



LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA Ny. W
30 TAHUN G3P2A0 DENGAN ANEMIA RINGAN
MELALUI PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DENGAN
MENGONSUMSI OLAHAN BAYAM
DI UPTD PUSKESMAS PONED SEDONG
KABUPATEN CIREBON
TAHUN 2024**

**FENY QOMARIYAH AGUSTINA
NIM: P2.06.24.2.21.047**

**Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Cirebon
Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Tahun 2024**





LAPORAN TUGAS AKHIR

**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA Ny. W
30 TAHUN G3P2A0 DENGAN ANEMIA RINGAN
MELALUI PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DENGAN
MENGONSUMSI OLAHAN BAYAM
DI UPTD PUSKESMAS PONED SEDONG
KABUPATEN CIREBON
TAHUN 2024**

**FENY QOMARIYAH AGUSTINA
NIM: P2.06.24.2.21.047**

**Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Cirebon
Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Tahun 2024**



**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN PADA Ny. W
30 TAHUN G3P2A0 DENGAN ANEMIA RINGAN
MELALUI PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DENGAN
MENGONSUMSI OLAHAN BAYAM
DI UPTD PUSKESMAS PONED SEDONG
KABUPATEN CIREBON
TAHUN 2024**

LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada
Program Studi D III Kebidanan Cirebon

Disusun oleh:

Feny Qomariyah Agustina

NIM: P2.06.24.2.21.047

**Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Cirebon
Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Tahun 2024**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya. Tidak lupa shalawat serta salam kepada Nabi besar Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dengan judul “Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny. W 30 Tahun G3P2A0 Dengan Anemia Ringan Melalui Pemberdayaan Perempuan Dengan Mengonsumsi Olahan Bayam Di UPTD Puskesmas Poned Sedong Kabupaten Cirebon Tahun 2024”.

Laporan ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan di Program Studi D III Kebidanan Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penulis mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak dalam penyusunan LTA ini. Untuk itu penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Nunung Mulyani, APP., M. Kes, selaku Ketua Jurusan Kebidanan.
3. Hj. Dyah Widiyastuti, SST., M. Keb, selaku Ketua Program Studi D III Kebidanan Cirebon.
4. Bdn. Rani Widiyanti SA, SST., M.Keb., selaku Dosen Wali.
5. Bdn. Nurasih, SST., M. Keb, selaku penanggung jawab LTA.
6. Neli Nurlina, SST., MPH, selaku Pembimbing 1 LTA Dan Penanggung Jawab Praktik Klinik Kebidanan III.
7. Suratmi, SST., M. Keb, selaku Pembimbing 2 LTA.
8. Dr. Iskandar selaku kepala UPTD Puskesmas Poned Sedong Kabupaten Cirebon.
9. Hayati Ningsih, SST selaku Bidan Koordinator sekaligus sebagai Preseptor Lahan Praktik di UPTD Puskesmas Poned Sedong Kabupaten Cirebon.
10. Ny. W yang telah bersedia menjadi responden dalam proses pemberdayaan yang telah dilakukan penulis.
11. Orang Tua tercinta, Bapak Rahmat dan Ibu Wasriah selaku penyemangat hidup yang membuat penulis bertahan hingga saat ini untuk semangat meraih

cita-cita, serta senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan baik moral maupun material.

12. Achyar Dwi Fortuna yang telah memberi saran, dukungan, dan senantiasa mendengarkan keluh kesah serta selalu menemani penulis dalam penyusunan LTA ini.
13. Sahabat seperjuangan, Nadiya dan Rizqa yang selalu mendampingi penulis dalam bangku perkuliahan. Terimakasih telah memberikan semangat dan dukungan baik tenaga maupun waktu.
14. Teman-teman tingkat III Program studi D III Kebidanan Cirebon Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Cirebon Angkatan 2021, yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna sehingga penulis mengharapkan masukan yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan laporan selanjutnya. Semoga LTA ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya, umumnya bagi semua pembaca yang berminat dalam pelayanan Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Melalui Pemberdayaan Perempuan Dengan Mengonsumsi Olahan Bayam Di UPTD Puskesmas PONED Sedong Kabupaten Cirebon Tahun 2024.

Cirebon, 13 September 2024

Feny Qomariyah Agustina

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penulisan.....	7
D. Manfaat.....	8
BAB II TINJAUAN TEORI.....	9
A. Pemberdayaan	9
B. Kehamilan	9
1. Pengertian Kehamilan	9
2. Perubahan Anatomi dan Fisiologi Pada Ibu Hamil	10
3. Tanda Bahaya Kehamilan	11
4. Kebutuhan Nutrisi Pada Ibu Hamil	12
C. Anemia Dalam Kehamilan	14
1. Pengertian Anemia.....	14
2. Etiologi Anemia Dalam Kehamilan	15
3. Tanda dan Gejala Anemia Dalam Kehamilan	16
4. Bahaya Anemia Dalam Kehamilan	17
5. Pencegahan Anemia Dalam Kehamilan	17
6. Kebutuhan Tablet Fe	18
7. Cara Konsumsi Tablet Fe.....	19
8. Proses Hemodilusi	19
9. Tatalaksana Anemia Dalam Kehamilan	19
BAB III METODE PENGAMBILAN DATA	26
A. Metode Pengumpulan Data	26
B. Waktu	26
C. Tempat.....	27
D. Sasaran.....	27
E. Proses Kegiatan.....	27
BAB IV TINJAUAN KASUS.....	31
BAB V PEMBAHASAN.....	46
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Berat Badan Bayi Berdasarkan Usia Gestasi	57
--	----

LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia Pada Ibu Hamil

1. Pre test

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Kekurangan darah apakah disebut anemia	✓	
2.	Anemia adalah penurunan konsentrasi hemoglobin atau penurunan jumlah sel darah merah dalam darah		✓
3.	Asupan besi yang cukup bisa menyebabkan terjadinya anemia		✓
4.	Selama masa kehamilan, ibu hamil dikatakan anemia apabila Hb kurang dari 10,5 sampai 11 gr/dl	✓	
5.	Apakah asupan zat besi yang tidak cukup serta penyerapan yang tidak baik dapat menyebabkan anemia	✓	
6.	Gejala anemia adalah letih, lesu, lemah, dan pucat		✓
7.	Anemia terjadi karena kurangnya asupan zat besi dalam makanan		✓
8.	Anemia tidak menyebabkan keguguran	✓	
9.	Anemia bisa menyebabkan pendarahan pada saat persalinan	✓	
10.	Anemia tidak menyebabkan kematian pada janin	✓	
11.	Peningkatan makanan yang banyak mengandung zat besi dapat mencegah anemia	✓	
12.	Makanan sayuran hijau, kacang-kacangan dan ikan apakah makanan kaya akan zat besi		✓

Sumber: (Sumiati, Rini and Meihartati, 2021)

2. Post test

Lampiran 2. Lembar Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia Pada Ibu Hamil

Petunjuk Pengisian: Beri tanda (✓) pada kolom benar jika pernyataan ibu dianggap benar dan pada kolom salah jika pertanyaan ibu dianggap salah.

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Kekurangan darah apakah disebut anemia	✓	
2.	Anemia adalah penurunan konsentrasi hemoglobin atau penurunan jumlah sel darah merah dalam darah	✓	
3.	Asupan besi yang cukup bisa menyebabkan terjadinya anemia		✓
4.	Selama masa kehamilan, ibu hamil dikatakan anemia apabila Hb kurang dari 10,5 sampai 11 gr/dl	✓	
5.	Apakah asupan zat besi yang tidak cukup serta penyerapan yang tidak baik dapat menyebabkan anemia	✓	
6.	Gejala anemia adalah letih, lesu, lemah, dan pucat	✓	
7.	Anemia terjadi karena kurangnya asupan zat besi dalam makanan	✓	
8.	Anemia tidak menyebabkan keguguran		✓
9.	Anemia bisa menyebabkan pendarahan pada saat persalinan	✓	
10.	Anemia tidak menyebabkan kematian pada janin		✓
11.	Peningkatan makanan yang banyak mengandung zat besi dapat mencegah anemia	✓	
12.	Makanan sayuran hijau, kacang-kacangan dan ikan apakah makanan kaya akan zat besi	✓	

Sumber: (Sumiati, Rini and Meihartati, 2021)

Lampiran 2. Lembar Kuesioner Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe)

1. Pre test

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah ibu minum tablet besi 1 kali sehari?	✓	
2.	Apakah ibu teratur dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis 1 tablet untuk 1 hari?	✓	
3.	Apakah ibu minum tablet tambah darah jika ingat saja?		✓
4.	Apakah suami ibu mengingatkan ibu untuk minum tablet tambah darah?		✓
5.	Apakah ibu minum tablet tambah darah jika disuruh saja?		✓
7.	Apakah ibu minum tablet besi setiap malam sebelum tidur?	✓	
9.	Apakah ibu pernah lupa meminum tablet zat besi tersebut?	✓	
10.	Apakah ibu minum tablet tambah darah dengan air putih?	✓	

Sumber: (Sumiati, Rini and Meihartati, 2021)

2. Post test

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah ibu minum tablet besi 1 kali sehari?	✓	
2.	Apakah ibu teratur dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai dosis 1 tablet untuk 1 hari?	✓	
3.	Apakah ibu minum tablet tambah darah jika ingat saja?		✓
4.	Apakah suami ibu mengingatkan ibu untuk minum tablet tambah darah?	✓	
5.	Apakah ibu minum tablet tambah darah jika disuruh saja?		✓
7.	Apakah ibu minum tablet besi setiap malam sebelum tidur?	✓	
9.	Apakah ibu pernah lupa meminum tablet zat besi tersebut?		✓
10.	Apakah ibu minum tablet tambah darah dengan air putih?	✓	

Sumber: (Sumiati, Rini and Meihartati, 2021)

Lampiran 3. Lembar Kuesioner Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

1. Pre test

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah ibu selalu menyediakan air minum yang sudah dimasak?	✓	
2.	Apakah ibu menyimpan air minum dalam wadah tertutup?	✓	
3.	Apakah air yang ibu gunakan sehari-hari jernih?	✓	
4.	Apakah air yang ibu gunakan sehari-hari tidak berbau?	✓	
5.	Apakah air di rumah tidak bercampur dengan butiran tanah/pasir?	✓	
6.	Apakah sumber air di rumah dengan jamban jaraknya 10 meter?		✓
7.	Apakah ibu membersihkan lantai/dinding bak mandi dari bercak/lumut (minimal 1 kali dalam seminggu)?	✓	
8.	Apakah ibu langsung mencuci tangan ketika mengetahui tangan kotor?	✓	
9.	Apakah ibu mencuci tangan sebelum menyentuh makanan?	✓	
10.	Apakah ibu mencuci tangan setelah melakukan sesuatu kegiatan diluar rumah?		✓
11.	Apakah ibu membilas dengan air bersih yang mengalir ketika mencuci tangan?	✓	
12.	Apakah ibu mencuci tangan selalu menggunakan sabun?		✓
13.	Apakah ibu setelah BAB atau BAK selalu menggunakan sabun ?	✓	
14.	Apakah Ketika ibu keluar rumah menggunakan alas kaki/sandal?	✓	

Sumber: (Kurniawati, 2021)


2. Post test

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah ibu selalu menyediakan air minum yang sudah dimasak?	✓	
2.	Apakah ibu menyimpan air minum dalam wadah tertutup?	✓	
3.	Apakah air yang ibu gunakan sehari-hari jernih?	✓	
4.	Apakah air yang ibu gunakan sehari-hari tidak berbau?	✓	
5.	Apakah air di rumah tidak bercampur dengan butiran tanah/pasir?	✓	
6.	Apakah sumber air di rumah dengan jamban jaraknya 10 meter?		✓
7.	Apakah ibu membersihkan lantai/dinding bak mandi dari bercak/lumut (minimal 1 kali dalam seminggu)?	✓	
8.	Apakah ibu langsung mencuci tangan ketika mengetahui tangan kotor?	✓	
9.	Apakah ibu mencuci tangan sebelum menyentuh makanan?	✓	
10.	Apakah ibu mencuci tangan setelah melakukan sesuatu kegiatan diluar rumah?	✓	
11.	Apakah ibu membilas dengan air bersih yang mengalir ketika mencuci tangan?	✓	
12.	Apakah ibu mencuci tangan selalu menggunakan sabun?	✓	

13.	Apakah ibu setelah BAB atau BAK selalu menggunakan sabun ?	✓	
14.	Apakah Ketika ibu keluar rumah menggunakan alas kaki/sandal?	✓	

Sumber: (Kurniawati, 2021)

Lampiran 4. Dokumentasi Kegiatan


No.	Hari, tanggal	Foto Kegiatan	Kunjungan
1.	Kamis, 14 Maret 2024	   	Kunjungan ke 1
2.	Jumat, 15 Maret 2024		Kunjungan ke 2



3. Senin, 18 Maret 2024



Kunjungan ke 3

			
4.	Kamis, 21 Maret 2024	 	Kunjungan ke 4



5. Selasa, 16 April 2024

BIMAS KESKERTAN		UPID PUSKESMAS SEIDONG	
Nama	Umar Tahir, S.Pd, S.Kep	Dokter	Dr. Agim H. Marjan
Umur	30	RM (Rumah)	
Alamat	Kecamatan		
LABORATORIUM LAMBEYAN			
REKAM MEDIA			
Parameter	Unit	Hasil	Referensi
Leukosit	12.1	10.000	4.000-10.000
Platelet	136.000	136.000	150.000-400.000
Hemoglobin	12.0	12.0	12.0-16.0
Hematokrit	37.0	37.0	37.0-47.0
MCV	30.8	30.8	80-100
MCH	27.3	27.3	27-32
MCHC	88.3	88.3	32-36
RDW	11.7	11.7	11.5-14.5
PLT	136.000	136.000	150.000-400.000
WBC	12.1	12.1	4.000-10.000
Neutrophil	65	65	50-70
Lymphocyte	25	25	20-40
Monocyte	10	10	2-8
Eosinophil	0	0	1-5
Basophil	0	0	0-1
CRP	0.1	0.1	0-0.5
ESR	10	10	0-20
Urea	10.5	10.5	2-7
Kreatinin	0.8	0.8	0.6-1.2
Glukosa	100	100	70-100
Gliserol	150	150	50-150
Asam Ciri	1.2	1.2	0.0-0.2
Albumin	4.5	4.5	3.5-5.0

Kunjungan rumah untuk melihat kadar Hb

Lampiran 5. Lembar Observasi

Nama : Ny. W

Umur : 30 tahun

Alamat : Karangwuni

No.	Tanggal	Olahan Bayam	Protein Hewani
1.	14 Maret 2024	-	Ayam goreng
2.	15 Maret 2024	Sayur bayam	Telur ceplok
3.	16 Maret 2024	Sayur bayam	Ayam goreng
4.	17 Maret 2024	Sayur bayam	Ikan goreng
5.	18 Maret 2024	Sayur bayam	Telur ceplok
6.	19 Maret 2024	Sayur bayam	Telur ceplok
7.	20 Maret 2024	Sayur bayam	Ikan goreng
8.	21 Maret 2024	Sayur bayam	Ikan goreng

Lampiran 6. Leaflet Anemia dan Tablet Fe



Anemia Dalam Kehamilan

Pengertian Anemia

Anemia atau sering disebut **kurang darah** adalah keadaan dimana sel darah merah kurang dari normal, dan biasanya yang digunakan sebagai dasar adalah kadar Hemoglobin (Hb). Anemia yang paling lazim dialami ibu adalah anemia kekurangan zat besi.

Tanda dan Gejala Anemia

- Rasa lelah
- Lemas
- Kulit, kuku dan konjungtiva pucat
- Pusing
- Tangan dan kaki teraba dingin

Dampak Anemia

- Premature
- Perdarahan yang terjadi pada usia kehamilan **diatas 24 minggu** sampai kelahiran
- **Gangguan** pertumbuhan janin dalam rahim
- Keguguran
- Berat badan janin rendah
- Mudah terkena infeksi

Tablet Zat Besi (Fe)

Merupakan tablet mineral yang **diperlukan** oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin.



Pencegahan Anemia

- Makanan yang kaya zat besi
- Mengonsumsi **vitamin C** (jeruk, mangga, kiwi, tomat)
- Minum suplemen seperti **suplemen zat besi** (tablet tambah darah), **vitamin B12 dan asam folat**

Makanan Tinggi Zat Besi

- Daging merah
- Kacang-kacangan (kacang kedelai, kacang merah, kacang polong)
- Sayuran hijau (bayam, brokoli, sawi)
- Hati
- Ikan (ikan mas dan ikan mujair)
- Tahu dan Tempe
- Konsumsi **vitamin C** yang cukup juga dapat **meningkatkan** proses penyerapan zat besi didalam tubuh

Konsumsi Tablet Fe

- Tablet tambah darah sebaiknya diminum pada **malam hari sebelum tidur** untuk **mengurangi** rasa mual.
- Tablet tambah darah diminum **1x1 dengan air putih**.
- Tablet tambah darah dikonsumsi bersama makanan atau minuman yang mengandung **vitamin C** seperti buah segar, sayuran dan jus buah, agar **penyerapan** zat besi di dalam tubuh lebih baik.
- **Jangan minum** tablet tambah darah bersama teh, kopi, dan obat sakit maag, karena akan **menghambat penyerapan zat besi**.

Manfaat Zat Besi (Fe)

- Menambah **asupan nutrisi** pada janin
- Mencegah anemia defisiensi zat besi (kurangnya zat besi dalam tubuh)
- Mencegah **perdarahan** saat masa persalinan
- **Menurunkan** risiko **kematian** pada ibu karena perdarahan pada saat persalinan



Lampiran 7. Leaflet Bayam



Bayam

Bayam hijau merupakan salah satu sumber makanan yang **mengandung** senyawa yang diperlukan dalam sintesis hemoglobin. Senyawa yang terkandung dalam bayam hijau yaitu **zat besi dan vitamin B kompleks**, maka dari itu salah satu **alternatif** untuk memenuhi kebutuhan zat besi dapat dilakukan dengan mengonsumsi sayuran yang berwarna hijau, salah satunya bayam.

Menu Olahan Bayam

Jus Bayam

- 50 gr **daun bayam** (setengah ikat daun bayam)
- 150 ml **air matang** (setengah gelas belimbing)
- 4 sdm **madu**

Cara Mengolah Jus Bayam

- Bayam masih dalam **keadaan** segar
- **Cuci** menggunakan air yang bersih
- Memblender sebanyak **50 gr** daun bayam hijau
- Tambahkan **150 ml** air matang
- Tambahkan **madu 4 sdm**

Jus bayam di minum sehari 1x di pagi hari

Sayur Bayam

- **Cuci** bersih daun bayam.
- Tumis **bawang merah, bawang putih, tomat** secukupnya.
- Tambahkan **air** matang **500 ml**.
- Tambahkan **1 buah** wortel.
- **Rebus air** sampai mendidih baru **masukan bayam** sebanyak 200 gram (kurang lebih 1 iket setengah)
- Tambahkan **kaldu sapi** dan **garam** secukupnya tanpa MSG.
- Usahakan merebus bayam jangan terlalu lama atau diperlukan waktu sekitar **3-5 menit dengan api sedang**.
- Angkat ketika bayam sudah lunak dan hidangkan

Keripik Bayam

Bahan

- 250 gram **daun bayam** cuci dan tiriskan (2 iket bayam)
- 250 gram **tepung kanji** (18 sdm)
- 1 butir telur ayam
- 250 gram tepung beras (18 sdm)
- 250 ml air (1 gelas belimbing)
- Minyak goreng **secukupnya** untuk menggoreng

Bumbu yang dihaluskan

- 4 siung **bawang putih**
- 1 sdt garam
- 5 gram **ketumbar** (1 sendok)
- 15 gram **kemiri** (2 butir)



Cara Mengolah Sayur Bayam

- Bayam tidak boleh direbus terlalu lama hanya diperlukan waktu **3-5 menit dengan api sedang**
- Bayam sebaiknya habis sekali makan sebab masakan bayam **tidak layak dikonsumsi setelah lebih dari 5 jam**.
- **Tidak dianjurkan** untuk di masak ulang atau dipanaskan kembali karena akan mengurangi kandungan gizi dari bayam tersebut.
- bayam yang sudah dimasak dalam 100 mg **mengandung** zat besi sebanyak 8,3 mg.

Cara Mengolah Keripik Bayam

- **Ayak** dan campurkan **tepung kanji** dan **tepung beras**, aduk rata.
- **Tuang** air, telur dan **bumbu yang sudah dihaluskan**
- Masukkan **campuran** telur ke dalam campuran tepung, aduk kedua adonan hingga rata.
- **Celupkan** tiap lembar daun bayam ke dalam adonan dan celupkan ke **minyak panas**, goreng hingga kering.
- Angkat dan tiriskan, **simpan** keripik bayam ke dalam wadah tertutup.

Tumis Bayam Telur

- 1 ikat bayam hijau
- 3 buah bawang putih (geprek, cincang halus)
- 6 butir telur puyuh
- 1 sdm kecap asin
- air secukupnya
- 1 sdt kaldu ayam bubuk
- 1/2 sdt lada
- 1 sdt gula

Puding Bayam

- 1 genggam bayam
- 2 sdm **gula pasir**
- 1/2 bungkus **agar-agar plain**
- sejumput **garam**
- 1 sc skm putih
- 1 gelas **air matang**



Cara Mengolah Tumis Bayam telur

- Tumis bawang putih.
- Masukkan bawang putih cincang, tumis hingga harum.
- Masukkan telur puyuh yang sudah direbus matang.
- Tuang kecap asin.
- Masukkan bayam dan tuang air.
- Masukkan semua bumbu, masak hingga matang dan siap disajikan.

Cara Mengolah Puding Bayam

- **Blender** bayam dg 1 gelas air
- **Campurkan** agar-agar, gula dan garam bersama 1 gelas air, **aduk** sampai larut
- **Masukkan** bayam yg sudah diblender ke dalam larutan agar-agar, **tambahkan** susu kental manis dan aduk rata
- **Panaskan** di atas kompor, tunggu sampai mendidih, lalu angkat dan tuang di cetakan
- Puding bayam siap dinikmati



BIASAKAN...

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT



Cegah Cacingan Dengan Hidup Bersih dan Sehat

1

Rebus air
sampai matang
sebelum
diminum



2

BAK dan BAB di
jamban



3

Memakai alas
kaki bila keluar
rumah



4

Cuci tangan dengan
sabun setelah
BAB/BAK, sebelum
makan, dan
menyiapkan makanan



5

Menggunakan
air bersih



6

Menjaga kebersihan
makanan dari lalat
dengan menutupnya
memakai tudung saji



Lampiran 9. Lembar Konsultasi Laporan Tugas Akhir








LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL TUGAS AKHIR








Nama Mahasiswa : Feny Qomariyah Agustina


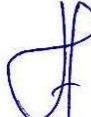





Nama Pembimbing : 1. Neli Nurlina, SST., MPH
2. Suratmi, SST., M. Keb




Judul LTA : Asuhan Kebidanan Kehamilan Pada Ny. W 30 Tahun G3P2A0 Dengan Anemia Ringan Melalui Pemberdayaan Perempuan Dengan Mengonsumsi Olahan Bayam Di UPDT Puskesmas Poned Sedong Kabupaten Cirebon Tahun 2024

No.	Hari, Tanggal	Materi yang dikonsulkan	Saran Pembimbing	Paraf pembimbing
1.	17-01-2024	Konsul Topik	ACC tema	 Pembimbing 1
2.	22-01-2024	Konsultasi BAB I	Revisi latar belakang	 Pembimbing 1
3.	26-01-2024	Konsultasi BAB I	ACC BAB I	 Pembimbing 1

No.	Hari, Tanggal	Materi yang dikonsulkan	Saran Pembimbing	Paraf pembimbing
4.	08-02-2024	Konsultasi BAB II	Revisi BAB II	 Pembimbing 1
5.	10-02-2024	Konsul BAB I dan II	Revisi BAB I dan II	 Pembimbing 2
6.	23-02-2024	Konsultasi BAB II	Revisi BAB II	 Pembimbing 1
7.	24-02-2024	Konsul BAB II	Revisi BAB II	 Pembimbing 1
8.	26-02-2024	Konsul BAB I dan II	ACC BAB I dan II	 Pembimbing 2
9.	28-02-2024	Konsul BAB II dan III	ACC BAB II dan III	 Pembimbing 1
10.	29-02-2024	Konsul BAB III	ACC BAB III	 Pembimbing 2

No.	Hari, Tanggal	Materi yang dikonsulkan	Saran Pembimbing	Paraf pembimbing
11.	02-03-2024	Konsul Leaflet	ACC Leaflet	 Pembimbing 1
12.	21-04-2024	Konsul BAB IV	Revisi BAB IV	 Pembimbing 1
13.	15-05-2024	Konsul BAB IV	Revisi BAB IV	 Pembimbing 1
14.	17-05-2024	Konsul BAB IV	Revisi BAB IV	 Pembimbing 2
15.	17-05-2024	Konsul BAB IV	Revisi BAB IV	 Pembimbing 1
16.	20-05-2024	Konsul BAB IV	ACC BAB IV	 Pembimbing 1
17.	27-05-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1

No.	Hari, Tanggal	Materi yang dikonsulkan	Saran Pembimbing	Paraf pembimbing
18.	28-05-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1
19.	29-05-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1
20.	01-06-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1
21.	03-06-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1
22.	04-06-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1
23.	05-06-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1
24.	10-06-2024	Konsul BAB V	Revisi BAB V	 Pembimbing 1


No.	Hari, Tanggal	Materi yang dikonsulkan	Saran Pembimbing	Paraf pembimbing
25.	10-06-2024	Konsul BAB IV-VI	Revisi BAB IV-VI	 Pembimbing 2
26.	11-06-2024	Konsul BAB IV-VI	ACC IV-VI	 Pembimbing 2
27.	11-06-2024	Konsul BAB V-VI	ACC BAB V-VI	 Pembimbing 1



Mengetahui:

Program Studi D III Kebidanan Cirebon

Ketua


Hj. Dyah Widiyastuti, SST, M. Keb



[**FENY QOMARIYAH AGUSTINA**]

Cirebon, West Java, 45183 | +62 813 1173 3736 | fenyqomariyah@gmail.com

Instagram : @feny_qmryh

Data Pribadi

Nama : Feny Qomariyah Agustina
NIM : P20624221047
Tempat/Tanggal Lahir : Cirebon, 17 Agustus 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Program Studi/Angkatan : D-III Kebidanan Cirebon/21
Universitas : Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya
Alamat Universitas : Jalan Pemuda Raya No. 38, Sunyaragi, Kec.
Kesambi, Kota Cirebon, Jawa Barat 45132
Agama : Islam
Tinggi/Berat Badan : 155 cm/44 kg
Golongan Darah : O
Status Perkawinan : Single
Kewarganegaraan : WNI
Alamat Rumah : Jl. Sayuti, RT 016 RW 005 Dusun 2, Desa
Sarajaya, Kec. Lemahabang, Kab.Cirebon
E-mail : fenyqomariyah@gmail.com
Telepon : 081311733736

Kemampuan & Kompetensi

- Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, belajar hal baru, dan menyesuaikan dengan lingkungan baru.
 - Kemampuan bekerja sama dengan tim dan berkontribusi
-

Pengalaman Organisasi

- Tahun 2014 - 2016 Anggota Ekstrakurikuler Pramuka
 - Tahun 2015 - 2016 Anggota OSIS
 - Tahun 2018 - 2019 Anggota OSIS
 - Tahun 2018 - 2019 Anggota Ekstrakurikuler Pramuka
-

Pendidikan

- | | |
|----------------------------------|-------------|
| • TK Dinul Manan | 2007 - 2008 |
| • SDN 1 Sigong | 2008 - 2014 |
| • MTsN 6 Cirebon | 2014 - 2017 |
| • SMK Kartika XIX-3 Kota Cirebon | 2017 - 2020 |
| • Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya | 2021 - now |