

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, A. S., Suriyanti, S., & Mallapiang, F. (2020). Nutrition Substance of Thunnus sp. As an Alternative to Improving Community Nutrition. *Al-sihah: The Public Health Science Journal*, 12(1), 92. <https://doi.org/10.24252/as.v12i1.14297>
- Adlina, Ratnaningsih, N., & Lastariwati, B. (2021). Substitusi Tepung Ikan Teri (Stolephorus sp.) dalam Pembuatan Kue Semprong sebagai Sumber Kalsium untuk Anak Sekolah. *Jurnal Pengolahan Hasil Perikanan Indonesia*, 24(3), 292–300. <https://doi.org/10.17844/jphpi.v24i3.36099>
- Akhtar, M., & Hassan, I. (2012). Severe Anaemia during Late Pregnancy. *Case Reports in Obstetrics and Gynecology*, 2012, 1–3. <https://doi.org/10.1155/2012/485452>
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Ilmu Dasar Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Amanah, N., Rauf, S., & Hendrayati. (2018). Kandungan Protein dan Kalsium Serta Zat Besi Pada Cheese Stick Substitusi Tepung Ikan Teri Putih dan Ikan Teri Hitam. *Media Gizi Pangan*, 25, 50–56.
- Aminah, S., & Hersoelistyorini, W. (2012). Karakteristik Kimia Tepung Kecambah Serealia Dan Kacang-Kacangan Dengan Variasi Blanching. *LPPM UNIMUS*, 209–217.
- Andayanie, W. R. (2016). *Pengembangan Produksi Kedelai Sebagai Upaya Kemandirian Pangan di Indonesia*. Mitra Wacana Media. [https://unmermadiun.ac.id/repository_jurnal_penelitian/Wuye%20Riya/Dis kripsi%20buku%20%20teks.pdf](https://unmermadiun.ac.id/repository_jurnal_penelitian/Wuye%20Riya/Dis%20kripsi%20buku%20%20teks.pdf)
- Ani, L. S. (2020). *Anemia Defisiensi Besi Masa Prahamil dan Hamil*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Astawan, M., & Hazmi, K. (2016). Karakteristik Fisikokimia Tepung Kecambah Kedelai. *Jurnal Pangan*, 25(2), 105–112.
- Attaqy, F. C., Kalsum, U., & Syukri, M. (2022). Determinan Anemia pada Wanita Usia Subur (15-49 Tahun) Pernah Hamil di Indonesia (Analisis Data Riskesdas Tahun 2018). *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 6(1), 48. <https://doi.org/10.33757/jik.v6i1.486>
- Atudorei, D., Mironeasa, S., & Codină, G. G. (2023). Dough Rheological Behavior and Bread Quality as Affected by Addition of Soybean Flour in a Germinated Form. *Foods*, 12(6), 1316. <https://doi.org/10.3390/foods12061316>
- Bartalné-Berceli, M., Izsó, E., Gergely, S., Jednákovits, A., Szilbereky, J., & Salgó, A. (2016). Sprouting of soybean: A natural process to produce

unique quality food products and additives. *Quality Assurance and Safety of Crops & Foods*, 8(4), 519–538. <https://doi.org/10.3920/QAS2015.0704>

BKKBN. (2011). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi* (3 ed.). Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Damongilala, L. J. (2021). *Kandungan Gizi Pangan Ikani*. CV. Patra Media Grafindo.
https://repo.unsrat.ac.id/3249/1/BUKU_KANDUNGAN_GIZI_PANGAN_IKANI.pdf

Day, L., Cakebread, J. A., & Loveday, S. M. (2022). Food Proteins From Animals and Plants: Differences in The Nutritional and Functional Properties. *Trends in Food Science & Technology*, 119, 428–442. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2021.12.020>

Dewantari, N. M. (2013). Peranan Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Skala Husada*, 10(2), 219–224.

Dhingra, S., & Jood, S. (2002). Organoleptic and nutritional evaluation of wheat breads supplemented with soybean and barley flour. *Food Chemistry*, 77(4), 479–488. [https://doi.org/10.1016/S0308-8146\(01\)00387-9](https://doi.org/10.1016/S0308-8146(01)00387-9)

Faroj, M. N. (2019). Pengaruh Substitusi Tepung Ikan Teri (*Stolephorus commersonii*) dan Tepung Kacang Merah (*Vigna angularis*) Terhadap Daya Terima dan Kandungan Protein Pie Mini. *Media Gizi Indonesia*, 14(1), 56. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i1.56-65>

Fathurohman, F. (2022). *Analisis Pangan*.
<https://doi.org/10.17605/OSF.IO/J8V9P>

Ferdiawan, N., Nurwantoro, & Dwiloka, B. (2019). Pengaruh Lama Waktu Germinasi terhadap Sifat Fisik dan Sifat Kimia Tepung Kacang Tolo (*Vigna unguiculata* L). *Jurnal Teknologi Pangan*, 3(2), 349–354.

Gisslen, W. (2013). *Professional baking* (6th ed). John Wiley & Sons.

Habibi, N. A., Putri, V. D., Andrafikar, A., Safyanti, S., Sartika, W., & Kasmiyetti, K. (2023). Pengaruh Substitusi Tepung Kacang Hijau terhadap Mutu Organoleptik dan Kadar Protein Beras Rendang. *Jurnal Sehat Mandiri*, 18(1), 181–190. <https://doi.org/10.33761/jsm.v18i1.981>

Hadi, A., & Siratunnisak, N. (2016). Pengaruh Penambahan Bubuk Coklat terhadap Sifat Fisik, Kimia, dan Organoleptik Minuman Instan Bekatul. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 1(2), 121. <https://doi.org/10.30867/action.v1i2.22>

Hardiansyah, & Supariasa, I. D. N. (Ed.). (2016). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.

- Hassan, S. M. (2013). Soybean, Nutrition and Health. Dalam H. El-Shemy (Ed.), *Soybean—Bio-Active Compounds*. InTech. <https://doi.org/10.5772/54545>
- Hendrayati, Dewi, T., Budyghifari, L., & Adam, A. (2020). Proximate Characteristics and Nutritional Value of White Anchovy Flour. *Medico-Legal Update*, 20(3), 657–662. <https://doi.org/10.37506/mlu.v20i3.1490>
- Idowu, A. T., & Benjakul, S. (2019). Bitterness of Fish Protein Hydrolysate and Its Debittering Prospects. *Journal of Food Biochemistry*, 43(9). <https://doi.org/10.1111/jfbc.12978>
- Ijabadeniyi, O. A., Naidoo, K., Oyedeji, A. B., Oyeyinka, S. A., & Ogundele, O. M. (2023). Nutritional, Functional, and Pasting Properties of Maize Meal-Sprouted Soybean Flour Enriched With Carrot Powder and Sensory Properties of The Porridge. *Measurement: Food*, 9, 100074. <https://doi.org/10.1016/j.meafoo.2022.100074>
- Indriyani, R., Putri, M., Nugroho, A., & Putri, N. I. (2025). Kajian Pembuatan Cupcake dengan Penambahan Tepung Bayam Merah dan Tepung Ikan Teri sebagai Alternatif Makanan Selingan Tinggi Zat Besi dan Kalsium bagi Ibu Hamil. *Journal of Dietetics Science (JDS)*, 1(1), 22–36.
- Iskandar, F. N., Puspitaningrum, D., & Mulyanti, L. (2013). Hubungan Antara Sikap Wanita Usia Subur (Usia 20-35 Tahun) Terhadap Perilaku Pencegahan Servitis Dengan Pemeriksaan Skrining di Kelurahan Kalibanteng Kulon Lebdosari Semarang Tahun 2013. *Jurnal Unimus*, 2(2), 66–71.
- Istifada, D. S., Swastawati, F., & Wijayanti, I. (2023). Pengaruh Penambahan Tepung Ikan Teri Hitam (*Stolephorus insularis*) Terhadap Karakteristik Kimia dan Tekstur Pizza Base. *Jurnal Pengolahan Hasil Perikanan Indonesia*, 26(2), 229–240. <https://doi.org/10.17844/jphpi.v26i2.44748>
- Kari, N. M., Ahmad, F., & Ayub, M. N. A. (2022). Proximate composition, amino acid composition and food product application of anchovy: A review. *Food Research*, 6(4), 16–29. [https://doi.org/10.26656/fr.2017.6\(4\).419](https://doi.org/10.26656/fr.2017.6(4).419)
- Kemenkes RI. (2017). *Pedoman Metode Melengkapi Nilai Gizi Bahan Makanan Pada Tabel Komposisi Pangan Indonesia (Imputed and Borrowed Values)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2019a). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Kemenkes RI. (2019). *Pedoman Gizi Seimbang dan Angka Kecukupan Gizi (AKG) Indonesia 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://stunting.go.id/?sdm_process_download=1&download_id=6741

- Kemenkes RI. (2019b). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/download/fpcl/files99778Revisi%20Buku%20Pencegahan%20dan%20Penanggulangan%20Anemia%20pada%20Rematri%20dan%20WUS.pdf>
- Kemenkes RI. (2020). *TKPI (Tabel Komposisi Pangan Indonesia)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2023). *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil dan Remaja Putri*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khoirunisa, O. B., & Wirjatmadi, B. (2023). Hubungan Tingkat Konsumsi Protein, Zat Besi, Vitamin C dan Vitamin A Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Mejayan. *JURNAL KESEHATAN TAMBUSAI*, 4(3), 3034–3054. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.16872>
- Kinansi, R. R., Shaluhayah, Z., Kartasurya, M. I., Sutiningsih, D., Adi, M. S., & Widjajanti, W. (2023). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang Obesitas pada Wanita Usia Produktif di Dukuh Gamol, Wilayah Kerja Kecamatan Mangunsari, Kota Salatiga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 318–333. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i3.35587>
- Krisnawati, A. (2017). Kedelai sebagai Sumber Pangan Fungsional. *Iptek Tanaman Pangan*, 12(1), 57–65.
- Litaay, C., Indriati, A., Andriansyah, R. C. E., Novianti, F., Purwandoko, P. B., Rahman, N., Nuraini, L., Rahman, N., & Hidayat, T. (2023). Karakteristik Kimia dan Keamanan Mikroba Tepung Ikan Teri Hitam (*Stolephorus commersonii*). *Jurnal Pengolahan Hasil Perikanan Indonesia*, 26(3). <https://doi.org/10.17844/jphpi.v26i3.48355>
- Litaay, C., Indriawati, Nuraini, L., Anggara, C. E. W., Sriharti, Triyono, A., & Hidayat, T. (2023). The Value Of The Nutritional Composition Of Fresh Fish And Flour-Anchovy. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1273(1), 012074. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/1273/1/012074>
- Liu, L., Zhao, Y., Zeng, M., & Xu, X. (2024). Research Progress of Fishy Odor in Aquatic Products: From Substance Identification, Formation Mechanism, to Elimination Pathway. *Food Research International*, 178, 113914. <https://doi.org/10.1016/j.foodres.2023.113914>
- Lu, J., Cheng, J., Xu, Y., Chen, Y., Qian, K., & Zhang, Y. (2023). Effect of germination on nutritional quality of soybean. *Food Science and Technology*, 43. <https://doi.org/10.1590/fst.008323>

- Malomo, O., Ogunmoyela, O., & Oluwajoba, S. O. (2012). Effect Of Germinated Soy Flour On The Sensory Acceptability Of Soy-Wheat Composite Bread. *Asian Journal of Natural and Applied Sciences*, 1(3), 91–106.
- Mishra, N. (2016). Potential Use Of Germinated Soy Flour and Flaxseed Oil In Formulation Of Functional Bread. *International Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 3(3), 22–28.
- Mishra, R., Tripathi, M., Tripathi, N., Singh, J., & Tiwari, S. (2025). Nutritional and Anti-Nutritional Factors in Soybean. *Acta Scientific Agriculture*. <https://doi.org/10.31080/ASAG.2024.08.1432>
- Mohamadi, S., Fallah, A. A., Habibian Dehkordi, S., & Fizi, A. (2020). Effect of Different Cooking Methods on Nutritional Quality, Nutrients Retention, and Lipid Oxidation of Quail Meat. *Journal of Nutrition, Fasting and Health*, 8(4 (Special Issue on Food Safety)). <https://doi.org/10.22038/jnfh.2020.50409.1279>
- Nadimin, N., & Lestari, R. S. (2019). Peningkatan Nilai Gizi Mikro Kudapan Lokal Melalui Subtitusi Tepung Ikan Gabus Untuk Pencegahan Stunting Di Sulawesi Selatan. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 14(2), 152. <https://doi.org/10.32382/medkes.v14i2.1021>
- Nguju, A. L., Kale, P. R., & Sabtu, B. (2018). Pengaruh Cara Memasak Yang Berbeda Terhadap Kadar Protein, Lemak, Kolesterol dan Rasa Daging Sapi Bali. *Jurnal Nukleus Peternakan*, 5(1), 17–23. <https://doi.org/10.35508/nukleus.v5i1.831>
- Nielsen, S. S. (Ed.). (2014). *Food analysis* (4. ed). Springer.
- Nirwesthi, K. K., Suhartatik, N., & Nuraini, V. (2024). The Pengaruh Germinasi terhadap Sifat Fisikokimia dan Organoleptik Flakes Tepung Kedelai Putih (*Glycine max L.*). *AGRITEKNO: Jurnal Teknologi Pertanian*, 13(1), 65–74. <https://doi.org/10.30598/jagritekno.2024.13.1.65>
- Özcan, M. M., & Al Juhaimi, F. (2014). Effect of Sprouting and Roasting Processes on Some Physico-Chemical Properties and Mineral Contents of Soybean Seed and Oils. *Food Chemistry*, 154, 337–342. <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2013.12.077>
- Pamela, D. D. A., Nurmala, I., & Ayu, R. S. (2022). Faktor Risiko dan Pencegahan Anemia Pada Wanita Usia Subur Di Berbagai Negara. *IKESMA*, 18(3), 161. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v18i3.26510>
- Pangestuti, E. K., & Darmawan, P. (2021). Analisis Kadar Abu dalam Tepung Terigu dengan Metode Gravimetri. *Jurnal Kimia dan Rekayasa*, 2(1), 16–21.
- Permata, I. I., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Anemia. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 135–142. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18849>

- Pokharel, A., Dangal, A., Karki, S., Lamichhane, S., Timsina, P., & Bohara, A. (2023). Study on The Effect of Different Treatments on Soy Flour, and Quality and Sensory Evaluation of Prepared Biscuits Incorporated With Oats and Soy Flour. *Legume Science*, 5(4). <https://doi.org/10.1002/leg3.181>
- Rachim, F. R., Wisaniyasa, N. W., & Wiadnyani, A. A. I. S. (2020). Studi Daya Cerna Zat Gizi Dan Aktivitas Antioksidan Tepung Kecambah Kacang Hijau (*Phaseolus radiatus* L.). *Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan (ITEPA)*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.24843/itepa.2020.v09.i01.p01>
- Rahman, M., Rahman, M., Shahjadee, U., Rupa, A., & Hossain, M. (2016). Nutritional and microbiological quality of germinated soy flour. *Bangladesh Journal of Scientific and Industrial Research*, 51(3), 167–174. <https://doi.org/10.3329/bjsir.v51i3.29416>
- Ramadhan, R., Nuryanto, N., & Wijayanti, H. S. (2019). Kandungan Gizi dan Daya Terima Cookies Berbasis Tepung Ikan Teri (*Stolephorus* sp) Sebagai PMT-P Untuk Balita Gizi Kurang. *Journal of Nutrition College*, 8(4), 264–273. <https://doi.org/10.14710/jnc.v8i4.25840>
- Ramlah, S. (2016). Karakteristik Mutu Dan Citarasa Cokelat Kaya Polifenol. *Jurnal Industri Hasil Perkebunan*, 11(1), 23. <https://doi.org/10.33104/jihp.v11i1.3553>
- Rauf, S. & Mustamin. (2020). Analisis Kandungan Zat Besi Cookies Substitusi Tepung Jewawut Dan Tepung Ikan teri Dalam Mengatasi Masalah Anemia Gizi Besi. *Media Gizi Pangan*, 27, 123–130.
- Richter Reis, F. (2017). *New Perspectives on Food Blanching*. Springer International Publishing AG.
- Ridgway, N. D., & McLeod, R. S. (Ed.). (2021). *Biochemistry of Lipids, Lipoproteins and Membranes* (7 ed.). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/C2020-0-00089-7>
- Rismaya, R., Syamsir, E., & Nurtama, B. (2018). Pengaruh Penambahan Tepung Labu Kuning Terhadap Serat Pangan, Karakteristik Fisikokimia dan Sensori Muffin. *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan*, 29(1), 58–68. <https://doi.org/10.6066/jtip.2018.29.1.58>
- Rosmania, A. (2013). Pengaruh Pengurangan Jumlah Gula Terhadap Kualitas Muffin Tepung Ubi Ungu. *Food Science and Culinary Education Journal* 2, 1, 44–50. <https://doi.org/10.15294/fsce.v2i1.2314>
- Sahana, O. N., & Sumarmi, S. (2015). Hubungan Asupan Mikronutrien Dengan Kadar Hemoglobin Pada Wanita Usia Subur (WUS). *Media Gizi Indonesia*, 10(2), 184–191.
- Salsabil, I. S., & Nadhiroh, S. R. (2023). Literature Review: Hubungan Asupan Protein, Vitamin C, dan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja

Putri. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 516–521.
<https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.516-521>

- Samtiya, M., Aluko, R. E., & Dhewa, T. (2020). Plant food anti-nutritional factors and their reduction strategies: An overview. *Food Production, Processing and Nutrition*, 2(1). <https://doi.org/10.1186/s43014-020-0020-5>
- Saputro, D. H., Andriani, M. A. M., & Siswanti, S. (2015). Karakteristik Sifat Fisik Dan Kimia Formulasi Tepung Kecambah Kacang-kacangan Sebagai Bahan Minuman Fungsional. *Jurnal Teknosains Pangan*, 4(1).
- Saras, T. (2023). *Anemia: Memahami, Mencegah dan Mengatasi Kekurangan Darah*. Tiram Media.
- Sari, N. M. R. E., Wisaniyasa, N. W., & Wiadnyani, A. A. I. S. (2020). Studi Kadar Gizi, Serat dan Antosianin Tepung Kacang Merah dan Tepung Kecambah Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris* L.). *Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan (ITEPA)*, 9(3), 282. <https://doi.org/10.24843/itepa.2020.v09.i03.p04>
- Sediaoetama, A. D. (2008). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi*. Penerbit Dian Rakyat.
- Sediaoetama, A. D. (2010). *Ilmu Gizi* (9 ed., Vol. 1). Penerbit Dian Rakyat.
- Setyaningsih, D., Apriyantono, A., & Sari, M. P. (2010). *Analisis Sensori: Untuk Industri Pangan Dan Agro* (S. Raharjo & D. R. Adawiyah, Ed.; 1 ed.). IPB Press.
- Shin, D.-J., Kim, W., & Kim, Y. (2013). Physicochemical and sensory properties of soy bread made with germinated, steamed, and roasted soy flour. *Food Chemistry*, 141(1), 517–523.
<https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2013.03.005>
- Sholihah, R., Santoso, A. H., & Suwita, I. K. (2017). Formulasi Tepung Ikan Gabus (*Channa Striata*), Tepung Kecambah Kedelai (*Glycine Max* Merr) dan Tepung Kecambah Jagung (*Zea Mays*) Untuk Sereal Instan Balita Gizi Kurang. *JURNAL INFORMASI KESEHATAN INDONESIA*, 3(2), 132–144.
- Sianturi, E., Pardosi, M., & Surbakti, E. (2019). *Kesehatan Masyarakat*. Zifatama Jawa.
- Smith, J. S., & Hui, Y. H. (Ed.). (2004). *Food Processing: Principles and Applications* (1 ed.). Wiley Blackwell.
<https://doi.org/10.1002/9781118846315>
- Soeparyo, M. K., Rawung, D., & Assa, J. R. (2019). Pengaruh Perbandingan Tepung Sagu (*Metroxylon* sp.) dan Tepung Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris* L.) Terhadap Sifat Fisikokimia dan Organoleptik Food Bar. *Jurnal Teknologi Pertanian (Agricultural Technology Journal)*, 9(2), 43–55.
<https://doi.org/10.35791/jteta.v9i2.23248>

- Sudikno, S., & Sandjaja, S. (2016). Prevalensi dan Faktor Resiko Anemia Pada Wanita Usia Subur di Rumah Tangga Miskin di Kabupaten Tasikmalaya dan Ciamis, Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), 71–82. <https://doi.org/10.22435/kespro.v7i2.4909.71-82>
- Sufyan, D., Oy, S., & Mardiana, S. (2019). Hubungan antara Kecukupan Energi dan Protein dengan Prevalensi Anemia pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Ciampea Bogor. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 232–237.
- Sumardi, Joko Prasetyo, Hammam, & Maghfiroh, L. (2024). *Mekanisasi Produksi Serelia(Jagung, Kedelai, Kacang Tanah, Sorgum)*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Sundari, D., Almasyhuri, A., & Lamid, A. (2015). Pengaruh Proses Pemasakan Terhadap Komposisi Zat Gizi Bahan Pangan Sumber Protein. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 25(4), 235–242. <https://doi.org/10.22435/mpk.v25i4.4590.235-242>
- Surilayani, D., Irnawati, R., & Aditia, R. P. (2019). Surimi Quality Leaf-tail Croaker Fish with Differences of Leaching Frequency. *Jurnal Perikanan dan Kelautan*, 9(2), 225. <https://doi.org/10.33512/jpk.v9i2.8633>
- Tamaya, A. C., Darmanto, Y. S., & Anggo, A. D. (2020). Karakteristik Penyedap Rasa Dari Air Rebusan Pada Jenis Ikan Yang Berbeda Dengan Penambahan Tepung Maizena. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Perikanan*, 2(2), 13–21. <https://doi.org/10.14710/jitpi.2020.9636>
- Tarwoto & Wasnidar. (2007). *Buku Saku Anemia Pada Ibu Hamil Konsep dan Penatalaksanaan* (1 ed.). Trans Info Media.
- Tejasari. (2005). *Nilai Gizi Pangan* (1 ed.). Graha Ilmu.
- Warle, B. M., Riar, C. S., Gaikwad, S. S., & Mane, V. A. (2015). Effect of Germination on Nutritional Quality of Soybean. *IOSR Journal of Environmental Science, Toxicology and Food Technology*, 9(4), 12–15. <https://doi.org/10.9790/2402-09421215>
- WHO. (2023). *Prevalence of Anemia in Women Aged 15-49 Years in 2023*. World Health Organization. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children
- Wijayanti, E., & Fitriani, U. (2019). Profil Konsumsi Zat Gizi Pada Wanita Usia Subur Anemia. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 11(1), 39–48. <https://doi.org/10.22435/mgmi.v11i1.2166>
- Winarno, F. G. (2008). *Kimia Pangan dan Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.

- Yilmaz, B., & Li, H. (2018). Gut Microbiota and Iron: The Crucial Actors in Health and Disease. *Pharmaceuticals*, 11(4), 98. <https://doi.org/10.3390/ph11040098>
- Zilic, S., Sobajic, S., Mladenovic-Drinic, S., Kresovic, B., & Vasic, M. (2010). Effects of heat processing on soya bean fatty acids content and the lipoxygenase activity. *Journal of Agricultural Sciences, Belgrade*, 55(1), 55–64. <https://doi.org/10.2298/jas1001055z>