



DAYA TERIMA DAN KADAR ZAT BESI (FE) SERUNDENG AMPAS KELAPA

Amiroh¹, Armita Athennia², Desi Ramayanti³

Program Studi S1 Gizi, Universitas Mohammad Husni Thamrin, Jakarta

Email: armita.ath@gmail.com

ABSTRACT

Coconut pulp is a by-product of coconut milk processing. Coconut pulp is known to have a high iron content so that its potential to be food iron sources. Serundeng is a complementary food used in the community. The purpose of this study was to determine the effect of coconut substitution by coconut pulp on the organoleptic properties and acceptabilities as well as the increasing in iron (Fe) levels. This study was experimental with 5 treatments, P1 (0 gr of coconut pulp), P2 (25 gr of coconut pulp), P3 (50 gr of coconut pulp), P4 (75 gr of coconut pulp), P5 (100 gr of coconut pulp). This study used the ANOVA test and continued with DMRT when there was a significant influence. The results of the hedonic quality test showed that there was an influence of coconut pulp substitution on aspects of color, compactness, taste and aroma. On hedonic tests it is known that there was no significant influence. The iron content of coconut pulp (P5) is 2.75 mg / 100g. There was an increase in iron content by 27% when compared to pure coconut group.

Keyword: Serundeng, Coconut pulp, Organoleptic, Iron

PENDAHULUAN

Serundeng merupakan makanan pelengkap yang berasal dari Indonesia, biasanya disajikan bersamaan dengan makanan pokok. Serundeng terbuat dari kelapa parut yang dipadukan dengan bumbu kemudian digoreng atau disangrai hingga kering dan menghasilkan berwarna kuning kecoklatan (Herdyanto, 2015). Ampas kelapa merupakan hasil sampingan pengolahan pembuatan santan kelapa. Meskipun bukan produk utama, ampas kelapa diketahui masih memiliki nilai gizi yang tinggi (Yulvianti, 2015). Menurut TKPI (2013), dalam 100gr ampas kelapa memiliki kandungan energi 368 kal, protein 23g, lemak 15g, karbohidrat 40g, dan besi 41.5mg. Substitusi kelapa dengan ampas kelapa pada pembuatan serundeng berpotensi meningkatkan kandungan zat besi (Fe). Selain itu, karakteristik ampas kelapa dan kelapa parut yang serupa tidak akan banyak mengubah tampilan dan rasa dari serundeng.

Zat besi (Fe) merupakan mineral yang dibutuhkan tubuh untuk membentuk sel

darah merah (hemoglobin), juga berperan sebagai komponen yang membentuk mioglobin, kolagen, serta enzim. Zat besi juga berfungsi dalam sistem pertahanan tubuh. Kurangnya konsumsi zat besi (Fe) dapat meningkatkan resiko terjadinya anemia (Susiloningtyas, 2022).

Anemia merupakan masalah kesehatan yang sering ditemukan di berbagai negara. Anemia merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya mengalami kelelahan, letih dan lesu sehingga akan berdampak pada produktivitasnya. Pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS), anemia akan berdampak pada kesehatan janin ketika masa kehamilan. Anemia berkelanjutan pada ibu hamil akan menyebabkan kelahitan dengan berat lahir rendah (BBLR) hingga terhambatnya tumbuh kembang janin dan bayi yang akan dilahirkan (Attaqy, 2022). Anemia defisiensi besi merupakan kasus anemia yang sering dijumpai, data World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa prevalensi anemia defisiensi besi sebesar 35-75% di

negara-negara berkembang (Wijayanti, 2019). Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 %, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Prevalensi anemia pada Wanita Usia Subur (WUS) sebesar 48,9% Jumlah penderita anemia pada kelompok WUS meningkat signifikan dalam 5 tahun terakhir. (Kemenkes RI, 2018).

Untuk mengatasi permasalahan anemia, pemerintah memiliki program pemberian TTD secara rutin selama jangka waktu tertentu. Akan tetapi, konsumsi TTD memberikan efek samping seperti konstipasi dan mual. Penggunaannya dalam jangka lama akan memberikan efek nyeri pada sendi (Amanah, 2019).

Selain langkah di atas memperbanyak konsumsi makanan yang mengandung zat besi akan dapat mengurangi keharusan mengkonsumsi TTD, tanpa mendapatkan efek samping jika mengkonsumsi dalam jangka panjang. Bahan pangan yang mempunyai kandungan zat besi tinggi yaitu daging merah, kuning telur, sayuran berdaun gelap atau hijau dan kacang-kacangan. Namun masyarakat Indonesia masih banyak belum mengetahui kandungan zat gizi dari ampas kelapa dan tidak di manfaatkan untuk mengoptimalkan penggunaan ampas kelapa kedalam makanan sedangkan banyak manfaat yang dapat di peroleh bagi tubuh untuk kesehatan.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu mengetahui pengaruh substitusi kelapa murni dengan ampas kelapa sebagai bahan dasar serundeng terhadap sifat organoleptik dan daya terima serta kadar zat besi (Fe).

RESEARCH METHODS

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan produk kontrol dan perlakuan. Produk kontrol merupakan serundeng dengan bahan baku kelapa murni yang akan disebut P1 (0%). Adapun kelompok perlakuan pada serundeng dengan substitusi ampas kelapa: P2 (25%), P3

(50%), P4 (75%) dan P5 (100%).

Tempat dan Waktu Penelitian

Pembuatan serundeng dan uji organoleptik dilakukan di Laboratorium Gizi Universitas MH, Thamrin. Penelitian dilakukan pada bulan Juni – Agustus 2021. Uji Kadar zat besi (Fe) dilakukan oleh Saraswanti Indo Genetech (SIG)

Bahan dan Proses Pembuatan Serundeng

Bahan yang di pergunakan untuk pembuatan serundeng antara lain: kelapa murni / ampas kelapa, bawang putih (10%), bawang merah (15%), kunyit (3%), cabai merah (15%), ketumbar (1%), daun jeruk (1%), lengkuas (5%), garam (3%), gula pasir (1%), minyak goreng (15%), dan air (2%). Dalam pembuatan serundeng terdapat 2 tahap, yaitu: persiapan bahan baku (kelapa parut dan ampas kelapa) dan langkah-langkah pembuatan serundeng. Langkah-langkah pembuatan serundeng antara lain: penimbangan bahan baku dan bumbu, penghalusan bumbu, penumisan bumbu, penyangraian bahan baku sampai mengering dan menjadi serundeng.

Uji Organoleptik

Uji organoleptik yang meliputi uji mutu hedonik dan uji hedonik. Parameter uji mutu hedonik dan hedonik menggunakan skala dengan nilai 1-5. Uji mutu hedonik meliputi : Warna (Coklat tua – Kuning Muda), Kekompakan (Sangat Kempal – Mawur), Rasa (Tidak Gurih – Sangat Gurih) dan Aroma (Tidak Beraroma Kelapa – Sangat Beraroma Kelapa). Sedangkan uji hedonik meliputi uji tingkat kesukaan terhadap aspek warna, uji tingkat kesukaan terhadap aspek kekompakan, uji tingkat kesukaan terhadap aspek rasa, dan uji tingkat kesukaan terhadap aspek aroma. Parameter yang digunakan Tidak Suka – Amat Sangat Suka. Penelitian ini menggunakan panelis agak terlatih yang terdiri dari mahasiswa mahasiswi gizi dan sekolah tataboga di Jakarta Timur berjumlah 25 orang.

Rancangan Penelitian dan Olah Data

Penelitian ini menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan 2 kali ulangan. Data uji organoleptik dianalisa secara

statistik menggunakan ANOVA. Jika hasil menunjukkan beda nyata, maka dilanjutkan dengan *Duncan's Multiple Range Test* untuk mencari perbedaan pada setiap perlakuan.

Uji Kadar Zat Besi (Fe) dan Penentuan Produk Terpilih
 Pengujian kadar zat besi (Fe) dilakukan pada

produk kontrol dan produk terpilih. Data uji hedonik dan hasil signifikasi berdasarkan uji statistik yang didapatkan akan digunakan untuk menentukan produk terpilih. Kadar zat besi (Fe) akan dihitung berdasarkan selisih dan prosentase kadar zat besi (Fe) pada produk kontrol dan produk terpilih.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Organoleptik

Tabel 1 Hasil Uji Organoleptik Substitusi Ampas Kelapa Pada Pembuatan Serundeng

Perlakuan	Kategori			
	Warna	Kekompakan	Rasa	Aroma
0% P1 ₁	2.44 ^a	3.40 ^a	3.76 ^b	2.84 ^{bcd}
0% P1 ₂	2.72 ^a	3.72 ^{ab}	3.64 ^b	3.16 ^{cd}
25% P2 ₁	4.00 ^c	3.40 ^a	2.76 ^a	2.84 ^{bcd}
25% P2 ₂	3.88 ^c	4.28 ^c	3.20 ^{ab}	2.48 ^b
50% P3 ₁	3.28 ^b	3.64 ^{ab}	3.28 ^{ab}	3.24 ^d
50% P3 ₂	2.92 ^{ab}	4.04 ^{bc}	3.16 ^{ab}	2.76 ^{bcd}
75% P4 ₁	4.24 ^c	3.92 ^{abc}	2.92 ^a	2.64 ^{bc}
75% P4 ₂	4.20 ^c	3.92 ^{bc}	2.84 ^a	3.16 ^{cd}
100% P5 ₁	4.00 ^c	3.56 ^{ab}	2.64 ^a	2.56 ^b
100% P5 ₂	4.04 ^c	3.60 ^{ab}	2.96 ^a	1.84 ^a

Ket : Huruf yang beda pada kolom yang sama menunjukkan perbedaan yang nyata ($p < 0,05$).

Tabel 2. Hasil Uji Hedonik Substitusi Ampas Kelapa Pada Pembuatan Serundeng

Perlakuan	Kategori			
	Warna	Kekompakan	Rasa	Aroma
0% P1 ₁	3.00 ^a	3.04 ^{ab}	3.36 ^a	3.00 ^{ab}
0% P1 ₂	3.04 ^{ab}	3.04 ^{ab}	3.16 ^a	3.28 ^b
25% P2 ₁	3.88^d	3.12 ^{ab}	3.28 ^a	2.96 ^{ab}
25% P2 ₂	3.72 ^{cd}	3.36 ^{ab}	3.84^b	3.92^c
50% P3 ₁	3.24 ^{abc}	2.92 ^a	3.16 ^a	3.36 ^b
50% P3 ₂	2.84 ^a	3.08 ^{ab}	3.04 ^a	3.12 ^{ab}
75% P4 ₁	3.36 ^{abcd}	2.96 ^a	3.24 ^a	3.20 ^{ab}
75% P4 ₂	3.36 ^{abcd}	3.08 ^{ab}	3.04 ^a	3.12 ^{ab}
100% P5 ₁	3.36 ^{abcd}	3.00 ^{ab}	3.00 ^a	3.12 ^{ab}
100% P5 ₂	3.64 ^{bcd}	3.52^b	3.24 ^a	2.76 ^a

Ket : Huruf yang beda pada kolom yang sama menunjukkan perbedaan yang nyata ($p < 0,05$).

Warna

Hasil uji organoleptik (Tabel 1) menunjukkan bahwa nilai rata-rata uji mutu hedonik aspek warna pada P1 = 2.58 (cenderung agak coklat), P2 = 3.94 (cenderung kuning tua), P3 = 3.12 (agak coklat), P4 = 4.22 (kuning tua). P5 = 4.02 (cenderung kuning tua). Berdasarkan uji

anova didapatkan perbedaan yang signifikan pada warna serundeng yang disubstitusi ampas kelapa. ($p < 0,005$). Semakin banyak substitusi ampas kelapa, produk serundeng cenderung kuning tua.

Substitusi ampas kelapa berpengaruh terhadap hedonik aspek tingkat kesukaan warna serundeng (Tabel 2). Nilai rata-rata

tingkat kesukaan panelis terhadap warna serundeng P1 = 3.02 (suka), P2 = 3.8 (cenderung sangat suka), P3 = 3.04 (suka), P4 = 3.36 (cenderung sangat suka), P5 = 3.5 (cenderung sangat suka). Hasil uji anova mutu hedonik didapatkan nilai p-value <0.05. Berdasarkan uji Duncan, P1-P2 berbeda nyata namun P1-P2-P3-P4-P5 tidak menunjukkan beda yang nyata.

Warna yang dihasilkan dari serundeng berasal dari kandungan lemak pada ampas kelapa. Ampas kelapa memiliki kandungan lemak yang lebih sedikit dibandingkan kelapa parut murni. Semakin bertambahnya substitusi ampas kelapa maka semakin berkurang kandungan lemak pada serundeng jadi menghasilkan warna yang cenderung kuning tua. Serundeng yang tidak menggunakan substitusi ampas kelapa warna nya cenderung coklat dikarenakan kandungan lemak yang tinggi. Warna dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti senyawa fenol, aktifitas enzim, dan pigmen pada ampas kelapa. Lemak yang dimasak dengan proses sangrai yang lama akan menghasilkan warna kecoklatan akibat reaksi enzimatis (*enzymatic browning*) (Kurniawan, 2022).

Kekompakan

Kekompakan atau tekstur adalah yang diamati oleh panelis oleh indra peraba agar panelis mengetahui kekompakan dari serundeng. Hasil uji organoleptik (Tabel 1) nilai rata-rata uji mutu hedonik aspek kekompakan pada P1 = 3.56 (cenderung mawur), P2 = 3.84 (mawur), P3 = 3.84 (mawur), P4 = 3.92 (mawur), P5 = 3.58 (cenderung mawur). Hasil uji anova didapatkan ada perbedaan substitusi ampas kelapa terhadap kekompakan produk serundeng (p-value <0.05). Berdasarkan hasil uji Duncan mutu hedonik aspek kekompakan menunjukan P1-P2, P2-P3, P4-P5 ada perbedaan, sedangkan P3-P4 tidak ada perbedaan yang nyata.

Hasil uji hedonik aspek tingkat kesukaan kekompakan menunjukan bahwa nilai rata-rata pada tingkat kesukaan panelis terhadap kekompakan pada serundeng sehat yaitu P1 = 3.04 (suka), P2 = 3.24 (cenderung sangat suka), P3 = 3.00 (cenderung sangat

suka), P4 = 3.02 (suka), P5 = 3.26 (cenderung sangat suka). Tidak ada perbedaan signifikan pada tingkat kesukaan panelis (p>0.05).

Kekompakan pada serundeng yaitu berasal dari berkurangnya santan sehingga kandungan lemak dan protein pada serundeng semakin berkurang substitusi ampas kelapa jadi semakin berkurangnya kandungan protein maka komposisi didalam serundeng tidak menggumpal sehingga menyebabkan serundeng kekompakannya menjadi mawur.

Rasa

Rasa merupakan tanggapan indra terhadap rangsangan saraf seperti rasa manis, pahit, asam terhadap indra pengecap yang dirasakan oleh reseptor rasa dalam mulut pada panelis. Hasil uji organoleptik menunjukan nilai rata-rata uji mutu hedonik aspek rasa pada P1 = 3.7 (gurih kelapa cenderung terasa), P2 = 2.98 (gurih kelapa cenderung sedikit terasa), P3 = 3.22 (gurih kelapa cenderung terasa), P4 = 2.88 (gurih kelapa cenderung sedikit terasa), P5 = 2.8 (gurih kelapa cenderung sedikit terasa). Hasil uji anova dinyatakan bahwa ada pengaruh substitusi ampas kelapa terhadap rasa yang dihasilkan dari produk serundeng (p<0.005).

Hasil uji hedonik aspek rasa menunjukan bahwa nilai rata-rata tingkat kesukaan pada responden terhadap tingkat rasa serundeng P1 = 3.26 (suka), P2 = 3.56 (cenderung sangat suka), P3 = 3.1 (suka), P4 = 3.14 (suka), P5 = 3.12 (suka). Tidak ada perbedaan nyata pada tingkat kesukaan panelis terhadap serundeng (p>0.05).

Rasa pada serundeng yaitu berasal dari kandungan lemak pada kelapa. Lemak dalam makanan akan memberikan rasa gurih (Herlina, 2002). Semakin banyak substitusi ampas kelapa menyebabkan kandungan lemak nya berkurang sehingga menyebabkan rasa serundeng gurih kelapa tidak terasa.

Aroma

Aroma adalah reaksi dari makanan yang akan mempengaruhi konsumen sebelum konsumen menikmati makanan, konsumen dapat mencium makanan tersebut.

Kepekaan pembauan diperlukan dalam jumlah yang lebih rendah dari pada indera pengecap. Dalam berbagai aspek enakness suatu makanan ditentukan oleh aroma makanan tersebut. pada uji organoleptik menunjukkan bahwa nilai rata-rata uji mutu hedonik aspek aroma pada P1 = 3.00 (aroma kelapa kuat), P2 = 2.84 (aroma kelapa cenderung kuat), P3 = 3.00 (aroma kelapa kuat), P4 = 2.9 (aroma kelapa cenderung kuat), P5 = 2.2 (aroma kelapa agak kuat). Hasil uji anova ada pengaruh substitusi ampas kelapa terhadap aroma produk serundeng (p-value <0.005).

Hasil uji hedonik aspek aroma menunjukkan bahwa nilai rata-rata tingkat kesukaan P1 = 3.14 (suka), P2 = 3.44 (cenderung sangat suka), P3 = 3.24 (suka), P4 = 3.16 (suka), P5 = 2.94 (cenderung suka). Ada pengaruh substitusi ampas kelapa terhadap aroma produk serundeng (p<0.05). Berdasarkan dari uji Duncan tingkat kesukaan aroma menunjukkan ada perbedaan signifikan pada P2 dengan kelompok perlakuan lain.

Aroma serundeng berasal dari kandungan lemak dan protein pada ampas kelapa jadi semakin banyak substitusi pada pembuatan serundeng maka yang dihasilkan pada serundeng aroma kelapa agak kuat atau

semakin berkurang aroma kelapa pada serundeng sehingga substitusi ampas kelapa sangat mempengaruhi pembuatan pada serundeng sedangkan serundeng tanpa substitusi ampas kelapa atau 100% kelapa murni aroma yang dihasilkan kelapa sangat kuat.

Produk Terpilih

Produk terpilih ditetapkan berdasarkan hasil uji hedonik pada produk perlakuan ampas kelapa. Pada Tabel 2 terlihat bahwa, hasil uji Duncan pada perlakuan dengan jumlah substitusi ampas kelapa terbanyak, P5(100%), tidak memiliki perbedaan yang signifikan pada kesukaan warna, kekompakan, rasa, dan aroma. Untuk itu, ditentukan bahwa produk P5(100%) sebagai produk terpilih karena memiliki kandungan ampas kelapa yang besar dan tingkat kesukaan yang tidak berbeda nyata dengan produk perlakuan lainnya. Adapun rata-rata nilai tingkat kesukaan produk P5(100%) pada kategori warna 3.5 (cenderung amat suka), kekompakan 3.26 (suka), rasa 3.12 (suka), dan aroma 2.94 (cenderung suka). Sehingga dapat dikatakan panelis suka pada keseluruhan aspek organoleptik produk P5(100%).

Kadar Zat Besi

Tabel 3 Kadar Zat Besi Serundeng Kelapa Murni dan Ampas Kelapa

Produk Serundeng	Kadar Zat Besi (mg/100g)	Peningkatan Kadar Zat Besi
P1 (Serundeng kelapa)	2.15	
P5 (Serundeng ampas kelapa)	2.75	0.6 mg (27%)

Uji kadar zat besi dilakukan pada produk P1 dan produk terpilih P5. Berdasarkan Tabel 3 dapat terlihat terjadi peningkatan kadar zat besi pada produk serundeng ampas kelapa. Pada produk P1 yang menggunakan 100% kelapa parut, kandungan zat besi serundeng sebesar 2.15 mg/100g sedangkan pada produk terpilih P5 serundeng mendapatkan kandungan zat besi sebesar 2.75 mg/100g. Ada kenaikan zat besi

sebesar 0.6 mg (27%), pada produk serundeng ampas kelapa.

Bila takaran saji serundeng setara dengan abon, yakni 25 gr, maka dalam 1 takaran saji serundeng ampas kelapa mengandung zat besi sebesar 0.68 mg. Angka Kecukupan Gizi (AKG) zat besi (Fe) bagi WUS adalah 18 mg/hari (Kemenkes RI, 2019). Dapat dikatakan, dalam 1 takaran saji serundeng ampas kelapa memenuhi 3.7%

kebutuhan AKG zat besi.

Zat besi tergolong dalam mineral mikro yang dibutuhkan oleh tubuh. Zat besi memiliki fungsi penting dalam pengangkutan oksigen, transfer elektron di dalam sel, dan reaksi enzimatik. Zat besi adalah komponen dasar untuk penggabungan *hemoglobin*, kombinasi *katekolamin*, penciptaan panas dan sebagai segmen senyawa spesifik yang dibutuhkan untuk pembuatan adenosin trifosfat yang terlibat dengan respirasi sel (Sudargo, 2018).

Penyebab utama anemia adalah kurangnya penggunaan zat besi dan rendahnya konsumsi makanan mengandung zat besi (Fajriah, 2016). Konsumsi senyawa yang dapat mengurangi bioavailabilitas juga dapat menyebabkan tubuh kekurangan zat besi. Senyawa tersebut antara lain tanin pada minuman teh dan fitat pada sayuran yang dimakan (Arumsari, 2008).

KESIMPULAN

Ada pengaruh substitusi ampas kelapa terhadap aspek hedonik warna, kekompakan, rasa dan aroma pada pembuatan serundeng. Akan tetapi, uji hedonik terhadap responden tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan bahkan pada substitusi ampas kelapa 100%. Substitusi ampas kelapa pada serundeng meningkatkan kandungan Fe sebesar 27%.

DAFTAR PUSTAKA

Attaqy FC, Kalsum U, Syukri M. Determinan Anemia Pada Wanita Usia Subur (15-49 Tahun) Pernah Hamil Di Indonesia. *Jambi Medical Journal" Jurnal Kedokteran dan Kesehatan"*. 2022 Jun 30;10(2):220-33.

Yulvianti M, Ernayati W, Tarsono T. Pemanfaatan ampas kelapa sebagai bahan baku tepung kelapa tinggi serat dengan metode freeze drying. *Jurnal Integrasi Proses*. 2015 Jun 27;5(2).

Indonesia PA. Tabel komposisi pangan Indonesia. Elex Media Komputindo;

2013 Feb 12.

Susiloningtyas I. Pemberian zat besi (Fe) dalam Kehamilan. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*. 2022 May 28;50(128):73-99.

Wijayanti E, Fitriani U. Profil Konsumsi Zat Gizi Pada Wanita Usia Subur Anemia. *Media Gizi Mikro Indonesia*. 2019 Dec 12;11(1):39-48.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.

Kurniawan Y, Rostiati R, Rahim A. Karakteristik Kimia Dan Organoleptik Tepung Ampas Kelapa Dengan Berbagai Metode Pengering. *Agrotekbis: E-Jurnal Ilmu Pertanian*. 2022 Jun 2;10(3):175-82.

Herlina, N. and Ginting, H.S., 2002. Lemak dan minyak.

Arumsari E. Faktor risiko anemia pada remaja putri peserta program pencegahan dan penanggulangan anemia gizi besi (PPAGB) di kota Bekasi. Skripsi. Bogor: GMSK IPB. 2008.

Sudargo T, Kusmayanti NA, Hidayati NL. Defisiensi Yodium, Zat Besi, dan Kecerdasan. *UGM PRESS*; 2018 May 31.

Fajriyah NN, Fitriyanto ML. Gambaran tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2016 Mar 7;9(1):97336.

AKG.2019. Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Peraturan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019

Amanah IR. Studi farmakoepidemiologi vitamin penambah darah pada ibu hamil di Kecamatan Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*. 2019;4(3):153-60.