

EDUKASI KONSUMSI PISANG AMBON UNTUK PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL DENGAN MEDIA BUKU SAKU

Rusmaniar¹, Winarni² [niar.rusmaniar@gmail](mailto:niar.rusmaniar@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

RINGKASAN

Latar Belakang: Pada masa kehamilan, volume darah ibu hamil meningkat sehingga kebutuhan zat besi pun meningkat. Dalam pemenuhan gizi pada ibu hamil untuk kecukupan besi dibutuhkan asupan zat besi yang cukup. Mengonsumsi 2 buah pisang ambon sehari selama 7 hari sudah cukup untuk memenuhi asupan zat besi ibu hamil dengan anemia. Mengonsumsi buah pisang ambon setiap hari bagi ibu hamil bermanfaat untuk mengatasi anemia. **Metode:** Metode luaran KIE berupa media Buku Saku “Edukasi Konsumsi Pisang Ambon Untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil” dibuat menggunakan aplikasi canva. **Hasil:** Hasil dari uji coba Buku Saku dengan judul “Edukasi Konsumsi Pisang Ambon Untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil” ini dibuat dengan ukuran 10x13cm dengan jumlah halaman 12 yang berbentuk buku. **Kesimpulan:** Buku Saku dengan judul “Edukasi Konsumsi Pisang Ambon Untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil” dapat digunakan untuk media komunikasi, informasi dan edukasi.

Kata Kunci: Meningkatkan Hemoglobin, Pisang Ambon