DAFTAR PUSTAKA

Agustina, N. (2019). P*encegahan anemia pada ibu hamil melalui pemberian tablet Fe, zat besi, konseling*. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 10(1), 45–52.

Astapani. (2020). Hubungan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada ibu hamil**.** *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 45–52.

Astuti, Reni Yuli., & Ertiana, Dwi. (2018). Anemia dalam Kehamilan. Jawa Timur: Pustaka Abadi.

Choirunissa, R. & Manurung, D. R. Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sirnajaya Kecamatan Serang Baru Bekasi Tahun 2019. J. Qual. Women's Heal. 3, 171–176 (2020).

Fadli, & Fatmawati. (2020). *Faktor risiko dan dampak anemia pada ibu hamil*. Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak, 14(1), 45–52.

Fitriani, A. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan DIII Kebidanan Jilid II*. www.mahakarya.academy

Hatijar, Saleh, I. S., & Yanti, L. C. (2020). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. Gowa: *CV. Cahaya Bintang Cermelang*.

Kementerian Kesehatan RI K. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia.; 2019.

Lubis, C. F., Hilmi, I. L., & Salman, S. (2023). Review Artikel : Analisis Pengaruh Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil. Journal of Pharmaceutical and Sciences, 6(1), 243–248. Mojokerto: STIKes Majapahit Mojokerto.

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurbadriyah, W. D. (2019). *Anemia Defisiensi Besi*. Yogyakarta: Deepublish.

Priyanti, S., Irawati, D., & Syalfina, A. D. (2020). *Anemia Dalam Kehamilan.*

Rauf, E. L., & Djunaid, U. (2023). The EfFectiveness of Green Bean Side Drinking on Hemoglobin Increase in Adolescent Women in Paguyaman District. The Indonesian Journal of Health Promotion, 5(5), 591–596.

Retnaningtyas, E. (2021). Kehamilan Dan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil.

Rochmaedah, S., & Putra, B. Y. (2023). Penyuluhan Terhadap Dampak Anemia Bagi Ibu Hamil. *Jurnal Siti Rufaidah*, *1*(4), 45-50

Sinaga, E. (2020). *Dampak Anemia pada ibu hamil*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Susanti, & Ulpawati. (2022). Asuhan Kebidanan pada Kehamilan Buku Pintar Ibu Hamil. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, *1*(69), 5–24.

Sutanto dan Fitriana. 2019. Asuhan Pada Kehamilan. Yogyakarta : Pustaka Baru

Tyastuti, S., Wahyuningsih, H. P., SiT, S., Keb, M., Wahyuningsih, H. P., SiT, S., & Keb, M. (2016). Asuhan kebidanan kehamilan.

Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu kebidanan*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

World Health Organization. (2020). *Anaemia*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anaemia

World Health Organization. (2024). Prevalensi Anemia di Dunia. https://www-whoint.translate.goog/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc

Poltekkes Bengkulu

L A M P I R A N

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1

SOP (STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR) **PEMERIKSAAN HEMOGLOBIN**	
Pengertian	Pemeriksaan HB *easy touch* adalah suatu proses untuk mendeteksi adanya metaloprotein (protein mengandung zat besi) dalam sel darah merah
Tujuan	*1.* Untuk mengetahui kadar darah dalam tubuh ibu hamil *2.* Untuk menghitung kadar hemoglobin dalam darah *3.* Untuk mengidentifikasi anemia secara dini
Persiapan alat	*1.* Alat *easy touch* *2.* Kapas alcohol *3.* Lancet *4.* Pen lancet *5.* Handscoon
Prosedur kerja	*1.* Pasang baterai pada alat *easy touch* *2.* Masukkan kunci kode pemeriksaan dan stik pemeriksaan HB pada alat *easytouch* *3.* Tunggu sampai di layar timbul tanda simbol darah *4.* Bersihkan jari pasien dengan kapas alkohol *5.* Tusuk jari dengan lancet *6.* Ambil darah dengan menempelkan ujung stik pada jari *7.* Tunggu 6 detik untuk mengetahui hasilnya

Sumber : dr. Audio Bhaskara Titalessy (2023)

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Lampiran 2

LEMBAR OBSERVASI

FORM FOOD RECALL 3x24 HOURS

Hari ke 1, senin 16 maret 2026							
Waktu Makan	**Nama menu**	**Bahan Makanan**	**berat**	**Kalori**	**Protein**	**Lemak**	**Karbohidrat**
Malam	Sop	Brokoli	100	25	1		5
		Wortel	100	25	1		5
		Ayam	35	150	7	13	
		Kentang	100	175	4		40
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**637,5**	**19**	**13**	**110**
Hari ke 2, selasa 17 maret 2026							
Pagi		Nasi					
		Ayam	35	150	7	13	
		Kentang	50	12,5	0,5		2,5
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**237,5**	**7,5**	**26,5**	**2,5**
Siang	Seblak	Sosis	50	150	7	13	
		Sawi	100	25	1		5
		Telur	55	75	7	5	
		Minyak	5	50		5	
		Nasi	150	262,	6		60
	Jumlah			**362,2**	**21**	**23**	**65**
Malam	Sambal ayam+Kentang	Ayam	35	150	7	13	
		Kentang	50	12,5	0,5		2,5
		Minyak	8	75		13,5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**500**	**13,5**	**26,5**	**67,5**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.099,7**	**42**	**76**	**135**
Persen				**43,12%**	**46,6%**	**112,9%**	**33,75%**
Hari ke-3, 18 maret 2026							
Pagi	Dadar telur	Telur	55	75	7	5	
		Minyak	3	25		4,5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**362,5**	**13**	**9,5**	**60**
Siang	Sambal ayam	Ayam	35	150	7	13	
		Minyak	8	75		13,5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**487,5**	**13**	**26,5**	**60**
Jumlah makan pagi, siang				**850**	**26**	**36**	**120**

Hari ke-4, 19 maret 2026							
Pagi	Goreng telur, gulai nangka	Telur	55	75	7	5	
		Nangka	100	75	3		10
		Santan	40	50		5	
		Minyak	8	75		13,5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**537,5**	**16**	**23,5**	**70**
Malam		Nangka	100	50	3		10
		Santan	40	50		5	
		Kangkong	100	25	1		5
		Minyak	8	75		13,5	
		Nasi	150	262,6	6		60
	Jumlah			**462,5**	**10**	**18,5**	**75**
pagi Jumlah makan,malam				**1000**	**26**	**42**	**145**
Hari ke-5, 20 maret2026							
Siang	Rendang sapi	Nasi	150	262,5	6		**60**
		Sapi	35	75	7	5	
		Santan	40	50		5	
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**462,5**	**13**	**23,5**	**60**
Malam	Ikan bakar	Nasi	150	262,5	6		60
		Ikan	40	50	7	2	
		Santan	40	50		5	
	Jumlah			**362,5**	**13**	**7**	**60**
Jumlah makan siang, malam				**825**	**26**	**30,5**	**120**
Hari ke- 6, 21 maret 2026							
Pagi	Lontong gulai nangka	Lontong	150	262,5	6		60
		Nangka	100	50	3		10
		Ayam	35	150	7	13	
		Santan	40	50		5	
	Jumlah			**512,5**	**16**	**18**	**70**
Siang	Lontong gulai Nangka+ ayam	Lontong	150	262,5	6		60
		Nangka	100	50	3		10
		Ayam	35	150	7	13	
		Santan	40	50		5	
	Jumlah			**512,5**	**16**	**18**	**70**
Malam	Nasi goreng	Nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**412,5**	**13**	**18,5**	**60**
Jumlah makanpagi, siang, malam				**1.437,5**	**45**	**37,5**	**200**
Persen				**56,37%**	**50%**	**55,72%**	**50%**
Hari ke-7, 22 maret 2026							
Pagi	Gulai ayam	Ayam	35	150	7	13	

		Santan	40	50		5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**462,5**	**13**	**18**	**60**
Siang	Bakso	Bakso	170	75	7	5	
		Mie	200	175	4		40
		Telur	55	75	7	5	
	Jumlah			**325**	**18**	**10**	**40**
Malam	bakso	Bakso	170	75	7	5	
		Mie	200	175	4		40
		Telur	55	75	7	5	
	Jumlah			**325**	**18**	**10**	**40**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.112,5**	**49**	**38**	**140**
Persen				**43,62%**	**54,4%**	**56,46%**	**35%**
Hari ke-8, 23 maret 2026							
Pagi	Goreng telur	Telur	55	75	7	5	
		Minyak	8	75		13,5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**412,5**	**13**	**18,5**	**60**
Siang	Sop iga	Iga sapi	35	75	7	5	
		Kentang	100	175	4		40
		Wortel	100	25	1		5
		Kol	100	25	1		5
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**562,5**	**19**	**5**	**110**
Malam	Sop	Iga sapi	35	75	7	5	
		Kentang	100	175	4		40
		Wortel	100	25	1		5
		Kol	100	25	1		5
		Nasi	150	626,5	6		60
	Jumlah			**562,5**	**19**	**5**	**110**
Jumlah makan, pagi, siang, malam				**1.537,5**	**51**	**28,5**	**280**
Persen				**60,29%**	**56,6%**	**42,34%**	**70%**
Hari ke-9, 24 maret 2026							
Pagi	mie	Mie	200	175	4		40
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**437,5**	**10**		**100**
Siang	Sambal ikan teri	Nasi	150	262,5	6		60
		Ikan teri	15	50	7	2	
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**387,5**	**13**	**15,5**	**60**
Malam		lontong	150	262,5	6		60
		ayam	35	150	7	13	
		Kacang	15	75	5	3	7

		tanah					
		gula	13	6,5			1,56
	Jumlah			**494**	**18**	**16**	**8,56**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.319**	**41**	**31,5**	**168,56**
Persen				**51,72%**	**45,55%**	**46,80%**	**42,14%**
hari ke 11, 26 maret 2026							
Siang	seblak	sosis	50	150	7	13	
		telur	55	75	7	5	
		Mie	200	175	4		40
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**475**	**18**	**31,5**	**40**

Hari ke-12, 27 maret 2026							
Pagi	Gulai ayam	Ayam	35	150	7	13	
		Santan	40	50		5	
		Slada		75	5	3	7
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**537,5**	**18**	**21**	**67**
Siang	Gulai ayam, rebung	Ayam	35	150	7	13	
		Santan	40	50		5	
		Rebung	100	25	1		5
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**487,5**	**14**	**18**	**65**
Malam	sambal ayam, tumis kol+tahu	Ayam	35	150	7	13	
		Minyak	8	75		13,5	
		Kol	100	25	1		5
		Tahu	110	75	5	3	7
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**587,5**	**19**	**29,5**	**72**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.612,5**	**51**	**68,5**	**204**
Persen				**63,23%**	**56,66%**	**101,7 %**	**51%**
Hari ke 13, 28 maret 2026							
Pagi	Soto	Nasi	150	262,5	6		60
		Ayam	35	150	7	13	
		Toge	100	25	1		5
		Kol	100	25	1		5
		Minyak	8	75		13,5	5
	Jumlah			**537,5**	**24**	**26,5**	**75**
Siang		Nasi	150	262,5	6		60
		Ikan teri	15	50	7	2	
		Minyak	8	75		13,5	
		Jeruk	110	55			13,2
		Pear	85	42,5			10,2

	Jumlah			**485**	**13**	**15,5**	**83,4**
Malam		Nasi	150	262,2	6		60
		Ikan teri	15	50	7	2	
		Minyak	8	75		13,5	
		Kacang	100	25	1		5
	Jumlah			**412,5**	**14**	**15,5**	**5**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.435**	**51**	**57,5**	**163,4**
Persen				**56,27 %**	**56,66%**	**85,43 %**	**40,85%**
Hari ke-14, 29 maret 2026							
Pagi	Nasi goring	Nasi	150	262,5	6		60
		Minyak	8	75		13,5	
		Telur	55	75	7	5	
	Jumlah			**412,5**	**13**	**18,5**	**60**
Siang	Ayam goring, sambal ikan teri+terong, tumis daun papaya+kacang	Ayam	40	50	7	2	
		Ikan teri	15	50	7	2	
		Terong	100	25	1		5
		Daun papaya	100	50	3		10
		Kacang panjang	100	25	1		5
		Minyak	8	75		13,5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**537,5**	**25**	**17,5**	**80**
Malam	Goreng telur+tahu	Nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		Tahu	110	75	5	3	7
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**487,5**	**18**	**21,5**	**67**
Jumlah pagi, siang, malam				**1.437,5**	**56**	**57,5**	**207**
Persen				**56,37 %**	**62,22%**	**85,43 %**	**51,75%**
Hari ke 15, 30 maret 2026							
Pagi	Goreng telur+tahu	Nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		Tahu	110	75	5	3	7
	Jumlah			**412,5**	**18**	**8**	**67**
Siang		Nasi	150	262,5	6		60
		Ikan	40	50	7	2	
		Tahu	110	75	5	3	7
		Minyak	8	75		13,5	
		Jeruk	110	55			13,2
	Jumlah			**517,5**	**18**	**18,5**	**80,5**
Malam		Nasi	150	262,5	6		60
		Tahu	110	75	5	3	7

		Tebuh telur	100	25	1		5
		Minyak	3	25		4,5	
	Jumlah			**387,5**	**12**	**7,5**	**72**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.317,5**	**48**	**34**	**219,5**
Persen				**51,66 %**	**53,33%**	**50,52 %**	**54,87%**
Hari ke 16, 31 maret 2026							
Pagi	Sambal ikan+buncis+tahu, tumis daun labu siam, tahu goreng			262,5	6		60
		Nasi	150	50	7	2	
		Buncis	100	25	1		5
		Tahu	110	75	5	3	
	Jumlah			**412,5**	**19**	**5**	**65**
Siang	Goreng nugget, lotek	Nasi	150	262,5	6		60
		Nugget	50	150	7	13	
		Kol	100	25	1		5
		Kankung	100	25	1		5
		Timun	15	75	5	3	7
		Mie	50	175	4		40
		Gula	13	6,5			6
		Kacang tanah	15	75	5	3	7
		Minyak	3	25		4,5	
	Jumlah			**819**	**29**	**23,5**	**130**
Malam		Nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		Nugget	50	150	7	13	
		Kangkung	100	25	1		5
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**587,5**	**21**	**31,5**	**65**
Jumlah makanpagi, siang, malam				**1.819**	**69**	**60**	**260**
Persen				**71,33 %**	**76,66%**	**89,15 %**	**65%**
Hari ke-17, 1 april 2026							
Pagi	Nasi goring+telur, sambal ikan+tahu+buncis	Nasi	150	262,5	6		60
		Telor	55	75	7	5	
		Ikan	40	50	7	2	
		Tahu	110	75	5	3	7
		Buncis	100	25	1		5
		Minyak	8	75		13,5	

	Jumlah			**302,625**	**26**	**23,5**	**72**
Siang		Nasi	150	262,5	6		60
		Ikan	40	50	7	2	
		Tahu	110	75	5	3	7
		Selada		75	5	3	7
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**537,5**	**23**	**45**	**74**
Malam	Goreng	Nasi	150	262,5	6		60
	tempe+nugget	Tempe	50	75	5	3	7
		Nugget	50	150	7	13	
		Minyak	8	75		13,3	
	Jumlah			**562,5**	**18**	**29,3**	**67**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.402,625**	**67**	**97,8**	**213**
Persen				**55%**	**74,44%**	**145,31%**	**53,25%**
Hari ke-18, 2 april 2026							
Pagi	Lontong	Nangka	100	50	3		10
		Ayam	35	150	7	13	
		Nasi	150	262,5	6		60
		Santan	40	50		5	
	Jumlah			**512,5**	**16**	**18**	**70**
Siang	Gulai ayam, goreng tempe	Ayam	35	150	7	13	
		Tempe	50	75	5	3	7
		Minyak	3	25		4,5	
		Santan	40	50		5	
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**562,5**	**18**	**25,5**	**67**
Malam		Nasi	150	262,5	6		60
		Ayam	35	150	7	13	
		Santan	40	50		5	
		Sayur gambas		75	5	3	7
	Jumlah			**537,5**	**18**	**21**	**67**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.612,5**	**52**	**64,5**	**204**
Persen				**63,23%**	**57,77%**	**95,83%**	**51%**
Hari ke19, 3 april 2026							
Pagi	Lontong	Buncis	100	25	1		5
		Ikan teri	15	50	7	2	
		Santan	40	50		5	
		Lontong	150	262,5	6		60

	Jumlah			**387,5**	**14**	**7**	**65**
siang	Lotek	nasi	150	262,5	6		60
		kol	100	25	1		5
		kangkung	100	25	1		5
		timun	15	75	5	3	7
		mie	50	175	4		40
		gula	13	6,5			6
		Kacang tanah	15	75	5	3	7
	Jumlah			**644**	**22**	**6**	**130**
Malam		Nasi	150	262,5	6		60
	Gulai ikan+jengkol+ kacang Panjang	jengkol	100	25	1		5
		Kacang panjang	15	75	5	3	7
		Ikan	40	50	7	2	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**462,5**	**19**	**10**	**72**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.494**	**55**	**23**	**267**
Persen				**58,58 %**	**61,11%**	**34,17 %**	**66,75%**
Hari ke 20, 4 april 2026							
Pagi	Gulai ikan+ jengkol, dan mie	Ikan	40	50	7	2	
		Jengkol	100	25	1		5
		Santan	40	50		5	
		Mie	50	175	4		40
		Nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**562,5**	**54**	**7**	**105**
Siang	Lotek	Nasi	150	262,5	6		60
		Kangkung	100	25	1		5
		Timun	15	75	5	3	7
		Mie	50	175	4		40
		Gula	13	6,5			6
		Kacang tanah	15	75	5	3	7
	Jumlah			**619**	**21**	**6**	**125**
Malam	**Mie**	Nasi	150	262,5	6		60
		mie	50	175	4		40
	Jumlah			**437, 5**	**10**		**100**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.619**	**85**	**13**	**330**
Persen				**63,49 %**	**94,44%**	**19,31 %**	**82,5%**
Hari ke-21, 5 april 2026							
Pagi	Goreng telur	telur	55	75	7	5	
		Minyak	8	75		13,5	

	Jumlah			**150**	**7**	**18,5**	
Siang	Sambal telur, Gulai manis Daun katuk+ Labu waluh	nasi	150	262,5	6		60
		telur	55	75	7	5	
		minyak	8	75		13,5	
		Daun katuk	100	50	3		10
		Labu waluh	100	25	1		5
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**537, 5**	**17**	**23,5**	**75**
Malam	Sambal telur, gulai manis daun katuk+ labu waluh	nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		minyak	8	75		13,5	
		Daun katuk	100	50	3		10
		Labu waluh	100	25	1		5
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**537,5**	**17**	**23,5**	**75**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.225**	**31**	**65,5**	**150**
Persen				**48,03 %**	**34,44%**	**97,32 %**	**37,5%**
Hari ke 22, 6 april 2026							
Pagi	Nasi goreng+ Telur goreng	nasi	150	262,5	6		60
		minyak	8	75		13,5	
		telur	55	75	7	5	
	Jumlah			**412,5**	**13**	**18,5**	**60**
Siang	Bakso	Pentol bakso	175	75	7	5	
		mie	50	175	4		40
		telur	55	75	7	5	
	Jumlah			**325**	**18**	**10**	**40**
Malam	Telur rebus+lotek	Nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		Kangkung	100	25	1		5
		Timun	15	75	5	3	7
		mie	50	175	4		40
		gula	13	6,5			6
		Kacang tanah	15	75	5	3	7
	Jumlah			**694**	**28**	**11**	**125**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.431,5**	**59**	**39,5**	**225**

Persen				**56,13 %**	**65,55%**	**58,69 %**	**56,25%**
Hari ke 23, 7 april 2026							
Pagi	Nasi goreng+ Goreng telur	Nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**412,5**	**13**	**18,5**	**60**
Siang	Sambal sarden	Nasi	150	262,5	6		60
		Sarden	35	150	7	13	
		Minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**352,5**	**13**	**26,5**	**60**
Malam	Gulai ayam, gulai ikan+ terong+kacang panjang	Ayam	35	150	7		13
		nasi	150	262,5	6		60
		ikan	40	50	7	2	
		terong	100	25	1		5
		Kacang panjang	15	75	5	3	7
		santan	40	50		5	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**662,5**	**26**	**15**	**85**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.427,5**	**52**	**60**	**205**
Persen				**55,98 %**	**57,77%**	**89,15 %**	**51,25%**
Hari ke-24, 8 april 2026							
Pagi	Lontong	lontong	150	262,5	6		60
		nangka	100	50	3		10
		ayam	35	150	7	13	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**512,5**	**16**	**18**	**70**
siang	Gulai ikan+tahu	Nasi	150	262,5	6		60
		ikan	40	50	7	2	
		tahu	110	75	5	3	7
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**437,5**	**18**	**10**	**67**
Malam	**Gulai ikan+tahu**	Nasi	150	262,5	6		60
		ikan	40	50	7	2	
		tahu	110	75	5	3	7
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**437,5**	**18**	**10**	**67**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.387,5**	**52**	**38**	**134**
Persen				**54,41 %**	**57,77%**	**56,46 %**	**33,5%**
Hari ke-25, 9 april 2026							
Pagi	Gulai	Nasi	150	262,5	6		60

	ikan+tahu	tahu	110	75	5	3	7
		ikan	40	50	7	2	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**437,5**	**18**	**10**	**67**
Siang	Sambal ayam+terong, gulai ikan+tahu	Ayam	35	150	7	13	
		Terong	100	25	1		5
		minyak	8	75		13,5	
		Ikan	40	50	7	2	
		tahu	110	75	5	3	7
		santan	40	50		5	
		nasi	150	262,5	6		60
	Jumlah			**425**	**26**	**36,5**	**72**
Malam	Sambal ayam+terong, gulai nangka	nasi	150	262,5	6		60
		ayam	35	150	7	13	
		terong	100	25	1		5
		nangka	100	50	3		10
		santan	40	50		5	
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**612,5**	**17**	**31,5**	**75**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.475**	**61**	**78**	**214**
Persen				**57,84 %**	**67,77%**	**115,89 %**	**53,5%**
Hari ke 26, 10 april 2026							
Pagi	Soto ayam	ayam	35	150	7	13	
		tahu	110	75	5	3	7
		kol	100	25	1		5
		toge	100	25	1		5
		mie	50	175	4		40
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**525**	**18**	**29,5**	**57**
malam		nasi	150	262,5	6		60
		tahu	110	75	5	3	7
		bakso	170	75	7	5	
		mie	50	175	4		40
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**662,5**	**22**	**21,5**	**107**
Jumlah makan pagi, malam				**1.187,5**	**40**	**51**	**164**
Hari ke-27, 11 april 2026							
Pagi	Pempek, risol	tepung	50	175	4		40
		minyak	8	75		13,5	
		wortel	100	25	1		5
		kentang	100	175	4		40
	Jumlah			**450**	**9**	**13,5**	**85**
siang	Gulai ayam+terong	ayam	35	150	7	13	
		terong	100	25	1		5

		nasi	150	262,5	6		60
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**487,5**	**14**	**18**	**65**
Malam	Gulai ayam+terong	Nasi	150	262,5	6		60
		ayam	35	150	7	13	
		terong	100	25	1		5
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**487,5**	**14**	**18**	**65**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.425**	**37**	**49,5**	**215**
Persen				**55,88 %**	**41,11%**	**73,55 %**	**53,75%**
Hari ke-28,12 april 2026							
Pagi	Gulai ayam	Nasi	150	262,5	6		60
		ayam	35	150	7	13	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**462,5**	**13**	**18**	**60**
siang	Sambal ayam+jengkol	Nasi	150	262,5	6		60
		ayam	35	150	7	13	
		jengkol	100	25	1		5
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**512,5**	**14**	**26,5**	**65**
Malam	Sambal ayam+jengkol	Nasi	150	262,5	6		60
		ayam	35	150	7	13	
		jengkol	100	25	1		5
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**512,5**	**14**	**26,5**	**65**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.487,5**	**46**	**71**	**190**
				58,33 %	**51,11%**	**105,49 %**	**47,5%**
Hari ke-29, 13 april 2026							
Pagi	Nasi goreng	Nasi	150	262,5	6		60
		Telur	55	75	7	5	
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**412,5**	**13**	**18,5**	**60**
siang	Gulai Nangka+ayam	Nasi	150	262,5	6		60
		Nangka muda	100	50	3		10
		ayam	35	150	7	13	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**512,5**	**16**	**18**	**70**
Malam	Gulai ayam	Nasi	150	262,5	6		60
		ayam	35	150	7	13	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**462,5**	**13**	**18**	**60**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.387.5**	**42**	**54,5**	**190**

Persen				**54,41 %**	**46,66%**	**80,98 %**	**47,5%**
Hari ke 30, 14 april 2026							
Pagi	lontong	Lontong	150	262,5	6		60
		Nangka muda	100	50	3		10
		Ikan teri	15	50	7	2	
		santan	40	50		5	
	Jumlah			**412,5**	**16**	**7**	**70**
siang	Gulai Nangka, goreng telur	Nasi	150	262,5	6		60
		nangka	100	50	3		10
		telur	55	75	7	5	
		minyak	8	75		13,5	
		Santan	40	50		5	
	jumlah			**512,5**	**16**	**23,5**	**70**
malam	Gulai Nangka, sambal telor+jengkol	nasi	150	262,5	6		60
		nangka	100	50	3		10
		santan	40	50		5	
		telur	55	75	7	5	
		jengkol	100	25	1		5
		minyak	8	75		13,5	
	Jumlah			**537,5**	**17**	**23,5**	**75**
Jumlah makan pagi, siang, malam				**1.462,5**	**49**	**54**	**215**
Persen				**57,35 %**	**54,44%**	**80,23 %**	**53,75%**

Lampiran 3

ORGANISASI PENELITIAN

A. Pembimbing

Nama	:	Lusi Andriani, SST, M.Keb
NIP	:	198008192002122002
Pekerjaan	:	Dosen Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan
Jabatan	:	Pembimbing

B. Peneliti

Nama	:	Jenika Anggini Wulandari
NIM	:	P01740123019
Pekerjaan	:	Mahasiswi Diploma III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Lampiran 4

LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR

Nama Pembimbing : Lusi Andriani, SST.,M.Kes

NIP : 198008192002122002

Nama Mahasiswa : Jenika Anggini Wulandari

NIM : P01740123019

JudulLTA : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia

No	Hari/Tgl	Topik	Saran	Paraf Pembimbing
1	03-11-2025	Acc Judul	Acc Judul	
2	04-12-2025	Pengajuan bab 1, 2, dan 3	1. Perbaikan cover Bagian judul 2. Penyusunan latar belakang 3. Tambahkan lagi daftar pustaka minimal 15 4. Perbaikan cara penulisan Judul 5. Melakukan penelitian Di 3 PKM untuk studi pendahuluan	
3	12-12-2025	BAB I-III dan kelengkapan laporan	1. Perbaikan latar belakang 2. Perbaikan bab II bagian teori klasifikasi anemia 3. Perbaikan Askeb varney 4. Membuat Lembar observasi	
4	17-12-2025	BAB I-III dan kelengkapan laporan	1. Perbaikan latar belakang 2. Perbaikan cara penulisan daftar pustaka yaitu spasi 1 3. Perbaikan bab III bagian tabel jadwal kegiatan yaitu jadwal kunjungan dan rencana asuhan	

5	23-12-2025	Bab I-III dan kelengkapan laporan	1. Perbaikan Bagan kerangka konseptual 2. Lengkapi semua lampiran	
6	02-01-2026	ACC proposal	1. Lengkapi semua laporan 2. Pelajari teori	
7	11-02 2026	Bimbingan revisi propsal	Perbaikan proposal	
8	12-02-2026	Bimbingan revisi proposal	ACC perbaikan proposal	
9	16-03-2026	Melakukan penelitian	Lanjutkan penelitian	
10	20-04-2026	Bimbingan BAB IV dan V	Perbaikan BAB IV dan V	
11	24-04-2026	Bimbingan BAB IV dan V	Perbaikan BAB IV dan V	
12	28-04-2026	Bimbingan BAB IV dan V	Perbaikan BAB IV dan V	
13	08-06-2026	Bimbingan BAB IV dan V	ACC Laporan	

Lampiran 5

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

11 Februari 2026

Nomor : PP.06.02/F.XXIII.1/ 1678 /2026
Perihal : **Izin Pra Penelitian**

Yth.
Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Laporan Tugas Akhir (LTA) Mahasiswa Progam Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026, dengan ini mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data, Pra Penelitian pada mahasiswa dibawah ini :

Nama Mahasiswa	: Jenika Anggini Wulandari
Nim	: P01740123019
Tempat	: Puskesmas Penurunan
Judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia
No Handphone	: 081274762562

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

Wakil Direktur I Bidang Akademik

Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

Lampiran 6

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

27 Februari 2026

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 3010 /2026
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

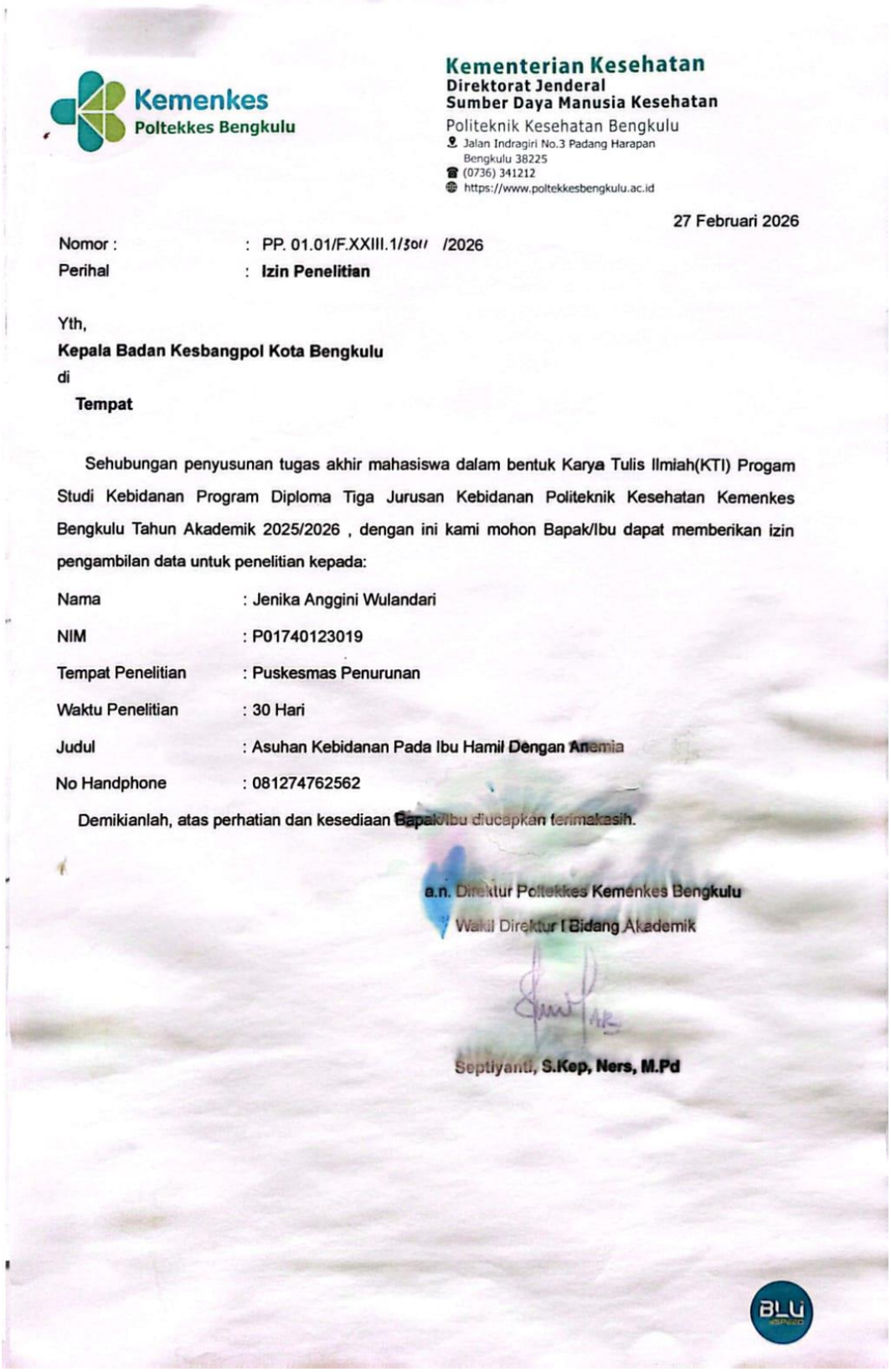
Nama	: Jenika Anggini Wulandari
NIM	: P01740123019
Tempat Penelitian	: Puskesmas Penurunan
Waktu Penelitian	: 30 Hari
Judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia
No Handphone	: 081274762562

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur I Bidang Akademik

Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

Lampiran 7



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

27 Februari 2026

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/3011 /2026
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Badan Kesbangpol Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Jenika Anggini Wulandari
NIM	: P01740123019
Tempat Penelitian	: Puskesmas Penurunan
Waktu Penelitian	: 30 Hari
Judul	: Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia
No Handphone	: 081274762562

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur I Bidang Akademik

Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd

Lampiran 8

PEMERINTAH KOTA BENGKULU

BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/534/KESBANGPOL-REK/2026

Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian

Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/2064/2026 dan PP.01.01/F.XXIII.1/3011/2026 Tanggal 27 Februari 2026 perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama	:	Jenika Anggini Wulandari
NIM	:	P01740123019
Pekerjaan	:	Mahasiswa/i
Prodi/ Fakultas	:	Dlll kebidanan
Judul Penelitian	:	Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu Tahun 2026
Tempat Penelitian	:	Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	:	16 Maret 2026 s.d 20 April 2026
Penanggung Jawab	:	Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan Ketentuan :

1. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
2. Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
3. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
4. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 4 Maret 2026

a.n. WALI KOTA BENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu,

Syofyan Tosoni, SE, MM
Pembina Utama Muda (IVc)
NIP. 197009021993031006

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 9

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban Kota Bengkulu
Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com / www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI
Nomor : 000.9.2 /1005 / D.Kes / 2026

Dasar Surat

1. Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/3010/2026 Tanggal 27 Februari 2026.
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor : 000.9.2/534/KESBANGPOL-REK/2026 Tanggal 04 Maret 2026, Perihal : Penelitian untuk penyusunan tugas akhir mahasiswa Atas nama :

Nama	:	**Jenika Anggini Wulandari**
NIM	:	P01740123019
Program Studi	:	D-III / Kebidanan
Judul	:	Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil dengan Anemia
Lokasi Penelitian	:	Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu
Lama Kegiatan	:	16 Maret 2026 s/d 20 April 2026
No Hp / Email	:	0812-74762562

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
e. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Maret 2026
Plt. Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Nelli Hartati ,SKM,MM
Pembina - IV/a
Nip. 19720419 199101 2 001

Tembusan :
1. Yth. Sdr. Ka. UPTD Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu
2. Yang Bersangkutan

Lampiran 10

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS PENURUNAN
{Badan Layanan Umum Daerah}
Jl. Putri Gading Cempaka. Kel.Penurunan Kota Bengkulu
Call Center/ Hotline : 085378056006 *Email:pkmpenurunan01@gmail.com*

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
No : 800/ 65 / PKM-PN / IV /2026

Yang bertanda tangan dibawah ini Plh.Kasubag Tata Usaha BLUD Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Jenika Anggini Wulandari
Pekerjaan : Mahasiswa

Telah menyelesaikan penelitian di Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu Dengan judul "**Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia**", Penelitian dilaksanakan pada tanggal 16 Maret 2026 s/d 14 April 2026.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

DIKELUARKAN D : BENGKULU
PADA TANGGAL : 30 April 2026
Plh.Kasubag Tata Usaha BLUD Puskesmas
Penurunan Kota Bengkulu

Yesi Oktariani, S.Tr.Keb
NIP. 197910192006042010

Lampiran 11

SURAT PERNYATAAN

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lourenci Villaroza

Umur : 24 Tahun

Alamat : Jl. Kinibalu Raya, Padang Jati, Kota Bengkulu

Menyatakan bersedia dan tidak keberatan untuk menjadi subjek dalam penelitian yang berjudul "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu Tahun 2026" yang akan dilaksanakan selama 30 hari sesuai dengan sistematik dan prosedur yang telah dijelaskan.

Demekian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun dan bisa dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 16 Maret 2026

Responden

(Lourenci Villaroza)

Lampiran 12

SURAT PERNYATAAN

KETERSEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lourenci Viliacoza

Umur : 24 Tahun

Alamat : Jl. Kiniballu Raya, Padang Jati, Kota Bengkulu

Setelah mendapatkan penjelasan, saya menyetujui untuk menjadi subjek dalam penelitian yang berjudul "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Penuruan Kota Bengkulu Tahun 2026" yang akan dilakukan oleh Jenika Anggini Wulandari Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun, Apabila selama penelitian saya ingin mengundurukann diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa adanya sanksi.

Bengkulu, Maret 2026

Respondend

Lourenci Viliacoza

Lampiran 13

SURAT PERSETUJUAN TINDAKAN MEDIS

Yang bertanda tangan dibawah ini, Suami/Anak/Orang Tua dari pasien :

Nama : Afrian Amin

Umur : 24 Tahun

Status : Suami

Alamat : Jl. Kinibalu Raya, Padang Jati, Kota Bengkulu

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa setelah mengetahui tujuan dari tindakan khusus yang dilakukan berupa "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Penurunan Kota Bengkulu Tahun 2026"

Maka kami menyatakan tidak keberatan untuk dilakukan tindakan tersebut diatas, setelah mendapatkan keterangan mengenai sistematik dan prosedur tindakan.

Demekian persetujuan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Bengkulu, Maret 2026

Pelaksana tindakan

(Jenika Anggini W)

Yang membuat pernyataan

(AFRIAN AMIN)

Lampiran 14

SURAT KETERANGAN PENGAMBILAN DATA

Dengan Hormat

Melalui surat ini, saya:

Dengan menerangkan bahwa mahasiswa Prodi DIII kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu, yang bernama

Nama : Jenika Anggini Wulandari

NIM : P01740123019

Tempat Pendidikan : Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Menyatakan telah memberikan izin pengambilan data Puskesmas saya untuk pelaksanaan penulisan Laporan Tugas Akhir (LTA) yang berjudul "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil dengan Anemia"

NO	Nama Puskesmas	Jumlah Ibu Hamil Tahun 2025	Jumlah Ibu Hamil yang Anemia	Paraf/Stampel
1.	Puskesmas Telaga Dewa	452	34	
2.	Puskesmas Jembatan Kecil	464	20	
3.	Puskesmas Kandang	398	9	

Diharapkan dengan data ini dapat mendukung untuk bahan penulisan Proposal Laporan Tugas Akhir (LTA). Atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Yang bertanda tangan di bawah ini
Bengkulu, Desember 2025

Jenika Anggini Wulandari

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 15

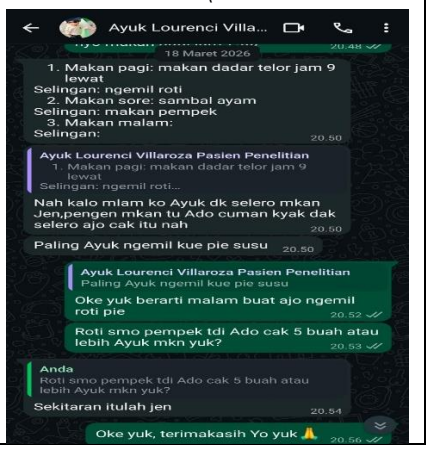
DOKUMENTASI

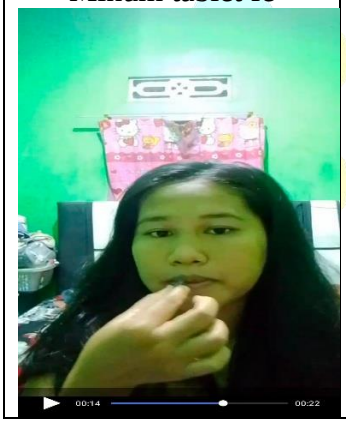
Minggu pertama, Hari ke 1 pengkajian: Senin, 16 Maret 2026

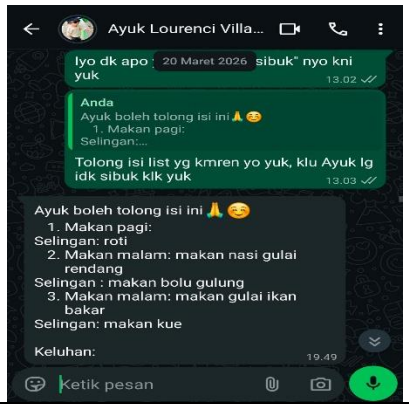
Informed consent 	Pemeriksaan Tekanan darah 	Pemeriksaan leopold
Pemeriksaan DJJ 	Pemeriksaan Hb 	Hasil Hb
Pemeriksaa glukosa urine dan protein urine 	Hasil pemeriksaan glukosa dan protein urine 	Konseling

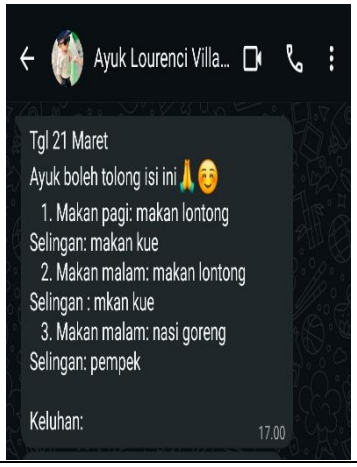
Minum tablet fe 	Makan malam 	

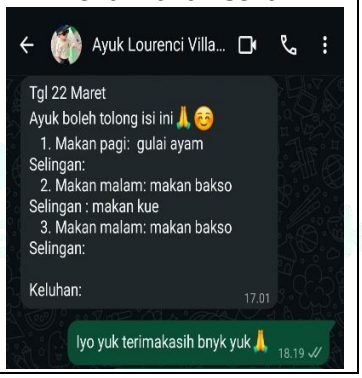
Hari ke 2 Selasa,17 Maret 2026		
Meminum tablet Fe Jam 	Makan pagi Jam 10.03 	Makan siang Jam 13.18
Makan sore Jam 16. 46 		

Hari ke 3 Rabu, 18 maret 2026	
Minum tablet fe	Menu makan \
	

Hari ke 4 kamis, 19 maret 2026		
Minum tablet fe	Makan pagi	Makan malam
		

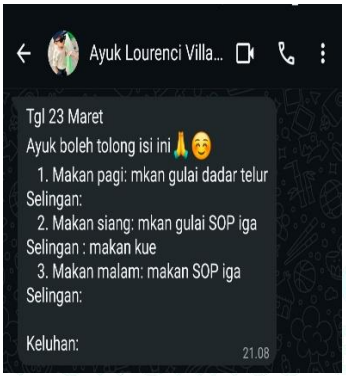
Hari ke 5 Jum’at 20 maret 2026	
Minum tablet fe	Menu Makan
	

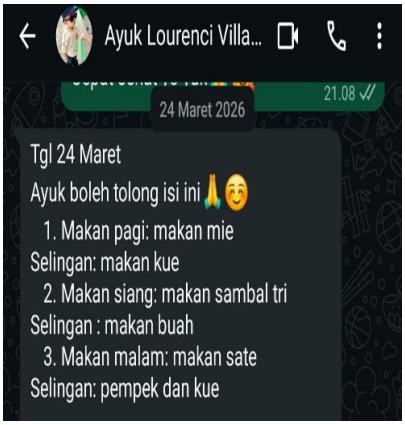
Hari ke 6 Sabtu, 21 Maret 2026		
Meminum tablet fe	Menu makan hari ini	Makan malam
		

Hari ke 7 Minggu, 22 Maret 2026	
Meminum tablet fe	Menu makan sehari
	

Kunjungan rumah Minggu ke 2(hari ke 8), Senin 23 Maret 2026

Pemeriksaan tekanan darah	Pemeriksaan leopold	Pengukuran TFU

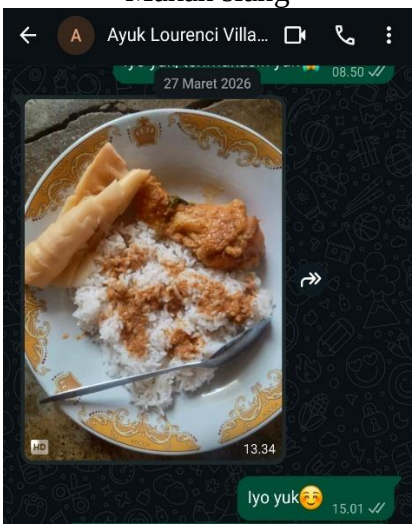
Pemeriksaan DJJ	Konseling	Senam hamil
Meminum tablet Fe	**Menu makan sehari**	
		

Hari ke 9 Selasa, 24 Maret 2026	
Meminum tablet Fe	**Menu makanan**
	

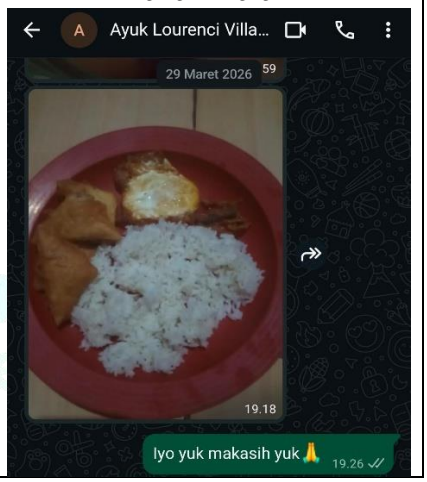
Hari ke 10 Rabu, 25 Maret 2026	
Minum tablet Fe	Sarapan pagi

Hari ke 11 Kamis, 26 Maret 2026	
Minum tablet fe	Menu sehari

Hari ke 12 Jum’at, 27 Maret 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi

Makan siang	Makan malam
	

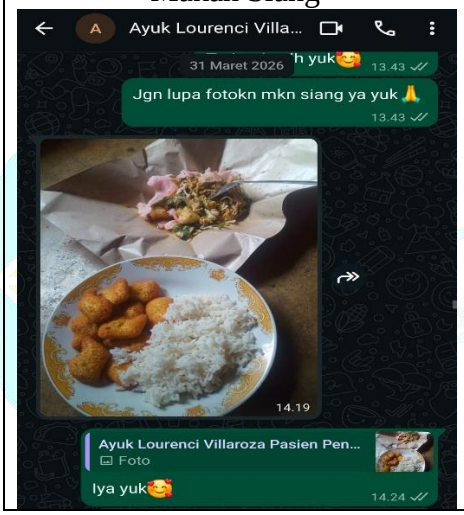
Hari ke 13 Sabtu, 28 Maret 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
Makan siang	Makan malam

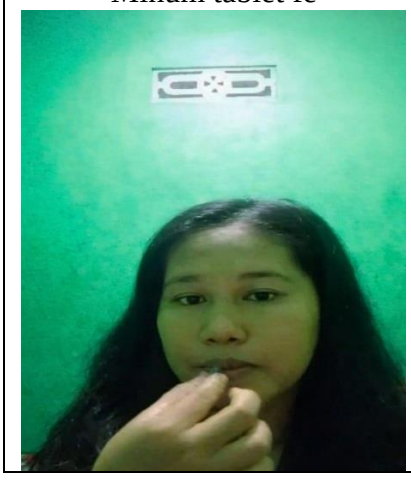
Hari ke 14 Minggu, 29 Maret 2026	
Minum tablet fe 	Makan siang
Selingan sore 	Makan malam 

Kunjungan rumah Minggu ke 3(hari ke 15) Senin 30 Maret 2026

Pemeriksaan tekanan darah	Pemeriksaan leopold	Pengukuran TFU

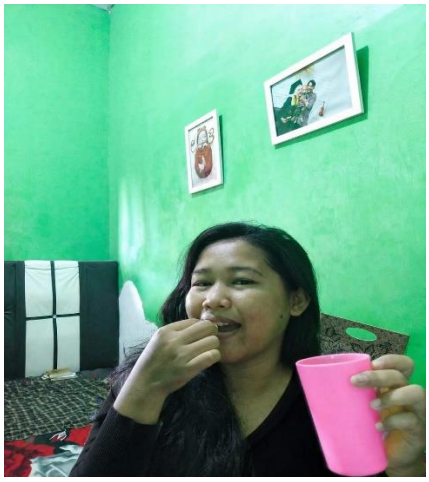
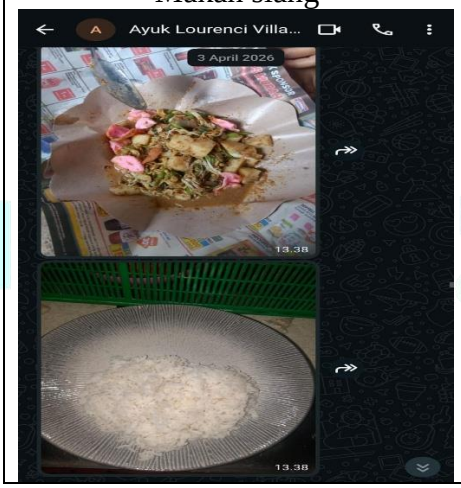
Pemeriksaan DJJ 	Konseling 	Senam
Meminum tablet Fe 	Makan pagi 	Makan siang
Makan malam 		

Hari ke 16 Selasa, 31 Maret 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
Makan Siang	Makan malam
	

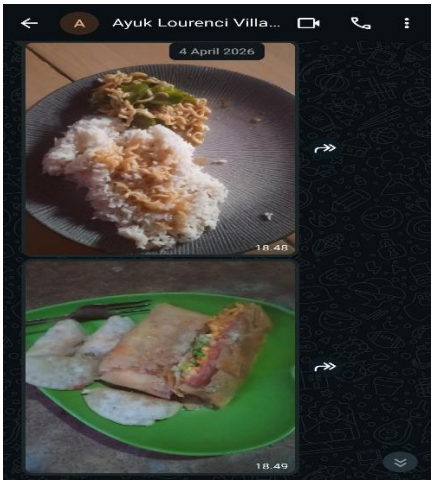
Hari ke 17 Rabu, 1 April 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
	

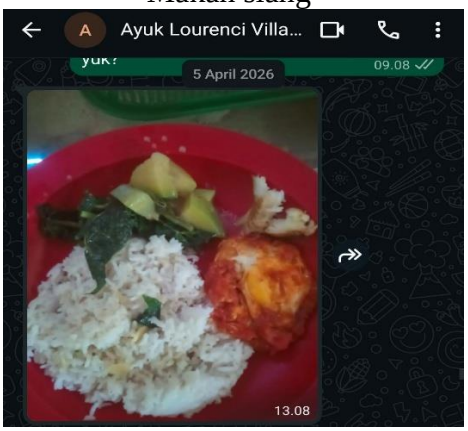
Makan siang	Makan malam

Hari ke 18 kamis, 2 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
Makan siang	Makan malam

Hari ke 19 Jum’at, 3 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
	
Makan siang	Makan malam
	

Hari ke 20 Sabtu, 4 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi

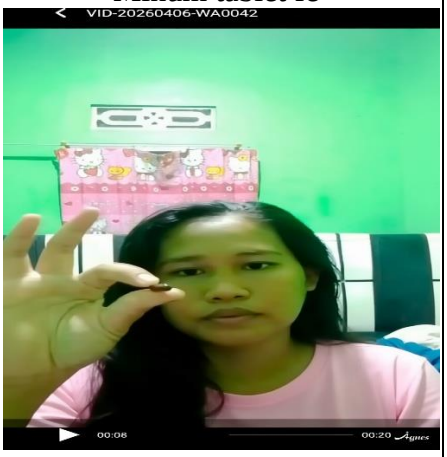
Makan siang	Makan malam
	

Hari ke 21 minggu, 5 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
Makan siang	Makan malam
	

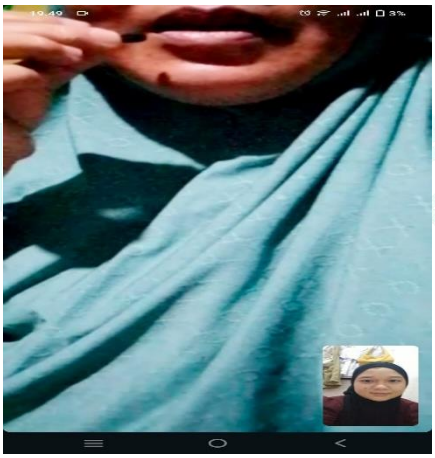
Minggu ke 4 (hari ke 22) Senin, 6 April 2026

Pemeriksaan tekanan darah 	Pemeriksaan leopold 	Pengkuran TFU
Pemeriksaan DJJ 	Senam hamil 	Meminum tablet fe
Makan pagi 	Makan siang 	Makan malam

Hari ke 23 selasa, 7 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
Makan siang	Makan malam

Hari ke 24 rabu, 8 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
	

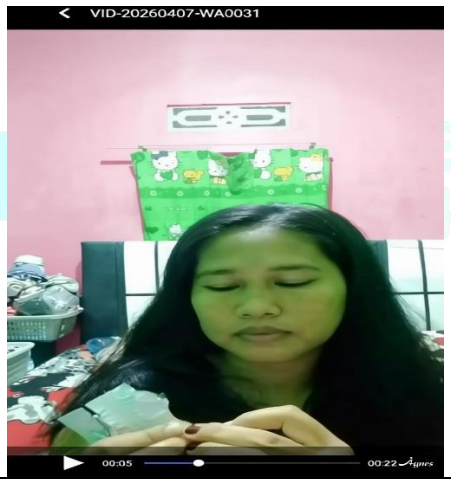
Makan siang	Makan malam

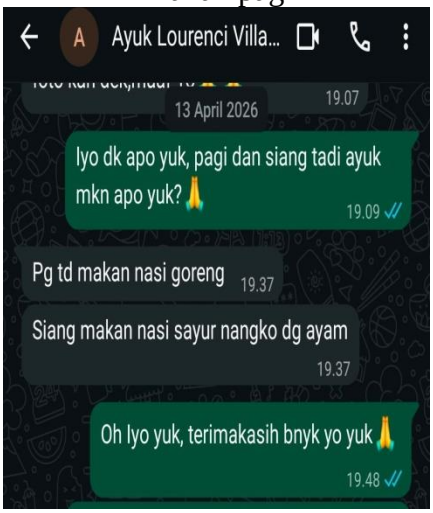
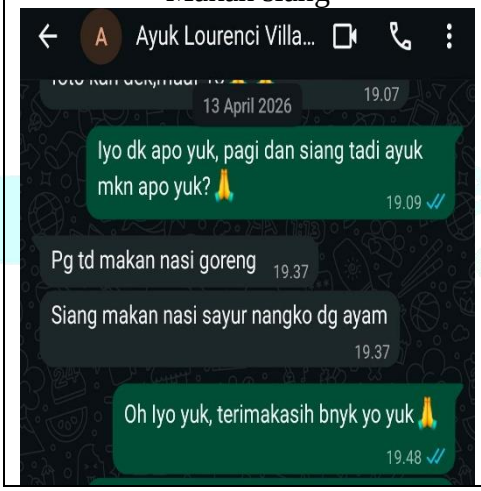
Hari ke 25 kamis, 9 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
	
Makan siang	Makan malam

Hari ke 26 Jum’at, 10 april 2026	
Minum tablet fe 	Makan pagi
Makan malam 	

Hari ke 27 sabtu, 11 april 2026	
Minum tablet fe 	Makan pagi

Makan siang	Makan malam

Hari ke 28 minggu, 12 april	
Minum tablet fe	Makan pagi
	
Makan malam	

Hari ke 29 senin, 13 april 2026	
Minum tablet fe	Makan pagi
	
Makan siang	Makan malam
	

Hari ke 30 Selasa, 14 April 2026 Melakukan pemeriksaan Hb ulang

<table>
<tr><td>Pemeriksaan tekanan darah
 </td><td>Pengukuran Lila
 </td><td>Pemeriksaan Hb
 </td></tr>
<tr><td>Hasil pemeriksaan Hb
 </td><td>Hasil pemeriksaan Hb
 </td><td>Konseling
 </td></tr>
<tr><td>Makan pagi
 </td><td>Makan siang
 </td><td>Makan malam
 </td></tr>
</table>

Minum tablet fe 		

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu