

Efektivitas Pemberian Ubi Jalar Ungu Pada Ibu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin :*Narrative Review*

Ranti*, Ika Avrlina Haryono¹ Zulliati²

¹Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

² Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

*Correspondance author: Telepon: 082358077959, E-mail: ranti1715@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Banyak ibu hamil yang mengalami anemia selama masa kehamilan karena ibu hamil mengalami perubahan fisiologis pada setiap trimester sehingga menyebabkan rendahnya kadar hemoglobin. Pemberian ubi jalar ungu salah satu terapi komplementer yang dapat membantu ibu dalam meningkatkan kadar hemoglobin

Tujuan: Mengkaji efektivitas pemberian ubi jalar ungu pada ibu hamil terhadap peningkatan kadar hemoglobin dengan literatur review pada beberapa artikel yang relevan.

Metode: Metode pencarian artikel ini dengan menggunakan kata kunci ubi jalar ungu untuk ibu hamil anemia, *iron and purple sweet potato* dari *database* portal garuda, DOAJ dan google scholar adapun kriteria inklusi yang digunakan artikel yang akan ditelaah berdasarkan kata kunci, artikel berupa *full paper* dan tidak terbatas metode artikel yang akan direview serta artikel minimal terbitan 5 tahun kebawah.

Hasil: Dari beberapa artikel menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dalam bentuk rebusan, snack, dan sulfaktan dapat meningkatkan kadar hemoglobin karena ubi jalar ungu memiliki kaya akan kadar zat besi 4 mg dan vitamin C 20 mg

Simpulan: Ubi jalar ungu merupakan suatu makanan alternative yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin didalam sel darah merah terhadap ibu hamil.

Kata Kunci: Ubi jalar Ungu, Kadar hemoglobin, Ibu hamil

***Effectiveness Of Maternal Purple Sweet Potato Feeding On Increasing Hemoglobin Levels
:Narrative Review***

Abstract

Background: Many pregnant women experience anemia during pregnancy because pregnant women experience physiological changes in each trimester, causing low hemoglobin levels. Giving purple sweet potato is a complementary therapy that can help mothers in increasing hemoglobin levels.

Methods: : The search method for this article uses the keyword purple sweet potato for anemia pregnant women, iron and purple sweet potato from Garuda, DOAJ and Google Scholar portal database. Method of article to be reviewed and articles published at least 5 years and under.

Results: Several articles state that giving purple sweet potato in the form of stew, snack and sulfactants can increase hemoglobin levels because purple sweet potatoes are rich in iron levels of 4 mg and vitamin C 20 mg.

Conclusion: Purple sweet potato is an alternative food that can help increase hemoglobin levels in red blood cells in pregnant women.

Keywords: Purple Sweet Potatoes, Hemoglobin Levels, Pregnant Women

Pendahuluan

Angka Kematian Ibu (AKI) pada masa kehamilan dan masa nifas merupakan salah satu faktor utama untuk menentukan keberhasilan dalam layanan kesehatan, sehingga semakin rendah angka kematian ibu (AKI) pada masa kehamilan dan masa nifas sehingga semakin tinggi tingkat keberhasilan dalam melakukan pelayanan terhadap masyarakat.

Menurut WHO angka kematian ibu pada tahun 2015 tercatat sebanyak 206 per 100.000 kelahiran hidup atau dari jumlah

perkiraan sekitar 303.000 kematian dan dinegara berkembang AKI tercatat sebanyak 302.000 kematian dari 12 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab kematian ibu dalam masa kehamilan dan masa nifas terdapat tiga faktor utama yakni perdarahan tercatat sebanyak 20%, hipertensi dalam kehamilan tercatat sebanyak 32% dan infeksi tercatat sebanyak 18%. Angka kejadian anemia pada ibu hamil tercatat sebanyak 31,9% sedangkan pemberian Fe menurut WHO tercatat sebanyak 85% sedangkan target pemerintah pemberian Fe adalah 95% (WHO 2015).

Di Indonesia angka kematian ibu pada tahun 2019 tercatat sebanyak 4.221 per 4.778.621 kelahiran hidup. Penyebab kematian ibu dalam kehamilan dan masa nifas terdapat tiga faktor utama yakni perdarahan tercatat sebanyak 1.280 kasus, hipertensi dalam kehamilan tercatat sebanyak 1.066 kasus dan infeksi tercatat sebanyak 207 kasus. Angka kejadian anemia pada ibu hamil tercatat sebanyak 48,9% sedangkan pemberian tercatat sebanyak 92,8% sedangkan target pemerintah pemberian fe pada 98% (Profil Kesehatan Indonesia 2019).

Di Kalimantan pada tahun 2019 tercatat sebanyak 354 per 221.32 kelahiran hidup. Penyebab kematian ibu dalam masa kehamilan dan masa nifas terdapat tiga faktor utama yakni perdarahan tercatat sebanyak 117 kasus, hipertensi dalam kehamilan tercatat sebanyak 87 kasus dan infeksi tercatat sebanyak 16 kasus. Angka kejadian anemia tahun 2019 pada ibu hamil tercatat sebanyak 21,5% sedangkan pemberian fe tercatat sebanyak 6,5% sedangkan target pemerintah pemberian fe tercatat sebanyak 98% (Profil

Kesehatan Indonesia 2019) Hubungan anemia yang menyebabkan kematian ibu bisa disebabkan oleh perdarahan karena terjadinya atonia uteri. Pada saat persalinan adanya gangguan his, kekuatan mengejan, fase laten dan aktif yang berlangsung lama sehingga dapat diikuti dengan retensio plasenta maka akan terjadi perdarahan post partum (Rahayu & Suryani, 2018).

Upaya pemerintah dalam menanggulangi anemia dengan beberapa program yang telah diberikan misalnya melakukan 10 T dalam pelayanan antenatal care salah satunya dengan memberikan pemberian 90 tablet zat besi selama masa kehamilan. Namun dampak dari pemberian table fe dapat menimbulkan efek samping bagi ibu hamil seperti mual, muntah dan dapat menyebabkan sembelit karena menurut penelitian Winda Agustina 2019 tablet zat besi mengandung FeSO₄ 320 mg (zat besi 60 mg) dan asam folat 0,25 mg.

Banyak faktor yang menjadi kendala pemerintah dalam program memberikan table zat besi seperti tidak terjangkau tempat

pelayanan kesehatan dan kurang pemahaman kader tentang cara mengkonsumsi table zat besi yang benar sehingga ibu hamil tidak mengetahui cara mengkonsumsi tablet zat besi yang benar. Efek samping dari tablet Fe seperti mual, muntah dan warna BAB kehitaman membuat ibu enggan untuk mengkonsumsi tablet Fe oleh karena itu untuk mengatasi masalah tersebut perlu makanan tambahan yang banyak mengandung zat gizi terutama pada zat besi (Fe) sangat dibutuhkan oleh seorang ibu hamil bisa didapat dari umbi-umbian salah satunya menggunakan ubi jalar ungu.

Menurut Nurdjanah *et al.* 2019 Ubi jalar ungu merupakan tumbuhan merambat yang tumbuh disegala cuaca. Ubi jalar ungu adalah ubi jalar yang kulit maupun dagingnya berwarna ungu pekat. Ubi jalar ungu sangat bagus terhadap zat besi bagi ibu hamil karena kandungan ubi jalar ungu banyak mengandung zat besi sehingga ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kandungan fe didalam ubi jalar ungu.

Menurut penelitian Hepi Hapsari *et al.* 2019 salah satu faktor utama dapat berpengaruh pada ubi jalar ungu misalnya suhu, kelembapan udara, curah hujan, penyinaran matahari, keadaan angin, keadaan tanah, letak geografis, fotografi serta sifat tanah sehingga perbedaan lingkungan tanama ubi jalar dapat mempengaruhi perkembangan dan hasilnya sangat berbeda terhadap kualitas maupun kuantitasnya.

Menurut Elisa ulfiana *et al.* 2019 pemberian ubi jalar ungu pada ibu hamil dapat membantu kebutuhan gizi terutama pada kebutuhan zat besi karena ibu hamil akan membutuhkan zat besi sekitar 3,5-4 mg dalam sehari oleh karena itu table fe masih belum cukup untuk memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil oleh sebab itu akan diberikan makanan tambahan dengan ubi jalar ungu karena didalam ubi jalar ungu mengandung Fe sebanyak 4 mg selain itu ubi jalar ungu mengandung Vitamin C 20 mg dalam 100 gram ubi jalar ungu, ketika ibu hamil mengkonsumsi ubi jalar ungu akan meningkatkan daya serap zat besi didalam

tubuh sehingga terjadi absorpsi terutama terjadi pada bagian atas usus halus (duodenum) dengan peranan protein, didalam protein terdapat dua alat yang berperan penting dalam sel mukosa usus halus yang sangat membutuhkan penyerapan zat besi seperti transferin dan feritinin. Tranferin berfungsi untuk mengangkut zat besi dari saluran pencernaan kedalam sel mukosa dan memindahkan ke tranferin reseptor sehingga dengan adanya tranferin zat besi akan diangkut melalui darah sampai kesemua jaringan didalam tubuh. Penelitian Farida Amalia Yuliandani *et al* (2017) menjelaskan bahwa hasil penelitian dengan menggunakan *quasi experiment* dan menggunakan *Pretest-Posttest design with kontrol group* dengan metode memberikan ubi jalar ungu kepada kelompok yang ingin di intervensi serta diberikan tablet fe sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan tablet fe dengan jumlah responden 44 orang dan hasil yang didapatkan ubi jalar ungu berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Penelitian Mutia Felina (2017) menjelaskan

bahwa hasil penelitian dengan menggunakan *quasi experiment* dan menggunakan *Pretest-Posttest design with kontrol group* dengan metode memberikan ubi jalar ungu kepada kelompok yang ingin di intervensi tanpa makanan tambahan lainnya dengan jumlah responden 7 orang dan hasil yang didapatkan ubi jalar ungu berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Berdasarkan uraian di atas dari beberapa literature review peneliti tertarik untuk menelaah tentang Efektivitas Pemberian Ubi Jalar Ungu Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin.

Metode

Metode *narrative review* yang digunakan dengan melakukan telaah artikel pada perangkat software atau komputer dengan sumber yang relevan dari Portal Garuda dan Google Scholar DOAJ dengan kata kunci ubi jalar ungu untuk ibu hamil anemia dan *iron and purple sweet potato*. Penelusuran yang dilakukan dalam menelaah literatur review dari sejak bulan September

hingga bulan November tahun 2020.

Pembahasan

Menurut hasil penelitian Amalia, Dewi and Ratri, 2017 dari hasil analisis artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 4 mg dan vitamin C 20 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara direbus selama 30 menit sebanyak 100 gram per hari selama 1 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Menurut hasil penelitian Infatnt, Natal, Moreira et al, 2017 dari analisis artikel ini membahas mencit wistar dengan metode analitik eksperimental yang dimana dilakukan uji secara praklinis pada mencit wistar yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 107,57 ug/g dan vitamin C 66,89 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan

cara pemberian kue kering yang telah dihancurkan sebanyak 300 mg per hari selama 3 minggu hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada mencit wistar.

Menurut hasil penelitian Masud, Rochimiwati and Adam, 2017 Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental semu yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Snack ubi jalar ungu dan tepung ikan gabus mengandung fe 4 mg dan vitamin C 20 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara pemberian snack selama 30 menit sebanyak 66,5 gram per hari selama 30 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Menurut hasil penelitian Mutia Felina 2019 dari analisis rtikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang

dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 4 mg dan vitamin C 20 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara direbus selama 30 menit sebanyak 100 gram per hari selama 1 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Menurut hasil penelitian Yanuar Eka Pujijastutik *et al*, 2019 dari hasil analisis artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe dan vitamin C yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara dibaut biscuit sebanyak 100 gram per hari selama 3 bulan hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Menurut hasil penelitian *Regina, Acang, Kharisma, 2020* dari analisis Artikel ini

membahas mencit betina dengan metode analitik eksperimental yang dimana dilakukan uji secara praklinis pada mencit betina yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe dan vitamin C yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara pemberian air ubi jalar sebanyak 300 mg per hari selama 24 jam hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada mencit betina.

Menurut hasil penelitian Rimawati, Kusumawat, Gamelia *etal*, 2018 dari hasil analisis artikel ini membahas ibu hamil dengan metode literature review yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu kaya akan fe 4 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada wanita hamil.

Menurut hasil penelitian Roelinda Jongstra *et al*, 2020 dari hasil analisis artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia

sebanyak 24 responden. Ubi jalar ungu mengandung fe, vitamin A dan vitamin C yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar sebanyak 100 gram per hari selama 2 minggu hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Menurut hasil penelitian Syarfaini, Et Al, 2017 dari hasil analisis artikel ini membahas ubi jalar ungu dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 107,57 ug/g dan Vitamin C 66,89 mg yang tinggi sehingga ubi jalar ungu dengan diolah mejadi biscuit yang kaya akan fe diberikan selama 2 minggu hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian biscuit ubi jalar ungu dapat mencegah anemia pada ibu hamil.

Menurut hasil penelitian Ulfiana, Dewi, Ratri, 2019 dari hasil analisis artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 4 mg dan vitamin

C 20 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara direbus selama 30 menit sebanyak 100 gram per hari selama 2 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan.

Simpulan

Berdasarkan pemberian ubi jalar ungu dari beberapa artikel yang telah ditelaah menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dalam bentuk direbusan sebanyak 100 gram pada setiap hari dengan lama dikonsumsi selama 1 minggu sehingga kadar hemoglobin pada ibu hamil mengalami peningkatan yang sangat signifikan sedangkan pemberian ubi jalar ungu dalam bentuk snack sebanyak 66,5 gram pada setiap hari dengan lama dikonsumsi selama 30 hari sehingga kadar hemoglobin pada ibu hamil mengalami peningkatan yang sangat signifikan serta pemberian ubi jalar ungu dalam bentuk sulfaktan dengan dosis 300 mg diberikan pada setiap hari dengan lama dikonsumsi selama 3 minggu sehingga ubi

jalar ungu pada mencit betina yang dalam kondisi hamil mengalami peningkatan yang sangat signifikan terhadap kadar hemoglobin. Ubi jalar ungu mengandung zat besi dan vitamin c yang tinggi sehingga mampu mempercepat proses penyerapan zat besi di dalam tubuh.

<article/view/21288/12082>. [Diakses 20 September 2020]

Hatini E.E. 2019 *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Malang: Wineka Media

Infante, Natal, Moreira, Bastiani et al. 2017. *Enriched Sorghum Cookies With Biofortified Sweet Potato Carotenoids Have Good Acceptance And High Iron Bioavailability*. *Journal Elsevier*, 38(1), Pp. 89-99. DOI: 10.1016/J.JFF.2017.08.044. [Diakses 28 September 2020]

Daftar Pustaka

Pemberian Konsumsi Ubi Jalar Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III *Jurnal Riset Kesehatan*, 6(2), Pp. 28-34. DOI: [10.31983/jrk.v6i2.2930](https://doi.org/10.31983/jrk.v6i2.2930). [Diakses 28 September 2020]

Jongstra, Mwangi, Burgos, Zeder et al. 2020. *Absorption From Iron-Biofortified Sweetpotato Is Higher Than Regular Sweetpotato In Malawian Women While Iron Absorption From Regular And Iron-Biofortified Potatoes Is High In Peruvian Women*. *Journal Of Nutrition*, 6(1), Pp.3094-3102. DOI: [10.1093/jn/nxaa267](https://doi.org/10.1093/jn/nxaa267). [Diakses 30 September 2020]

Alamsyah. 2020. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Penyakit Anemia Pada Ibu Hamil Usia Kehamilan 1-3 Bulan Diwilayah Kerja Puskesmas Bontomarannu Kabupaten Gowa. *Jurnal JIP*, 1(2), Pp. 41-48. DOI:[10.47492/jip.v1i2.48](https://doi.org/10.47492/jip.v1i2.48). [Diakses 1 September 2020]

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. *Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat*. Available at: <https://kesmas.kemkes.go.id/> [Diakses 30 September 2020]

Fasha, R. 2019. Hubungan Anemia Dalam Kehamilan Dengan Kejadian Perdarahan Postpartum Di RSUD Muhammadiyah Bantul Tahun 2018. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 3(2), Pp. 102-105. Available <http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1648241>. [Diakses 21 Oktober 2020]

Masud, Rochimiwati and Adam. 2018. *Effect of Purple Sweet Potato Snack and Gabus Fish Flour on Pregnant Women*. *Journal Of Advanced Research*, 6(2), Pp. 1137-1147. DOI: 10.21474/IJAR01/6539. [Diakses 29 September 2020]

Hapsari, Rasmikayati, Karuniawan and Saefudin. 2019. *Karakteristik Petani Dan Profil Usaha Tani Ubi Jalar Di Kecamatan Arjasari Kabupaten Bandung*. *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 21(3), Pp. 247-255. Available at: <http://jurnal.unpad.ac.id/sosiohumaniora/>

Meri R. 2018. *Analisis Kejadian Anemia Dalam Kehamilan Berdasarkan Umur Paritas Dan Status Gizi*. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 9(3), Pp. 382-391. Available at: <http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1144604>. [Diakses 22 Oktober 2020]

- Mutia F. 2020. *Sweet Potatoes Consumption on Increased Hemoglobin Levels in First Trimester Pregnant Women*. *Journal of midwifery*, 1(1), Pp. 9-11. DOI: [10.35730/blsm.v1i1.467](https://doi.org/10.35730/blsm.v1i1.467). [Diakses 29 September 2020]
- Oktaviani. 2018. *Faktor Asupan Zat Besi Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Skala Kesehatan*, 9(1), Pp.1-6. DOI: [10.31964/jsk.v9i1.145](https://doi.org/10.31964/jsk.v9i1.145) [diakses: 19 Oktober 2020]
- Pujiastutik, Refina, Winarno. 2019. *Efikasi Fortifikasi Sebagai Determinan Anemia Kehamilan Dengan Biscuit Sweet Potato (Ipomoea batatas L)*. *Jurnal winata*, 7(1) Pp. 69-77. Available at: <https://ojs.iik.ac.id/index.php/wiyata/article/view/256>. [Diakses 31 Oktober 2020]
- Putri, YR dan Hasnita E. 2020. *Asuhan Keperawatan Maternal Pada Kasus Maternitas Pada Kasus Komplikasi Kehamilan Persalinan dan Nifas*. Banyumas: CV. Pena Persada.
- Queenie Ann L. Curayag, Erlinda Ignacio Dizon and Wilma A. Hurtada. 2019. *Antioxidant Activity, Chemical And Nutritional Properties Of Raw And Processed Purple-Fleshed Sweet Potato (Ipomoea batatas Lam)*. *Cogent Food & Agriculture*, 5(1), Pp. 2-13. DOI: [10.1080/23311932.2019.1662930](https://doi.org/10.1080/23311932.2019.1662930). [Diakses 30 Oktober 2020]
- Rismawati, Rhmatin. 2018. *Analisis Penyebab Terjadinya Anemia Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Media Informasi Poltekkes_Kemendes Tasikmalaya* 14(10) Pp. 168-176. DOI: [10.37160/bmi.v14i1.168](https://doi.org/10.37160/bmi.v14i1.168) [Diakses 2 Desember 2020]
- Rossleyn. 2016. *Strategi Dalam Penggulangan Pencegahan Anemia Pada Kehamilan*. *Jurnal Ilmiah Widya*, 3(3), Pp. 1-9. Available at: <http://e-journal.jurwidyakop3.com/index.php/jurnal-ilmiah/article/view/255/223> [Diakses 21 Oktober 2020]
- Reni Yuli Astutik. 2018. *Anemia dalam kehamilan*. Jakarta: CV. pustaka abadi.
- Salim, Dharma and Mardiah. 2017. *Pengaruh kandungan antosianin dan antioksidan pada proses pengolahan ubi jalar ungu*. *Jurnal Zarah*, 5(2), Pp. 7-12. DOI: [10.31629/zarah.v5i2.209](https://doi.org/10.31629/zarah.v5i2.209). [Diakses 20 Oktober 2020]
- Surpani, Fitriyani and Aisyah. 2020. *Pengaruh Pemberian Ubi Jalar Ungu (Ipomoea Batatas) Terhadap Peningkatan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil Dengan Kekurangan Energi Kronis Di Wilayah Puskesmas Kedungwuni II Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan Tahun 2018*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(1), Pp. 62-67. DOI: [10.26753/jikk.v16i1.428](https://doi.org/10.26753/jikk.v16i1.428) [Diakses 28 Oktober 2020]
- Syarfaini, Satrianegara and Amriani. 2017. *Analisis Kandungan Zat Gizi Biscuit Ubi Jalar Ungu Sebagai Alternatif Perbaikan Gizi Masyarakat*. *Jurnal Al-Siah*, 9(2), Pp.138-152. DOI: [10.24252/as.v9i2.3763](https://doi.org/10.24252/as.v9i2.3763). [Diakses 30 September 2020]
- Rimawati E, Kusumawati E, Gamelia E, Sumarah dan Nugraheni SR. 2018. *Intervensi Suplemen Makanan Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(3), Pp. 161-170. DOI: [10.26553/jikm.v9i3.307](https://doi.org/10.26553/jikm.v9i3.307). [Diakses 21 Oktober 2020]

Ulfiana, Dewi, Ratri. 2019. *Pengaruh Pemberian Ubi Jalar Ungu terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Kebidanan, 9(1), Pp. 90-96. DOI: [10.31983/jkb.v9i1.4027](https://doi.org/10.31983/jkb.v9i1.4027). [Diakses 28 September 2020]*

Wulandari. 2015. *Honey to prevent iron deficiency anemia in pregnancy. Medical Journal Of Lampung University, 4(3), Pp. 90-95. Available at: <https://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/556> [Diakses 29 Oktober 2020]*

Xu, Dizon and Hurtada 2015. *Characterisation and stability of anthocyanins in purple-fleshed sweet potato P40. Jounals Food Chemistry, 186(1), Pp. 90-96. DOI: 10.1016/j.foodchem.2014.08.123. [Diakses 6 Oktober 2020]*

Tabel Telaah Artikel

Author Tahun	Bahasa	Sumber Artikel	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil	Analisis
Amalia, Dewi and Ratri, 2017	Indonesia	DOAJ Penerbit Riset Kesehatan Jurnal	Untuk mengetahui pengaruh mengkonsumsi ubi jalar ungu pada kadar hb ibu hamil	Eksperimental semu dengan <i>pretest-osttest design</i> dan menggunakan <i>purposive sampling</i>	Ada pengaruh pemberian ubi jalar ungu terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi dengan p value 0,000 karena ubi jalar ungu mengandung zat besi dan vit c yang tinggi	Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 4 mg dan vitamin C 20 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara direbus selama 30 menit sebanyak 100 gram per hari selama 1 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.
Infant, Natal, Moreira Et Al, 2017	Inggris	Google Scholer Penerbit <i>Journal Of Functional Foods</i>	Untuk menganalisis kue sorgum yang diperkaya dengan karotenoid ubi jalar memiliki zat besi yang tinggi	Analitik eksperimental dan menggunakan deplesi penuh	Ada pengaruh kue sorgum dengan bahan dasar ubi jalar pada kadar hemoglobin pada dengan p value 0,005 karena ubi jalar mengandung zat besi	Artikel ini membahas mencit wistar dengan metode analitik eksperimental yang dimana dilakukan uji secara praklinis pada mencit wistar yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 107,57 ug/g dan vitamin C 66,89 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara pemberian kue kering yang telah dihancurkan sebanyak 300 mg per hari selama 3 minggu hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada mencit wistar.
Masud, Rochimiwati and Adam, 2018	Inggris	Portal Garuda Penerbit <i>Journal Of Advanced Research</i>	Untuk mengetahui apakah efektivitas ubi jalar ungu dapat meningkat kadar hb wanita hamil	Eksperimental semu dengan <i>pretest-posttest design</i> dan menggunakan <i>random sampling</i>	Ada perbedaan kadar hb pada kelompok yang dilakukan intervensi dengan p value 0,000 karena ubi jalar ungu mengandung vitamin dan minelar yang tinggi.	Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental semu yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Snack ubi jalar ungu dan tepung ikan gabus mengandung fe 4 mg dan vitamin C 20 mg yang tinggi sehingga

Author Tahun	Bahasa	Sumber Artikel	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil	Analisis
						<p>pemberian ubi jalar dengan cara pemberian snack selama 30 menit sebanyak 66,5 gram per hari selama 30 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil</p>
Mutia Felina, 2019	Inggris	Portal Garuda Penerbit <i>Journal Of Midwifery</i>	Untuk mengetahui pengaruh ubi jalar terhadap hb ibu hamil	Eksperimental dengan rancangan <i>one group pretest-osttest design</i> dan menggunakan teknik <i>non probalitiy sampling</i> dengan menggunakan <i>purposive sampling</i>	Terdapat pengaruh ubi jalar dengan kadar hb pada kelompok intervensi dengan p value 0,004 karena ubi jalar ungu mengandung zat besi.	Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengadung fe 4 mg dan vitamin C 20 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara direbus selama 30 menit sebanyak 100 gram per hari selama 1 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil
Pujiastutik, Refina, Winarno et al. 2019	Indonesia	Google Scholar Penerbit Winata Jurnal	Untuk menganalisis pengaruh pemberian ubi jalar terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil	<i>tru eksperimen</i> dengan rancangan <i>one group dengan pretest-posttest design</i> dan menggunakan <i>purposive sampling</i>	Terdapat pengaruh <i>biscuit</i> ubi jalar ungu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi p value 0,007 karena ubi jalar ungu mengandung fe, vitamin A dan C yang tinggi.	Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengadung fe dan vitamin C yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara dibaut biscuit sebanyak 100 gram per hari selama 3 bulan hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil

Author Tahun	Bahasa	Sumber Artikel	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil	Analisis
Regina, Kharisma, 2020	Acang, Inggris	Google Scholar Penerbit Elsevier Journal	Untuk mengetahui efek toksisitasi akut ekstrak air ubi jalar ungu pada hemotologi	Analitik eksperimental dan menggunakan <i>random assignment sampling</i>	Terdapat pengaruh air ubi jalar ungu terhadap peningkatan kadar hb pada tikus dengan p value 0,005 karena ubi jalar mengandung zat besi	Artikel ini membahas mencit betina dengan metode analitik eksperimental yang dimana dilakukan uji secara praklinis pada mencit betina yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe dan vitamin C yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara pemberian air ubi jalar sebanyak 300 mg per hari selama 24 jam hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada mencit betina.
Rimawati, Kusumawati, Gamelia, et al, 2018	Indonesia	Google Scholar Penerbit Ilmu Kesehatan Masyarakat jurnal	Untuk mengetahui hubungan intervensi suplemen makanan yang berbahan dasar ubi jalar ungu terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil	Literatur Review	Ada hubungan antara intervensi suplemen makanan yang berbahan dasar ubi jalar ungu terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil karena pemberian suplemen Fe dan asupan makanan yang mengandung zat besi seperti ubi jalar, yang membantu penyerapan (<i>Enhancer</i>) zat besi seperti vitamin C serta protein.	Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode literature review yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu kaya akan fe 4 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada wanita hamil
Roelinda Jongstra Et Al, 2020	Inggris	Google Scholar Penerbit <i>Journal Of Nutrition</i>	Untuk menilai absorpsi zat besi di ubi jalar ungu dalam peningkatan kadar hb pada ibu hamil	Eksperimental dan menggunakan <i>random sampling</i>	Terdapat pengaruh ubi jalar ungu dalam peningkatan kadar hb pada kelompok intervensi dengan p value 0,001 karena ubi jalar ungu mengandung fe, vitamin A dan C yang tinggi.	Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 24 responden. Ubi jalar ungu mengandung fe, vitamin A dan vitamin C yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar sebanyak 100 gram per hari selama 2 minggu hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Author Tahun	Bahasa	Sumber Artikel	Tujuan	Metode Penelitian	Hasil	Analisis
Syarfaini, Et Al, 2017	Indonesia	Google Scholar Penerbit Alsiah	Untuk mengetahui kandungan zat gizi pada biscuit ubi jalar ungu	Eksperimentatif dengan desain <i>true-eksperimen</i> dengan <i>Posttest Only Control Group Design</i>	Ubi jalar ungu mengandung karbohidrat 16,26%, protein 4,51%. Lemak 21,50%, Fe 107, 57 ug/g dan Vitamin C 66,89 mg. sehingga biscuit ubi jalar ungu dapat mencegah anemia	Artikel ini membahas ubi jalar ungu dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 107, 57 ug/g dan Vitamin C 66,89 mg yang tinggi sehingga ubi jalar ungu dengan diolah mejadi biscuit yang kaya akan fe diberikan selama 2 minggu hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian biscuit ubi jalar ungu dapat mencegah anemia pada ibu hamil.
Ulfiana, Dewi, Ratri, et al, 2019	Indonesia	Portal Penerbit Kebidanan	Untuk mengetahui pengaruh pemberian ubi jalar ungu pada ibu hamil yang kadar hb rendah	Eksperimental semu dengan <i>pretest-osttest design</i> dan menggunakan <i>purposive sampling</i>	Terdapat perbedaan kadar hb pada kelompok intervensi dengan hasil p value 0,000 karena ubi jalar memiliki kandungan karbohidrat yang tinggi sehingga membuat ubi jalar dapat dijadikan sumber kalori serta kaya akan fed an vit c	Artikel ini membahas ibu hamil dengan metode eksperimental yang dimana sudah diuji secara klinis pada ibu hamil yang mengalami anemia. Ubi jalar ungu mengandung fe 4 mg dan vitamin C 20 mg yang tinggi sehingga pemberian ubi jalar dengan cara direbus selama 30 menit sebanyak 100 gram per hari selama 2 minggu pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok control diberika tablet zat besi sebanyak 100 mg pada malam hari namun hasil dari artikel ini menyatakan bahwa pemberian ubi jalar ungu dapat meningkatkan

