

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Pelaksanaan yang telah dilakukan oleh penulis meliputi pengkajian data subjektif dan objektif, penatalaksanaan serta evaluasi asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. W usia 29 tahun G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> dengan anemia ringan di UPTD Puskesmas Mundu Tahun 2023. Setiap kontak dilakukan dengan uraian sebagai berikut:

Penulis melakukan 4 kali kunjungan, mulai dari tanggal 16 Maret 2023 – 06 April 2023. Pada setiap kontak, penulis melakukan pengkajian data subjektif yang meliputi anamnesa biodata, riwayat kehamilan sekarang, riwayat kehamilan sekarang, riwayat kesehatan, dan riwayat sosial ekonomi. Untuk pengkajian data subjektif dan objektif pada kontak pertama, kedua, ketiga, dan keempat mengalami perubahan. Dimulai pada kontak pertama tanggal 16 Maret 2023, hasil data subjektif nya Ny. W mengatakan merasa pusing, lelah dan jarang mengonsumsi tablet Fe, serta hasil pemeriksaan objektif di dapatkan konjungtiva tampak pucat, dan hasil data penunjang kadar Hb ibu 10,4 gr/dl. Pada kontak kedua tanggal 23 Maret 2023 pengkajian data subjektif didapatkan hasil Ny. W mengatakan keluhan pusingnya sudah berkurang, sudah mulai rutin mengonsumsi tablet Fe dan hasil pemeriksaan data objektif didapatkan perubahan pada konjungtiva ibu yang sudah tidak pucat. Kemudian pada kontak ketiga dan keempat pengkajian data subjektif yang didapatkan ibu mengatakan sudah tidak ada keluhan dan pada data objektif didapatkan hasil konjungtiva tidak pucat serta pemeriksaan lainnya dalam batas normal.

Sehingga dari hasil data tersebut Ny. W mengalami anemia ringan. Menurut Direktorat Gizi Masyarakat dan Direktorat Jenderal Masyarakat (2020) anemia adalah suatu kondisi dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam sel darah merah lebih rendah dari standar yang seharusnya. Ibu hamil dikatakan anemia apabila kadar Hb < 11 gr/dl. Pada trimester I dan III kadar hemoglobin kurang dari 11 gr/dl, pada trimester II kadar hemoglobin kurang dari 10,5 gr/dl. Menurut

WHO dalam sitasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) ibu hamil dikatakan anemia ringan apabila rentang Hb 10.0-10.9 gr/dL. Direktorat Gizi Masyarakat dan Direktorat Jenderal Masyarakat (2020) menyatakan bahwa anemia pada ibu hamil ditandai dengan rasa lesu, lelah, letih, lemah, lunglai, konjungtiva pucat, lidah dan bibir pucat, mata berkunang-kunang, dan pusing. Pada kasus Ny. W ditemukan gejala pusing, lelah dan konjungtiva pucat. Menurut Qalbi, Thaha dan Syam (2014) Konjungtiva akan berwarna pucat yang disebut dengan nama konjungtiva anemis. Karena pada anemia terjadi kekurangan eritrosit (sel darah merah) sehingga darah yang harusnya dialirkan ke seluruh tubuh dengan cukup jadi tidak merata sementara itu konjungtiva merupakan salah satu area sensitif yang apabila tidak teraliri darah dengan sempurna akan tampak pucat sama seperti halnya dengan sklera, bibir dan area kuku, sehingga selain konjungtiva, bibir dan kuku juga tampak pucat. Jadi gambaran konjungtiva bisa dikatakan sebagai salah satu prediktor status anemia pada ibu hamil dan harus ditunjang dengan hasil dari pemeriksaan fisik dan hasil laboratorium.

Gejala lain yang dirasakan Ny. W adalah pusing dan merasa lelah. Yang menurut Astutik dan Ertiana (2018) pusing disebabkan karena kurangnya darah ke otak. Dan terasa lelah karena meningkatnya oksigenasi berbagai organ termasuk otot jantung. Melihat permasalahan kasus Ny. W diatas untuk mengurangi rasa pusing tersebut, penatalaksanaan yang penulis lakukan yaitu memberi saran kepada Ny. W untuk istirahat yang cukup, memperbaiki pemenuhan nutrisi dengan gizi seimbang, dan selalu mengonsumsi tablet Fe secara rutin sesuai dengan dosis yang dianjurkan bidan yaitu 1x1 tablet. Menurut Saifuddin (2002) dalam sitasi Deswati, Suliska dan Maryam (2019) dosis untuk pengobatan anemia pada ibu hamil dengan kadar Hb < 11 gr/Dl diberikan pemberian tablet fe 2 tablet sehari (2 x 1 tablet) selama 90 hari masa kehamilan sedangkan jika kadar Hb < 10 gr/Dl maka pemberian menjadi 3 tablet sehari (3 x 1 tablet) selama 90 hari masa kehamilan, untuk anemia berat bisa dilakukan transfusi darah. Pemberian preparat tablet Fe (fero sulfat) 60 mg /hari dapat menaikkan kadar Hb sebanyak 1 g % perbulan. Saat ini program nasional menganjurkan kombinasi 60 mg zat besi dan 50 nanogram asam folat untuk profilaksis anemia. Sedangkan pada Ny. W tetap

diberikan dengan dosis 1x1 tablet dengan catatan Ny. W memperbaiki pola nutrisi, dan tambahan mengonsumsi kurma 7 buah setiap hari.

Pada kontak pertama, Ny. W juga mengatakan jarang mengonsumsi tablet Fe karena ada kekhawatiran apabila mengonsumsi tablet Fe itu bisa terjadi hal yang tidak diinginkan pada bayinya seperti ditakutkan bayinya besar sehingga akan mempersulit proses persalinan. Serta pernah mengonsumsi tablet Fe yang diberikan bidan bersamaan dengan minum teh. Oleh karena itu, untuk menambah pengetahuan ibu penulis memberikan informasi dan edukasi mengenai anemia, gejala anemia, penyebab anemia, dampak anemia, dan pencegahan anemia. Selain itu penulis juga memberikan informasi dan edukasi mengenai pentingnya mengonsumsi tablet Fe, manfaat tablet Fe, efek samping mengonsumsi tablet Fe, mitos mengonsumsi tablet Fe, cara mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar melalui media poster.

Terkait mitos yang masih ada di masyarakat, untuk pantangan makanan sudah tidak ada, namun masih ditemukan mitos mengonsumsi obat, seperti tablet Fe, dimana mengonsumsi tablet Fe dianggap akan memperbesar janin dalam kandungan sehingga akan mempersulit proses melahirkan. Padahal kehamilan merupakan saat yang membutuhkan nutrisi, dimana nutrisi harus tercukupi dengan baik (Gustanela dan Pratomo, 2022). Menurut Kemenkes (2018) Konsumsi tablet Fe tidak akan menyebabkan bayi menjadi terlalu besar, tekanan darah meningkat atau terlalu banyak darah. Penyebab ketiga kondisi tersebut adalah hal-hal lain yang tidak berhubungan dengan konsumsi tablet Fe. Oleh karena itu penulis ingin memutuskan mitos terkait mengonsumsi tablet Fe dengan memberikan edukasi kepada ibu dan keluarga terkait mitos mengonsumsi tablet Fe dan pentingnya mengonsumsi tablet Fe.

Salah satu cara mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar, yaitu dengan menggunakan air putih. Air minum yang digunakan ketika mengonsumsi tablet Fe yang sebaiknya adalah menggunakan air putih matang, karena absorpsi besi akan menurun bila terdapat fosfat atau antasida, yang akan membentuk suatu senyawa dan yang tidak dapat larut, seperti senyawa fenol, tanin yang terdapat pada teh, kopi, coklat, dan kalsium dari bahan susu dapat menurunkan absorpsi besi.

Apabila ingin mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi, sebaiknya dilakukan dua jam sebelum atau sesudah mengonsumsi tablet Fe. Selain itu, meminum tablet Fe malam hari menjelang tidur dan 3 jam setelah makan dapat mengurangi reaksi gastrointestinal yang merugikan. Karena meminum tablet Fe langsung setelah makan dapat mengakibatkan berkurangnya absorpsi tablet Fe itu sendiri karena akan tercampur dengan bahan makanan lain yang akan mengganggu efektivitas tablet Fe dan daya penyerapannya (Mahdin, AH, et al, 2000 sitasi Juarna, Hartini dan Dewi, 2015). Oleh karena itu penulis juga menganjurkan Ny. W untuk mengonsumsi tablet Fe menggunakan air putih dan mengonsumsi tablet Fe sebelum tidur, karena meminum tablet Fe pada malam hari menjelang tidur dan 3 jam setelah makan dapat mengurangi reaksi gastrointestinal yang merugikan.

Kemudian, penulis juga memberikan saran kepada ibu untuk mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi zat besi, tinggi protein dan kaya akan vitamin C seperti daging, hati, telur, ikan, buah-buahan, dan sayuran hijau yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi.

Pada kontak pertama, penulis mengukur pengetahuan Ny. W dengan memberikan *pre-test* berupa kuisioner seputar anemia, cara mengonsumsi tablet Fe yang baik dan benar, jenis makanan yang mengandung tinggi protein dan zat besi, serta PHBS pencegahan anemia. Hasilnya Ny. W dapat menjawab 13 dari 15 soal tersebut. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan. Apabila ibu hamil mengetahui dan memahami dampak buruk dari anemia dan tahu tindakan pencegahan anemia maka akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik sehingga diharapkan dapat terhindar dari berbagai penyakit atau risiko terjadinya anemia pada kehamilan. Salah satu faktor penyebab anemia pada ibu hamil adalah kurangnya pengetahuan tentang pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seimbang yang dapat memenuhi kebutuhan ibu dan bayinya selama kehamilan. Salah satu zat gizi yang sangat penting bagi ibu hamil adalah zat besi, jika asupan ibu kurang akan meningkatkan risiko terjadinya anemia, yang berakibat pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin. Selain akibat seperti diatas, anemia pada ibu hamil juga

dapat menyebabkan abortus, partus premature, partus lama, perdarahan postpartum, syok, infeksi intrapartum/postpartum (Prawirohardjo, 2014).

Didapatkan dari data subjektif bahwa pola makan Ny. W mengikuti pola makan keluarga yang tidak seimbang. Pola makan yang tidak seimbang berakibat pada tidak seimbangnya zat gizi yang masuk dalam tubuh sehingga berakibat kekurangan gizi atau sebaliknya gizi berlebih. Makanan yang dimakan ibu hamil memiliki dampak pada kehamilan, perkembangan janin, dan kesehatan ibu dan anak. Pola makan yang kurang baik saat kehamilan berakibat pada tidak sesuainya asupan protein dan vitamin dengan kebutuhan dan metabolisme tidak seimbang, sehingga terhambatnya pembentukan Hb dan tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi mikro dan makro, hal ini berdampak pada masalah gizi dan anemia. Faktor yang memengaruhi pola makan adalah pengetahuan, budaya setiap daerah, sosial ekonomi, dan lingkungan sosial. Oleh karena itu penulis memberikan informasi kepada keluarga bahwa pola makan dalam keluarga harus mengikuti kebutuhan pola nutrisi ibu hamil bukan malah sebaliknya, karena anemia pada ibu hamil dapat dicegah dengan pola makan, kebiasaan makan yang sehat, dan mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang kaya protein, zat besi, vitamin, serta asam folat saat kehamilan.

Dari kontak pertama sampai kontak keempat, penulis memberikan edukasi mengenai tanda-tanda bahaya kehamilan dengan menggunakan media buku KIA, dan pada kunjungan berikutnya penulis juga selalu mengingatkan Ny. W mengenai tanda – tanda bahaya kehamilan yang meliputi muntah terus-menerus serta tidak mau makan, demam tinggi, bengkak pada kaki, tangan, wajah, sakit kepala disertai kejang, gerakan janin berkurang, perdarahan di hamil tua atau muda, air ketuban keluar sebelum waktunya, batuk lebih dari 2 minggu, diare berulang dan terasa sakit saat kencing atau keputihan yang gatal serta berbau (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Kemudian penatalaksanaan yang penulis lakukan pada kontak kedua tanggal 23 Maret 2023, penulis memberikan informasi pada Ny. W dan keluarga mengenai jenis-jenis makanan yang tinggi zat besi, tinggi protein, dan kaya akan vitamin C melalui video, agar Ny. W dan keluarga mengetahui jenis makanan

yang tinggi zat besi, protein, dan vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi yang mudah di dapat dan banyak terdapat di sekitar rumah, agar Ny. W dapat memperbaiki pola nutrisinya dengan baik, salah satunya adalah buah kurma. Banyak pilihan makanan yang mengandung tinggi protein, tinggi zat besi dan vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Namun, dengan berbagai macam pilihan makanan, Ny. W memilih untuk mengonsumsi kurma. Karena menurut Ny. W kurma mudah di dapatkan, banyak disekitar rumah, dan tidak perlu pengolahan sehingga bisa langsung di konsumsi. Oleh karena itu penulis juga memberikan informasi pada ibu dan keluarga mengenai manfaat mengonsumsi kurma dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil, dan menganjurkan Ny. W untuk mengonsumsi kurma 7 buah berukuran sedang setiap hari selama 14 hari.

Menurut USDA (United States Departement and Agriculuture) National Nutrient Database for standard reference, kurma memiliki beberapa komponen penting yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin bagi yang mengkonsumsinya. Kurma seberat 100 gr mengandung 2,81 gram protein, 7,1 gram serat, kalsium 35 mg, karbohidrat 88,78 gram, vitamin C 0,4 mg dan zat besi 1,02 mg. zat besi merupakan komponen dari haemoglobin di dalam sel darah merah yang menentukan daya dukung oksigen darah dan membantu mengatasi anemia (Sugita dan Kuswati, 2020). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sugita dan Kuswati pada tahun 2020 membuktikan bahwa dengan mengonsumsi buah kurma sebanyak 100 gram/7 butir setiap hari secara rutin selama 14 hari dapat meningkatkan kadar Hemoglobin pada ibu hamil. Selain itu menurut Pulungan (2021) dalam kurma juga terdapat beberapa nutrisi lainnya seperti vitamin C dan asam folat, yang mendukung penyerapan zat besi dalam tubuh. Sehingga kurma dapat dijadikan sebagai alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia.

Berbagai artikel juga mengungkapkan potensi buah kurma sebagai sumber antioksidan dan serat yang baik. Salah satu nya yaitu artikel penelitian yang dilakukan oleh Fahmi pada tahun 2018 yang menjelaskan bahwa Kurma

mengandung asam salisilat yang bersifat anti pembekuan darah, *anti inflamasi*, dan menghilangkan rasa nyeri. Kandungan kaliumnya yang menstabilkan denyut jantung, mengaktifkan kontraksi otot jantung, sekaligus mengatur tekanan darah, bermanfaat bagi kesehatan jantung dan pembuluh darah, sehingga bermanfaat dalam mencegah penyakit stroke. Banyaknya kandungan serat kurma, baik bagi usus, dapat mencegah sembelit dan melancarkan buang air besar. Dan kandungan kalsium, fosfor, dan magnesium kurma dapat membantu pertumbuhan tulang dan kesehatan tulang serta gigi.

Buah kurma sangat kaya dengan unsur kalsium dan zat besi. Sehingga sangat dianjurkan bagi perempuan yang sedang hamil dan yang akan melahirkan untuk memakan buah kurma, karena kadar besi dan kalsium yang dikandung buah kurma matang sangat mencukupi dan penting sekali dalam proses pembentukan air susu ibu (Afandi, 2014 dalam Fahmi, 2018). Manfaat konsumsi kurma juga berpengaruh pada ibu yang sedang menyusui, karena kurma mengandung hormon yang mirip hormon oksitosin, yakni hormon yang dihasilkan neurohipofisia (Sahutu, 2010 dalam Fahmi, 2018). Hormon yang mirip dengan oksitosin yaitu hormon potuchin, bekerja untuk merangsang otot polos dinding rahim. Serat pembuluh darah vena yang berada di sekitar saluran susu di payudara juga mengalami kontraksi, sehingga menjadikan derasnya air susu ketika saluran beserta air susu yang dikandungnya mengalami kontraksi, sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. Kebutuhan gizi bayi hingga usia enam bulan diperoleh melalui ASI. Produksi ASI yang cukup, baik jumlah dan kualitasnya sangat menentukan pertumbuhan bayi. Upaya pencapaian gizi bayi yang optimal hingga mencapai usia enam bulan hanya dapat dilakukan melalui perbaikan gizi ibu. Hal ini menggambarkan bahwa makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Ibu menyusui harus memiliki status gizi baik agar dapat menghasilkan ASI yang optimal sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi serta perlu mendapat tambahan makanan untuk menghindari kemunduran dalam pembuatan dan produksi ASI. Dengan kandungan komposisi yang seimbang dalam kurma kaya dengan manfaat untuk memperlancar produksi ASI, maka ibu postpartum sangat di anjurkan untuk mengonsumsi kurma sesuai

takaran yang telah ditentukan, agar produksi ASI lancar dan bayi tetap mendapatkan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama 6 bulan pertama kehidupan bayi (Fahmi, 2018).

Selain itu, penulis juga melibatkan keluarga untuk mengawasi makanan yang dikonsumsi Ny. W setiap harinya dengan memberikan lembar ceklist dan menganjurkan keluarga untuk mengisi lembar ceklist yang sudah disediakan penulis, serta mengisi lembar ceklist di buku KIA untuk mengawasi Ny. W dalam mengonsumsi tablet tambah darah 1 x setiap hari. Kemudian penulis juga menganjurkan keluarga untuk selalu mengingatkan Ny. W untuk mengonsumsi makanan yang tinggi protein, tinggi zat besi, tinggi vitamin C, dan mengonsumsi kurma 7 buah setiap hari selama 14 hari. Dalam pemberdayaan keluarga, keluarga yang terlibat disini yaitu ibu kandung Ny. W. Peran keluarga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pencegahan anemia pada ibu hamil. Menurut Rahmawati (2016) sitasi Wulandari (2021) Peran keluarga merupakan faktor penting dalam mencapai keberhasilan ibu hamil dengan anemia. Dukungan emosional yang diberikan keluarga akan meningkatkan kualitas dan perilaku kesehatannya. Sehingga semakin baik dukungan emosional yang diterima ibu hamil, maka semakin baik juga kualitas hidup, harga diri dan perilaku dalam memperhatikan kesehatan ibu hamil itu sendiri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2021) bahwa *family support* berperan penting dalam mendukung kepatuhan ibu hamil dengan menyediakan anggaran untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang baik bagi ibu hamil, mengingatkan dalam mengonsumsi tablet Fe secara teratur dan selalu memantau serta melakukan pemeriksaan kesehatan ibu hamil. Sehingga dukungan keluarga yang diberikan pada ibu hamil akan mendukung program pemerintah dalam mengatasi masalah anemia.

Kemudian penatalaksanaan kontak ketiga dan keempat, penulis mengingatkan kembali materi sebelumnya yaitu mengenai tanda-tanda bahaya pada kehamilan, seputar anemia, seputar tablet Fe, dan pola nutrisi. Respon ibu dan keluarga baik dengan dapat menjawab pertanyaan yang diberikan. Dengan

begitu, pemberian edukasi dan konseling pada ibu hamil dan keluarga dapat dikatakan terlaksana dengan baik.

Berdasarkan hasil pengkajian data subjektif dan objektif pada kontak pertama, kedua, ketiga, dan keempat terdapat perubahan, dimana Ny. W merasa sudah tidak ada keluhan pusing dan konjungtiva tidak pucat. Perubahan yang terjadi tersebut, kemungkinan karena Ny. W sudah mulai rutin mengonsumsi tablet Fe, istirahat dengan cukup, sudah memperbaiki pola nutrisinya dan rutin mengonsumsi kurma. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan Vernissa, Andrajati dan Supardi pada tahun 2017 menyatakan bahwa kepatuhan minum tablet Fe dan makan makanan yang mengandung tinggi protein dan zat besi setiap hari dapat meningkatkan kadar Hb ibu hamil dengan anemia. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Marsetyo H 2003 yang disitasi oleh Juarna, Hartini dan Dewi (2015) keteraturan ibu dalam mengonsumsi tablet Fe setiap hari untuk 30 tablet Fe dapat menaikkan kadar Hb 1 gr. Dalam satu tablet Fe berisi 200 mg ferrosulfat dan 0,25 mg asam folat (setara dengan 60 mg besi dan 0,25 mg asam folat) (Depkes RI, 2009 dalam Sjahriani dan Faridah, 2019). Adapun manfaat lain tablet Fe bagi ibu hamil yaitu diantaranya sebagai metabolisme energi karena di dalam tiap sel zat besi bekerja sama dengan rantai protein pengangkut elektron yang berperan dalam langkah akhir metabolisme energi. Kemudian sebagai sistem kekebalan, dimana zat besi memegang peranan penting dalam sistem kekebalan tubuh, respon kekebalan oleh limfosit-T akan terganggu karena berkurangnya pembentukan sel-sel yang disebabkan berkurangnya sintesis DNA. Sel darah putih yang menghancurkan bakteri tidak dapat bekerja secara aktif dalam keadaan tubuh kekurangan besi. Selain itu tablet Fe juga berfungsi sebagai pelarut Obat-obatan, obat-obatan yang tidak larut oleh enzim yang mengandung besi dapat dilarutkan sehingga dapat dikeluarkan dari tubuh (Sari, Harahap dan Herlina, 2022).

Hasil evaluasi pengetahuan didapatkan bahwa ibu sudah memahami pola nutrisi yang baik, terlihat dari makanan yang dikonsumsi, salah satunya dapat terlihat pada gambar dibawah ini.



(Sumber dokumentasi pribadi)

Rutinitas konsumsi tablet Fe Ny. W terlihat salah satunya pada gambar di bawah ini.



(Sumber dokumentasi pribadi)

Selanjutnya penatalaksanaan yang penulis lakukan pada kontak keempat tanggal 06 April 2023, penulis memberikan lembar *post test* berupa kuisisioner untuk melakukan evaluasi pengetahuan ibu mengenai tanda bahaya pada ibu hamil, seputar anemia, PHBS dalam pencegahan anemia dan tablet Fe. Hasilnya Ny. W dapat menjawab semua soal dengan benar yaitu 15 soal. Dengan begitu, pemberian edukasi dan konseling pada Ny. W dengan tujuan untuk menambah wawasan dan pengetahuan dapat dikatakan terlaksana dengan baik.

Pada kontak keempat ini penulis tidak melakukan pengukuran Hb ulang karena baru di cek diawal saat kontak pertama karena cek Hb terakhir yaitu pada

bulan November 2022, dan rentang waktu dari cek Hb di kontak pertama sampai kontak keempat belum ada 3 bulan, sedangkan pembentukan sel darah merah merah itu waktunya berlangsung 120 hari atau 3 bulan. Menurut Hanggara (2010) proses pembentukan eritrosit, yang disebut juga eritropoiesis, terjadi pada sumsum tulang. Pendewasaan sel berlangsung sekitar 7 hari, dengan masa hidup setelah pelepasan dari sumsum tulang lebih kurang 120 hari. Akan tetapi sebenarnya bisa di cek Hb ulang pada rentang 1 bulan karena pemberian preparat 60mg/hari dapat meningkatkan kadar Hb sebanyak 1 g% setiap bulan (Deswati, Suliska dan Maryam, 2019). Namun, karena keterbatasan asuhan, penulis memberikan saran kepada Ny. W untuk cek Hb ulang 2 minggu sebelum HPL yaitu pada tanggal 21-05-2023 ke Puskesmas untuk mengetahui apakah ada peningkatan Hb atau tidak.

Penulis mengevaluasi bahwa pemberdayaan terlaksana dengan baik yaitu dilihat dari pernyataan Ny. W yang mengatakan sudah tidak ada keluhan, konjungtiva sudah tidak pucat, sudah rutin minum tablet Fe setiap hari dengan air putih sebelum tidur, Ny. w juga sudah memperbaiki menu makanannya dengan makanan yang mengandung tinggi protein dan zat besi, serta rutin mengonsumsi buah kurma 7 buah setiap hari.