

## Uji Media Edukasi Tentang Pola Konsumsi Tablet Fe Untuk Mencegah Kejadian Resiko Tinggi Anemia Ibu Hamil

Restu Octasila<sup>1</sup>, Reni Nofita<sup>2</sup>, Siti Dariyani<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten, Prodi D3 Kebidanan, [restu.octasila@gmail.com](mailto:restu.octasila@gmail.com)

<sup>2</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten, Prodi D3 Kebidanan, [sitidariyani@gmail.com](mailto:sitidariyani@gmail.com)

<sup>3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten, Prodi D3 Kebidanan, [nofita.reni@gmail.com](mailto:nofita.reni@gmail.com)

### Article Info

#### Article History

Submitted, 03 January 2020

Accepted, 05 March 2020

Published, 31 March 2020

**Keywords:** Media edukasi; video; Pola Konsumsi; Tablet FE; Ibu Hamil.

### Abstract

*In pregnancy many changes occur during the process. Changes that occur both physically, socially and mentally. During pregnancy there can also be things that cause a high risk pregnancy. High-risk pregnancy is a pregnancy experienced by a mother with various risk factors that can interfere with the process of pregnancy to delivery or endanger the lives of the mother and fetus. The factor of ignorance of the consumption pattern of FE tablets during pregnancy is a factor that causes anemia. To increase mother's knowledge, a good media is needed. Video is an appropriate educational media given to pregnant women because video combines two elements, namely audio and visual simultaneously. So the making of this media is very necessary, considering the impact that will be received by pregnant women. This study generally aims to analyze the level of understanding of mothers about how to consume FE tablets and compile video information media about the practice patterns of consumption of FE tablets, so that it can effectively improve the understanding of mothers about the practice patterns of FE tablet consumption that can meet the needs of FE in mothers during pregnancy. Research using action research methods. The population of pregnant women amounted to 214. The sample was calculated based on the 2 mean difference test in two groups consisting of 36 pregnant women for the intervention group and 36 pregnant women for the control group. Samples were taken by incidental sampling. Research results Increased knowledge of pregnant women before being given health education 42 to 65. Increased knowledge of pregnant women before being given video-based educational media 43 to 76. There is a difference in increased knowledge in the intervention group and the control group. With a P. value of 0.001. Conclusion. There is a significant difference in the knowledge of pregnant women before and after video-based educational media given about the consumption patterns of Fe tablets. The advice given to the providers of care (Midwives) is to use video-based educational media as an alternative health education media to increase patient knowledge.*

### Abstrak

Pada Kehamilan banyak perubahan yang terjadi selama dalam prosesnya. Perubahan yang terjadi baik fisik, sosial

maupun mental. Selama kehamilan juga dapat terjadi hal – hal yang menyebabkan kehamilan beresiko tinggi. Kehamilan beresiko tinggi adalah kehamilan yang dialami oleh seorang ibu dengan berbagai faktor resiko yang dapat mengganggu proses kehamilan sampai persalinan atau membahayakan jiwa ibu dan janin. Factor ketidaktahuan pola Konsumsi Tablet FE selama hamil menjadi faktor penyebab anemia. Untuk meningkatkan pengetahuan ibu maka diperlukan suatu media yang baik. Video merupakan media edukasi yang tepat diberikan pada ibu hamil karena video menggabungkan dua unsure yaitu audio dan visual secara bersamaan. Sehingga pembuatan media ini sangat diperlukan, mengingat dampak yang akan diterima ibu hamil. Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menganalisis tingkat pemahaman ibu tentang cara konsumsi Tablet FE dan menyusun media informasi video tentang praktik pola konsumsi Tablet FE, sehingga dapat secara efektif meningkatkan pemahaman ibu tentang praktik pola Konsumsi Tablet FE yang dapat mencukupi kebutuhan FE pada Ibu selama hamil. Penelitian menggunakan metode *action research*. Populasi ibu hamil berjumlah 214. Sampel dihitung berdasarkan uji beda 2 mean pada dua kelompok yang terdiri 36 ibu hamil untuk kelompok intervensi dan 36 ibu hamil untuk kelompok Kontrol. Sampel diambil secara *incidental sampling*. Hasil penelitian Peningkatan pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan 42 menjadi 65. Peningkatan pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan media edukasi berbasis video 43 menjadi 76. Terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi dan kelompok control. Dengan nilai P.value 0,001. Kesimpulan. Terdapat perbedaan signifikan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan media edukasi berbasis video tentang pola konsumsi tablet Fe. Saran yang diberikan pada pelaksana pemberi asuhan (Bidan) adalah menggunakan media edukasi berbasis video sebagai salah satu alternatif media pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan pasien.

## Pendahuluan

Kehamilan merupakan hal istimewa yang dialami oleh wanita sebagai calon ibu, hal ini disebabkan banyak perubahan yang terjadi selama dalam proses kehamilan. Perubahan yang terjadi baik fisik, sosial maupun mental. Selama kehamilan juga dapat terjadi hal – hal yang menyebabkan kehamilan beresiko tinggi. Kehamilan beresiko tinggi adalah kehamilan yang dialami oleh seorang ibu dengan berbagai faktor resiko yang dapat mengganggu proses kehamilan sampai persalinan atau membahayakan jiwa ibu dan janin. Dien 2015 dalam penelitiannya menyebutkan bahwa di Puskesmas Lubuk gadang kehamilan resiko tinggi yang paling banyak dialami pasien adalah keguguran berulang, plasenta previa, kematian intrauterine, serta infeksi yang dialami saat kehamilan. Sementara factor yang memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian resiko tinggi adalah paritas, riwayat kehamilan sebelumnya dan riwayat persalinan sementara umur ibu tidak memiliki hubungan bermakna dengan kejadian resiko tinggi. (Dien (2015)

Untuk menghadapi terjadinya kehamilan resiko tinggi terutama yang berhubungan dengan anemia, ibu hamil membutuhkan lebih banyak zat besi didalam asupan makanannya , karena zat besi dikeluarkan bersamaan dengan kalori yang digunakan untuk beraktifitas. Nofita dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara jenis makanan yang di konsumsi ibu selama hamil dengan kejadian resiko tinggi anemia pada kehamilan. Dengan OR 1.49 yang artinya bahwa ibu hamil yang mengkonsumsi makanan dengan menu tidak seimbang memiliki resiko 1.49 kali mengalami anemia dibandingkan dengan ibu hamil yang mengkonsumsi makanan dengan menu seimbang selama hamil. (Nofita, 2018)

Asupan zat besi paling banyak terdapat dalam bahan makanan. Zat besi pada ibu hamil disiapkan untuk kebutuhan aktivitas tubuh setiap hari, stabilitas kadar hemoglobin dalam darah supaya aliran oksigen ke janin optimal, menghindari kelelahan saat bersalin sehingga tidak terjadi perdarahan yang berlebihan. Kebutuhan zat besi menjadi dua kali lipat dibandingkan sebelum hamil. Zat besi ibu naik dari 18mg menjadi 30 – 60mg perhari. Fatimah 2011 dalam penelitiannya menyebutkan bahwa jika ibu hamil mengkonsumsi 60 mg zat besi dalam perhari maka dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1gr%/bulan . (Fatimah, 2011).

Berdasarkan penelitian WHO , diketahui bahwa prevalensi anemia defisiensi besi di Asia ada >75% sedangkan di Indonesia terdapat kasus anemia gizi besi mencapai 63,5%. Berdasarkan Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI tahun 2015 diperkirakan 41,8% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia. Paling tidak setengahnya disebabkan karena kekurangan zat besi. Ibu hamil dinyatakan anemia jika hemoglobin kurang dari 11mg/L. Anemia defisiensi besi pada ibu hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya.

Persentase ibu hamil dengan resiko tinggi di Provinsi Banten tahun 2012 yang ditangani ada 73,6%. Sedangkan untuk kota Tangerang Selatan ibu hamil dengan resiko tinggi/komplikasi yang di tangani ada sebanyak 84%. Dengan jumlah pemberian tablet Fe I (30 tablet) di Provinsi Banten ada 69,5% dan Fe 3 (90 tablet) ada 93,5%, sedangkan di kota Tangerang Selatan Fe I sebanyak 111,7% dan Fe 3 sebanyak 105,0%.

Cakupan ibu hamil yang mendapatkan tablet Fe di Provinsi Banten tahun 2016 menurut Profil Kesehatan Banten Tahun 2016 ada sebanyak 78.21%, menurun bila dibandingkan tahun 2015 sebesar 84.86%. Terdapat perbedaan yang besar antara cakupan Riskesdas dengan data rutin yang disebabkan antara lain 21,4% responden Riskesdas menyatakan lupa, sedangkan data rutin berasal dari pencatatan ibu hamil yang mendapat tablet besi, apakah benar – benar di konsumsi atau tidak belum tentu diklarifikasi. Target cakupan tahun 2013 adalah sebesar 93% dan pada tahun 2014 sebesar 95%. Karena itu cakupan ibu hamil mendapatkan 90 tablet Fe masih belum mencapai target.

Untuk mencapai target tersebut diperlukan pembuatan media yang lebih menarik sehingga mudah diingat oleh ibu hamil, selain itu dapat mengungkit persentase angka keteraturan ibu dalam minum fe. Uji media yang menarik perlu dilakukan guna merangsang panca indera sehingga informasi dapat diterima dengan benar dan cepat. Video merupan salah satu media edukasi yang sesuai dengan perkembangan era digital saat ini, hal ini didukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Risma (2018) Hasil uji statistik Wilcoxon rank test pada pre-test dan post-test pengetahuan didapatkan p value 0,003 ini berarti ada pengaruh edukasi melalui media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan dan untuk p-value sikap 0,001 ini berarti ada pengaruh edukasi melalui media audio visual terhadap sikap remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi. video merupakan dua unsure yang menggabungkan unsur audio dan visual secara bersamaan.

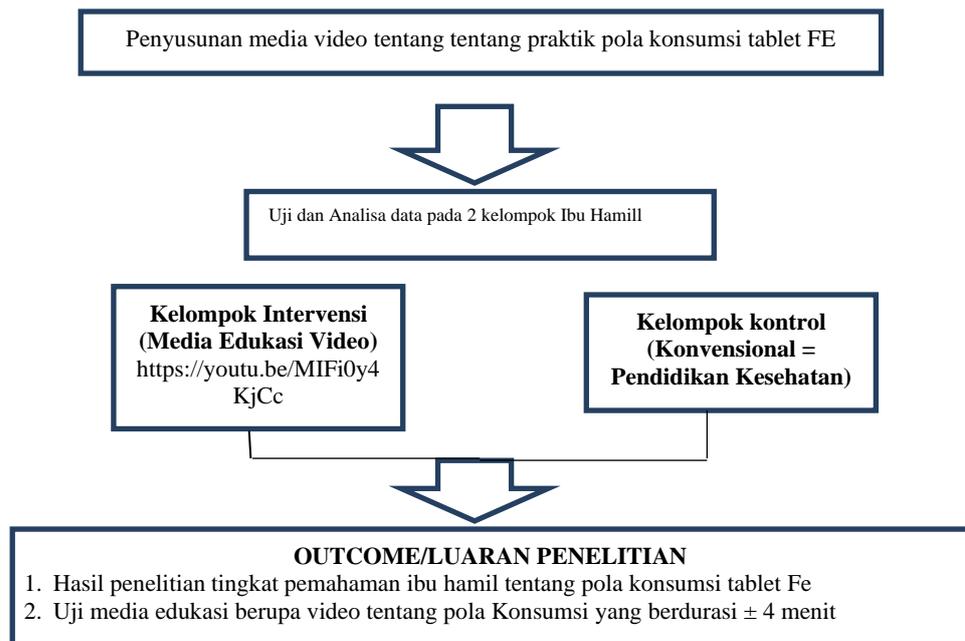
Sehingga pembuatan media ini sangat diperlukan, mengingat dampak yang dapat ditimbulkan akibat resiko tinggi anemia pada ibu hamil. ( Risma, 2018)

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menguji keefektifan media edukasi berbasis video untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang cara pola Konsumsi Tablet FE yang dapat mencukupi kebutuhan FE pada Ibu selama hamil.

### Metode

Sejalan dengan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu untuk menguji media edukasi video yang efektif kepada ibu hamil tentang praktik pola konsumsi tablet FE, maka penelitian ini menggunakan metode *action research*.

Metode ini dipilih untuk menerapkan serta menguji penerapan dan keefektifan pemanfaatan media informasi berupa video yang diberikan di lingkungan kerja Puskesmas Cisoka Kabupaten Tangerang. Instrumen media yang digunakan berbasis video edukasi berdurasi  $\pm 5$  menit 15 detik berisi tentang pengertian anemia, resiko terjadinya anemia, cara menghindari terjadinya resiko dan pola konsumsi tablet Fe yang baik dan benar. Adapun video dapat diunduh pada <https://youtu.be/MiFi0y4KjCc>. Media ini telah dilakukan uji validitas dan reabilitas pada ibu hamil di Puskesmas wilayah Caringin dengan hasil nilai r Alpha 0,9935.



Bagan 1 : Alur Penelitian

Populasi penelitian ini adalah ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas wilayah Cisoka Tahun 2019 yang berjumlah 214 ibu hamil. Sampel penelitian ini adalah ibu hamil yang melaksanakan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas wilayah Cisoka, Besar sampel dihitung berdasarkan uji beda 2 mean pada dua kelompok dibutuhkan sampel sebanyak 36 ibu hamil untuk kelompok intervensi dan 36 ibu hamil untuk kelompok Kontrol secara *incidental sampling* dan memenuhi Kriteria inklusi; (1). Ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas wilayah Cisoka (2) Bersedia mengikuti penelitian (3) tidak memiliki riwayat penyakit kelainan darah seperti anemia aplastik, anemia autoimun hemolitik, polisitemia. (4) mengisi kuesioner pretes dan post

test (5) mengikuti seluruh rangkaian proses penelitian. Alur penelitian ini yaitu, setiap kelompok diberikan waktu 20 menit untuk mengerjakan pretes kemudian diberikan uji media satu kali dilanjutkan dengan posttes. uji analisa yang digunakan adalah melihat keefektifan media edukasi melalui T-Test Dependent pada setiap kelompok.

## Hasil dan Pembahasan

Tabel 1  
Karakteristik, Konsumsi Tablet Fe Ibu Hamil di Puskesmas Cisoka  
Kabupaten Tangerang Tahun 2019

Variabel	Mean	SD	Min-Max	95% CI
<b>Kadar HB</b>	10,7	0,7	8,7 s.d 12,4	10,5 s.d 10,9
<b>Umur</b>	27,3	3,9	21 s.d 35	26,2 s.d 28,3
<b>Gravida</b>	2,1	0,8	1 s.d 4	1,8 s.d 2,3
<b>Usia Kehamilan</b>	24,5	8,9	8 s.d 38	22,1 s.d 26,9
<b>Indeks Masa Tubuh</b>	23,0	3,7	18 s.d 34	22,0 s.d 24,1
<b>LILA</b>	25,3	3,1	20,2 s.d 34	24,4 s.d 26,2
<b>Tablet Fe</b>	25,4	10,0	0 s.d 40	22,7 s.d 28,1

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata kadar Hb pada Ibu hamil di Puskesmas Cisoka Kabupaten Tangerang 10,7 gr% (SD: 0,7) Hb terendah 8,7 gr% tertinggi 12,4 gr% (95% CI: 10,5 s.d 10,9). Rata-rata umur ibu hamil 27,3 tahun (SD: 3,9) Umur termuda 21 Tahun dan tertua 35 tahun (95% CI: 26,2 s.d 28,3). Rata-rata Gravida 2,1 (SD: 0,8) gravida paling sedikit 1 dan terbanyak 4 (95% CI: 1,8 s.d 2,3). Rata-rata usia kehamilan 24,5 minggu (8,9) usia kehamilan terkecil 8 minggu, tertua 38 minggu (95% CI: 22,1 s.d 26,9). Rata-rata Indeks Masa Tubuh (IMT) ibu hamil 23 (SD: 3,7) dengan IMT terkecil ibu 18 dan terbesar 34 (95% CI : 22,0 s.d 24,1). Rata-rata LILA Ibu hamil 25,3 cm (SD: 3,1) dengan LILA terkecil 20,2 dan terbesar 34 (95% CI: 24,4 s.d 26,2). Rata-rata Konsumsi Tablet Fe 25,4 tablet (SD: 10) dengan jumlah konsumsi terkecil 0 tablet dan terbanyak 40 tablet (95% CI : 22,7 s.d 28,1).

Berdasarkan data penelitian ini bahwa rata-rata nilai HB ibu hamil ada diangka 10,7gr%. Hasil penelitian ini jika dibandingkan dengan standar yang ditetapkan oleh WHO (2011) termasuk dalam kategori anemia ringan, yaitu jika kadar HB berada pada rentang 10,0 – 10,9 gr/%.

Sementara untuk kategori usia ibu hamil rata-rata ada diusia 27,3 tahun, angka ini menunjukkan usia aman untuk hamil. Manuaba (2012) menyebutkan idealnya seorang perempuan hamil di usia 22 tahun dan maksimal 35 tahun. Jika hamil lebih dari usia ini, resiko yang dialami semakin tinggi. Kondisi rahim ibu yang sudah tua, biasanya sudah tidak bagus dan tidak kuat lagi. Menurut Astriana (2017), kejadian anemia cenderung lebih banyak dialami oleh ibu hami dengan usia yang beresiko, yaitu kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun dibandingkan ibu hamil kelompok tidak beresiko yaitu 20-35 tahun.

Dalam penelitian ini juga didapatkan rata-rata usia kehamilan ibu hamil ada pada usia 24 minggu, dimana ibu sudah memasuki trimester ke 2 dalam kehamilan, trimester ini merupakan trimester masa tenang tetapi jika dilihat dari segi system hematologi justru pada trimester ini ibu masuk kedalam fase hemodilusi dimana terjadi peningkatan cairan plasma darah sebanyak 30%, sehingga kadar hemoglobin ibu cenderung mengalami penurunan. kondisi ini sesuai dengan hasil penelitian Hidayati dan Adriyarini (2018) bahwa persentase kejadian anemia lebih banyak dialami ibu hamil trimester 2 yaitu sebesar 43,8% berbanding 27,5% di trimester 3. Menurut penelitian Hinderaker 2002

menyebutkan bahwa kebutuhan zat besi ibu hamil pada trimester ini  $\pm 5$  mg/hari, (kehilangan basal 0,8mg/hari) ditambah kebutuhan sel darah merah 300 mg dan conceptus 115 mg. Sementara hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata ibu hamil mengkonsumsi tablet FE sebanyak 25 tablet untuk setiap kali jadwal kunjungan. Masih ada ibu hamil yang tidak meminum tablet FE sama sekali, karena pada trimester ini terjadi perubahan hemodilusi maka bagi ibu hamil yang tidak mengkonsumsi tablet FE tentu akan memiliki resiko anemia. Hasil uji statistik dalam penelitian ini didapatkan nilai OR 95%CI didapatkan bahwa ibu hamil yang tidak meminum tablet FE selama hamil di trimester ini memiliki resiko anemia 27,7 sampai dengan 28,1 kali dibandingkan dengan ibu hamil yang mengkonsumsi tablet FE secara rutin selama kehamilan.

Tabel 2 Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Mengenai Pola Konsumsi Tablet Fe Di Puskesmas Cisoka Tahun 2019

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pola Konsumsi Tablet Fe	Rata-rata ( $\mu$ )	SD	P Value	N
Sebelum	42,47	10,8	0,001	36
Sesudah	65,83	7,8		36

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa Rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pola konsumsi tablet Fe adalah 42,47 (SD: 10,8), sedangkan rata-rata pengetahuan ibu hamil setelah dilaksanakan penkes adalah 65,83 (SD= 7,8). Hasil uji statistic diperoleh nilai P Value 0,001  $>$   $\alpha$  (0,05) artinya ada perbedaan signifikan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan penkes tentang pola konsumsi tablet Fe.

Pada kelompok non-media audiovisual, dilakukan pengukuran pengetahuan pola konsumsi tablet Fe setelah dilakukan penyuluhan dengan metode ceramah. Tampak ada peningkatan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Hal ini diperkuat dengan dilakukannya uji analisis statistik dengan nilai p value 0,001. ini berarti terjadi informasi yang diberikan mengenai konsumsi tablet Fe dipahami oleh sebagian responden. Pendidikan kesehatan pada hakekatnya adalah kegiatan menyampaikan pesan kepada masyarakat, kelompok dan individu dengan harapan diperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Asfar (2017) dimana penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja.

Tabel 3 Perbedaan Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan sesudah diberikan Video Edukasi Mengenai Pola Konsumsi Tablet Fe Di Puskesmas Cisoka Tahun 2019

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pola Konsumsi Tablet Fe	Rata-rata ( $\mu$ )	SD	P Value	N
Sebelum	43,17	10,8	0,001	36
Sesudah	76,08	10,1		36

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa Rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan Video Edukasi tentang pola konsumsi tablet Fe adalah 43,17 (SD: 10,8), sedangkan rata-rata pengetahuan ibu hamil setelah diberikan video edukasi adalah 76,08 (SD= 10,1). Hasil uji statistik diperoleh nilai P Value 0,001  $>$   $\alpha$  (0,05) artinya ada perbedaan signifikan pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan media edukasi tentang pola konsumsi tablet Fe.

Media pendidikan kesehatan adalah alat bantu pendidikan dimana alat-alat ini digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan bahan pendidikan kesehatan. Masing-masing alat mempunyai intensitas yang berbeda-beda dalam membantu persepsi seseorang Media yang dikembangkan dalam penelitian ini termasuk pada kategori media audio-visual. Penggunaan media audiovisual dapat menghindari kesalahan persepsi, memperjelas informasi, dan mempermudah pengertian. Kemudahan menerima informasi pada media audiovisual dimungkinkan dari motion video berupa gambar dan animasi sederhana yang dapat menterjemahkan informasi rumit ke hal yang lebih mudah dipahami. Motion video merupakan alat bantu lihat dan dengar yang membantu menstimulasi indra penglihatan (visual aids) dan indra pendengaran (audiovisual aids) pada saat penyuluhan sehingga ibu hamil dapat lebih mudah mempresepsikan apa yang dimaksud oleh penyuluh. Peningkatan pengetahuan akibat intervensi media audiovisual juga dilaporkan oleh Sulastijah dkk (2015) dimana rerata skor pengetahuan tentang pola konsumsi tablet fe sebelum intervensi sebesar 75,15 dan sesudah diberikan intervensi sebesar 87,87.

Semakin banyak indra yang dilibatkan maka proses penyampaian informasi lebih efektif. Media animasi mempunyai kemampuan besar untuk menarik perhatian, mempengaruhi sikap dan tingkah laku. Menurut teori Notoatmojo, 2005 disebutkan bahwa retensi/ daya serap otak seseorang ketika membaca hanya mampu mengingat 10%, mendengar 20%, melihat 30%, melihat dan mendengar 50%, mengajarkan kembali ilmu yang didapat maka retensi daya inget menjadi 80% dan apabila mengajarkan dan melakukan dilakukan secara bersamaan maka retensi / daya serap di otak akan menjadi 90%. Efektifitas media audiovisual ini dilaporkan hasil penelitian Saban (2017) dimana rerata pengetahuan anemia pada kelompok eksperimen media video pada post-test sebesar 18,57 lebih besar dari rerata post-test kelompok kontrol media leaflet yang hanya sebesar 15,76.

### **Simpulan dan Saran**

Simpulan dalam penelitian ini adalah pengembangan media diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pola konsumsi tablet Fe yang adekuat untuk menurunkan resiko kejadian anemia pada ibu hamil. Peningkatan pengetahuan ibu hamil signifikan terjadi (P.value 0,001) pada ibu yang diberikan media edukasi video, dengan rata-rata pengetahuan sebelum 43 menjadi 76. Saran yang diberikan pada pelaksana pemberi asuhan (Bidan) adalah menggunakan media edukasi berbasis video sebagai salah satu alternatif media pendidikan kesehatan.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ka Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi (LLDIKTI) Wilayah IV, karena penelitian ini sepenuhnya didanai berdasarkan dana hibah dosen pemula tahun anggaran 2019. Selain itu kepada Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten yang telah membantu dan memberikan dukungan yang besar sehingga penelitian ini dapat berlangsung dengan baik.

### **Daftar Pustaka**

- Akbar Asfar1, Wa Ode Sri Asnaniar: Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Penyakit Hiv/Aids Di Smp Baznas Provinsi Sulawesi Selatan: 2017. Diunduh dalam. <https://www.journal.unnes.ac.id>
- Alam, Dewi Kartika. *Warning Ibu Hamil!* Surakarta : Ziyad Visi Medika, 2012.
- Arisman, dr. *Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC, 2010.
- Asrtiana, W. Kejadian AnemiapadaIbu Hamil Ditinjau dari Paritas dan Usia. Lampung : Program Studi DIII Kebidanan STIKES Al-Ma'arif Baturaja. 2017 diunduh dalam <https://media.neliti.com/media/publications/217394-kejadian-anemia-pada-ibu-hamil-ditinjau.pdf>

- Dien Gusta A.N., Rise marisa Satri. Kehamilan Resiko Tinggi di Puskesmas Lubuk gadang kabupaten Solong Selatan. *Jurnal Kesehatan masyarakat Andalas. Program Studi S-1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.* e-ISSN 2442-6725. <http://jurnal.fm.unand.ac.id/index.php/jkma/>
- Fatimah, Hadju et al. Pola Konsumsi dan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Maros Sulawesi Selatan. s.l. : Makara Kesehatan Vol. 15(1):31-36, 2011.
- Hidayati,I. Adriyarini EN. Hubungan Jumlah Paritas dan Umur Kehamilan dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil. Surabaya: Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel. 2018 diunduh di <http://jurnalfpk.uinsby.ac.id/index.php/jhsp/article/download/113/92/>.
- Hinderaker SG, Olsen BE, Lie RT, et al: Anemia in pregnancy in rural Tanzania: associations with micronutrients status and infections. s.l. : Eur. J. Clin. 56(3):192-199. 2002
- Husaini, MA: Study Nutritional Anemiaan Assessment of Information Complication for Supporting and Formulating. National policy and Program. Jakarta; Puslitbang Gizi dan Direktorat Bina Gizi Masyarakat DepKes RI. 2002
- Husnil Wardiyah, Yustini Alioes, Dian Pertiwi: Perbandingan Reaksi Zat Besi Terhadap Teh Hitam dan Teh Hijau Secara In Vitro dengan Menggunakan Spektrofotometer Uv-Vis diunduh *dalam website jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/25 pada 12 September 2019.*
- Kaltwasser JP, Werner E, Schalk K, Hansen C,Gottschalk R, Seidl C: Dietary Iron Absorption: an Algorithm forCalculating Absorption and Bioavailability of Dietary Iron. *Am J Clin Nutr* 2000;71:1147–60.14.1998. Diunduh dalam *Husnil Wardiyah, Yustini Alioes, Dian Pertiwi dalam jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/25*
- Kantika, Hubungan Pola Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Resiko Tinggi Anemia Ibu Hamil di 3 Puskesmas Wilayah Tangerang Selatan. Publikasi Poster Presentasi Rakernas VI IBI. Batam. 2016
- Mandriawati, G.A. *Penuntun Belajar Asuhan Kebidanan Ibu Hami.* Jakarta : EGC, 2008.
- Manuaba, Ida Bagus Gede: Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan. Jakarta; EGC. 2012
- Melfa S A, Yenny M dan Surmita. Penyuluhan Gizi dengan Pengembangan Food Model ‘Piring Makanku’ Meningkatkan Perilaku Konsumsi Makanan Seimbang pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes RI Vol 10 No 1.Bandung; 2018..*
- Meidiana Risma, Simbolon Demasa, Wahyuni A. 2018. *Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight.* *Jurnal Kesehatan.* Volume 9, Nomor 3, ISSN 2548-5695. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Nofita, Reni, Dorsinta Siallagan, and Yuliyanti Yuliyanti. "Korelasi Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Kehamilan di Puskesmas Kecamatan Ciputat Timur Tangerang Selatan Provinsi Banten." *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)* 2.2 (2019).
- Notoadmojo, soekidjo: Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta; Rineka Cipta. 2007
- Nur Farida: Pengaruh Penggunaan Media Audio Visualterhadap Hasil Belajar Ips Siswa Kelas Iv Di Sd Dharma Karya UT Jakarta; 2017. [repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/36248/1/Nur Farida-FITK](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/36248/1/Nur%20Farida-FITK)
- Proverawati, Atikah. *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan.* Yogyakarta : Nuha Medika, 2009
- Rezeki, Novik Sri. Hubungan Kepatuhan Minum Tablet Besi dan Status Gizi Ibu Hamil dengan Berat Badan Bayi Lahir di UPT Puskesmas Gondosari Kec. Gebog Kab. Kudus. Semarang : Prodi Gizi Fakultas Keperawatan dan Kesehatan Univ. Muhammadiyah Semarang, 2014.
- Sadiman, A: Media Pendidikan. Jakarta; Rajawali Pers. 2014.

- Saban, S. Efektifitas Media Media Viseo dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Siswi SMAN 2 Ngaglik Sleman. Yogyakarta: Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah. 2017. diunduh di [eprints.poltekkesjogja.ac.id](http://eprints.poltekkesjogja.ac.id)
- Wirakusumah, E.S: Perencanaan Menu Anemia Gizi Besi. Jakarta; Trubus Agriwidya. 1999.
- World Health Organization. *Iron Deficiency Anemia : assesment, prevention, and control*. 2012.
- World Health Organization. Haemoglobin. Concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. Vitamin and Mineral Nutrition Information System. Geneva, World Health Organization, 2011. diunduh di (WHO/NMH/NHD/MNM/11.1)(<http://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin.pdf>, accessed [date]).
- Sulastijah, S dkk. Pengaruh pendidikan gizi dalam upaya meningkatkan kepatuhan konsumsi zat besi melalui kelas ibu hamil. Yogyakarta: Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada. 2015. diunduh [jurnal.ugm.ac.id › jgki › article › download](http://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/download)