

MEDIA EDUKASI BUKU SAKU TENTANG KONSUMSI TELUR REBUS UNTUK MENCEGAH ANEMIA PADA IBU HAMIL

Ayu Anjuliani¹, Kamidah²
ayuanjuliani666@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

RINGKASAN

Latar Belakang: Ibu hamil mengalami anemia karena selama kehamilan, tubuh mengalami banyak perubahan yang meningkatkan kebutuhan akan zat besi dan nutrisi lainnya. Ibu hamil membutuhkan zat besi lebih banyak untuk menambah volume darah ibu, mendukung pertumbuhan janin dan plasenta dan mengisi cadangan zat besi untuk persiapan persalinan. Upaya untuk mengurangi angka kejadian anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan mengkonsumsi tablet besi (Fe) atau jenis makanan yang mengandung zat besi salah satunya adalah mengkonsumsi telur ayam. Karena di dalam telur ayam mengandung berbagai vitamin dan mineral, termasuk vitamin A, riboflavin, asam folat, vitamin B6, B12, choline, zat besi, kalsium dan fosfor. **Tujuan:** KIE (komunikasi, informasi dan edukasi) ini bertujuan mengetahui konsumsi telur rebus untuk mencegah anemia pada ibu hamil. **Metode:** metode luaran KIE yang digunakan berupa buku saku yang berjudul “Konsumsi Telur Rebus Untuk Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil” di buat menggunakan aplikasi Canva yang diujikan terhadap responden. **Hasil:** buku saku berjudul “Konsumsi Telur Rebus Untuk Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil”. **Kesimpulan:** telah tercipta buku saku yang berjudul “Konsumsi Telur Rebus Untuk Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil” dan siap didaftarkan HKI.

Kata Kunci: anemia, ibu hamil, telur rebus

