nilai p value = 0,001.

Hati ayam adalah bahan pangan yang dapat digunakan sebagai fortifikasi besi. Hati ayam mengandung zat besi yang cukup yaitu sebesar 15,8 mg/ 100 gr (Kelmekes, 2018). Mineral yang berasal dari hati ayam lebih mudah diserap karena mengandung lebih sedikit bahan pengikat mineralnya (Santosa et al., 2019).

Zat besi yang terkandung dalam hati ayam termasuk jenis heme iron. Bentuk heme iron lebih mudah dan cepat diserap oleh tubuh daripada non heme iron yang terdapat pada sayur dan buah. Selain itu hati ayam merupakan organ bagian dalam yang memungkinkan untuk dapat diolah kembali menjadi produk yang bergizi dan nilai ekonomis. (Santosa, 2019)

Hati ayam merupakan tempat penyimpanan besi sehingga mengandung besi dengan kadar yang dibutuhkan untuk mencegah anemia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin yang signifikan setelah pemberian intervensi berupa konsumsi hati ayam selama 14 hari. Hal tersebut menunjukkan bahwa konsumsi hati ayam dapat dianjurkan untuk remaja dalam

melmbantu melnlningkatkan kadar haelmoglobln dan melmelnuhil kelbutuhan zat belsil, selhlnngga dilharapkan dapat melngurangil keljadlan anelmila.

Melnurut asumsil pelnelliltl hatil ayam elfelktlfl dalam melnlningkatkan kadar Hb karelna melngandung zat belsil yang cukup tlnggil yalltu selbelsar 8,99 mg/100 gr. Sellalln lltu, mlnelral yang belrasal daril hatil ayam lelblh mudah dilabsorbsil karelna melngandung lelblh seldilkilt bahan pelngilkat mlnelral.

Perbandingan Efektivitas telur ayam dan hati ayam Terhadap peningkatkan kadar Hb.

Belrdasarkan hasill pelngkajlan, pelmbelrilan tellur relbus dan hatil ayam sama-sama elfelktlfl dalam melnlningkatkan kadar Hb namun pelmbelrilan hatil ayam lelblh elfelktlfl delngan selllslh Hb selbelsar 0,1 pada kunjungan haril kel 3.

Hasill pelnelliltlan lnll melnunjukkan bahwa pelmbelrilan hatil ayam lelblh elfelktlfl dalam melnlningkatkan kadar Hb dilbandilngkan delngan pelmbelrilan tellur ayam.

Hb yang relndah atau bilasa yang dilselbut anelmila pada relmaja dapat melnyelbakkan keltelrlambatan pelrtumbuhan flsilk, gangguan pelrllaku selrta elmosilonal. Hal lnll dapat melmpelngaruhil prosels pelrtumbuhan dan pelrkelmbangan sell otak selhlnngga dapat melnllmbulkan daya tahan tubuh melnurun, mudah lelmas dan lapar,onselntrasil bellajar telrganggu, prelstasil bellajar melnurun selrta dapat melngaklilbatkan produktlvtas kelrja yang relndah, produktlvtas melnurun,sulilt belronselntrasil selrta daya tahan tubuh lelmah selhlnngga mudah telrselrang pelnyakilt ( Priljatml, 2019).

Gangguan lnll juga dapat melnllmbulkan masalah - masalah relproduksil dilmana relmaja belranjak daril masa kanak-kanak melnjadil delwasa dan tumbuh relatlfl celpat selhlnngga belntuk dan fungsil belrubah. Billa hal lnll telrganggu maka prosels melnstruasil akan telrganggu melnyelbakkan gangguan pada prosels kelhamillan, bahkan billa hamill akan melngalamil pelrdarahan, selhlnngga pelntilng selkalil untuk dapat melngkonsumsil tellur lnll selbagai altelrnatlfl untuk pelnambahan zat belsil pada relmaja (Tarwoto, 2020)

Pelnatalaksanaan anelmila dapat dillakukan delngan belrbagail cara selpelrtl melngkonsumsil tablelt Fel. Tablelt Fel adalah suatu tablelt mlnelral yang sangat dilbutuhkan untuk melmbelntuk sell darah melrah (helmoglobln). Salah satu unsur pelntilng dalam prosels pelmbelntukan sell darah melrah adalah adanya kandungan tablelt Fel. Namun pelngeltahuan yang telrbillang mlnilmal melngelnail anelmila oleh relmaja putril melnllmbulkan melncelgah yang mlnilm pula atas keljadlan anelmila, oleh selbab lltu relmaja putril pelrlu dilbelkalil delngan pelngeltahuan telntang anelmila dan pola asupan makanan selbagai telrapil bagil pelndelrlta anelmila, salah satu bahan makanan yang cocok bagil pelndelrlta anelmila adalah tellur dan hatil ayam (Karyatil, 2019).



Asumsi penelitian bahwa hati ayam lebih efektif dibandingkan dengan telur ayam dikarenakan kandungan zat besi lebih tinggi pada hati ayam yaitu sebesar 8,99 mg/100 gr dibandingkan dengan telur ayam yang mengandung 0,9 mg zat besi. dan juga dipengaruhi oleh kebiasaan mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan sebagai sumber vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi dalam tubuh.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Hb pada Nn A dan Nn D didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Telur ayam lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb dari nilai Hb 11 gr%, hari ke 7 menjadi 11,6 gr/dl dan hari ke 14 menjadi 12,1 gr% .
2. Hati ayam lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb dari nilai Hb 11,2 gr%, hari ke 7 menjadi 11,8 gr/dl dan hari ke 14 menjadi 12,3 gr%.
3. Pemberian hati ayam lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb dibandingkan dengan pemberian telur ayam, dengan perbandingan Hb antara 12,1 gr% dan 12,3 gr%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Q.F Romandani TR. Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMPN 237 Jakarta. *J Pelrsat Pelrawat*. 2020;3(4):193–2020.
- WHO. The Global Prevalence Of Anemia in 2011. In: World Health Organization. Geneva; 2022.
- A Muhyati DR. Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *J Ilmu Ilmu Keperawatan [Intern]*. 2019;1(9):563–70. Available from: <https://doi.org/10.33221/jilil.v9i101.183>
- A Silanturi, Masinta MKNS. Sistem Pakar untuk Pertanian Indonesia Berbasis Android dengan Metode Naïve Bayes. *J Sist Inf*. 2019;8:436–45.
- Prawilrohardjo S. Ilmu Keperawatan. Jakarta: PT Bumi Pustaka; 2009.
- Wildyastuti, P HEIA. Gizi Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EIGC; 2016.
- Wati. Keperawatan Perilaku Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil. 2019;45(45):95–8.
- Nurinda, Ishaq Nusu, Rahmat Zarkasyil, Rasidah Wahyuni Saril. Efektivitas Pemberian Hati Ayam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri. *Meldila Publ Promosi Kesehatan Indonesia*. 2022;5(10):1303–7.
- A P Sari R. Faktor yang berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III. 2020;2(1):334–43.

- Watil D W, Felbry F RA. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Defisiensi Zat Besi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Gandus Palembang. *J Ilmu Kesehatan Masy.* 2016;7:42–7.
- WHO. Iron Deficiency Anemia Assessment, Prevalence Control Guidelines. 2020.
- Ulpah U, Fauzil A. Efektivitas Pemeriksaan Tellur dan Vitamin C terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III. *Malahayati Nurs J.* 2023;5(2):601–15.
- Abdullah VII, Fauzilah THN, Pongoh A. Perbedaan Kadar Hemoglobin Antara Ibu Hamil Yang Mengonsumsi Telur Ayam Rebus Dan Buah Pepaya. *Malahayati Nurs J.* 2022;4(5):1089–101.
- Paurina R, Masluroh. Efektivitas Pemeriksaan Bayam dan hati Ayam Terhadap Perubahan kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *J Nurs Community.* 2022;13(1):119–22.
- Santrock JW. Perkembangan Anak. 2nd ed. Jakarta: Erlangga; 2007.
- Nillma, Anjanil AD, Sari DJE. Asuhan Kebidanan pada Remaja NNP yang mengonsumsi Telur Terhadap Defisiensi Anemia pada Remaja Putri di Puskesmas TG Balai Karimun. *Zo Kebidanan.* 2020;10(3):7–13.
- Creswell JW. Penelitian Kualitatif dan Desain Riset. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2014.
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2017.
- Badriah D. Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. Bandung: PT Refika Aditama; 2014.
- Cahyaningrum HD. Hubungan Antara Body Mass Index Dengan Status Gizi pada Remaja Putri Kelas XII IPS Di SMA Batik 1 Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). 2013.