

LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN GIZI PADA IBU HAMIL ANEMIA DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA
BENGKULU TAHUN 2026**



DISUSUN OLEH:

NAMA: AISYAH BELLA

NIM: P01730123002

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU
PROGRAM STUDI DIJII GIZI
TAHUN 2026**

**HALAMAN PERSETUJUAN
LAPORAN TUGAS AKHIR
ASUHAN GIZI PADA IBU HAMIL ANEMIA DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA
BENGKULU TAHUN 2026**

Yang dipersiapkan dan akan dipresentasikan oleh :

**AISYAH BELLA
P01730123002**

Laporan Tugas Akhir ini Telah Diperiksa dan Disetujui untuk
dipresentasikan di Hadapan Tim Penguji Paiteknik
Kementerian Kesehatan Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : 17 Juni 2026



Mengetahui,
Pembimbing Laporan Tugas Akhir

Ayu Pravita Sari, SST., M.Gizi
NIP.199012182019022001

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN TUGAS AKHIR

ASUHAN GIZI PADA IBU HAMIL ANEMIA DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA
BENGKULU TAHUN 2026

Yang dipersiapkan dan dipresentasikan oleh :

AISYAH BELLA
P01730123002

Laporan Tugas Akhir Ini Telah Diuji dan Dipertahankan di Hadapan Tim
Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : 17 Juni 2026

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima
Tim Penguji,

Ketua Dewan Penguji

Penguji II


Anang Wahyudi, S.Gz., MPH
NIP. 198210192006041002


Rida Yulianti, S.Gz., M.Sc., Ph.D
NIP. 198807022010122001

Penguji III


Ayu Pravita Sari, SST., M.Gizi
NIP.199012182019022001

Mengesahkan,
Ketua Program Studi Program Diploma Tiga Gizi
Poltekkes Kemenkes Bengkulu



Kusdalinah, SST.M.Gizi
NIP.198105162008012012

SURAT PERNYATAAN

Yang Bertanda Tangan Di Bawah Ini:

Nama : Aisyah Bella

Nim : P01730123002

Judul LTA : Asuhan Gizi Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja
Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026

Mempertanggung Jawabkan Sesuai Dengan Ketentuan Yang Berlaku.

Menyatakan Dengan Sebenar- Benarnya Bahwa Laporan Tugas Akhir Ini Adalah Betul Betul Hasil Karya Saya Bukan Hasil Penjiplakan Dari Hasil Karya Orang Lain Serta Kegiatan Yang di Laporkan Benar Benar Telah di Lakukan Pada Subjek Studi Kasus. Demikian Pernyataan Ini Dan Apabila Kelak Di Kemudian Hari Terbukti Dalam Laporan Tugas Akhir Ini Tidak Benar, Maka Saya Bersedia Menerima Sanksi Atas Perbuatan Tersebut Sesuai Dengan Ketentuan Akademik Yang Berlaku.

Bengkulu, 17 Juni 2026

Yang Menyatakan



Aisyah Bella

NIM: P01730123002

BIODATA



A. BIODATA DIRI

1. Nama : Aisyah Bella
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat Tanggal Lahir : Tanjung baru, 25 Januari 2006
4. Agama : Islam
5. Anak Ke : 1 dari 2 Bersaudara
6. No. Handphone : 0821-7786-1082
7. Email : aisyahbella203@gmail.com
8. Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
9. Jurusan : Gizi
10. Prodi : Diploma III Gizi

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 14 PENDOPO
2. SMP : MTS DARUL FUNUN
3. SMA : MA AL-AZHAR

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

“Aku mampu bertahan dan terus melangkah karena Allah tak pernah berenti menghadirkan harapan, bahkan setelah aku terpuruk dan jatuh berkali-kali, bahkan dalam keadaan diri yang penuh dosa ini. Mustahil Allah membawaku sejauh ini hanya untuk gagal, sebab aku yakin bahwa keberhasilan bukanlah milik orang pintar, melainkan milik mereka yang tak pernah berenti berusaha.”

~Andhini Noer Saparina

"Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)."

(QS. Al-Insyirah:6-7)

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirmu, dan apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah melewatkanmu”

(Umar Bin Khattab)

“Apabila yang ada di depan membuatmu takut, dan yang di belakang membuatmu luka, lihatlah ke atas, sungguh Allah tak pernah gagal menolongmu.”

Perang Telah Usai, aku bisa pulang kubaringkan

panah dan berteriak **“MENANG”**

~Nadin Amizah~

PERSEMBAHAN:

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa memnerikan kemudahan, kelancaran, dan keberkahan bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan Laporan Tugas Akhir ini. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan skripsi ini untuk:

1. Anak perempuan pertama harapan orang tuanya, Aisyah Bella. Ya, diri saya sendiri. Apresiasi yang sebesar-besarnya untuk diri sendiri yang telah memilih untuk bertahan, tetap tegak berdiri, dan tidak menyerah sejauh ini. Lembar halaman ini adalah saksi bisu dari setiap malam panjang yang melelahkan, air mata yang jatuh dalam diam, serta ribuan keraguan yang akhirnya berhasil dipatahkan satu per satu. Terima kasih karena selalu mampu memeluk diri sendiri di saat-saat paling sulit dan penuh tekanan, ketika dunia luar terasa begitu menuntut. Laporan Tugas Akhir ini bukan sekadar tumpukan kertas akademis, melainkan sebuah prasasti dari perjuangan, keringat, dan keteguhan hati yang luar biasa. Terima kasih telah membuktikan bahwa kamu jauh lebih kuat, lebih tangguh, dan lebih hebat dari apa yang pernah kamu bayangkan sebelumnya. Aku sangat bangga padamu, diriku.
2. Ayahanda cinta pertamaku, Lelaki hebat yang mungkin tidak banyak berkata tentang cinta, tetapi selalu menunjukkannya melalui perjuangan dan pengorbanan. Terima kasih untuk setiap lelah yang Ayah sembunyikan, setiap keringat yang jatuh demi masa depan penulis, dan setiap doa yang diam-diam Ayah panjatkan. Jika hari ini penulis mampu

menyelesaikan pendidikan ini, ada perjuangan Ayah yang ikut mengantarkan penulis sampai di titik ini. Karya ini penulis persembahkan untuk Ayah, sebagai bukti kecil bahwa setiap pengorbanan Ayah tidak pernah sia-sia.

3. Ibunda pintu surga ku, Perempuan hebat yang selalu menjadi tempat ternyaman untuk pulang. Terima kasih untuk setiap doa yang tidak pernah putus, setiap air mata yang disembunyikan, setiap lelah yang tidak pernah dikeluhkan, dan setiap pengorbanan yang diberikan dengan penuh keikhlasan. Jika hari ini penulis mampu sampai di titik ini, itu tidak lepas dari doa dan cinta Ibu yang selalu mengiringi setiap langkah penulis. Karya ini penulis persembahkan untuk Ibu, sebagai bentuk kecil dari rasa terima kasih atas cinta yang tak akan pernah mampu penulis balas.
4. Adekku, Rahmad Aldriansyah. Terimakasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh pendidikan selama ini. Terimakasih atas, semangat, do'a, dan cinta yang selalu diberikan kepada penulis. Tumbuhlah menjadi versi yang terhebat adekku, Kamu pasti bisa lebih dari kakakmu ini.
5. Keluarga besar yang selalu hadir dengan doa, kasih sayang, dukungan, dan semangat yang begitu berarti dalam setiap langkahku. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, tempat mendapatkan kekuatan ketika lelah, dan menjadi bagian dari perjalanan panjang hingga penulis sampai di titik ini.
6. Sahabat terdekat selama di perkuliahan Elsa Ayu Agustin, Adilia Hidayanti, Esna Gita Anggera, dan Gusyalena Azzahra Putri. Terimakasih

telah menemani di setiap langkah, memberikan semangat dan dukungan kepada penulis agar bisa menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dan selalu menjadi tempat suka duka bagi penulis selama di masa perkuliahan. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam penyelesaian Laporan Tugas Akhir ini, semoga Laporan Tugas Akhir ini mempunyai nilai manfaat bagi kita semua.

Bengkulu , 2026

Penyusun



Prodi DIII Gizi, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Karya Tulis Ilmiah, April 2026

Aisyah Bella

**ASUHAN GIZI PADA IBU HAMIL ANEMIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU TAHUN 2026**

(Studi Kasus Pada Ibu Hamil Anemia Ny E)

91 Halaman + 15 Tabel + 15 Lampiran + 5 Gambar

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah gizi yang sering terjadi dan dapat meningkatkan risiko komplikasi pada ibu maupun janin. Penerapan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) diharapkan dapat membantu memperbaiki status gizi dan meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil anemia.

Tujuan: Melaksanakan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada ibu hamil anemia melalui pemberian diet Tinggi Energi Tinggi Protein (TETP) tinggi zat besi, edukasi, dan konseling gizi di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026 (Studi Kasus pada Ny. E).

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan subjek satu orang ibu hamil anemia. Intervensi dilakukan selama 3 hari melalui tahapan PAGT yang meliputi asesmen gizi, diagnosis gizi, intervensi gizi, serta monitoring dan evaluasi. Data dikumpulkan melalui pengukuran antropometri, pemeriksaan hemoglobin, food recall 24 jam, food frequency questionnaire (FFQ), pemeriksaan fisik, dan riwayat klien.

Hasil: Setelah dilakukan intervensi, terjadi peningkatan asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, dan zat besi. Selain itu, terjadi peningkatan pengetahuan mengenai anemia, serta peningkatan kadar hemoglobin dari 10,2 g/dL menjadi 11 g/dL yang menunjukkan perbaikan kondisi anemia.

Kesimpulan: Penerapan PAGT melalui pemberian diet TETP tinggi zat besi, edukasi, dan konseling gizi dapat meningkatkan asupan zat gizi, pengetahuan gizi, serta membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Intervensi gizi yang diberikan berkontribusi terhadap perbaikan status kesehatan ibu hamil.

Kata Kunci: Anemia, Ibu Hamil, PAGT, Diet TETP, Zat Besi, Edukasi Gizi.

Diploma III Nutrition Study Program, Nutrition Department, Health Polytechnic, Ministry of Health, Bengkulu

**Scientific Paper, April 2026
Aisyah Bella**

NUTRITIONAL CARE FOR PREGNANT WOMEN WITH ANEMIA IN THE WORKING AREA OF THE TELAGA DEWA PUBLIC HEALTH CENTER, BENGKULU CITY IN 2026

**(Case Study on Pregnant Woman with Anemia, Mrs. E)
91 Pages + 15 Tables + 15 Appendices + 5 Images**

ABSTRACT

Background: *Anemia in pregnant women is a common nutritional problem that can increase the risk of complications for both the mother and the fetus. The implementation of the Standardized Nutrition Care Process (SCP) is expected to improve nutritional status and increase hemoglobin (Hb) levels in anemic pregnant women.*

Objective: *To implement the Standardized Nutrition Care Process (SCP) in an anemic pregnant woman through a High Energy High Protein (HEHP) diet with high iron content, nutrition education, and counseling at the Telaga Dewa Community Health Center, Bengkulu City, in 2026 (Case Study of Mrs. E).*

Methods: *This study used a descriptive case study design involving one anemic pregnant woman as the subject. The intervention was carried out through the Standardized Nutrition Care Process (SCP), including nutrition assessment, nutrition diagnosis, nutrition intervention, and monitoring and evaluation. Data were collected through anthropometric measurements, hemoglobin assessment, 24-hour dietary recall, Food Frequency Questionnaire (FFQ), physical examination, and client history.*

Results: *After the intervention, there was an increase in energy, protein, fat, carbohydrate, and iron intake. Furthermore, there was an increase in knowledge about anemia, as well as an increase in hemoglobin levels from 10.2 g/dL to 11 g/dL, indicating improvement in anemia.*

Conclusion: *The implementation of the Standardized Nutrition Care Process (SCP) through the provision of a high-iron High Energy High Protein (HEHP) diet, nutrition education, and counseling can improve nutrient intake, increase nutritional knowledge, and raise hemoglobin levels in anemic pregnant women. These nutritional interventions contribute to improving the overall health status of pregnant women.*

Keywords: *Anemia, Pregnant Women, PAGT, TETP Diet, Iron, Nutrition Education*

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT. Atas berkat Rahmat dan Hidayah-Nya serta kemudahan yang diberikan sehingga penyusun dapat menyelesaikan Laporan tugas akhir ini dengan Judul **“Asuhan Gizi Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026”**

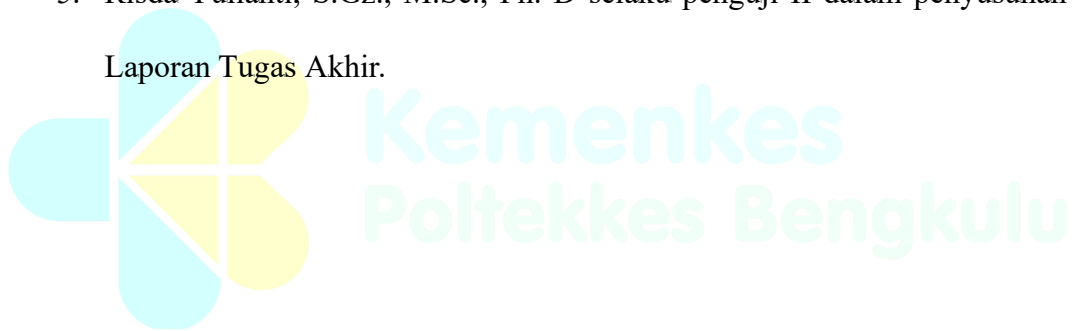
Laporan tugas akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Diploma Gizi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Penyusun sangat menyadari akan keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki, maka dari itu saran dan kritik yang sifatnya membangun adalah bagian dari input dalam penyempurnaan selanjutnya. Semoga Laporan Tugas akhir ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dimasa yang akan datang dan masyarakat pada umumnya.

Penyelesaian Laporan tugas akhir ini penyusun telah mendapat masukan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karenanya penyusun mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu:

1. Linda, SST., M.Kes sebagai Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menempuh studi di Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu, dan sebagai Ketua Dewan Penguji dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini yang telah meluangkan waktu, memberi

masukkan, memotivasi dan memfasilitasi agar penulis cepat menyelesaikan studi.

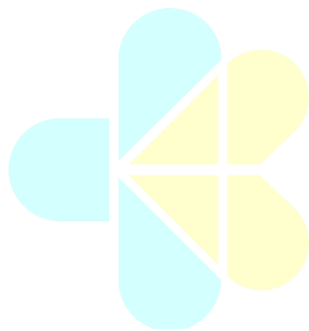
3. Kusdalinah, SST., M.Gizi selaku Ketua Prodi Diploma III Jurusan Gizi yang telah memotivasi dan pengarahannya dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.
4. Ayu Pravita Sari, SST, M.Gizi selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahannya dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.
5. Risda Yulianti, S.Gz., M.Sc., Ph. D selaku penguji II dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir.



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
BIODATA.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
A. Ibu Hamil	7
B. Anemia	10
C. Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT)	15
D. Kerangka Konseptual	26
 BAB III METODE PENELITIAN	 27
A. Desain.....	27
B. Tempat dan Waktu	27
C. Kriteria Responden.....	27
D. Sampel.....	27
E. Instrumen Pengumpulan Data	27
F. Teknik Pengumpulan Data	29
G. Pengolahan Data.....	30
H. Rencana Intervensi	32
I. Timeline Kegiatan Penelitian	33
J. Etika Penelitian	34
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 35
A. Hasil Penelitian	35
B. Pembahasan.....	45

BAB	V KESIMPULAN DAN SARAN	59
	A. Kesimpulan	59
	B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....		61
LAMPIRAN.....		65



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

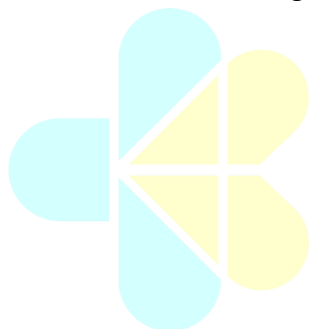
DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual	26
-------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

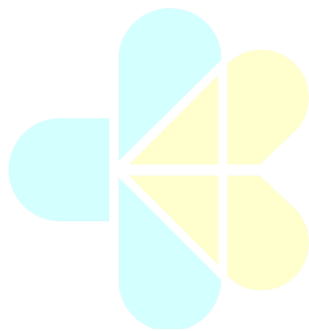
Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2. 1 Klasifikasi Anemia Pada Ibu Hamil.....	11
Tabel 2. 2 Bahan Makanan Yang dianjurkan dan Tidak dianjurkan.....	23
Tabel 3. 1 Timeline Kegiatan penelitian	33
Tabel 4. 1 Asupan Recall Sebelum Intervensi	36
Tabel 4. 2 Data Antropometri	38
Tabel 4. 3 Biokimia Data	38
Tabel 4. 4 Pemeriksaan Fisik	38
Tabel 4. 5 Pemeriksaan klinis	39
Tabel 4. 6 Riwayat Personal.....	39
Tabel 4. 7 Riwayat Sosial	40
Tabel 4. 8 Riwayat Medis	40
Tabel 4. 9 Diagnosis Gizi.....	41
Tabel 4. 10 Distribusi Makan Sehari.....	43
Tabel 4. 11 Monitoring dan Evaluasi	44



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Tingkat Konsumsi Energi.....	46
Gambar 4. 2 Tingkat Konsumsi Protein.....	47
Gambar 4. 3 Tingkat Konsumsi Lemak	49
Gambar 4. 4 Tingkat Konsumsi Karbohidrat	50
Gambar 4. 5 Tingkat Konsumsi Zat Besi	52
Gambar 4. 6 Pengetahuan Ibu	56



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informend Consent	66
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan Kota Bengkulu	67
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian Badan Kesbangpol Kota Bengkulu.....	68
Lampiran 4 Rekomendasi Surat Bangsa dan Kesatuan Politik.....	69
Lampiran 5 Surat Etik	70
Lampiran 6 Rekomendasi Surat Dinas Kesehatan Kota Bengkulu	71
Lampiran 7 Surat Selesai Penelitian	72
Lampiran 8 Formulir Food Recall 1x24 Jam	73
Lampiran 9 Formulir Food Frequency Questionnaire	75
Lampiran 10 Formulir Food Weighing	77
Lampiran 11 Leaflet	80
Lampiran 12 Menu Makan	81
Lampiran 13 Intervensi Menu.....	84
Lampiran 14 Kuesioner Pre-test dan Post-test.....	90
Lampiran 15 Dokumentasi.....	91

